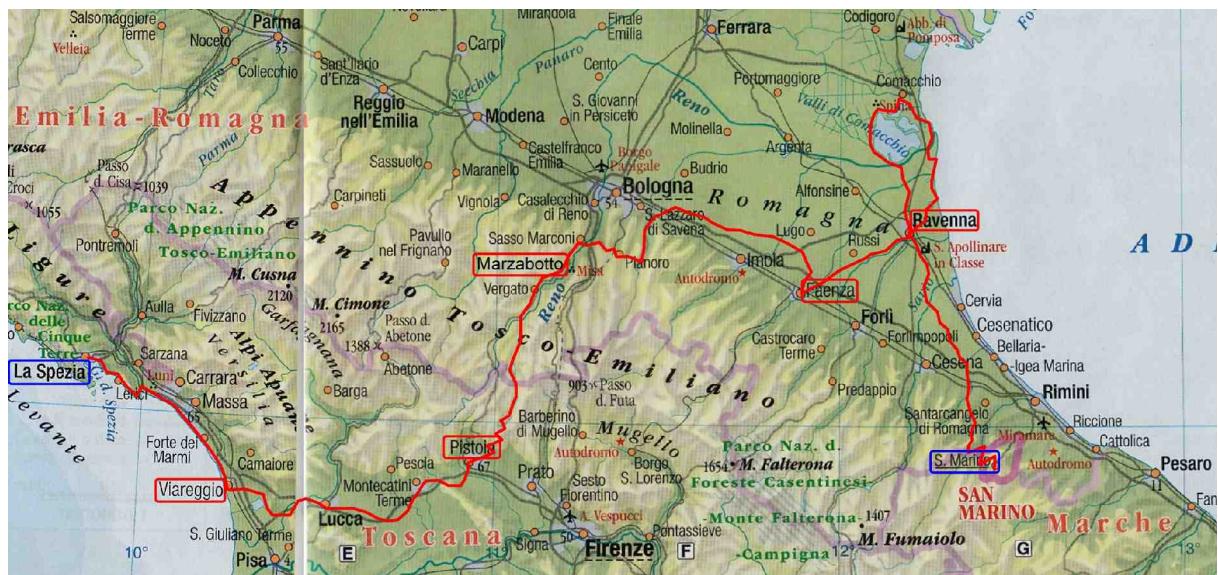




LA SPEZIA - SAN MARINO

dal Mar Ligure all'Adriatico
attraversando l'Appennino Tosco - Emiliano

(23 - 29 agosto 2015)



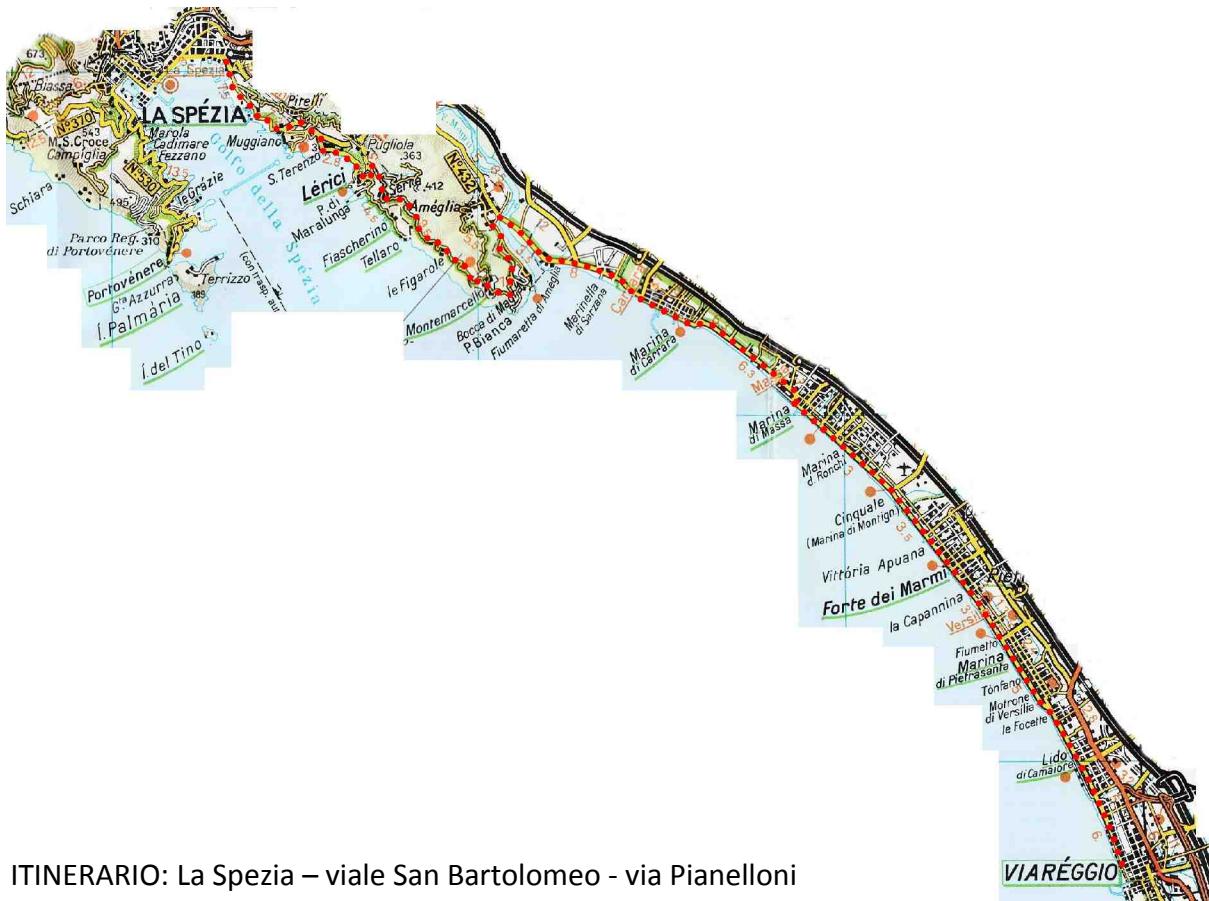
- | | |
|--|--------------|
| 1. La Spezia - Lerici - Viareggio | Km 56 |
| 2. Viareggio - Lucca - Pistoia | km 82 |
| 3. Pistoia - Marzabotto | km 76 |
| 4. Marzabotto - Faenza | km 92 |
| 5. Faenza - Ravenna | km 37 |
| 6. Ravenna - Comacchio - Ravenna | km 84 |
| 7. Ravenna - San Marino | km 77 |

LA SPEZIA - SAN MARINO

1^a tappa - domenica 23 agosto 2015

LA SPEZIA - VIAREGGIO (km 56)

Una tappa che ha come sfondo costante il mare: dalle coste liguri, pedalando sul panoramico lato orientale del golfo dei Poeti, a quelle toscane della Versilia. Il percorso sale nel primo tratto fino a sfiorare i 300 metri di quota; dopo una quindicina di km si scende verso la foce del Magra e da quel punto in avanti si pedala in piano.



ITINERARIO: La Spezia – viale San Bartolomeo - via Pianelloni – via Militare (si segue la strada interna che passa alle spalle di S. Terenzo, Lerici, Tellaro) – Montemarcello (16) – Bocca di Magra – Ameglia (23) – Fiumaretta di Ameglia – Marinella di Sarzana – Marina di Carrara (30) – Marina di Massa (36) – Marina di Ronchi – Cinquale – Forte dei Marmi (43) – Marina di Pietrasanta – Lido di Camaiore – Viareggio (56)



LA SPEZIA - SAN MARINO

2^a tappa - lunedì 24 agosto 2015

VIAREGGIO - PISTOIA (km 82)

Tappa che penetra nell'interno della Toscana. Pedalando alla base delle ultime propaggini delle Alpi Apuane, si raggiunge la piana di Lucca e si prosegue verso est. Nel finale si affronta la salita verso il piccolo borgo di Montevettolini, scavalcando le modeste alture del Monte Albano e scendendo verso un'altra pianura: quella di Firenze, Prato e Pistoia. La salita da Pozzarello a Montevettolini è lunga un paio di km, con pendenze del 4-5% nella prima metà e del 6% nella seconda parte.

ITINERARIO: Viareggio – Montramito – Massarosa – Massaciuccoli (16) – Balbano – Nozzano Castello – Corte Pardi - Nozzano Vecchio – Lucca (30) – Capannori (37) – Corte Stanghellini - Porcari – Marginone – Ponte alla Ciliegia – Chiesina Uzzanese (51) – Ponte Buggianese – Monsummano Terme (61) – Pozzarello – Montevettolini (66) – Cantagrillo – Pistoia (81)



LA SPEZIA - SAN MARINO
3[^] tappa - martedì 25 agosto 2015
PISTOIA - MARZABOTTO (km 76)

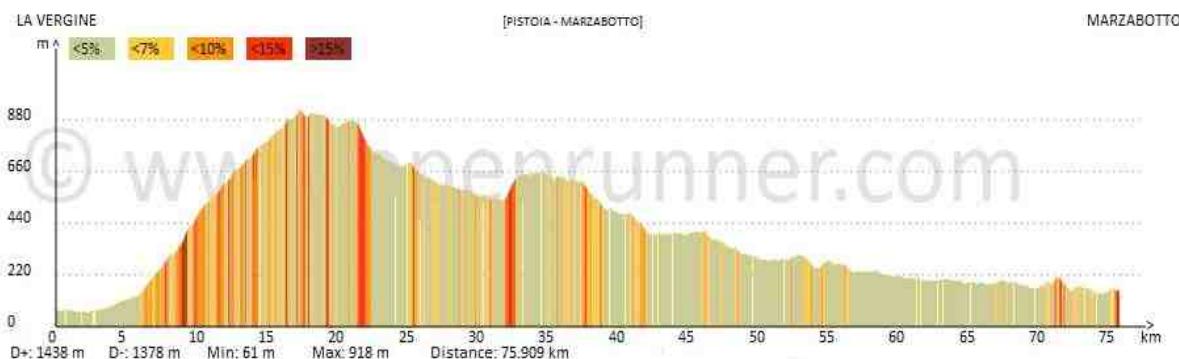
Dalla Toscana all'Emilia: per scavalcare l'Appennino si evita la trafficata strada di Porretta Terme e si sceglie un suggestivo percorso alternativo: la strada provinciale di Acquerino e del lago di Suviana. Nel finale si entra nella valle del fiume Reno fino a Marzabotto.

La salita verso Acquerino è impegnativa soprattutto dal terzo all'ottavo km, con pendenze tra l'8 e il 9% che scendono al 7% e poi al 6% nei successivi tre km e mezzo.

Chi patisce le salite (si parte dai 70 metri di Pistoia e si valica l'Appennino a quota 890, con alcuni ulteriori saliscendi) può optare per una diversa soluzione: prendere il treno abilitato per trasporto bici che porta da Pistoia a Porretta Terme in 50 minuti. Qui si può cambiare con un secondo treno verso Marzabotto (solo pochi convogli sono però abilitati al trasporto bici) oppure seguire la strada della valle del Reno, scegliendo dove possibile il vecchio tracciato, che in 35 km scende dai 350 metri di Porretta ai 130 di Marzabotto.

Chi sceglie l'opzione del treno ricava maggior tempo da dedicare alla visita delle località di partenza o di arrivo della tappa (a Marzabotto si trova anche una interessante area archeologica con annesso museo nazionale etrusco).

ITINERARIO: Pistoia – Candeglia - Le Pozze – Acquerino (20) – Monachino – L'Acqua – Badi – Suviana (41) – Ponte di Verzuno – Rocchetta Mattei – Riola (54) – Lissano – Malpasso – Carboncina - Ospedale di Sopra - Vergato (63) – Rio Canè – Casetta - Pioppe di Salvaro – Pioppe – Marzabotto (76)

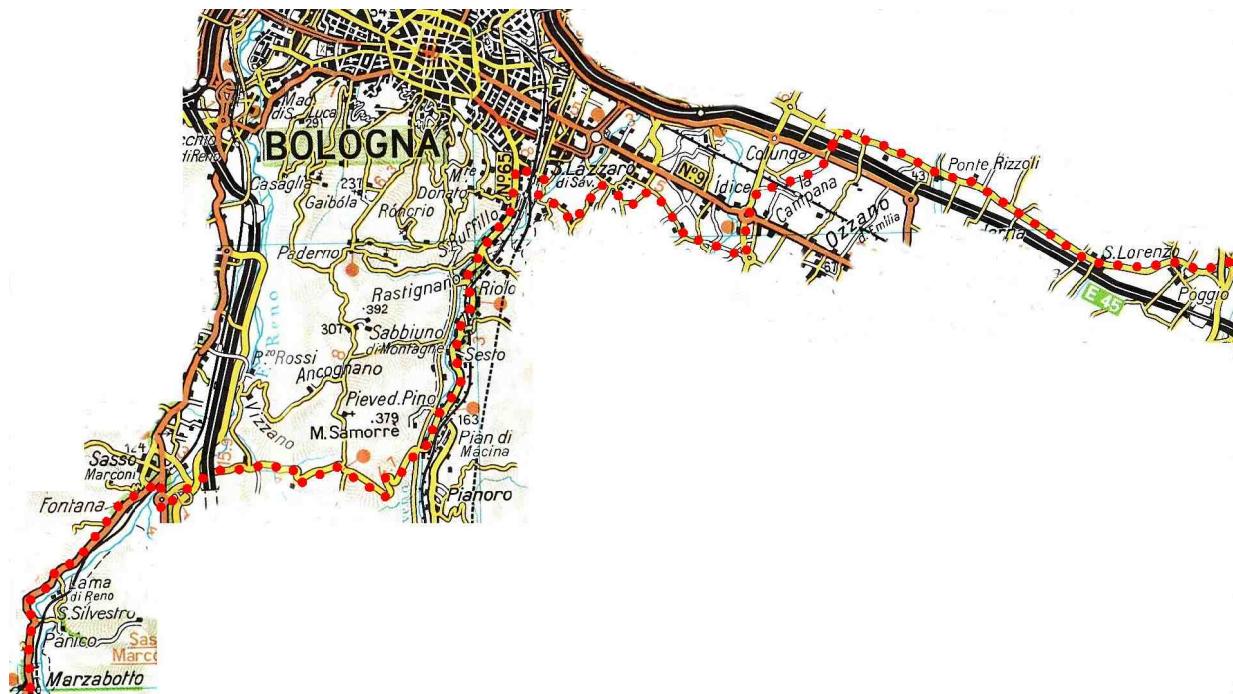




LA SPEZIA - SAN MARINO
4[^] tappa - mercoledì 26 agosto 2015
MARZABOTTO - FAENZA (km 92)

E' la tappa più lunga: da Marzabotto si procede fino a Sasso Marconi, qui si abbandona la strada Porrettana e superando un colle a quota 300 metri si passa dalla valle del Reno a quella parallela del torrente Savena; si aggira l'abitato di San Lazzaro di Savena (che fa parte della periferia di Bologna) e poco più avanti ci si sposta a nord della via Emilia e dell'autostrada. Il percorso si snoda poi lungo strade secondarie della pianura fino a ad entrare nel territorio romagnolo e raggiungere la città di Faenza.

ITINERARIO: Marzabotto – Fontana – Sasso Marconi (7) - Rastignano - San Lazzaro di Savena (28) – Ponte Rizzoli (44) – Poggio – Poggio Piccolo – Castel Guelfo di Bologna (58) – Sasso Morelli – Fluno - Bubano - Sganga – Mordano – Bagnara di Romagna (74) – Solarolo (78) – Faenza (92)

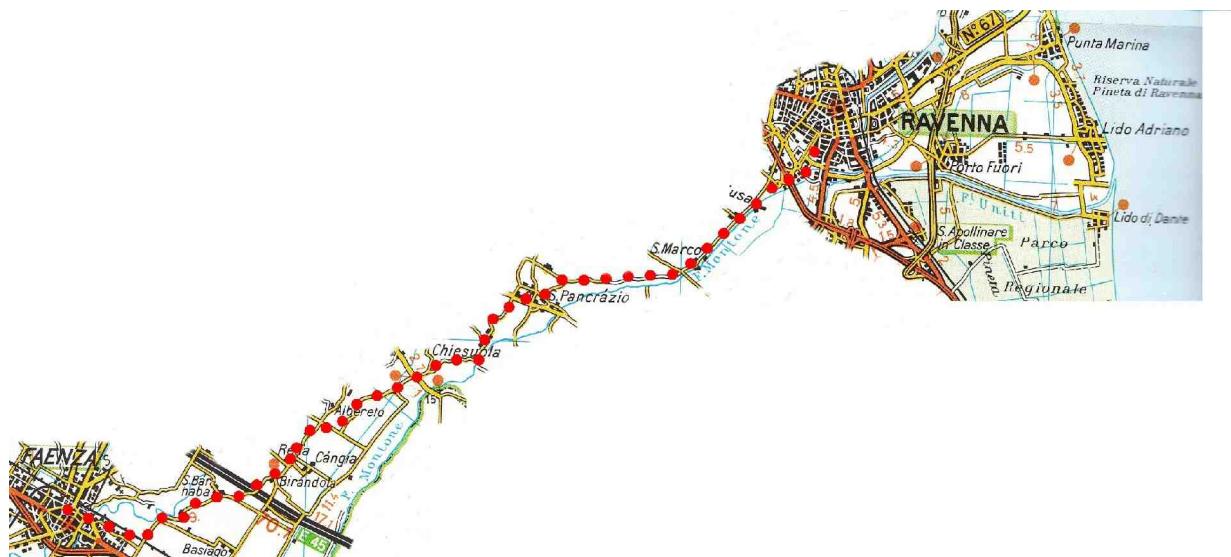




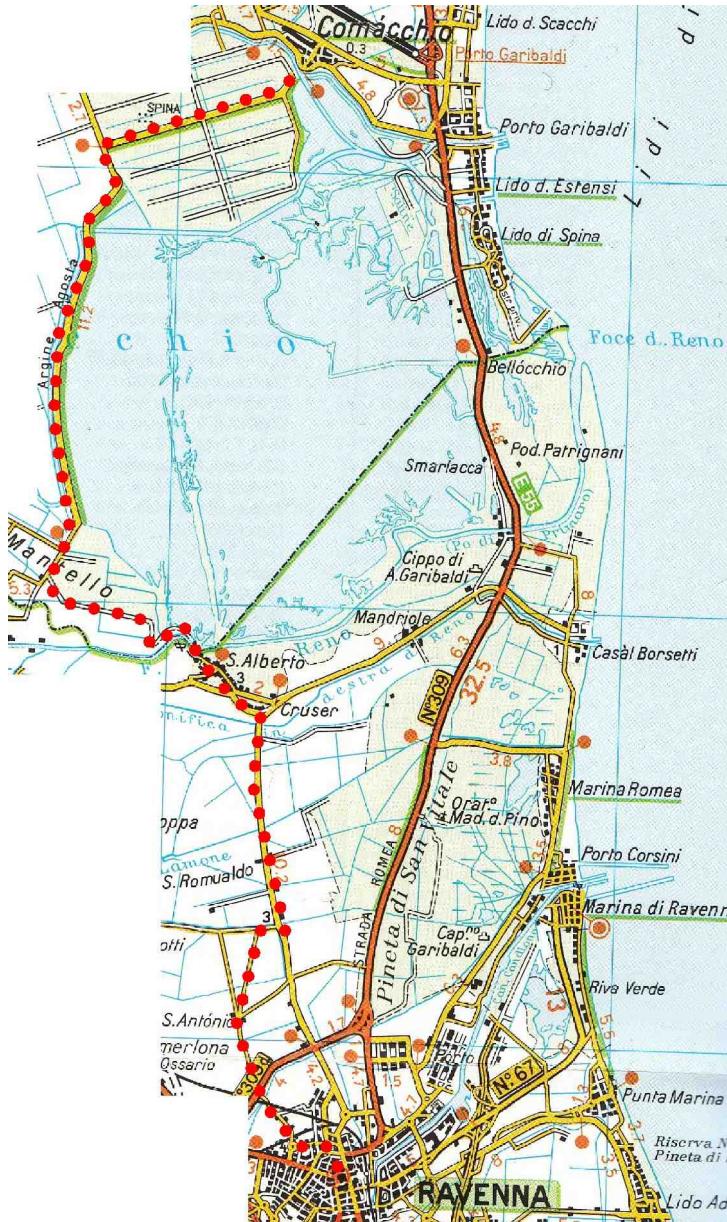
LA SPEZIA - SAN MARINO
5[^] tappa - giovedì 27 agosto 2015
FAENZA - RAVENNA (km 37)

Percorso breve e completamente in pianura, sulle strade della Romagna. Nel tratto finale si pedala sull'argine del Montone, il fiume che scorre nella pianura tra Forlì e Ravenna. In meno di due ore si raggiunge Ravenna. A questo punto conviene fare una piccola deviazione: si lascia l'argine del Montone e si segue la pista ciclabile di 3 km per raggiungere e visitare la basilica di Sant'Apollinare in Classe. Dopo un momento di ristoro si prosegue verso l'albergo e si dedica il pomeriggio alla visita della città..

ITINERARIO: Faenza – Reda – Chiesuola – San Pancrazio (22) – San Marco – La Chiusa – Ravenna (37)



LA SPEZIA - SAN MARINO
6^a tappa - venerdì 28 agosto 2015
RAVENNA - COMACCHIO - RAVENNA (km 84)



traghetto sul fiume Reno – Comacchio (42) – ritorno a Ravenna (84)

Tappa interamente pianeggiante: si raggiunge Comacchio percorrendo la strada sul lato occidentale delle Valli dopo aver attraversato con un traghetto il fiume Reno, già incontrato nel suo tratto iniziale durante la terza e quarta tappa. A Comacchio si può optare per la visita della cittadina e del Museo della nave romana, oppure procedere fino alla costa, nella zona di Porto Garibaldi, per un bagno nell'Adriatico.

Il ritorno avverrà ripercorrendo lo stesso itinerario dell'andata per evitare di dover transitare sulla statale Romea, troppo pericolosa a causa dell'elevato traffico anche di mezzi pesanti.

ITINERARIO: Ravenna – via Canalazzo – Sant'Antonio - San Romualdo – Sant'Alberto (16) –



LA SPEZIA - SAN MARINO
7^ tappa - sabato 29 agosto 2015
RAVENNA - SAN MARINO (km 77)

Lasciata la città di Ravenna scegliendo un itinerario verso l'interno, evitando il traffico della costa romagnola ricca di insediamenti turistici.

Dopo un percorso completamente pianeggiante, nel finale si affronta l'impegnativa salita verso i quasi 680 metri di quota del centro storico di San Marino (inserito dall'Unesco tra i patrimoni dell'umanità) dove termina il tour. La salita inizia da Gualdicciolo, a 140 m. di altitudine e porta ai 680 della piazza del Palazzo Pubblico in 10 km. La pendenza media è del 5,5%, ma in realtà si alternano tratti più impegnativi ad altri in cui si può rifiatare.



