

NOCERA UMBRA E COLFIORITO: ACQUA, PATATE E LENTICCHIE

PARTENZA E ARRIVO: Nocera Umbra

DISTANZA: 62 km

DISLIVELLO: 1.200 metri

DIFFICOLTA': difficile

FONDO STRADALE: asfalto

BICI CONSIGLIATA: strada

DA VEDERE IN ZONA: Nocera Umbra, Palude di Colfiorito, Appennino Umbro-Marchigiano

KM 0	Partenza dal palazzetto dello sport di Nocera Umbra. Imboccare a destra la SS361 in direzione di Pioraco, San Severino Marche .
KM 2	Casebasse , svoltare a destra verso Colle Croce superando il ponte sul fiume Topino. Inizio salita di Colle Croce.
KM 7	Sorifa , proseguire a sinistra sulla SP440 in direzione di Colle Croce e Annifo .
KM 12	Colle Croce , fine salita.
KM 15	Annifo , tenere la sinistra e scendere in direzione di Colfiorito mantenendosi sulla SP440.
KM 19,5	Girare a destra verso Colfiorito .
KM 20,4	Colfiorito , svoltare a sinistra verso Cesi .
KM 21,2	Girare a destra verso Cesi e Volperino .
KM 24	Bivio Cesi , proseguire a destra in direzione di Volperino e al successivo incrocio prendere ancora a destra sulla SP441 in direzione di Volperino e Foligno .
KM 25,8	Inizio salita di Volperino .
KM 28,5	Valico Volperino , <i>inizio discesa pericolosa</i> .
KM 30	Volperino .
KM 34	All'incrocio con la SS77 girare a destra in direzione di Colfiorito . Inizio salita.
KM 38,2	Girare a sinistra in direzione di Capodacqua .
KM 39,8	All'incrocio proseguire a sinistra in direzione di Capodacqua e Foligno . Fine salita.
KM 40,5	Pisenti .
KM 46,5	Capodacqua , fine discesa. Proseguire in direzione di Foligno .
KM 49	Girare a destra in direzione di Valtopina .
KM 50,8	All'incrocio proseguire a destra sulla SP ex-Flaminia verso Valtopina .
KM 52	Valtopina , proseguire diritti in direzione di Nocera Umbra .
KM 54	Ponte Rio , proseguire sulla ex Flaminia senza imboccare lo scorrimento veloce.
KM 56,5	All'incrocio proseguire a destra in direzione di Nocera Umbra .
KM 57,5	Inizio salita Nocera Umbra .
KM 60,5	Nocera Umbra , svoltare a destra se si vuole visitare il <i>centro storico</i> .
KM 61	Girare a destra in direzione Camerino, Pioraco, Matelica .
KM 61,2	Girare a destra verso il palazzetto dello sport.
KM 62	Fine itinerario.