

Rando Sila Extreme

Roadbook 2022 Wolf Route (300 km)

TEMPI MASSIMI E MINIMI (Regolamento ARI)

I tempi massimi e minimi per lo svolgimento dei BREVETTI STRADA sono indicati dall'organizzatore nella Carta Viaggio nel rispetto di un tempo massimo di percorrenza di 15 km/h e minimo di 28 km/h.

● **La randonnéé si svolge in modalità random, non vi sarà una Carta di Viaggio fisica, ma solo virtuale.**

● Ogni randonneur potrà scaricare gratuitamente l'app Icron, inserendo come credenziali d'accesso nome, cognome e l'email con cui ci si è iscritti alla manifestazione.

● Si raccomanda ad ogni ciclista di verificare il regolare accesso/funzionamento dell'app almeno 48 ore prima della manifestazione.

¶ Nel caso in cui non fosse possibile effettuare la scansione del qr code (malfunzionamento smartphone o altra ragione), effettuare il check in modalità MANUALE dall'app e il passaggio sarà validato purché ci si trovi nel raggio di 500 m dal punto di controllo.

In subordine, effettuare selfie in luogo riconoscibile ed inviarlo subito/esibirlo all'arrivo agli organizzatori oppure fornire una traccia gps o lo screenshot di un esercizio commerciale situato in loco, consentirà di validare il brevetto, qualora il percorso venga completato nel tempo massimo previsto e sia assente una timbratura/scansione intermedia sulla Carta di Viaggio analogica/digitale.

✓ Il tempo di percorrenza della singola frazione e dell'intero percorso, nel rispetto della media oraria minima e massima, terrà conto dell'orario effettivo di partenza liberamente scelto da ogni randonneur.

La forbice oraria indicata per i Checkpoint e inserita nel presente roadbook è a scopo puramente indicativo.














✓ I cancelli e i ristoranti saranno garantiti tenendo conto dell'orario di partenza EFFETTIVO dell'ultimo dei partecipanti della Rando Sila.

















Referenti: 328 400 79 86 (Domenico) - 333 269 2121 (Nicola)

Gruppo WhatsApp: Rando Sila (richiedere l'ammissione)















Canale Telegram: Rando Sila (iscriversi autonomamente)

















www.randosila.com

Km totali	Km parziali	Descrizione itinerario	Controllo
0	0	 PARTENZA – ALBI  <i>(belvedere di via Kennedy, nei pressi della farmacia Cerullo)</i> SCANNERIZZARE QR CODE n. 1	Dalle ore 05.00 Alle ore 06.00 
0,30	0,30	Procedi in direzione sudest per 250 m, da Via Asmara verso SS 179 dir e percorrerla fino alla fraz. San Giovanni d'Albi.	
2,80	2,50	Al bivio, svolta a SX, sulla SS109 della Sila Piccola, in direzione Zagarise/Sersale.	
17,60	14,80	Rimanere sulla SS109 per 15 km fino a ZAGARISE , oltrepassando S. Pietro Magisano e Magisano.	
18,20	3,40	Attraversare l'abitato di Zagarise <u>restando sulla SS109/via Marconi</u> . All'uscita del paese, al bivio, proseguire dritto lungo la SS109 in direzione SERSALE	
22,20	4,00	Fontana Campanaro	<i>(Sulla SX)</i> 
26,50	4,30	SERSALE Lascia la SS109 all'ingresso in paese e svoltare a SX, immettendosi sulla SP20 . Segui le indicazioni per BUTURO.	
26,50		Inizio ascesa BUTURO Lunghezza: 14 km Pendenza media: 5,4% - Max: 14% Dsl: 802 m (da 752 a 1.554 m slm)	
40,50	14,00	 CONTROLLO n. 2  BUTURO <u>QR CODE N. 2</u> <i>Media 28 kmh: 1h 45' --- Media 15 kmh: 2h 25'</i>	Presso fontana di Buturo 
40,50	14,00	Proseguire dritto lungo la SP22 in direzione TIRIVOLO Percorrere la strada fino al km 56 con prudenza per la presenza di buche nascoste dall'ombra e detriti naturali	
44,50	4,50	Bivio TIRIVOLO Proseguire dritto in direzione CIRICILLA	
56,50	12,00	Bivio CIRICILLA Svoltare a DX , in discesa, seguire indicazioni per Spineto e Ampollino	

60,70	4,20	 CONTROLLO n. 3  Bivio SPINETO <u>QR CODE N. 3</u> <i>Media 28 kmh: 2h 17' ---- Media 15 kmh: 4h 05'</i>	Presso bar/ristorante Spineto Sapori Ristoro 
60,70	4,20	Svoltare a DX , in direzione Crotone, Villaggio Palumbo, Lago Ampollino, sulla SP243.	
63,00	2,30	Inizio SP161 e termine SP243 (confine provincia CS/KR). Inizio Provincia di Crotone. Proseguire dritto lungo la SP161, direzione Vill. Palumbo. <i>(Si suggerisce di far rifornimento idrico)</i>	 <i>Fontana sulla SX</i>
74,00	21,00	Villaggio Palumbo	
77,50	2,50	Immettersi sulla SP35, svoltando a SX Direzione Diga Lago Ampollino/ S. Giovanni in Fiore	
78,80	1,30	Bivio Caporose Rimanere sulla SP35, proseguire dritto verso San Giovanni in Fiore (continuare la salita)	
80,50	1,70	FONTANA Proseguire dritto per 850 metri	<i>Fontana sulla SX</i> 
81,35	0,85	Bivio CAGNO SVOLTARE A SX , immettendosi sulla SP214 Direzione loc. CAGNO/SS108 BIS	
91,10		FONTANA <u>Si consiglia di fare rifornimento idrico</u>	<i>Fontana a SX</i> 
97.50	16,15	 CONTROLLO n. 4  Bivio loc. RAMUNDO <u>QR CODE N.4</u>	<i>Media 28 kmh: 3h 47'</i> <i>Media 15 kmh: 6h 49'</i>
97,50	16,15	Svoltare a SX, immettendosi sulla SS108bis Direzione Lorica/Silvana Mansio	
101,00	4,50	Svoltare a DX Immettersi sulla SP211 Direzione Silvana Mansio/Camigliatello	
110,00	9,00	Percorrere la SP211, superando loc. Silvana Mansio , proseguire dritti fino all'innesto con la SS107 Silana Crotonese <u>senza impegnare l'incrocio</u> (arrivo con rettilineo in discesa).	
113,00	2,00	Svoltare subito a SX sulla prima traversa, senza immettersi sulla SS107 Silana Crotonese.	

		Proseguire per 10,5 km fino a bivio Camigliatello Silano (SS 177)	
123,00	10,00	Bivio Camigliatello Silano (CS) Svoltare a SX Proseguire lungo la SP 256/Via Roma	◀◀
123,80	0,80	CONTROLLO n. 5 CAMIGLIATELLO SILANO <i>QR CODE N. 5</i> <i>Media 28 kmh: 4h 42'</i> <i>Media 15 kmh: 8h 25'</i>	PRESSO SEDE PRO LOCO <i>Via Roma, 146</i> Lungo il percorso sulla DX
123,85	0,50	Camigliatello centro Tornare indietro per 1,5 km circa	<i>Fontana sulla DX</i> ↻
125,5		Al bivio principale, proseguire dritti in direzione Cupone. Riferimento cartello turistico "FOSSIATA 16"	
126,30		Bar/Ristorante La Locanda ristoro sulla sinistra	Ristoro 🍴
136,50	10	Centro visite CUPONE <u>si consiglia di fare rifornimento idrico</u>	Fontana sulla SX ↻ Svoltare a sx. Dirigersi verso l'area picnic, di fronte all'ingresso principale.
137,50		Al bivio, svoltare a DX Inizio ascesa LA FOSSIATA Lunghezza: 7,5 km Pendenza media: 2,8% - Max 12% Dsl: 211 m (da 1.166 a 1.337 m slm)	▶▶ ^
145		Al bivio, mantenersi sulla SX Seguire indicazioni per Longobucco Inizio ascesa Colle dell'ESCA Lunghezza: 3 km Pendenza Media: 5,7% - Max: 8% Dsl: 171 m (da 1.327 a 1.496 m slm)	◀◀ ^
148		Inizio discesa Macrocioli/Colle dell'Esca lunghezza di 5 km 3,5 km molto ripidi, procedere con prudenza lungo la discesa presenti 4 fontane sulla destra e una sulla sinistra (quasi alla fine)	Fontane sulla DX ↻

153		 CONTROLLO n. 6  MACROCIOLI <u>QR CODE N. 6</u>	Sulla SX, poco dopo la fontana, presso casetta acquedotto ad inizio salita <i>Fontana sulla SX</i> 
153		Bivio loc. Macrocioli, restare sulla sinistra, seguire indicazioni per Camigliatello Silano Inizio ascesa Monte Altare Lunghezza: 13 km Pendenza Media: 5,2% - Max: 13% Dsl: 670 m (da m 936 a 1.587 m slm) FONTANA DEL PONTE DI FERRO LUNGO LA SALITA A DX	^
164,7		Fontana allo scollinamento circa	<i>Fontane sulla DX</i> 
173		Rotatoria Restare sulla SS 177, mantenendo la SX Seguire indicazioni per Cava di Melis	
174,5		Fontana Si consiglia di fare adeguato rifornimento, le fontane successive potrebbero non essere sempre sufficienti/attive	<i>Fontane sulla DX</i>  (premere pulsante per far scorrere l'acqua)
176,3		Svoltare a DX su SP 206 direzione Lagarò fraz. Celico <u>Rimanere sempre sulla SP 206 per 13,3 km fino all'innesto con SP 247</u> Non seguire indicazioni per Moccone vi porterebbero su strade non asfaltate	
180,6		Fontana	<i>Fontane sulla DX</i> 
189,6		Bivio, SVOLTARE A SX su SP 247 direzione Camigliatello	
201		Moccone presenza di bar e altri esercizi commerciali	<i>Fontana sulla SX</i> 
201,5		Incrocio - Svoltare a DX restare sulla SP256, direzione Fago del Soldato	
205,8		Fago del Soldato restare sulla SP 256, mantenere la DX Direzione Monte Scuro	 <i>Fontana sulla DX</i> 
207,5		Fontana	<i>Fontana sulla DX</i> 

208,7	3,00	Valico di Monte Scuro Inizia la Strada delle Vette <ul style="list-style-type: none"> Lungo la strada troverete delle fontane, approfittarne per fare rifornimento. Affrontare i saliscendi con prudenza per la possibile presenza di detriti, sconnessioni e veicoli. Tra km 210 e km 212 serie di rampe in doppia cifra (10-13%) 	▲
223,7	15,30	Monte Botte Donato Svoltare a SX <u>salire fino al Rifugio Monte Botte Donato (arrivo ovovia)</u> <u>Si consiglia di alleggerire il rapporto, rampa in doppia cifra.</u>	◀◀
224	0,30	 CONTROLLO n. 7  Rifugio Monte Botte Donato <u>QR CODE N. 7</u>	<u>QR Code in cima, presso il rifugio</u> Ristoro 
224		Rifugio Monte Botte Donato Tornare indietro e proseguire verso Lorica   Affrontare la discesa con estrema prudenza causa sconnessione del manto stradale, limitata ampiezza carreggiata, possibili detriti e veicoli  	(1.880 m slm) Fontana   ▲
228,2	4,2	  Affrontare la discesa con estrema prudenza causa sconnessione del manto stradale, limitata ampiezza carreggiata, possibili detriti e veicoli  	Fontana sulla DX  ▲
234		Bivio Svoltare a DX Immettersi sulla SS108bis Direzione LORICA	▶▶
236		LORICA Proseguire lungo la SS108bis, superando l'abitato di Lorica e loc. Cavaliere	Fontane  <i>a SX in loc. Lorica a DX in loc. Cavaliere</i>
246,5	10,50	Bivio QUARESIMA PROSEGUIRE DRITTO, restando sulla SP 108bis	 Fontana a SX
249		PASSO COLLE D'ASCIONE (1.384 m slm) Restare sulla SS108bis, svoltando a SX Direzione Poverella/Bocca di Piazza	◀◀

252		Bivio Catanzaro/Cosenza Restare sulla SS 108 bis Direzione Catanzaro/Ampollino/Vill. Mancuso	▲
257,4		CONTROLLO n. 8 Fontana BOCCA DI PIAZZA <u>QR CODE N. 8</u>	QR CODE presso fontana incrocio SS 108 bis/SSS 179
257,4		Bocca di Piazza Al bivio, SVOLTARE A SX IMMETTERSI SULLA SS 179	◀◀ Fontana sulla SX ☞
263,4		Bivio SPINETO (bar/ristorante Spineto Sapori) SVOLTARE A DX Direzione Villaggio Mancuso	▶▶
267,4	4,00	Bivio CIRICILLA Proseguire dritto lungo la SS 179dir direzione Villaggio Mancuso/Albi	<u>(lungo la strada</u> <u>prese d'acqua a</u> <u>dx)</u> ☞
272,4	5,0	Loc. PANTANE Riferimento Il Semaforo (bar, pizzeria, ristorante). Al bivio mantenere leggermente la SX , restare sempre sulla SS179dir Direzione Villaggio Mancuso/Albi	Fontana a DX ☞
275,3	3,90	VILLAGGIO MANCUSO Bar La Rotonda, proseguire dritti verso Albi	▲
277,5		Loc. MONACO Superare il Centro Visite Parco Sila Piegare leggermente a DX per restare su SP 179 dir e iniziare la discesa di 12 km	Fontana a SX ☞
289		CONTROLLO n. 9 ALBI, Via Kennedy <u>QR CODE N. 9</u>	Conclusione Rando Sila Extreme Wolf Route (300 km)