

## FORESTA NERA E LAGO DI COSTANZA

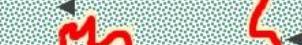
22 - 29 agosto 2021



### FORESTA NERA CENTRALE



Kandel



Donaueschingen  
sorgente  
Danubio



Tibsee



Rinkenpass



Feldberg

FRANCIA  
ALSAZIA



Reno

### FORESTA NERA (SCHWARZWALD) MERIDIONALE

BRISGOWIA  
(BRISGAU)



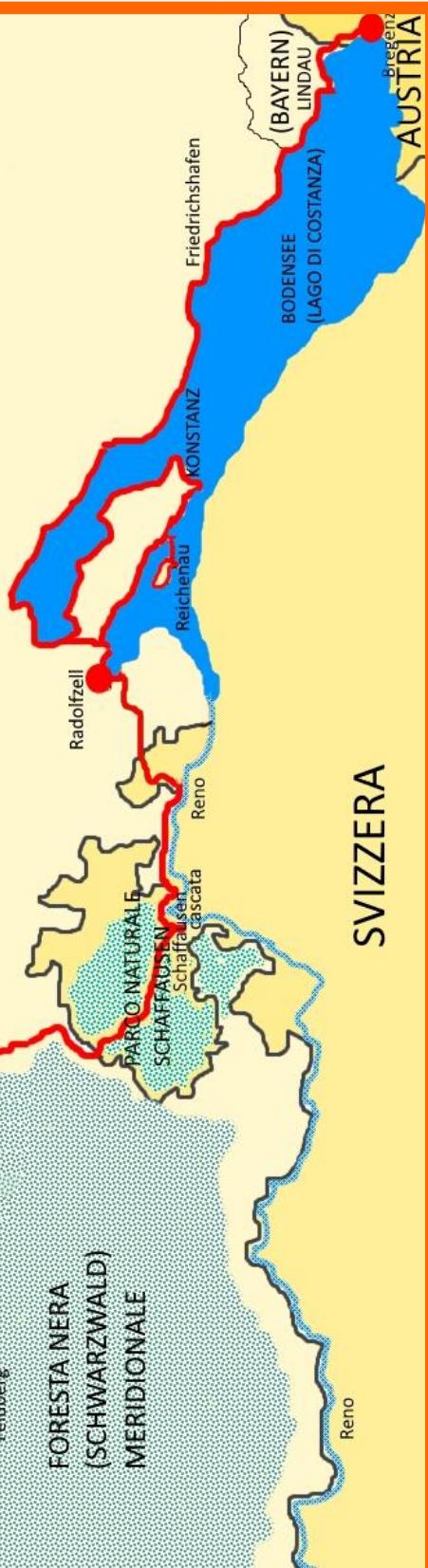
Saint Louis

FRANCIA  
ALSAZIA



Reno

### GERMANIA (BADEN - WURTTEMBERG)



### SVIZZERA



Reno



Basel



Saint Louis



Reno



Basel



Saint Louis



Basel



Reno



Basel



Basel



Reno



Basel



Reno



Basel



Reno



Basel



Reno



Basel



Reno



Basel



Reno



Basel



Reno

## 1 - SAINT LOUIS - FREIBURG

Km 73

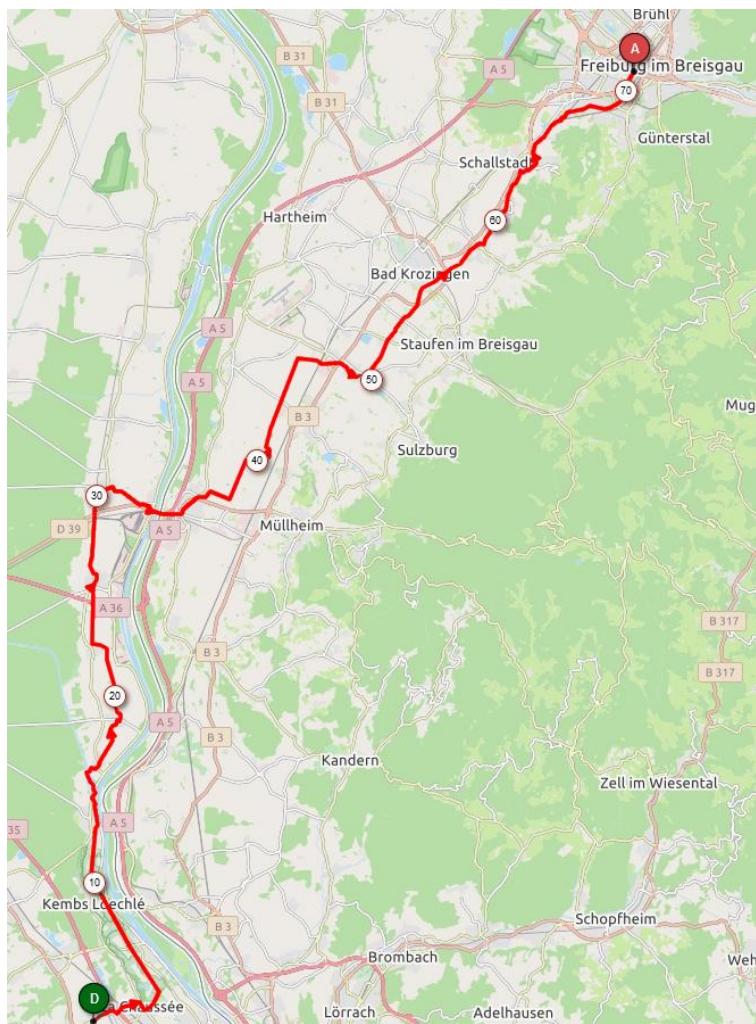
D+ 338

D- 328

MIN 208

MAX 274

OPENRUNNER 12282041



La tappa inizia in territorio francese, nella regione dell'Alsazia, e segue nella prima parte il tracciato della ciclabile del Reno che si snoda a fianco del canal de Huningue e attraversa la zona paludosa della Riserva Naturale della Piccola Camargue. Per qualche km la pista è sterrata, poi diventa stabilmente asfaltata. A Niffer (km 16) si supera il punto in cui confluiscano il canale du Rhône au Rhin e il Grand canal d'Alsace, si continua attraversando piccoli borghi e soffermandosi nel centro di Ottmarsheim (km 26). All'altezza di Bantzenheim si svolta sulla destra e si attraversano il Grand Canal d'Alsace e il Reno (km 33) entrando in Germania a Neuenburg. Si prosegue seguendo le indicazioni dell'anello della ciclabile che circonda la Foresta nera meridionale (SudSchwarzwald Radweg) raggiungendo Heitersheim (km 48), Bad Krozingen (km 56), con deviazione verso il centro di questa cittadina termale per la sosta pranzo, e altri borghi minori fino ad arrivare a Freiburg (km 73).

La parte tedesca della tappa si svolge nella regione della Brisgovia, tra la pianura renana e le colline del Markgräflerland che si trovano alla base dei rilievi più alti della Foresta Nera. Solo negli ultimi 25 km si incontrano saliscendi di moderato dislivello.



## 2 - FREIBURG - KANDEL - FREIBURG

Km 60

D+ 1.098

D- 1.099

MIN 228

MAX 1.198

Percorso ridotto:

Km 42

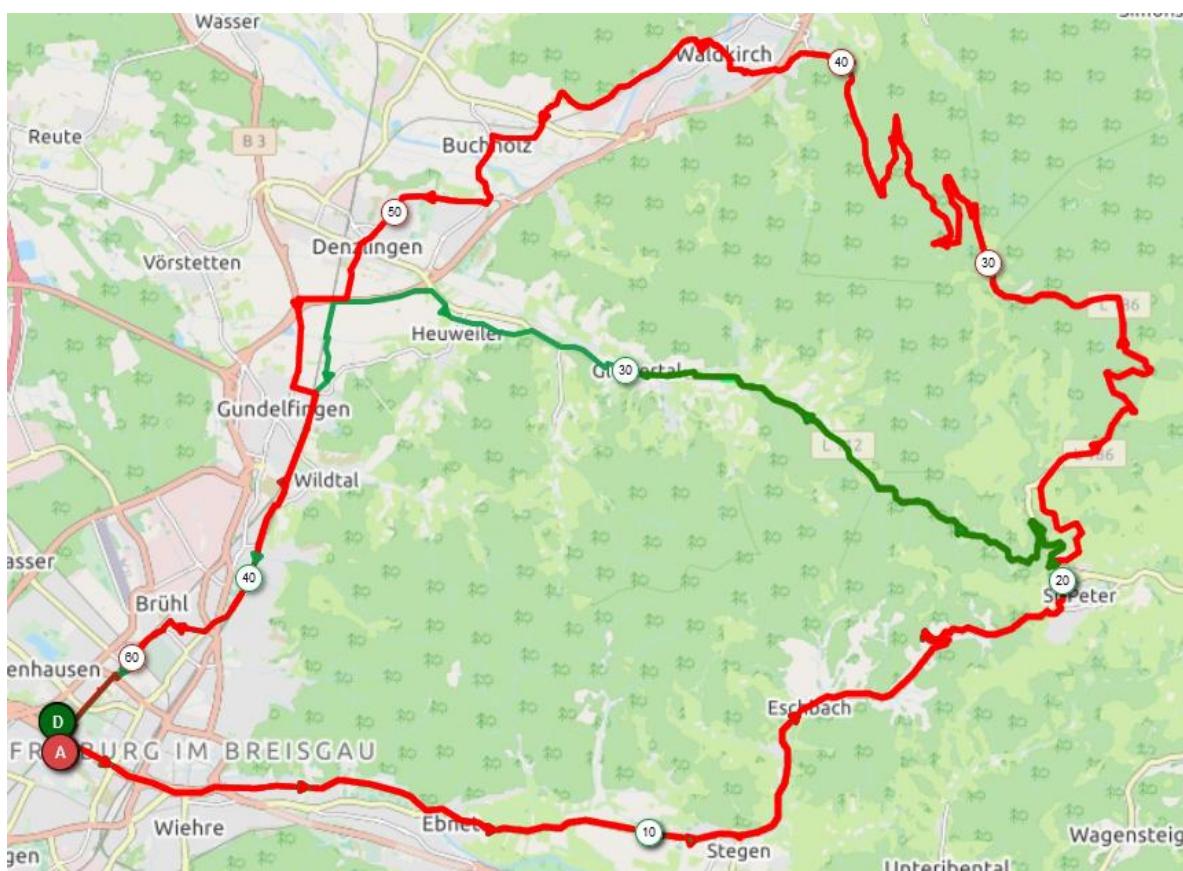
D+ 532

D- 532

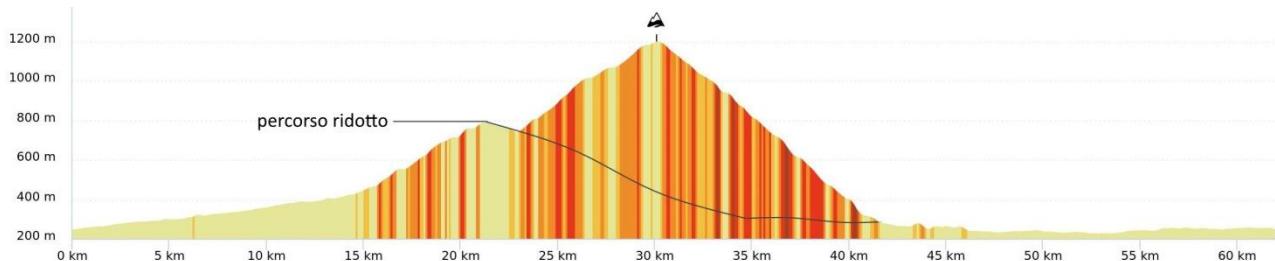
MIN 233

MAX 741

OPENRUNNER 12282035 e 12282062



Questa tappa prevede un percorso ad anello che si sviluppa a nord-est della città di Freiburg, che si lascia pedalando a est fino ad incontrare la strada verso Stegen (km 10) da dove inizia la salita in direzione di St. Peter (km 18) e il passo Kandel (km 28) situato in posizione panoramica a 1.241 metri di quota. Si scende poi sull'altro versante verso Waldkirch (km 40) e Denzlingen prima di rientrare a Freiburg (km 60). Il percorso ridotto (in verde nella cartina) evita la salita del Kandel e chiude l'anello da St. Peter verso Denzlingen e Freiburg. Per il pranzo si può optare tra portarsi rifornimenti per un picnic sulla vetta o scendere per mangiare a Waldkirch. In appendice si trova il profilo dettagliato della salita verso Kandel dal lato sud.



### 3 - FREIBURG - TITISEE - DONAUESCHINGEN

Km 76

D+ 1.382

D- 961

MIN 271

MAX 1.202

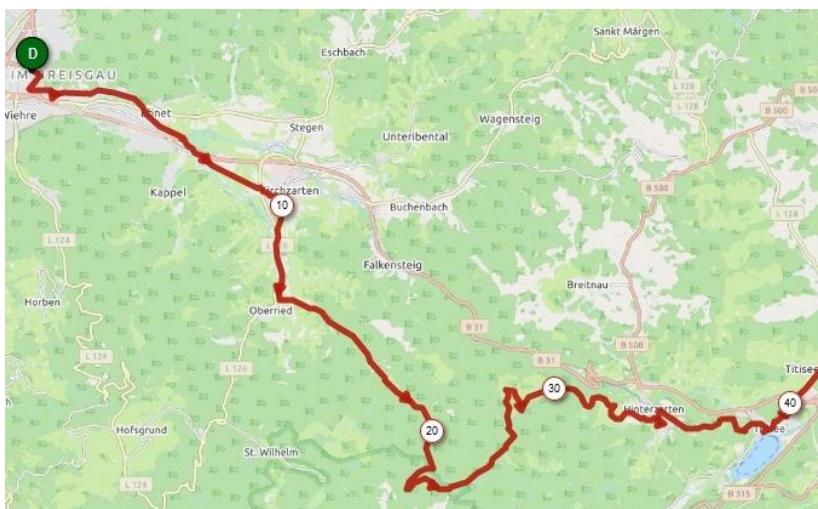
OPENRUNNER 12282136

**Percorso ridotto** (si evita la salita del Rinkenpass, si raggiunge il lago Titisee in pullman e si inizia in bicicletta la seconda parte della tappa fino a Donaueschingen):

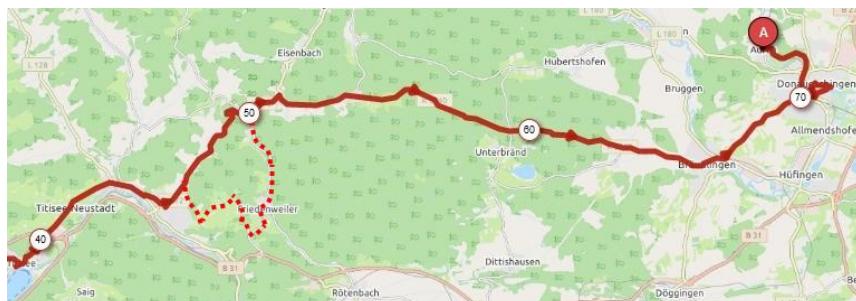
km 37

D+ 361

D- 523



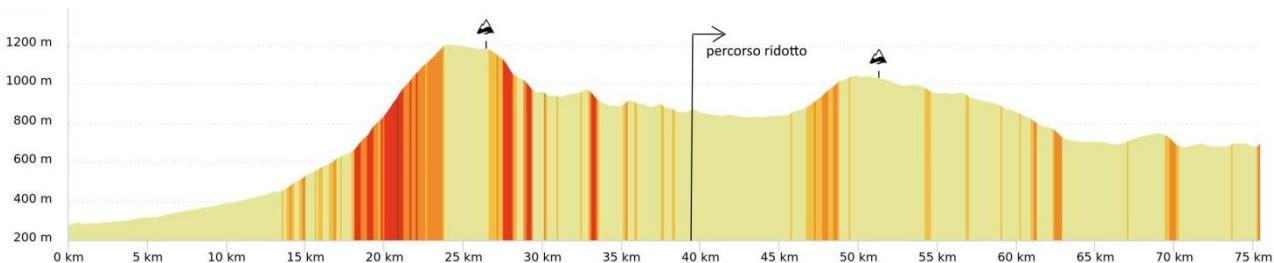
dove si sale di 550 metri. L'ultimo tratto è sterrato ma percorribile anche con le bici da corsa (in appendice si trova il profilo dettagliato della salita verso Rinken). Raggiunta la quota massima di 1.202 metri (km 24), alle spalle del Feldberg, la montagna più alta della Foresta Nera, si inizia a scendere verso Hinterzarten (km 35) e il lago Titisee (km 39) dove ci si può fermare per la sosta pranzo.



intorno alla collina, che però allunga la tappa di circa 6 km) poi, su strade secondarie e ciclabili, si scende verso Donaueschingen e si entra in città per arrivare al parco del castello dove si trova la fontana della sorgente del Danubio (km 71). Si percorrono ancora 5 km per raggiungere l'hotel a nord della città.

Seguendo il percorso ciclabile della Foresta Nera (SudSchwarzwald Radweg) si raggiunge Kirchzarten (km 10) e si prosegue nella valle Zastler. Nei pressi di Oberried inizia la salita verso Rinken. È un'ascesa decisamente impegnativa soprattutto nei 6 km finali

Si riprende la tappa affrontando una salita di circa 4 km sulla strada L172 (si può evitare scegliendo un itinerario secondario ciclabile



#### 4 - DONAUESCHINGEN - SCHAFFAUSEN - RADOLFZELL

Km 90

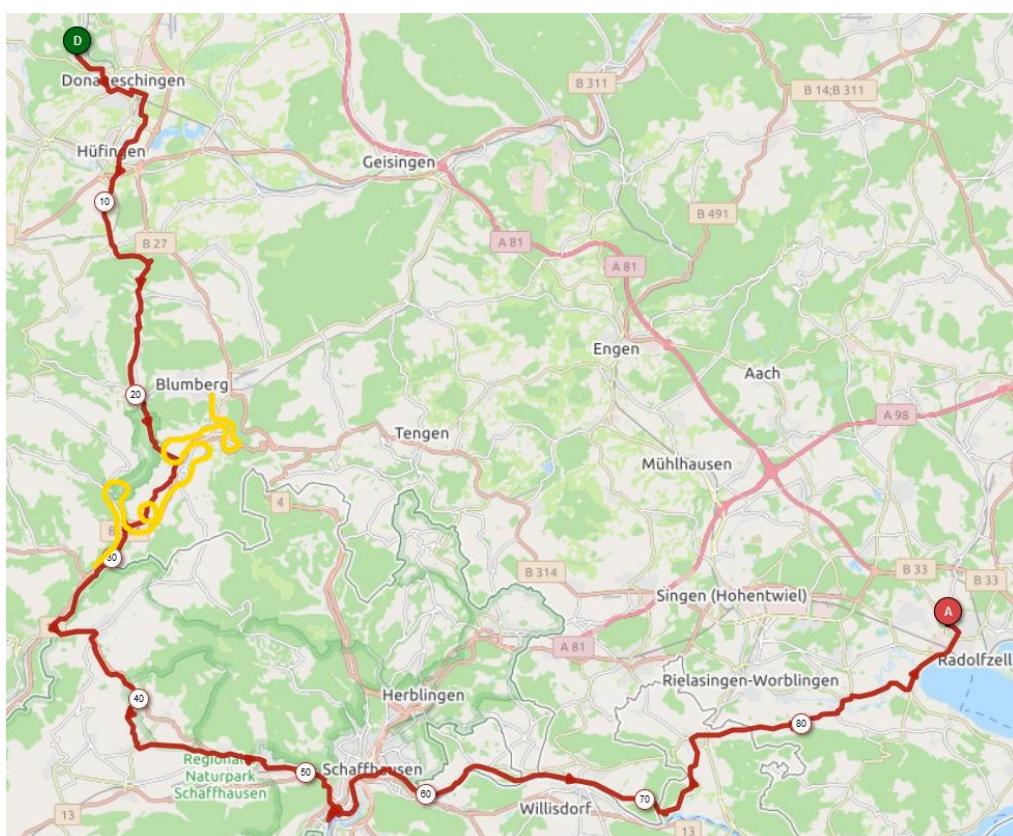
D+ 810

D- 1.100

MIN 368

MAX 787

OPENRUNNER 12284584



È una tappa lunga con un profilo altimetrico piuttosto movimentato anche se non ci sono grandi difficoltà. Da Donaueschingen si scende inizialmente verso sud lungo la stretta valle Krottenbach. Dopo Achdorf (km 20) si entra nella valle del fiume Wutach e si passa vicino al tracciato della suggestiva omonima ferrovia (in giallo nella cartina sopra). A Stuhlingen (km 34) si entra in Svizzera e con modesti saliscendi si prosegue fino a raggiungere a Schaffhausen (km 53) il sito della cascata sul fiume Reno. Qui o nella vicina città ci si può fermare per la sosta pranzo prima di proseguire sulla ciclabile che affianca il Reno sul lato tedesco. Al km 72 si lascia la ciclabile del Reno e si prosegue in direzione nord e poi verso est fino a raggiungere la metà di Radolfzell (km 90). C'è anche la possibilità di proseguire la ciclabile lungo il fiume e la sponda settentrionale del Lago, allungando il percorso di 11 km.



## 5 - RADOLFZELL - REICHENAU - KONSTANZ - RADOLFZELL

Km 70

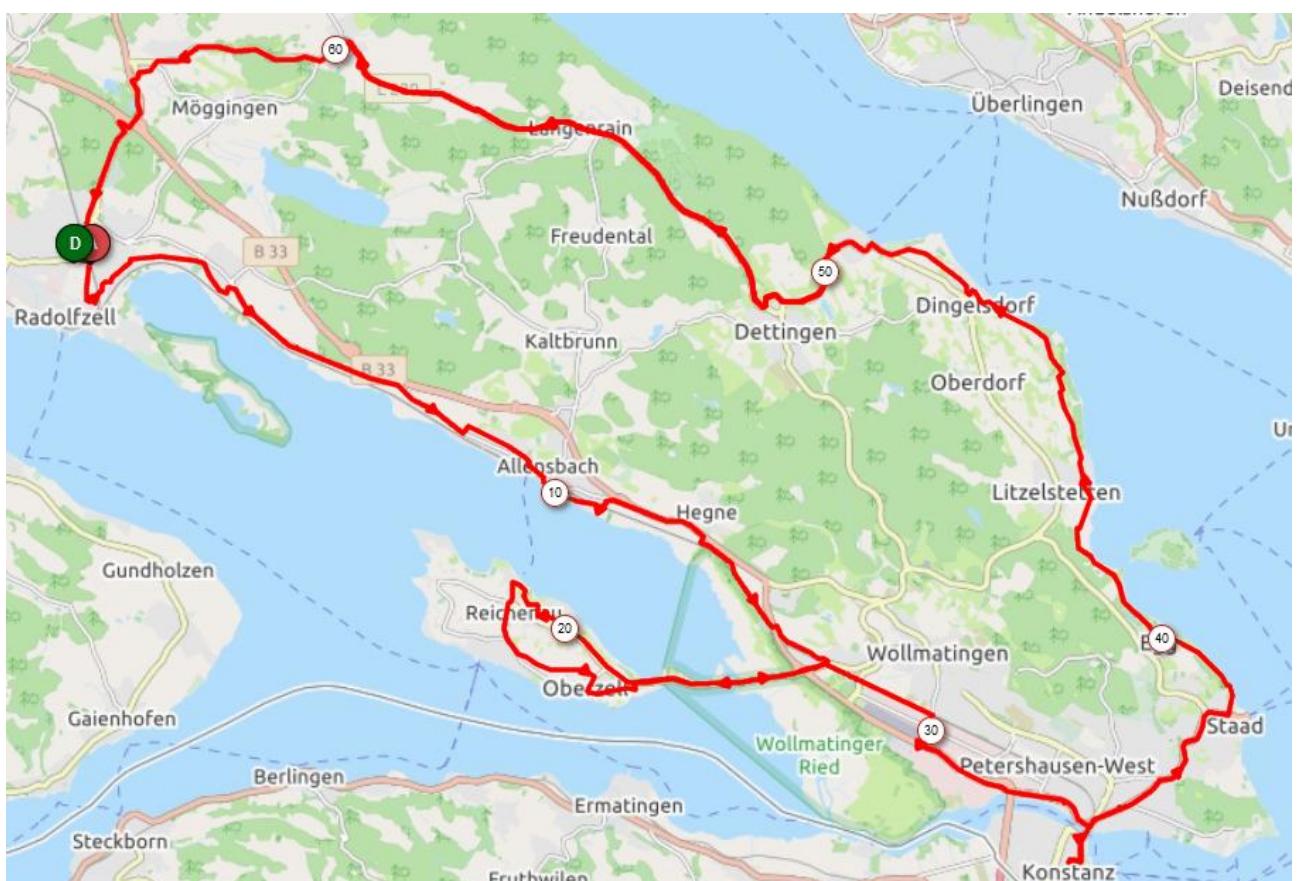
D+ 603

D- 604

MIN 394

MAX 558

OPENRUNNER 12284762



Questa tappa prevede un anello intorno alla penisola che si protende a nord nel lago di Costanza, in piano nei primi 50 km e con saliscendi nel finale. Dopo 19 km dalla partenza si arriva al ponte che collega l'isola di Reichenau, che si visita nelle sue parti più interessanti. Si rattraversa il ponte per raggiungere il centro storico di Costanza (km 36) dove ci si ferma per visitare la città e per pranzare. Si prosegue poi sull'altro alto della penisola, transitando davanti all'isola di Mainau (km 43), e quindi si lascia la costa proseguendo all'interno verso Dettingen (km 53) e Radolfzell (km 70).



## 6 - RADOLFZELL - LINDAU - BREGENZ

Km 92

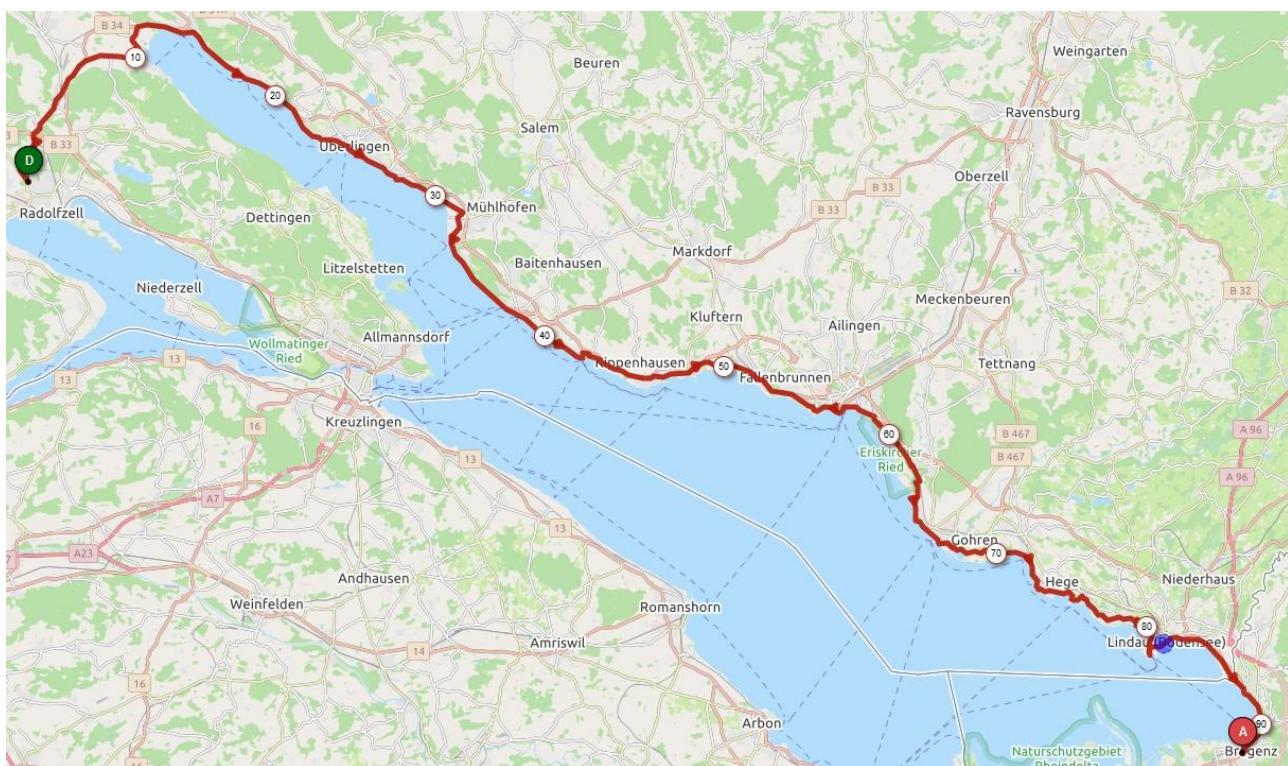
D+ 452

D- 454

MIN 394

MAX 454

OPENRUNNER 12285145



Nell'ultima tappa si segue la ciclabile del Lago di Costanza sulla riva tedesca, godendo dell'affascinante spettacolo del grande lago e transitando, con un percorso senza difficoltà, nei luoghi più interessanti come Überlingen (km 25) Uhldingen (km 34) dove è possibile una sosta al museo all'aperto delle palafitte, Meesburg (km 38) Friedrichshafen (km 55) e Lindau (km 81) che merita una sosta per un passeggiata nell'affascinante via al centro dell'isola. Si riprende poi a pedalare per gli ultimi km, entrando in Austria e terminando il viaggio a Bregenz (km 92).

Nella mattinata del giorno successivo sarà possibile organizzare una passeggiata a piedi nella città alta oppure una gita con la funivia al punto panoramico del Monte Pfänder (1046 m) prima di ripartire con il pullman per il rientro a Cuneo.



**PROFILI DETTAGLIATI DELLE DUE PRINCIPALI SALITE CHE SI INCONTRANO DURANTE IL VIAGGIO:**

- █ tra 0 e 4 %
- █ tra 4 e 6 %
- █ tra 6 e 8 %
- █ tra 8 e 10 %
- █ 10 % e oltre

