



sabato 4 maggio 2019

TRIANGOLO LARIANO

(MOUNTAIN BIKE)

DESCRIZIONE

E' un giro ad anello che parte da Como, sale a Brunate e da qui, lungo i verdi rilievi della dorsale del Triangolo Lariano, ci condurrà fino alla Colma di Sormano del Pian del Tivano. Da qui, si scenderà su asfalto fino a Nesso, per poi percorrere la strada Regia, lungo lago, fino a Como (56 km totali).

Il giro completo del Triangolo Lariano continuerebbe fino a Bellagio, ma per lunghezza di itinerario e difficoltà tecniche di percorso (salite e discese oltre il 25%), si è optato di terminare l'itinerario sterrato a Pian del Tivano, prevedendone da qui il rientro su asfalto.

Partenza	Ritrovo all'ingresso della Stazione di Cadorna (Milano) alle ore 7.00 oppure alle ore 8:45 alla Stazione di Como Nord Lago (attenzione a Como ci sono altre 3 stazioni). Possibilità, per chi volesse, di usufruire del trasporto in funicolare per giungere fino a Brunate, dove ci si ricompatterà con il resto del gruppo salito lungo la strada (costo corsa funicolare sola andata: circa 3 euro/persona + trasporto bici 3,00 euro).
Viaggio	Treno Regionale Milano Cadorna (07:43) – Como (8:44). (Orari modificabili in caso di variazioni degli orari dei treni). Spesa biglietto persona (circa 5,00 euro sola andata) + trasporto bici (3,00 euro valido per 24h) acquistabili in stazione tramite bancomat / carta alle biglietterie automatiche.
Iscrizioni	Ogni giovedì in Sede (aperta dalle 21 alle 23) con il versamento delle quote. Data di chiusura iscrizioni: giovedì 2 maggio.
Quote	soci: euro 4,00 - non soci euro 12,00 . La quota comprende soccorso alpino, polizza infortuni, responsabilità civile. Per la copertura assicurativa, i non soci, oltre al nome devono comunicare la data di nascita.
Abbigliamento/ Equipaggiamento	da escursione (pantaloni lunghi o corti, maglietta, maglione o pile, giacca antivento, cappellino sottocasco, guanti leggeri, crema solare). Si consigliano maglietta di cambio e occhiali da sole (meglio se con lenti chiare). Obbligatorio casco e luci fronte/retro da posizionare sulla bici (consigliata sempre la frontale).
Attrezzatura	Mountain bike, camere d'aria in caso di foratura (se ne consigliano due), piccolo zaino, borracce o bottiglie d'acqua (acqua o bevande acquistabili in corrispondenza dei rifugi).
Pranzo	Pranzo al sacco. Si consigliano barrette /cibi energetici da consumare lungo l'itinerario, anche al di fuori del pranzo.
Premi sezionali	Premio Fedeltà: 1 punto – Punti vetta Monte Boletto (salita integrale): 5 punti Punti vetta Monte Boletto (salita in funicolare): 2 punti
Organizzazione	Claudio Terenzi (347.9494989) – Valentina De Marco (334.1617429)

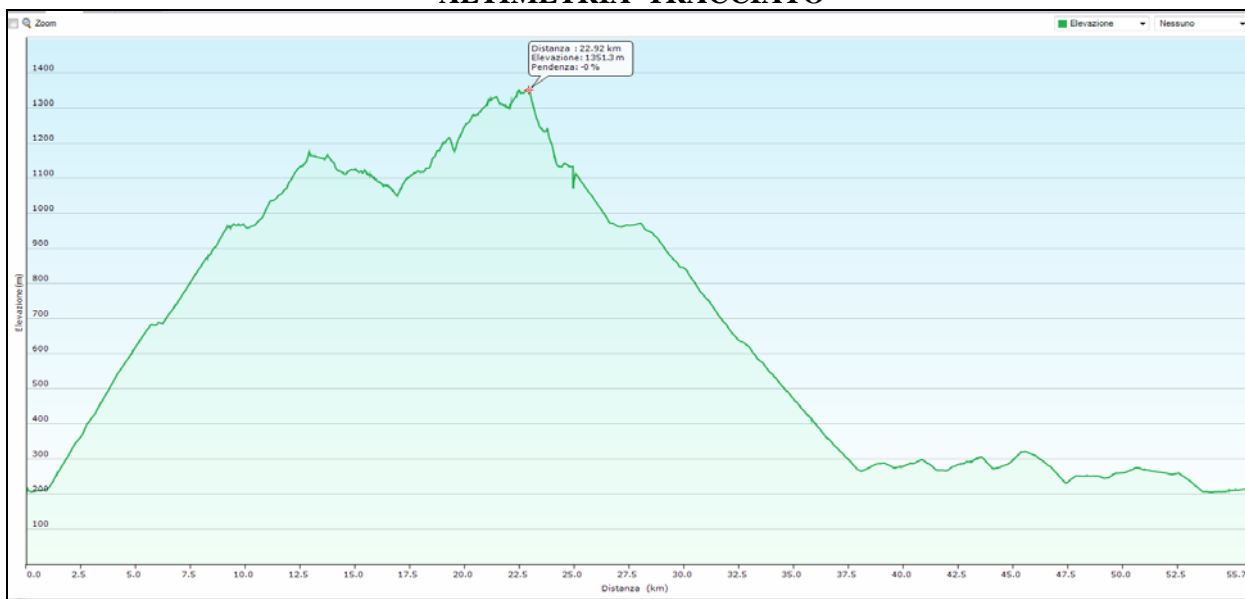
ITINERARIO

Dalla stazione di Como si inizia a pedalare, e dopo 6,5 km e 500 m dislivello (in salita) si giunge a Brunate (Possibilità, per chi volesse, di usufruire del trasporto in funicolare per giungere fino a Brunate, dove ci si ricompatterà con il resto del gruppo salito lungo la strada). Giunti alla stazione a monte della funicolare si prosegue in direzione frazione S.Maurizio lungo la strada asfaltata che giunge al piazzale del Rifugio CAO, dove inizia il tratto sterrato ed acciottolato che passa dal rifugio Boletto. La vetta, raggiungibile in pochi minuti a piedi, è un ottimo punto panoramico. Appena dopo il rifugio si affronta la prima salita impegnativa, fortunatamente non molto lunga, su tratto cementato che conduce ad un cambio di crinale ai piedi del monte Bolettone (km 13°, dislivello salita 1000m). Si segue quindi la discesa su sentiero erboso verso la Bocchetta di Molina (km 14,5°) a cui fa seguito un bellissimo single track all'interno di uno spettacolare bosco, noto come "il Faggeto", con vari saliscendi e quasi totalmente pedalabile (presenza di radici e tronchi di alberi). Si giunge alla bocchetta di Lemna (km 18°) (indicazioni per la Capanna Mara, a circa 10 minuti) ove inizia una larga strada dal fondo sterrato che passando sotto le pendici del Pizzo d'Asino e Monte Palanzone, porta sino al rifugio Riella (km 20°). Con saliscendi poco impegnativi si prosegue quindi dapprima su strada a fondo sterrato dagli ottimi panorami ed in seguito, a mezzo sentiero nei prati, si raggiunge la località Colma di Sormano del Pian del Tivano (km 25°, dislivello salita 1475m), da dove ha inizio la strada asfaltata di discesa fino a Nesso (km 38°). Ora percorrendo la strada Regia, lungo lago, che collega Como a Bellagio, si ritorna sino a Como, con leggeri falsipiani non particolarmente impegnativi (km 56°, dislivello salita 1700m). Si raccomanda massima attenzione sul tratto di strada statale (18 km di lunghezza) per la presenza di auto e il rispetto del codice della strada.

Tipologia	Percorso alternato su strade: asfaltate / mulattiere sterrate / single track su terra compatta con possibile presenza di radici e foglie.
Lunghezza totale	56 km
Dislivello salita / discesa	1700 m
Tempi di percorrenza	5 / 6 ore per il giro completo ad anello; esclusa la sosta per il pranzo
Difficoltà	MC / BC
Impegno fisico	Si consiglia a sole persone allenate con buona preparazione fisica! (tratti brevi di salite con pendenze max fino al 20%)
Bellezza paesaggio / natura	fatica ampiamente ricompensata dalla bellezza dei posti e dagli scorci sul lago di Como.

IN CASO DI CONDIZIONI METEO ED AMBIENTALI NON IDONEE, O POSSIBILITÀ DI RINVIO AL GIORNO SUCCESSIVO O MODIFICA DEL TRACCIATO O ANNULLAMENTO!

ALTIMETRIA TRACCIATO



TRACCIATO ITINERARIO

