

Gran Tour della Val Curone

Dati riepilogativi 1ª Tappa - da Montemarzino a Capanne di Cosola

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	Montemarzino	419									
2	Premarone	264		155	1,3		1,3			11,9	sentiero
3	Barca	227		37	1,7		0,4			9,3	asfalto
4	Momperone	279	52		5,0	3,3			1,6		asfalto
5	Cascina Ramella	352	73		6,9	1,9			3,8		asfalto
6	Serra del Monte	497	145		8,6	1,7			8,5		carrareccia
7	Cà del Monte	687	190		11,6	3,0			6,3		asfalto - sentiero - asfalto
8	Cascina Guardamonte	697	10		13,3	1,7			0,6		asfalto - sentiero
9	Passo di Caiella	531		166	14,8		1,5			11,1	mulattiera
10	pressi Monte Curlo	600	69		16,3	1,5			4,6		mulattiera
11	Campo di Paziienza	587		13	16,6		0,3			4,3	mulattiera
12	Piano di Drovi	541		46	17,2		0,6			7,7	mulattiera
13	incrocio	549	8		18,9	1,7			0,5		mulattiera
14	Rio Castagnola	500		49	19,4		0,5			9,8	mulattiera
15	Castagnola	664	164		21,1	1,7			9,6		mulattiera
16	Selletta sotto il Bric del Pusone	702	38		22,1	1,0		0,2	3,8		asfalto - mulattiera
17	Fabbrica Curone	490		212	23,5		1,4			15,1	mulattiera
18	Case della Chiesa	480		10	24,5		1,0			1,0	asfalto
19	Pareto	631	151		26,3	1,8			8,4		carrareccia
20	Sella sotto il Bric dei Monti	748	117		27,7	1,4			8,4		sentiero
21	Costiolo (fontana)	644		104	28,9		1,2			8,7	sentiero
22	Tempio della Fraternità di Cella	695	51		29,8	0,9			5,7		asfalto
23	Cappella della Costa	780	85		30,6	0,8			10,6		sentiero
24	Rio	759		21	31,0		0,4			5,3	sentiero
25	Selvapiana (fontana)	770	11		31,3	0,3			3,7		sentiero
26	Costiolo (fontana)	850	80		33,5	2,2			3,6		asfalto
27	Forotondo	832		18	34,3		0,8			2,3	asfalto
28	Cà Marchesi	914	82		35,1	0,8			10,2		asfalto
29	stalla	1.369	455		40,0	4,9			9,3		carrareccia
30	bivio quota sotto il Monte Boglelio	1.476	107		41,0	1,0			10,7		mulattiera
31	pendici Monte Bagnolo	1.531	55		42,8	1,8			3,1		mulattiera
32	Colle della Seppa	1.485		46	43,5		0,7			6,6	mulattiera
33	Monte Garave	1.549	64		44,0	0,5		0,5	12,8		mulattiera
34	pendici Monte Rotondo	1.491		58	45,1		1,1			5,3	sentiero
35	bivio Pian dell' Armà	1.585	94		46,9	1,8			5,2		mulattiera
36	Monte Chiappo	1.700	115		47,8	0,9		0,9	12,8		mulattiera
37	Capanne di Cosola	1.501		199	49,2		1,4			14,2	mulattiera

<b>Totali</b>		<b>2216</b>	<b>1134</b>	<b>49,2</b>	<b>36,6</b>	<b>12,6</b>	<b>1,6</b>				
Tempo di percorrenza indicativo - ore		9 <sup>h</sup>									

**Gran Tour della Val Curone**

**Dati riepilogativi 2<sup>a</sup> Tappa - da Capanne di Cosola a Montemarzino**

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	Capanne di Cosola	1.501									
2	Bocche di Crenna	1.553	52		2,6	2,6			2,0		sentiero
3	Monte Ebro	1.700	147		3,8	1,2			12,3		muattiera
4	Monte Cosfrone - quota	1.659		41	4,9		1,1			3,7	mulattiera
5	quota	1.545		114	6,0		1,1			10,4	mulattiera
6	Monte Panà	1.559	14		6,6	0,6			2,3		mulattiera
7	Passo di Brusamonica	1.394		165	7,8		1,2			13,8	sentiero
8	ruderi Castello di Brusamonica	1.420	26		8,2	0,4			6,5		sentiero
8	Monte Gropà	1.446	26		8,7	0,5			5,2		mulattiera
9	Monte Giarolo	1.473	27		10,7	2,0			1,4		mulattiera
10	quota	1.191		282	12,5		1,8			15,7	carrareccia
11	Borgo Adorno	718		473	15,0		2,5			18,9	sentiero
12	quota	730	12		15,4	0,4			3,0		mulattiera
13	monte della Croce	595		135	18,8		3,4			4,0	mulattiera
14	San Donnino	635	40		20,1	1,3			3,1		mulattiera
15	Dernice	591		44	20,5		0,4			11,0	mulattiera
16	Chiesetta di San Rocco	575		16	20,8		0,3			5,3	asfalto
17	pressi del Monte della Croce	602	27		21,4	0,6			4,5		mulattiera
18	quota	559		43	22,1		0,7			6,1	mulattiera
19	monte Mogliazza	590	31		22,8	0,7			4,4		mulattiera
20	Vallescura	484		106	24,0		1,2			8,8	mulattiera
21	Cioccale	451		33	24,8		0,8			4,1	asfalto
22	bivio per Cà del Gatto	503	52		25,5	0,7			7,4		asfalto
23	Guardia	480		23	27,6		2,1			1,1	asfalto
24	Casasco	362		118	30,3		2,7			4,4	asfalto - sentiero
25	Montemarzino	419	57		34,5	4,2			1,4		mulattiera -asfalto
<b>Totali</b>			<b>511</b>	<b>1593</b>	<b>34,5</b>	<b>15,2</b>	<b>19,3</b>	<b>0,0</b>			
<b>Tempo di percorrenza indicativo - ore</b>			<b>5<sup>h</sup></b>								

MTB "GIA' FATTO TEAM"

Quadro riepilogativo "Gran Tour della Val Curone"												
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	2216	1134	49,2	14,3	9,4	17,5	8,0	1,6	0,0	95,6	100,0	9h
2	511	1593	34,5	9,3	1,8	16,7	6,7	0,0	0,0	100,0	100,0	5h
<b>Totali</b>	<b>2727</b>	<b>2727</b>	<b>83,7</b>	<b>23,6</b>	<b>11,2</b>	<b>34,2</b>	<b>14,7</b>	<b>1,6</b>	<b>0,0</b>	<b>97,8</b>	<b>100,0</b>	

MTB "GIA' FATTO TEAM"