

## Tour Dove Nasce il Nure

### Dati riepilogativi 1<sup>a</sup> Tappa - da Bettola a Santo Stefano d'Aveto

Pos.	Destinazione	Altezza s.l.m. metri	Dislivello salita metri	Dislivello discesa metri	Distanze Progressive Km	Distanze Parziali salita Km	Distanze Parziali discesa Km	Tratti non ciclabili Km	Pendenza media salita %	Pendenza media discesa %	Percorso
1	Bettola	336									
2	Pianazzo	353	17		1,2	1,2			1,4		asfalto
3	Rigolo Chiesa	690	337		9,5	8,3			4,1		asfalto carrareccia
4	Scoglio	732	42		10,3	0,8			5,3		carrareccia
5	Roncolo	932	200		11,6	1,3			15,4		mulattiera
6	bivio quota	1.014	82		12,8	1,2			6,8		carrareccia
7	Pennula	1.137	123		16,2	3,4			3,6		carrareccia sentiero
8	Stromboli	1.131		-6	17,2		1,0			-0,6	carrareccia
9	Limbelli	1.016		-115	17,9		0,7			-16,4	sentiero
10	Selva di sopra	920		-96	20,1		2,2			-4,4	asfalto carrareccia
11	Boccolo della Noce	918		-2	22,1		2,0			-2,3	asfalto
12	Passo Linguadà	933	15		23,7	1,6			0,9		asfalto
13	Taverne	951	18		25,0	1,3			1,4		asfalto
14	Orlandazzo	951	0		28,1	3,1			0,0		mulattiera carrareccia
15	Passo Pianazze	972	21		29,7	1,6			1,3		carrareccia
16	bivio quota - Rocchenere	1.400	428		36,3	6,6		3,1	6,5		carrareccia sentiero
17	Prato Grande	1.350		-50	37,5		1,2	0,5		-4,2	sentiero
18	bivio dopo Prato Grande	1.400	50		40,0	2,5		2,0	2,0		sentiero
19	bivio per Passo Zovallo	1.450	50		41,9	1,9		1,9	2,6		sentiero
20	Passo Zovallo	1.409		-41	42,9		1,0			-4,1	sentiero
21	Lago Nero	1.541	132		45,9	3,0		1,0	4,4		sentiero
22	Passo Roncalla	1.585	44		47,9	2,0			2,2		sentiero
23	Santo Stefano d'Aveto	1.017		-568	51,0		3,1			-18,3	carrareccia asfalto

<b>Totali</b>	<b>1559</b>	<b>-878</b>	<b>51,0</b>	<b>39,8</b>	<b>11,2</b>	<b>8,5</b>				
---------------	-------------	-------------	-------------	-------------	-------------	------------	--	--	--	--

Tempo di percorrenza indicativo - ore	8
---------------------------------------	---

## Tour Dove Nasce il Nure

### Dati riepilogativi 2<sup>a</sup> Tappa - da Santo Stefano d'Aveto a Bettola

Pos.	Destinazione	Altezza s.l.m. metri	Dislivello salita metri	Dislivello discesa metri	Distanze Progressive Km	Distanze Parziali salita Km	Distanze Parziali discesa Km	Tratti non ciclabili Km	Pendenza media salita %	Pendenza media discesa %	Percorso
1	Santo Stefano d'Aveto	1.017									
2	Poggio di Torrio	1.305	288		3,2	3,2			9,0		asfalto
3	Torrio	1.096		-209	6,3		3,1			-6,7	carrareccia asfalto
4	Passo Crociglia	1.468	372		11,1	4,8			7,8		carrareccia
5	ex dogana	1.400		-68	12,0		0,9			-7,6	asfalto
6	vetta del Crociglia	1.553	153		14,3	2,3		2,3	6,7		sentiero
7	Passo del Cantone	1.507		-46	15,1		0,8			-5,8	sentiero
8	pendici del Carevolo	1.500		-7	16,2		1,1	1,1		-0,6	sentiero
9	Monte Carevolo	1.552	52		16,7	0,5		0,5	10,4		sentiero
10	Passo Mercatello	1.056		-496	21,8		5,1			-9,7	sentiero
11	pendici dei Groppi di Lavezzera	1.271	215		24,8		3,0			7,2	sentiero
12	Ciregna	1.123		-148	25,9		1,1			-13,5	sentiero
13	quota	1.289	233		27,5	5,7		2,0	4,1		sentiero
14	passo Cappelletta	1.026		-263	34,2		6,7			-3,9	sentiero carrareccia
15	pendici Monte Osero	1.290	264		36,7	2,5		1,0	10,6		sentiero
16	passo del Cerro	766		-524	40,9		4,2			-12,5	sentiero carrareccia
17	Ebbio	725		-41	44,4		3,5			-1,2	carrareccia asfalto
18	Bettola	336		-389	50,9		6,5			-6,0	carrareccia asfalto

**Totali**

**1577**

**-2191**

**50,9**

**19,0**

**36,0**

**6,9**

**Tempo di percorrenza indicativo - ore**

**8**

MTB "GIA' FATTO TEAM"

MTB "GIA' FATTO TEAM"

### Quadro riepilogativo Tour Dove Nasce il Nure

Tappa N°	Dislivello salita metri	Dislivello discesa metri	Lunghezza Km	Lunghezze Parziali						ciclabilità salita %	ciclabilità discesa %	Tempo di percorrenza ore
				Asfalto Km	Carrareccia Km	Mulattiera Km	Sentiero Km	Sentiero non ciclabile salita Km	Sentiero non ciclabile discesa Km			
1	1559	-878	51,0	18,1	16,0	2,9	14,0	8,0	0,5	79,9	95,5	8
2	1577	-2191	50,9	12,9	15,4	0,0	26,7	5,8	1,1	69,5	96,9	8
<b>Totali</b>	<b>3136</b>	<b>-3069</b>	<b>101,9</b>	<b>31,0</b>	<b>31,4</b>	<b>2,9</b>	<b>40,7</b>	<b>13,8</b>	<b>1,6</b>	<b>74,7</b>	<b>96,2</b>	<b>16</b>