

INFO TRACCIATO CLASSIC ED EXTREME

⚠️ TRATTO INIZIALE (Comune a entrambi i percorsi)

- Dal KM 0 al KM 17: 🏔️ Prevalenza di tratti in Discesa per 17 km. Prestare la massima attenzione! Anche se la strada è poco trafficata, mantenere sempre la destra senza mai invadere la corsia opposta.

🏠 PRIMA SALITA IMPEGNATIVA

- 📍 KM 17 (Controne): Svoltata a destra in direzione Postiglione.
- 📈 Il Muro di Controne: Si presenta subito una salita secca al 9% di pendenza per 1 chilometro. Non lascia la possibilità di cambiare marcia, quindi occhio al rapporto giusto fin dall'inizio!
- 🏔️ La scalata a Postiglione: A seguire, altri 7 km di salita al 6% di media con 430 metri di ascesa totale.
- 🍉 KM 24: ● 1° PUNTO RISTORO "Postiglione"

🚫 DIREZIONE SICIGNANO & PETINA



- ⚠️ KM 25: Nei pressi del cimitero di Postiglione, svolta a destra su una stradina panoramica. Fondo a tratti sconnesso, procedere con cautela!
- 🍉 KM 33: ● 2° PUNTO RISTORO "Sicignano degli Alburni" (Piazza Umberto I, nei pressi del monumento ai caduti).
 - Nota tecnica: In paese ci sarà un evento fieristico. Procedere a passo d'uomo senza intralciare il pubblico!
- 🍉 KM 42: ● 3° PUNTO RISTORO "Petina" (Prima della salita al Gigante).
 - Consiglio dello staff: Pausa rigenerante obbligatoria e super rifornimento di acqua fresca nelle borracce prima di attaccare la montagna.

🏰 SECONDA SALITA IMPEGNATIVA: IL GIGANTE

- 📈 La Salita al Gigante: 8 km con pendenza media del 7.7% e 564 metri di dislivello. Non prendetela di petto! Interpretatela con calma, godendovi il fresco dei castagneti e l'aria pura del bosco nella seconda parte. Carreggiata stretta.
- ⚠️ KM 50 (Osservatorio Astronomico): Dall'Osservatorio fino al Rifugio Ausoneto la strada è fortemente dissestata. Massima prudenza, occhi aperti sul fondo stradale!
- 🍉 KM 52: ● 4° PUNTO RISTORO "Rifugio Ausoneto" (Quota 1.138 mt s.l.m. Attenzione a non confonderlo con l'Osservatorio!).
- 🏔️ KM 53 (Inizio Discesa): Fondo sconnesso e presenza di buche. Evitiamo rischi inutili in discesa, tenete le mani ben salde sul manubrio.
- ⚠️ KM 60: Svoltata a sinistra in direzione Corleto Monforte. Massima attenzione a destra e a sinistra! La strada di montagna si immette sulla Provinciale 12/b.
- 🍉 KM 63: ● 5° PUNTO RISTORO "Corleto Monforte" (All'interno del centro storico). ASSOLUTAMENTE DA NON SALTARE, VI ABBIAMO AVVERTITI! 😊









INFO TRACCIATO CLASSIC ED EXTREME



 IL BIVIO CRUCIALE (KM 63.5)

  **GIRO CORTO (CLASSIC): Rientra direttamente a Sant'Angelo a FasANELLA.**

  **GIRO LUNGO (EXTREME):** Prosegue in direzione Bellosguardo seguendo le indicazioni qui sotto.

 **SOLO PER PERCORSO EXTREME (GIRO LUNGO)**

-  KM 64: Nei pressi del cimitero di Corleto Monforte, svoltare a destra sulla SS 166 in direzione Bellosguardo.
-  KM 71: (Bellosguardo): Svoltare a sinistra in direzione Roscigno Vecchia.
-  KM 76: Svoltare a destra verso il borgo fantasma.
-  KM 76:  6° PUNTO RISTORO "Roscigno Vecchia".
 - Consiglio dello staff: Riempite al massimo le borracce qui! Servirà energia per affrontare le ultime salite di Aquara prima del rientro (lungo il percorso ci saranno comunque vari punti idrici).
-  KM 76 (Discesa Stretta): Si prosegue in discesa su una stradina molto stretta. Attenzione assoluta a possibili auto o trattori in senso opposto!
-  KM 77: Svolta a destra direzione Aquara.
-  KM 87 (L'ultimo sforzo): Svolta a destra direzione Aquara. La strada sale con una pendenza media del 4% per 10 km. Gestite le ultime forze!

 **REGOLA D'ORO PER TUTTI:** Divertitevi, godetevi i nostri ristori e i borghi, ma sempre in massima sicurezza! Ci vediamo sulle strade del Gigante! 

ALBURNI

MARATHON