



**CLUB ALPINO ITALIANO**  
**Sezione di Lanciano - ONLUS**

**DOMENICA 9 APRILE 2017**

**CICLOESCURSIONISMO NEL PARCO DELLA MAJELLA:**  
**L'anello di Montepiano da Pretoro**

**Itinerario** – Pretoro, area di servizio carburanti (m 530), Aia della Forca (m 590), Torre di Polegra (m 600), Serramonacesca (m 300), San Liberatore a Majella (m 380), sorgenti del Fiume Alento (m 460), Serramonacesca (m 300), Roccamontepiano (m 470), area "Le Grave" della grande frana del 1765 (m 550), Montepiano (m 647), Pretoro (m 530).

**Caratteristiche** - Percorso su fondo in parte asfaltato (km 16) e in parte sterrato/carrareccia (km 12). Il tracciato si presenta da poco a mediamente impegnativo e sempre pedalabile, eccezione fatta per un breve tratto su Le Grave di Roccamontepiano dove la pendenza in salita è accentuata e il fondo molto sconnesso.

**Difficoltà atletica** - Quota minima m 286, quota massima m 647, dislivello totale m 800, lunghezza km 28, tempo di percorrenza 3 h circa (escluse le soste).

**Difficoltà tecnica** – In prevalenza da TC ad MC; solo alcuni tratti BC.

**Accompagnatori** : Gianfranco Cavasinni, Anna Di Feliciano, Gianni Giancrisofaro

**Attrezzatura**: bicicletta mountain bike revisionata, una camera d'aria di riserva, abbigliamento da ciclista, giubba anti-vento, occhiali, casco, borraccia e barrette energetiche.

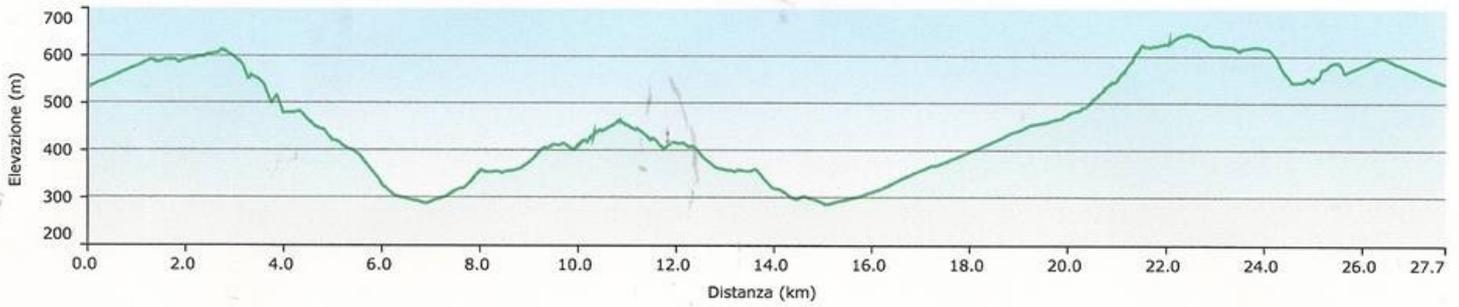
**Luogo e orario di ritrovo**: Lanciano, piazzale Terminal Bus, ore 7:45; partenza ore 8:00 con i mezzi propri.

**PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA**

Per informazioni e prenotazioni rivolgersi alla Sede CAI Via dei Frentani, 43 il venerdì dalle ore 21:30 oppure telefonare al numero: **330 295991** (Gianfranco)

**N.B.**  
*A conclusione del giro, tutti coloro che avranno per tempo prenotato parteciperanno al pranzo "pomeridiano" presso il locale ristoro dell'area di servizio di Pretoro.*

### Grafico



### Statistiche

#### Riepilogo

Punti: 2192 Distanza: 27.7 km Area: 4.0 km<sup>2</sup>

#### Ora

Tempo trascorso: 2:51:21 In movimento: 2:15:33 Tempo in sosta: 0:35:48

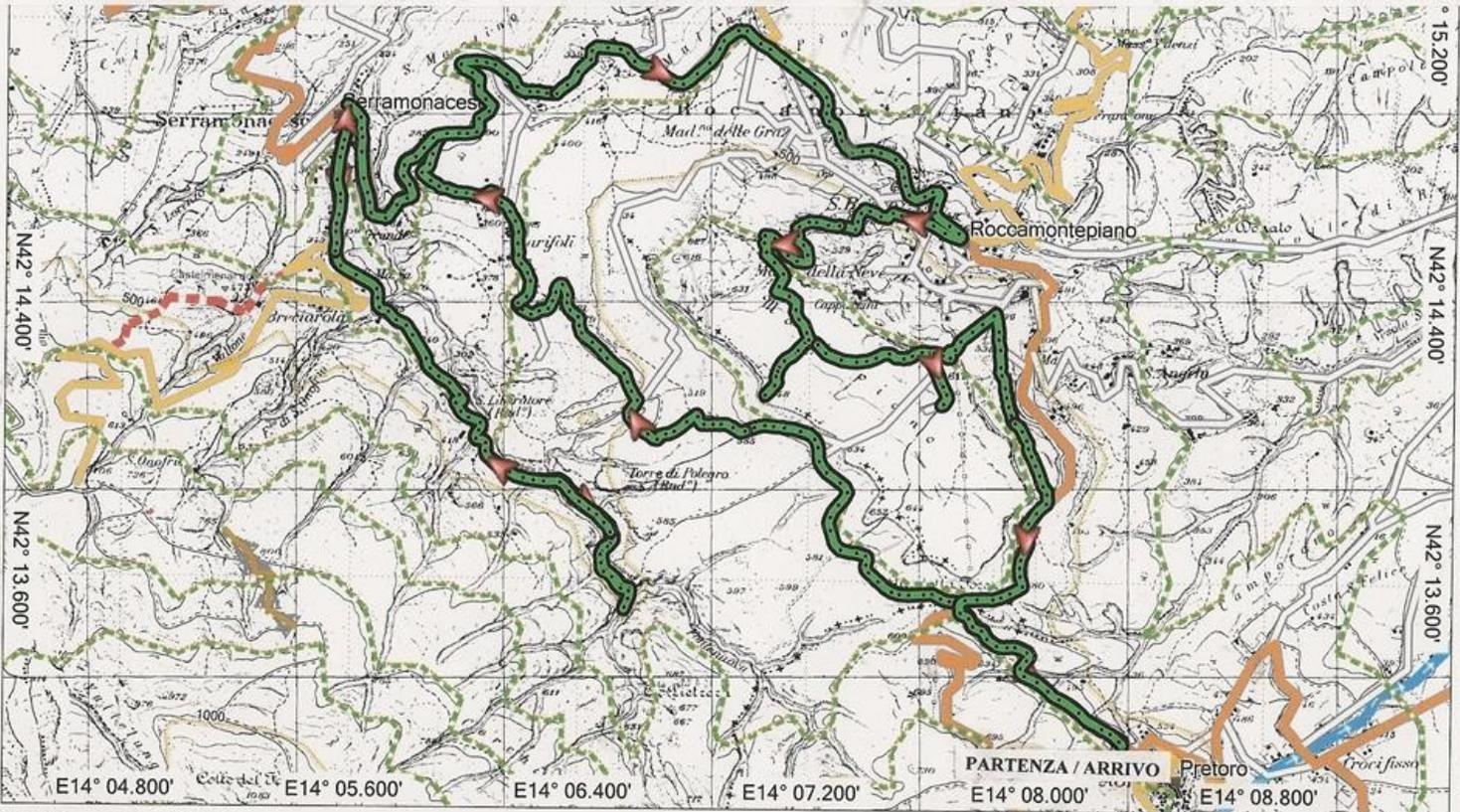
#### Velocità

Media: 10 km/h Velocità media: 12 km/h Minima: 0.0 km/h Massima: 51 km/h

#### Elevazione

Minima: 285 m Massima: 648 m Ascesa: 804 m Discesa: 797 m Pendenza: 0.0 %

## CICLO ESCURSIONISMO " L'ANELLO DI MONTEPIANO "



openmtbmap\_europe\_07.10.2015

Mappe IGM

