



ROADBOOK

21 Km – 1200 D +

Il percorso è segnalato con:

BANDELLA BIANCOROSSA, FRECCHE SEGNALETICHE, VERNICE A TERRA

Partenza: ore 10,00 dal Rifugio "Vincenzo Stoto" a Selva di Ferriere

TEMPO LIMITE: 6 ore

Ritrovo: dalle ore 08,00 presso il Rifugio "Vincenzo Stoto" per consegna pettorali, ultime iscrizioni e operazioni preliminari.

La partenza sarà data alla sbarra della vecchia Dogana Gaep in direzione passo Crociglia, dopo 200mt si abbandona l'asfalto svoltando a destra attraverso un piccolo cancello che ci porta sul sentiero **CAI 013**.

Si sale rapidamente fino alla staccionata che contorna il prato della vetta del Crociglia (1578 m. s.l.m), si passa attraverso l'apertura e si punta dritto verso la collina più alta, fino alla cima dove si potrà ammirare l'Angelo del Crociglia e il panorama a 360°.

Si prosegue oltre la statua sul sentiero che scende e porta ad incrociare il sentiero **001**, si svolta a sinistra e si continua a scendere fino a trovare l'asfalto, si svolta a sinistra e si percorre un altro breve tratto di asfalto fino al bivio che riprende il sentiero sulla destra. Fate attenzione a imboccare lo **001** che rimane più a sinistra invece dello 007 che s'imbocca nello stesso punto ma che piega più a destra.

Si mantiene lo **001**, fino al secondo bivio, dove si prosegue a destra imboccando il **197** che porta sulla vetta della Ciapa Liscia.





Qui inizia uno dei tratti più tecnici della gara, dopo un tratto nel bosco troverete infatti dei tratti esposti con una splendida vista sulla valle Tribolata.

Arrivati sul prato della sommità (km 4,3), si prosegue tenendo la destra e arrivando in vetta al Monte Roncalla (1682 m. s.l.m.) al km 5, dove si scende rapidamente verso sinistra fino ad incrociare il sentiero **198** che svoltando a sinistra ci porta al rifugio Astass.

Qui si svolta a sinistra tenendo il **198A** che ci riporta senza altri cambi di quota rilevanti sullo **001** che bisogna seguire in direzione **Prato Cipolla a destra fino al prato dove si trova il primo ristoro al km 7 nel rifugio.**

Da qui si punta verso la pista da sci che sale verso il monte Bue, ma al bivio delle piste si prende a destra. La pista di destra sale fino ad incrociare un'altra pista che scende dalla sommità del monte, si continua in discesa per questa nuova pista fino ad incrociare sul lato sinistro un imbocco del sentiero **194** che indica Rocca del Prete.

Si continua a salire svoltando due volte a sinistra per raggiungere rapidamente la vetta del monte Maggiorasca (1809 m. s.l.m.) al km 9. Dalla madonna sulla vetta si può ammirare un panorama spettacolare a 360°.

A destra del monumento il sentiero che scende verso le piste del Monte Bue, una volta giunti sulla pista si sale ancora a destra verso la vetta (1773 m. s.l.m.) lasciando la croce alla propria sinistra e proseguendo sulla pista in discesa passando tra il ristorante e la vecchia costruzione della seggiovia al km 10. Giunti alla fine della ripida discesa si svolta a destra sul sentiero **001** che ci porta nel prato sotto al Monte Nero.

Da qui, il sentiero **003**, punta dritto sulla cresta del monte mentre lo 001 svolta a destra in direzione lago Nero. In caso di temporali o condizioni meteo avverse, in questo punto, ci sarà una variazione del percorso che eviterà di passare in vetta al Nero che è esposto a possibili fulmini.

Il tratto che segue è il più tecnico del giro con una serie di passaggi su roccia che vanno affrontati con cautela, specialmente in caso di pioggia. Un breve tratto con un cavo d'acciaio a lato da fare con cautela, preannuncia l'arrivo in vetta (1752m s.l.m.) km 12.

La discesa sul lato opposto della cresta non è meno insidiosa della salita, tra rocce, radici e rami del pino Mugo che cresce solo in questa zona nel nostro appennino.

Si prosegue sullo 003 svoltando a sinistra un paio di volte per immettersi ancora sullo 001 che ci porta al lago Nero dove troverete un ristoro.

Una volta giunti sulla sponda del lago al km 15 la si costeggia fino a salire a destra sul sentiero **011** che ci porta alla Fonte Gelata dove si attraversa il ruscello e si prosegue a destra scendendo sul sentiero **007** fino ad incrociare il sentiero **031** che riporta verso la Dogana.

Al km 20 si mantiene la strada principale invece di continuare per il sentiero e si sale per una ripida salita che ci porta all'asfalto, qui si svolta a destra e dopo 100 mt subito a sinistra attraverso un cancello sul sentiero **015** che riporta di nuovo sulla strada asfaltata per gli ultimi 200 mt fino all'arrivo.

NUMERI UTILI

Organizzazione

Stefano	cell. 334.7966740
Andrea	cell. 338.6105760
Rifugio Gaep e PUNTO SOCCORSO	tel. 0523.929300

