

Itinerario n. 032 - I piani di Cottanello

Scheda informativa



Punto di partenza: Cottanello (RI)
 Distanza da Roma : 80 km
 Lunghezza: 18 km
 Ascesa totale: 450 m
 Quota massima: 955 mslm
 Tempo in sella: 1h 50m
 Sterrato: 68 %
 Cartografia: CTR 1:10.000 fogli 34709 34713
 Prima effettuazione: gennaio 2005
 Ultimo aggiornamento:

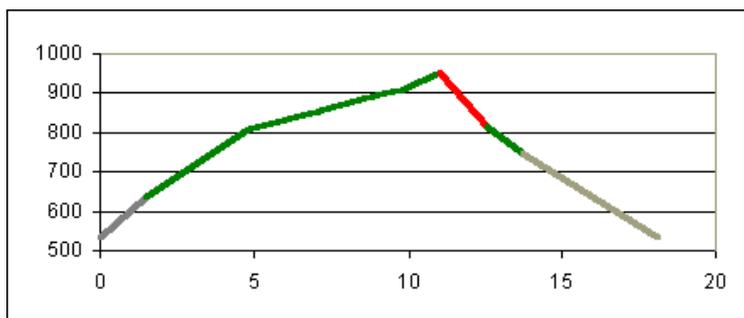
Generalità

Piacevole percorso poco impegnativo nel cuore dei monti sabini fra boschi di querce e faggi. L'unica difficoltà è rappresentata da un tratto di mulattiera in discesa piuttosto sconnessa. Per chi lo desidera è possibile percorrere un giro più lungo descritto nell'itinerario 33

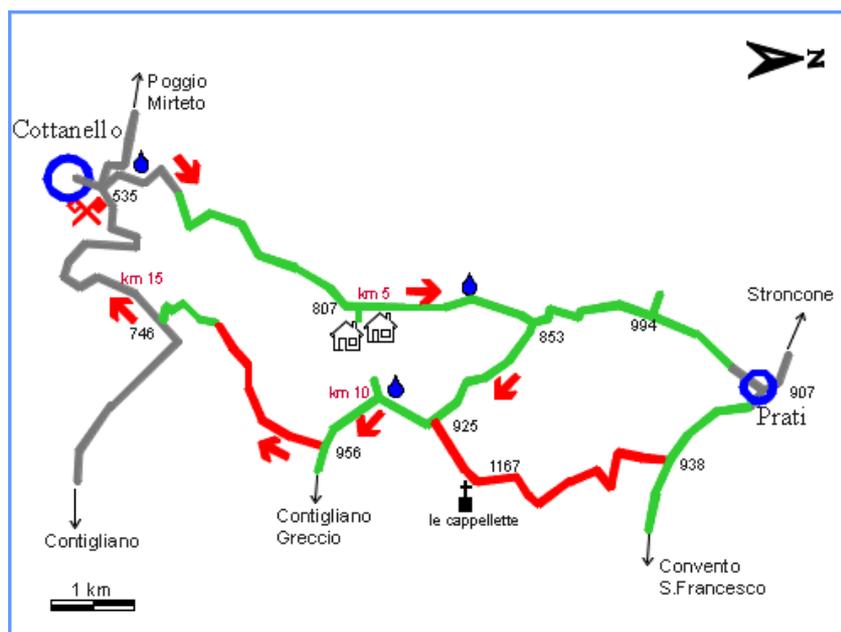
Come arrivare

Cottanello si può raggiungere da Rieti seguendo le indicazioni per Contigliano e successivamente Cottanello o, più brevemente, lasciando la Salaria a Passo Corese e prendere la SP 313 in direzione Poggio Catino / Casperia seguendola per km 35

Altimetria



Mappa



Descrizione percorso



Km 0,0 - 535 mslm

Lasciata la macchina nella piazzetta all'ingresso del paese o alla fermata dell'autobus si prende via prati in salita e la si segue per 5 km. Dopo 1,5 km termina l'asfalto ma si prosegue su ottimo fondo. Si tralasciano le stradine laterali pedalando sempre in salita sulla sterrata principale senza possibilità di errore



Km 4,8 - 807 mslm

Arrivati nel suggestivo pianoro delle "casette" si prosegue pressochè in piano sulla comoda sterrata che percorre il fondo del vallone. Si superano sulla sinistra una pozza d'acqua ed un fontanile



Km 7,1 - 853 mslm

La strada gira a destra e riprende leggermente a salire. Sulla sinistra si lascia la pista che porta ai prati di Stroncane



Km 8,9 - 894 mslm

Si tralascia una deviazione a destra e si prosegue dritto con un paio di saliscendi



Km 9,8 - 910 mslm

Al bivio, in corrispondenza di un grosso albero e di un cartello in legno illeggibile, si gira a sinistra. Si sale per circa 1 km con una ultima rampa piuttosto ripida



Km 11,0 - 956 mslm

In corrispondenza del valico si abbandona la sterrata principale e si prende la pista in discesa sulla destra. Superato un reticolato il fondo diviene più sconnesso e rende difficoltoso rimanere in sella per circa 500 m. Al km 12,6 si incrocia un'altra sterrata e si prende a sinistra sempre in discesa per poi affrontare un breve tratto di salita



Km 13,7 - 746 mslm

Arrivati sulla strada proveniente da Contigliano prendiamo a destra in discesa per tornare velocemente a Cottanello in poco più di 4 km