Itinerario n. 082 - Da Cottanello alle cappellette di Greccio

Scheda informativa

Punto di partenza: Cottanello (RI)
Distanza da Roma : 80 km
Lunghezza: 30 km
Ascesa totale: 1000 m
Quota massima: 1200 mslm
Tempo in sella: 3h 10m
Sterrato: 87 %
Cartografia: CTR 1:10.000 fogli 34709 - 34713
Prima effettuazione: febbraio 2007

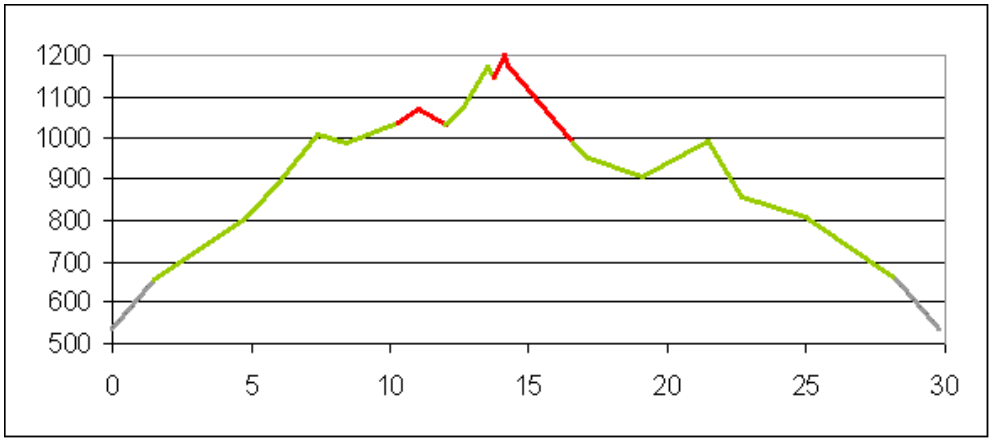
Generalità

Percorso vario e impegnativo sia tecnicamente che fisicamente fra boschi di querce e faggi a cavallo tra Lazio ed Umbria con uno splendido panorama sulla piana reatina. In buona parte ricalca gli itinerari 74 e 33. Rispetto a quest'ultimo è sicuramente più pedalabile. Nella parte centrale si incontrano 2 sentieri in cui occorre, a tratti, scendere dalla bici

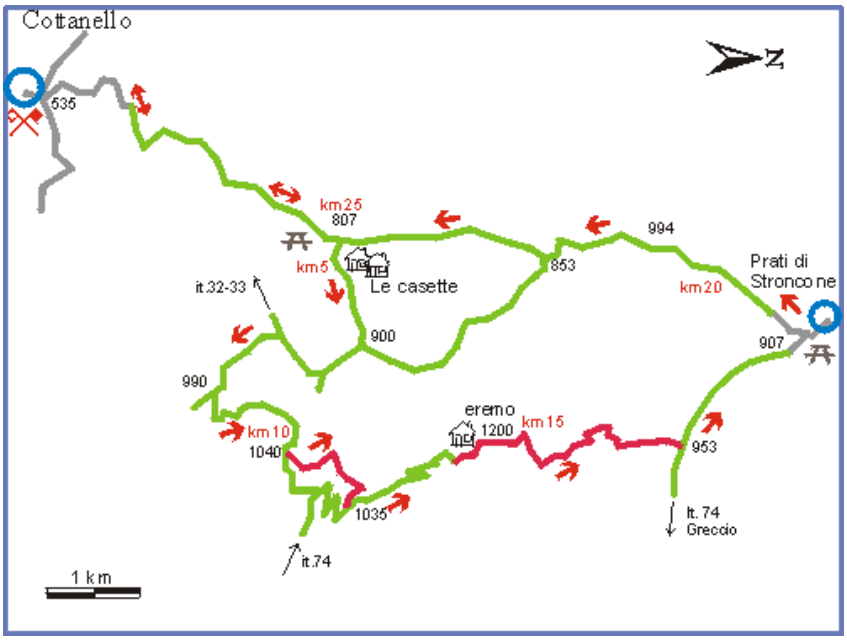
Come arrivare

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 gira a destra. La sterrata passa sulla destra del villaggio per poi impennarsi e salire ripidamente con un paio di sassosi tornanti

Km 6,1 - 900 mslm
In corrispondenza di un grosso albero si incrocia la sterrata in comune con gli itinerari 32 e 33. Si prosegue sulla destra affrontando un' altra salita

Km 6,6 - 940 mslm
Arrivati ad una radura si segue la pista sulla destra. Una breve ma dura rampa ci porta ad una sella (km 7,4 - 1073m). Gli it. 32 e 33 proseguono dritti, noi giriamo a sinistra. La strada scende leggermente in una valletta, si passa poi a lato di un laghetto recintato

Km 8,4 - 990 mslm
Arrivati ad una sella in corrispondenza di una recinzione e di una fatiscente baracca si gira a sinistra in leggera salita. La pista passa tra boschi recentemente tagliati

Km 10,3 - 1040 mslm
Prima che la stradina riprenda a scendere attenzione ad individuare una traccia erbosa sulla sinistra. La si segue giungendo subito dopo su di una panoramica cresta.

Volendo evitare questo tratto di sentiero si può procedere dritti sulla stradina in discesa arrivando dopo 200 m ad un cancelletto di legno, lo si supera e si continua a scendere su una ripida pista di esbosco fino ad incontrare la sterrata che sale da Greccio.

Km 11,0 - 1070 mslm

Attenzione orintamento difficile Sulla cresta si incontra una recinzione in filo spinato. Si passa alla destra di questa e successivamente occorre fare attenzione ad individuare una traccia di sentiero che traversa nel bosco verso la valletta. Dal fondo della valletta si risalgono pochi metri spingendo la bici e poi si può risalire in sella percorrendo uno stretto sentiero in lieve discesa. Alla fine il sentiero si allarga in una pista rovinata da molti rovi

Km 12,0 - 1035 mslm

Si incontra la sterrata proveniente da Greccio (it.74) e la si prende a sinistra in salita. (A questo punto saremmo comunque arrivati se avessimo proseguito lungo la stradina al km 10.3)

Km 12,6 - 1073 mslm

Arrivati ad una sella panoramica si prosegue dritto in salita. Dopo 200 m si affronta un doppio tornante

Km 13,5 - 1172 mslm

La strada sembra terminare in corrispondenza di una radura erbosa sulla destra, si prosegue invece verso sinistra in leggera discesa nel bosco

Km 13,8 - 1150 mslm

Lo stradello si perde in una valletta pianeggiante. Qui l'orientamento è piuttosto difficile. Si va verso destra rispetto alla direzione da cui siamo arrivati. Su un albero c'è un bollo rosso. Proseguendo ancora alcuni metri verso est si ritrova un sentiero più evidente in salita su cui è necessario spingere le bici. Dopo un altro centinaio di metri si lascia la bici proprio sotto le Cappellete dove conviene salire a piedi

Km 14,1 - 1200 mslm

Si riprende la bicicletta proseguendo in discesa a sinistra lungo il sentiero lasciato in precedenza

Km 14,2 - 1177 mslm

Si incontra un grosso albero cavo e si prosegue dietro a questo in leggera salita

spingendo la bici. Il sentiero è indicato con i classici segni bianco rossi, l'unico problema è che sono ben visibili nella direzione opposta a quella da noi percorsa. Si prosegue più o meno in piano alternando tratti ciclabili a tratti in cui non si può rimanere in sella. Al km 14,8 attenzione a girare a destra a 90° (segnali ben visibili nella direzione opposta). Percorsi altri 200 m il sentiero, interamente pedalabile, inizia a scendere in una valletta diventando via via uno stradello

Km 16,6 - 987 mslm
Subito dopo un cancello si prende la sterrata che piega verso destra

Km 17,2 - 953 mslm
Si incontra la larga sterrata dei Prati di Stroncone. Si gira a a sinistra pedalando velocemente prima in piano e poi in leggera discesa fino alla località "Prati di Stroncone"

Km 19,1 - 907 mslm
Arrivati nella piazzetta/parco si gira intorno ad un bar ristorante girando a sinistra. Si pedala inizialmente in piano su asfalto. La strada diventa poi sterrata e sale con una discreta pendenza fino ad una sella

Km 21,5 - 994 mslm
Arrivati alla sella si prosegue in discesa. Attenzione ad un breve tratto molto sconnesso e ripido

Km 22,7 - 853 mslm
Si incrocia una larga sterrata. Si imbocca verso destra giungendo velocemente alle "casette" (km 25) e da qui, ripercorrendo la strada dell'andata, con altri 5 km di discesa a Cottanello