

7 ^a GranFondo Montefogliano				Km.60,00						
CURA DI VETRALLA -DOMENICA 30 MAGG. 2010				Cronotabella						
riferimento planimetria	PERCORSO MARATHON									
	LOCALITA'	Distanze			ORA DI PASSAGGIO					
		par- ziali	per- corse	da per- correre	media Km/ora					
				22,5	20	17,5	15	12,5	10	
	TRASFERIMENTO			9,30	9,30	9,30	9,30	9,30	9,30	
0	PARTENZA		0,00	60,15	9,40	9,40	9,40	9,40	9,40	
1	strada soldati fino deviazione	3,31	3,31	56,84	9,48	9,49	9,51	9,53	9,55	
2	strada soldati asfalto	0,25	3,56	56,59	9,49	9,50	9,52	9,54	9,57	
3	asfalto	0,40	3,96	56,19	9,50	9,51	9,53	9,55	9,58	
4	discesa della macina fino attraversamento asfalto	2,39	6,35	53,80	9,56	9,59	10,01	10,05	10,10	
5	sentiero verso tre croci	0,49	6,83	53,32	9,58	10,00	10,03	10,07	10,12	
6	sentiero verso campo di calcio mag.cantonieri	0,31	7,15	53,01	9,59	10,01	10,04	10,08	10,14	
7	mag.cantonieri cancello campo ruzzolone	1,45	8,60	51,56	10,02	10,05	10,09	10,14	10,21	
8	cancello campo ruzzolone biforcazione	0,47	9,06	51,09	10,04	10,07	10,11	10,16	10,23	
9	biforcazione inizio bottino	0,43	9,50	50,65	10,05	10,08	10,12	10,17	10,25	
10	bottino fine bosco	1,52	11,02	49,13	10,09	10,13	10,17	10,24	10,32	
11	sentiero fino cancello scorticata	0,83	11,84	48,31	10,11	10,15	10,20	10,27	10,36	
12	discesa scorticata fino a cancello brecciata	0,44	12,28	47,87	10,12	10,16	10,22	10,29	10,38	
13	brecciata fino a cancello a dx	1,76	14,04	46,11	10,17	10,22	10,28	10,36	10,47	
14	strappo fino str. Romana	0,80	14,84	45,31	10,19	10,24	10,30	10,39	10,51	
15	str. Romana	2,77	17,61	42,54	10,26	10,32	10,40	10,50	11,04	
16	str. Ponte radio	3,26	20,87	39,28	10,35	10,42	10,51	11,03	11,20	
17	discesa fino rientro nel bosco	0,76	21,63	38,52	10,37	10,44	10,54	11,06	11,23	
18	discesa nel bosco fino variante carlini	0,65	22,28	37,87	10,39	10,46	10,56	11,09	11,26	
19	variante carlini 1	2,07	24,35	35,80	10,44	10,53	11,03	11,17	11,36	
20	variante carlini 2	0,53	24,88	35,27	10,46	10,54	11,05	11,19	11,39	
21	variante carlini 3	2,21	27,09	33,06	10,52	11,01	11,12	11,28	11,50	
22	asfalto fino limite vetralla	1,44	28,53	31,62	10,56	11,05	11,17	11,34	11,56	
23	S.T. limite vetralla	0,93	29,47	30,68	10,58	11,08	11,21	11,37	12,01	
24	bosco tratto 1	0,83	30,29	29,86	11,00	11,10	11,23	11,41	12,05	
25	bosco tratto 2 bosco finale forestale risalita	2,30	32,59	27,56	11,06	11,17	11,31	11,50	12,16	
26	bosco tratto 3 sasso grosso	1,19	33,78	26,37	11,10	11,21	11,35	11,55	12,22	
27	uscita dal bosco fino inizio pentolino	0,28	34,07	26,08	11,10	11,22	11,36	11,56	12,23	
28	pentolino	1,48	35,55	24,60	11,14	11,26	11,41	12,02	12,30	
29	pentolino alto fino piazzale	0,92	36,47	23,68	11,17	11,29	11,45	12,05	12,35	
30	da piazzale a deviazione dx	0,25	36,71	23,44	11,17	11,30	11,45	12,06	12,36	
31	strada soldati asfalto	0,25	36,96	23,19	11,18	11,30	11,46	12,07	12,37	
32	asfalto	0,40	37,36	22,79	11,19	11,32	11,48	12,09	12,39	
33	discesa della macina fino attraversamento asfalto	2,39	39,75	20,40	11,25	11,39	11,56	12,18	12,50	
34	sentiero verso tre croci	0,49	40,23	19,92	11,27	11,40	11,57	12,20	12,53	
35	salto del lupo	2,85	43,08	17,07	11,34	11,49	12,07	12,32	13,06	
36	salita asfalto da monastero a dopo romana	0,66	43,74	16,41	11,36	11,51	12,09	12,34	13,09	
37	sentiero nel bosco da asfalto a svolta a dx	0,70	44,43	15,72	11,38	11,53	12,12	12,37	13,13	
38	da svolta verso S. Girolamo fino 1° cartello	0,12	44,56	15,59	11,38	11,53	12,12	12,38	13,13	
39	S. Girolamo da primo a secondo cartello	0,07	44,63	15,52	11,39	11,53	12,13	12,38	13,14	
40	da secondo cartello a S. Girolamo	0,11	44,74	15,41	11,39	11,54	12,13	12,38	13,14	
41	da S. Girolamo a fili corrente	0,50	45,23	14,92	11,40	11,55	12,15	12,40	13,17	
42	discesa fili fino a romana	0,49	45,72	14,43	11,41	11,57	12,16	12,42	13,19	
43	romana fino a S.T.	0,49	46,22	13,93	11,43	11,58	12,18	12,44	13,21	
44	S.T. da romana a passina	0,47	46,69	13,46	11,44	12,00	12,20	12,46	13,24	
45	discesa galleria fino "faggio famoso"	0,61	47,30	12,85	11,46	12,01	12,22	12,49	13,27	
46	discesa galleria da "faggio famoso"	1,15	48,45	11,70	11,49	12,05	12,26	12,53	13,32	
47	troscioni ed abetaia fino a dopo strappetto a svolta sx	1,03	49,48	10,67	11,51	12,08	12,29	12,57	13,37	
48	risalita al cancello discesa castagneto strappo ruzz a scorticata	0,83	50,31	9,84	11,54	12,10	12,32	13,01	13,41	
49	scorticata fino a cancello brecciata	0,52	50,83	9,32	11,55	12,12	12,34	13,03	13,44	
50	brecciata fino a cancello a dx	1,76	52,59	7,56	12,00	12,17	12,40	13,10	13,52	
51	strappo fino str. Romana	0,80	53,39	6,76	12,02	12,20	12,43	13,13	13,56	
52	str. Romana	2,77	56,16	3,99	12,09	12,28	12,52	13,24	14,09	
53	bottino fino inizio bosco	2,62	58,78	1,37	12,16	12,36	13,01	13,35	14,22	
54	inizio bosco svolta a sx	0,12	58,90	1,25	12,17	12,36	13,01	13,35	14,22	
55	da bosco a cancello dx	0,91	59,81	0,34	12,19	12,39	13,05	13,39	14,27	
56	arrivo	8,09	60,15	0,00	12,20	12,40	13,06	13,40	14,28	

		7^a GranFondo Montefogliano			Km.45,50					
		CURA DI VETRALLA -DOMENICA 30 MAGG. 2010			Cronotabella					
riferimento planimetria	PERCORSO GRANFONDO									
	LOCALITA'	DISTANZE			ORA DI PASSAGGIO					
		par- ziali	per- corse	da per- correre	media Km/ora					
					20	17,5	15	12,5	10	
	TRASFERIMENTO				9,30	9,30	9,30	9,30	9,30	9,30
0	PARTENZA		0,00	45,55	9,40	9,40	9,40	9,40	9,40	9,40
1	strada soldati fino deviazione	3,31	3,31	42,24	9,49	9,51	9,53	9,55	9,59	
2	strada soldati asfalto	0,25	3,56	41,99	9,50	9,52	9,54	9,57	10,01	
3	asfalto	0,40	3,96	41,59	9,51	9,53	9,55	9,58	10,03	
4	discesa della macina fino attraversamento asfalto	2,39	6,35	39,20	9,59	10,01	10,05	10,10	10,18	
5	sentiero verso tre croci	0,49	6,83	38,72	10,00	10,03	10,07	10,12	10,21	
6	sentiero verso campo di calcio mag.cantonieri	0,31	7,15	38,41	10,01	10,04	10,08	10,14	10,22	
7	mag.cantonieri cancello campo ruzzolone	1,45	8,60	36,96	10,05	10,09	10,14	10,21	10,31	
8	cancello campo ruzzolone biforcazione	0,47	9,06	36,49	10,07	10,11	10,16	10,23	10,34	
9	biforcazione inizio bottino	0,43	9,50	36,05	10,08	10,12	10,17	10,25	10,36	
10	bottino fine bosco	1,52	11,02	34,53	10,13	10,17	10,24	10,32	10,46	
11	sentiero fino cancello scorticata	0,83	11,84	33,71	10,15	10,20	10,27	10,36	10,51	
12	discesa scorticata fino a cancello brecciata	0,44	12,28	33,27	10,16	10,22	10,29	10,38	10,53	
13	brecciata fino a cancello a dx	1,76	14,04	31,51	10,22	10,28	10,36	10,47	11,04	
14	strappo fino str. Romana	0,80	14,84	30,71	10,24	10,30	10,39	10,51	11,09	
15	str. Romana	2,77	17,61	27,94	10,32	10,40	10,50	11,04	11,25	
16	str. Ponte radio	3,26	20,87	24,68	10,42	10,51	11,03	11,20	11,45	
17	discesa fino rientro nel bosco	0,76	21,63	23,92	10,44	10,54	11,06	11,23	11,49	
18	discesa nel bosco fino variante carlini	0,65	22,28	23,27	10,46	10,56	11,09	11,26	11,53	
19	variante carlini 1	2,07	24,35	21,20	10,53	11,03	11,17	11,36	12,06	
20	variante carlini 2	0,53	24,88	20,67	10,54	11,05	11,19	11,39	12,09	
21	variante carlini 3	2,21	27,09	18,46	11,01	11,12	11,28	11,50	12,22	
22	asfalto fino limite vetralla	1,44	28,53	17,02	11,05	11,17	11,34	11,56	12,31	
23	S.T. limite vetralla	0,93	29,47	16,08	11,08	11,21	11,37	12,01	12,36	
24	bosco tratto 1	0,83	30,29	15,26	11,10	11,23	11,41	12,05	12,41	
25	bosco tratto 2 bosco finale forestale risalita	2,30	32,59	12,96	11,17	11,31	11,50	12,16	12,55	
26	bosco tratto 3 sasso grosso	1,19	33,78	11,77	11,21	11,35	11,55	12,22	13,02	
27	uscita dal bosco fino inizio pentolino	0,28	34,07	11,48	11,22	11,36	11,56	12,23	13,04	
28	pentolino	1,48	35,55	10,00	11,26	11,41	12,02	12,30	13,13	
29	pentolino alto fino piazzale	0,92	36,47	9,08	11,29	11,45	12,05	12,35	13,18	
30	da piazzale a deviazione dx	0,25	36,71	8,84	11,30	11,45	12,06	12,36	13,20	
31	strada soldati asfalto	0,25	36,96	8,59	11,30	11,46	12,07	12,37	13,21	
32	asfalto	0,40	37,36	8,19	11,32	11,48	12,09	12,39	13,24	
33	discesa della macina fino attraversamento asfalto	2,39	39,75	5,80	11,39	11,56	12,18	12,50	13,38	
34	sentiero verso tre croci	0,49	40,23	5,32	11,40	11,57	12,20	12,53	13,41	
35	sentiero verso campo di calcio mag.cantonieri	0,31	40,55	5,00	11,41	11,59	12,22	12,54	13,43	
36	mag.cantonieri cancello campo ruzzolone	1,45	42,00	3,55	11,45	12,03	12,27	13,01	13,51	
37	cancello campo ruzzolone biforcazione	0,47	42,46	3,09	11,47	12,05	12,29	13,03	13,54	
38	biforcazione inizio bottino	0,43	42,90	2,65	11,48	12,07	12,31	13,05	13,57	
39	bottino fino svolta a dx	1,40	44,30	1,25	11,52	12,11	12,37	13,12	14,05	
40	da bosco a cancello dx	0,91	45,21	0,34	11,55	12,15	12,40	13,16	14,11	
41	arrivo	0,34	45,55	0,00	11,56	12,16	12,42	13,18	14,13	

		7ª GranFondo Montefogliano			Km.20,69					
		CURA DI VETRALLA -DOMENICA 30 MAGG. 2010			Cronotabella					
riferimento planimetria	PERCORSO ESCURSIONITI									
	LOCALITA'	DISTANZE			ORA DI PASSAGGIO					
		par- ziali	per- corse	da per- correre	media Km/ora					
				17,5	15	12,5	10	7,5		
	TRASFERIMENTO				9.30	9.30	9.30	9.30	9.30	9.30
0	PARTENZA		0,00	20,68	9.40	9.40	9.40	9.40	9.40	9.40
1	strada soldati fino deviazione	3,31	3,31	17,37	9.51	9.53	9.55	9.59	10.06	10.06
2	strada soldati asfalto	0,25	3,56	17,12	9.52	9.54	9.57	10.01	10.08	10.08
3	asfalto fino discesa della macina	0,40	3,96	16,72	9.53	9.55	9.58	10.03	10.11	10.11
4	asfalto fino a svolta a sx per S.Girolamo	0,38	4,33	16,35	9.54	9.57	10.00	10.06	10.14	10.14
5	sentiero nel bosco da asfalto a svolta a dx	0,66	5,00	15,68	9.57	9.59	10.03	10.09	10.19	10.19
6	da svolta verso S. Girolamo fino 1° cartello	0,15	5,14	15,54	9.57	10.00	10.04	10.10	10.21	10.21
7	S. Girolamo da primo a secondo cartello	0,07	5,21	15,47	9.57	10.00	10.05	10.11	10.21	10.21
8	da secondo cartello a S. Girolamo	0,11	5,32	15,36	9.58	10.01	10.05	10.11	10.22	10.22
9	da S. Girolamo a fili corrente	0,49	5,82	14,86	9.59	10.03	10.07	10.14	10.26	10.26
10	discesa fili fino a romana	0,50	6,31	14,37	10.01	10.05	10.10	10.17	10.30	10.30
11	romana fino a S.T.	0,44	6,75	13,93	10.03	10.07	10.12	10.20	10.34	10.34
12	S.T. da romana a passina	0,47	7,23	13,45	10.04	10.08	10.14	10.23	10.37	10.37
13	discesa galleria fino "faggio famoso"	0,61	7,83	12,85	10.06	10.11	10.17	10.27	10.42	10.42
14	discesa galleria da "faggio famoso"	1,15	8,98	11,70	10.10	10.15	10.23	10.33	10.51	10.51
15	troscioni ed abetaia fino a dopo strappetto a svolta sx	1,03	10,01	10,67	10.14	10.20	10.28	10.40	11.00	11.00
16	risalita al cancello discesa castagneto strappo ruzz a scorticata	0,83	10,85	9,83	10.17	10.23	10.32	10.45	11.06	11.06
17	scorticata fino a cancello brecciata	0,52	11,37	9,31	10.18	10.25	10.34	10.48	11.10	11.10
18	brecciata fino a cancello a dx	1,76	13,13	7,55	10.25	10.32	10.43	10.58	11.25	11.25
19	strappo fino str. Romana	0,80	13,93	6,75	10.27	10.35	10.46	11.03	11.31	11.31
20	str. Romana	2,77	16,70	3,98	10.37	10.46	11.00	11.20	11.53	11.53
21	bottino fino inizio bosco	2,62	19,32	1,36	10.46	10.57	11.12	11.35	12.14	12.14
22	inizio bosco svolta a sx	0,12	19,43	1,25	10.46	10.57	11.13	11.36	12.15	12.15
23	da bosco a cancello dx	0,91	20,34	0,34	10.49	11.01	11.17	11.42	12.22	12.22
24	arrivo	0,34	20,68	0,00	10.50	11.02	11.19	11.44	12.25	12.25