

4a RANDONNEE DEI TRE LAGHI TROFEO Alice Ceramica Corchiano (VT) 28/03/2010

Data: 28/03/2010

Località: Corchiano (VT)

Edizione: 4^a

Iscrizione e pagamento quota: dall' 01/01/2010 al 24/03/2010 via web (mediante bonifico bancario o carta di credito) sul sito www.audaxitalia.it o direttamente presso il negozio "Cicli Montanini" loc. Pantalone, Corchiano (VT) tel.0761/572000. Dal 25/03/2010 al momento della partenza sarà possibile effettuare l'iscrizione (con una piccola maggiorazione della quota) solo presso il negozio.

Quota d'iscrizione: 10,00 euro fino alle ore 24.00 di mercoledì 24/03/2010. Successivamente, fino al momento della partenza 13,00 euro. Iscrizione gratuita per le donne.

Distribuzione road book: presso il negozio *Cicli Montanini* sabato 27/03/2010 dalle 16.00 alle 19.30 e domenica 28/03/2010 dalle 07.00 alla partenza.

Punto di partenza/arrivo: dal negozio *Cicli Montanini*, Corchiano (VT), località Pantalone (a 3 km dal paese sulla provinciale per Civita Castellana).

Orario di partenza: alla francese dalle 08.30 alle 09.30

Tempo massimo: 13 ore (entro le ore 21.30)

Percorso: unico (210 km)

Dislivello: 2.800 m ca.

Caratteristiche del percorso: percorso collinare con cinque salite principali (vedi sotto) che si snoda in prevalenza nel viterbese, con una breve puntata in provincia di Roma, toccando i tre principali laghi vulcanici della zona (*lago di Bolsena* 114 kmq, *lago di Vico* 12 kmq e *lago di Bracciano* 57 kmq). Le strade percorse sono sostanzialmente poco trafficate, ad eccezione dei 10 km sulla via Cassia nel tratto compreso tra Vetralla ed il bivio a sinistra per il lago di Vico.

La "Randonnée dei tre laghi" fa parte del Superbrevetto "*Mare, monti, laghi 2010*" comprendente anche la randonnée di Aprilia (14/03/2010 200 km) e la randonnée di Capistrello (11/04/2010 200 km). Ai corridori che conseguiranno il brevetto in tutte e tre le manifestazioni verrà consegnato un diploma di merito speciale.

Salite principali:

- Vignanello – Monte Cimino (inizio al km 12,4 - lunghezza 8,7 km, dislivello 378 m)
- Innesto via Teverina – innesto S.S.71 (inizio al km 34,8 - lunghezza 26,4 km, dislivello 425 m)
- Bolsena – Montefiascone (inizio al km 74,1 - lunghezza 7,9 km, dislivello 219 m)
- Vetralla – lago di Vico (inizio al km 130,7 - lunghezza 10,9 km, dislivello 339 m)
- Monte Rocca Romana (inizio al km 161,5 - lunghezza 5,5 km, dislivello 128 m)

Punti di controllo:

- Bolsena (piazza Matteotti)
- Punta del Lago (presso il bar "Rio Vicano", via Cassia Cimina km 19,100)
- Trevignano (presso il bar "I Castagni", via IV novembre)
- Punti di controllo a sorpresa

Sistemazione alberghiera: i partecipanti che ne facciano specifica richiesta al momento dell'iscrizione potranno usufruire di una convenzione speciale, per le notti di sabato e domenica, con l'Hotel ALDERO (Tel: 0761.514757) , con l'AGRITURISMO RIO COVERINO www.riocoverino.it e con l'agriturismo VILLA IRIS (Tel: 0761.573033), situati a breve distanza dal punto di partenza. E' disponibile, inoltre, un'area di sosta per camper e roulotte nelle immediate vicinanze del negozio **Cicli Montanini**.

Contatti/informazioni: Andrea Perugini 330.85.71.17 aperugini@datamedicaroma.it;
Arnaldo Montanini 0761-57.20.00; www.ciclimentanini.it

