

LUGLIO 2026

=====

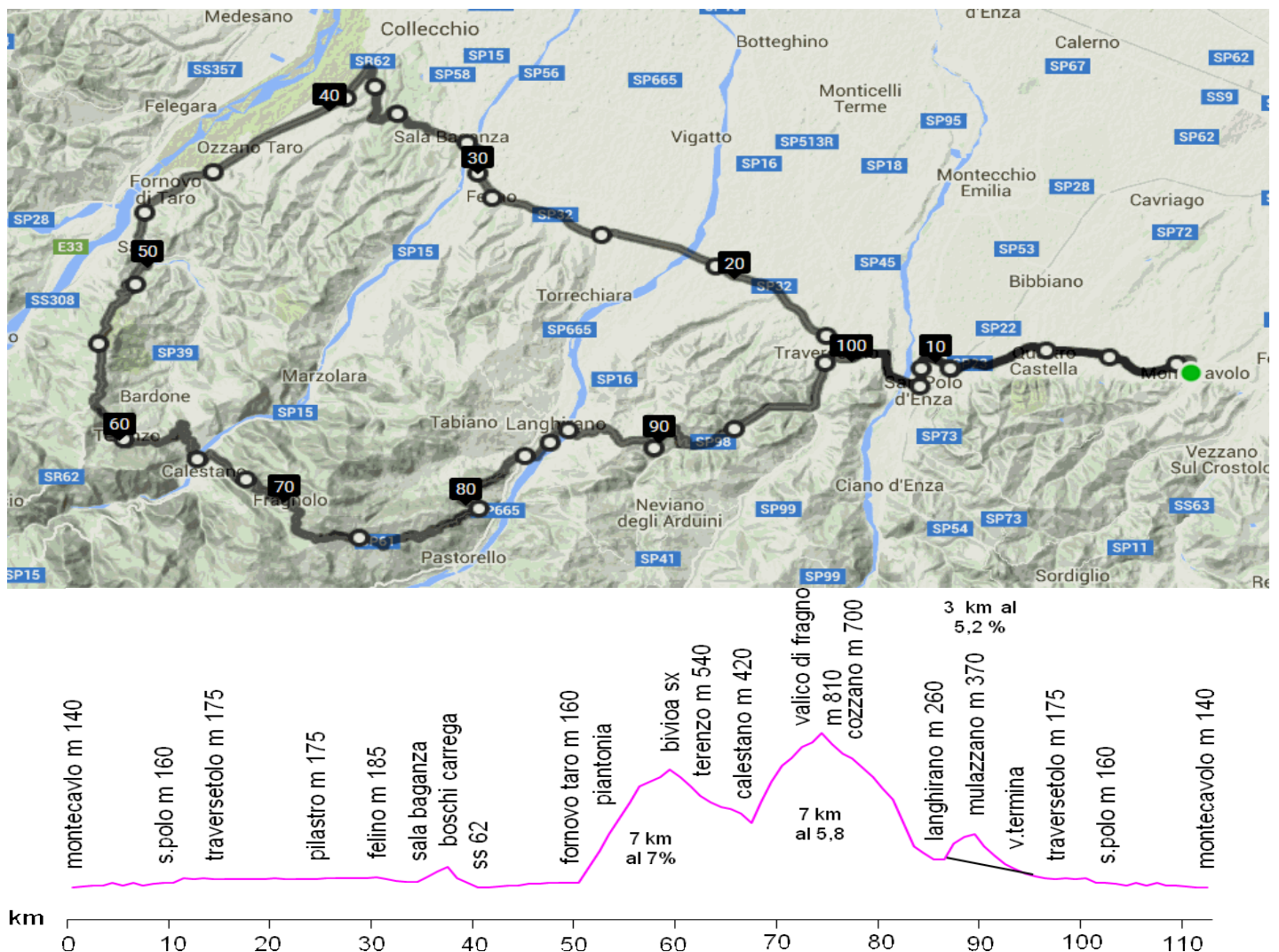
DOMENICA 05/07/2026 ORE 7.00

PERCORSO LUNGO: MONTECAVOLO-S.POLO-TRAVERSETOLO-PILASTRO-FELINO-BOSCHI DI CARREGA-FORNOVO
TARO-PIANTONIA-TERENZO-CALESTANO-V.FRAGNO
COZZANO-LANGHIRANO-"BIVIO CORTO" MULAZZANO-V.TERMINA-TRAVERSETOLO
S.POLO-MONTECAVOLO = **km.114**

PERCORSO CORTO: LANGHIRANO-S.MARIA-TRAVERSETOLO-MONTECAVOLO=**km.114**

<https://www.strava.com/routes/3430942378393511348>

- Salite previste: 3
- Dislivello: Mt. 1.577
- Ritardatari: ore 7.30 percorso inverso fino al raggruppamento.
- Arrivo previsto alla media dei 22.00 Km/h alle ore 12.10



- Salita: Piantonia= 7 km al 7% - 1° Categoria
- Salita: Valico di Fragno= 7 km al 5.8% - 1° Categoria
- Salita: Mulazzano da Langhirano= 3 km al 5.2% - 3° Categoria-(Lungo)
- Pendenza massima: 14 %

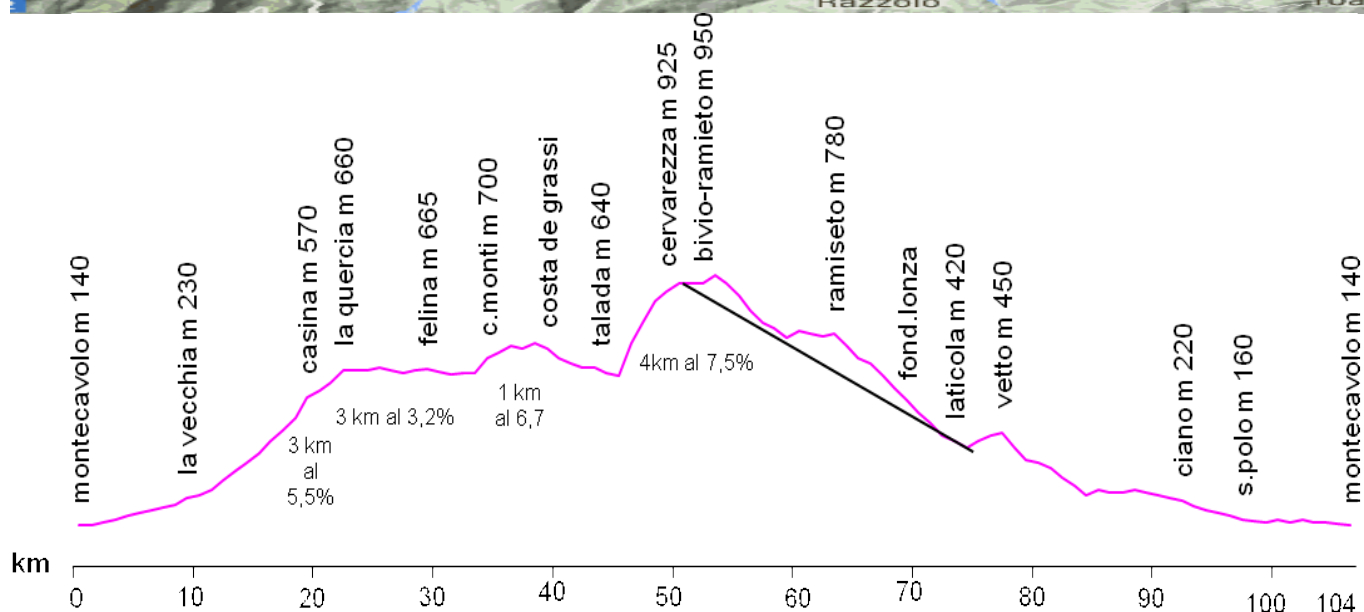
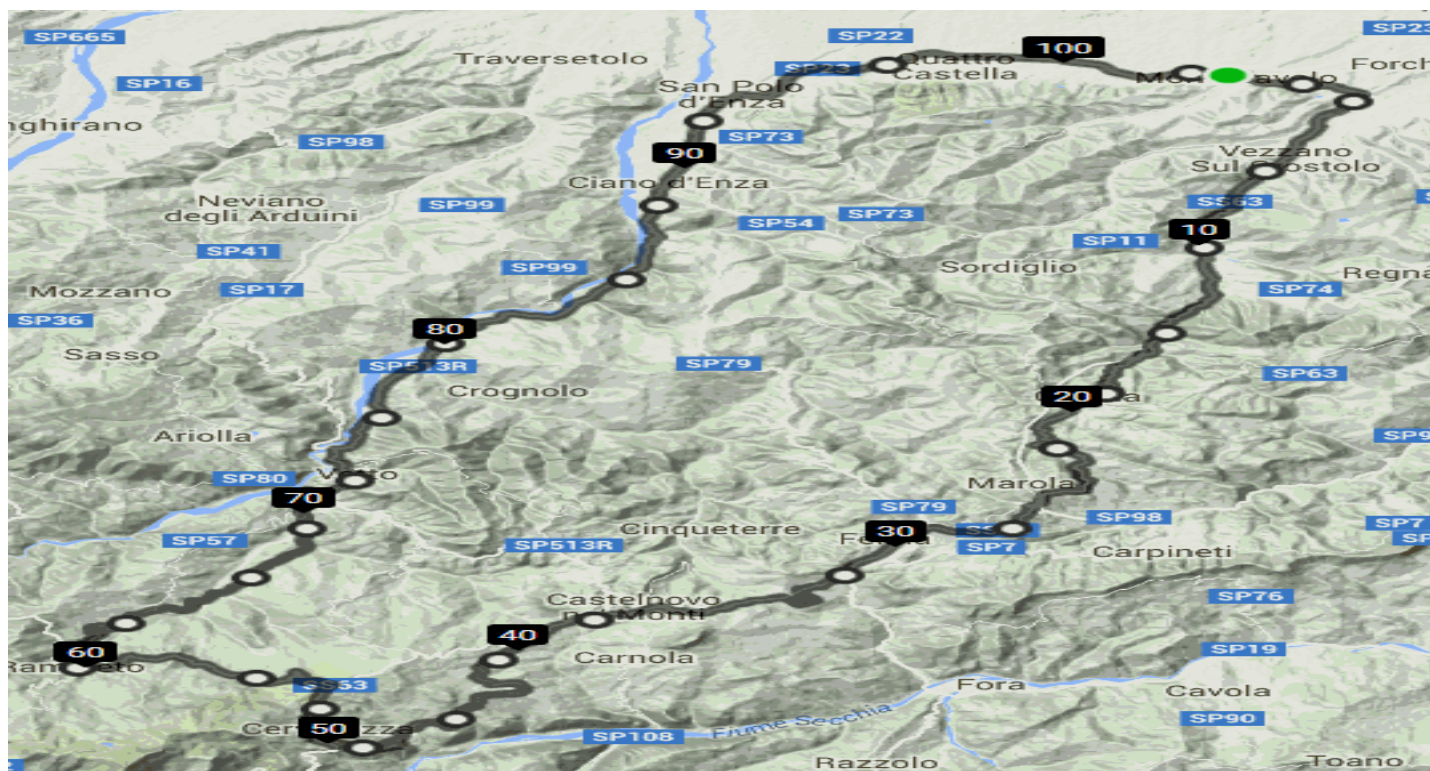
DOMENICA 12/07/2026 ORE 7.15

PERCORSO LUNGO: MONTECAVOLO-CASINA-FELINA-C.MONTI-TERMINACCIO A SX TALADA-CERVAREZZA-BIV-RAMISETO(BIVIO CORTO)RAMISETO-FONDOVALLE LONZA VETTO-CIANO –SAN POLO- MONTECAVOLO = **Km 104**

PERCORSO CORTO: SPARAVALLE-C.MONTI-VETTO-INN LUNGO = **Km 100**

<https://www.strava.com/routes/3430942113192344596>

- Salite previste: 4
- Dislivello: Mt. 1.434
- Ritardatari: ore 7.45 percorso inverso fino al raggruppamento.
- Arrivo previsto alla media dei 22.00 Km/h alle ore 12.00



- Salita: Casina = 3 km al 5.5% - 3° categoria
- Salita: La Quercia = 3 km al 3.2% - 3° categoria
- Salita: SS 63 C.Monti = 1 km al 6.7% - 3° categoria
- Salita: Talada-Cervarezza = 4 km al 7.5% - 1° categoria
- Pendenza massima: 10

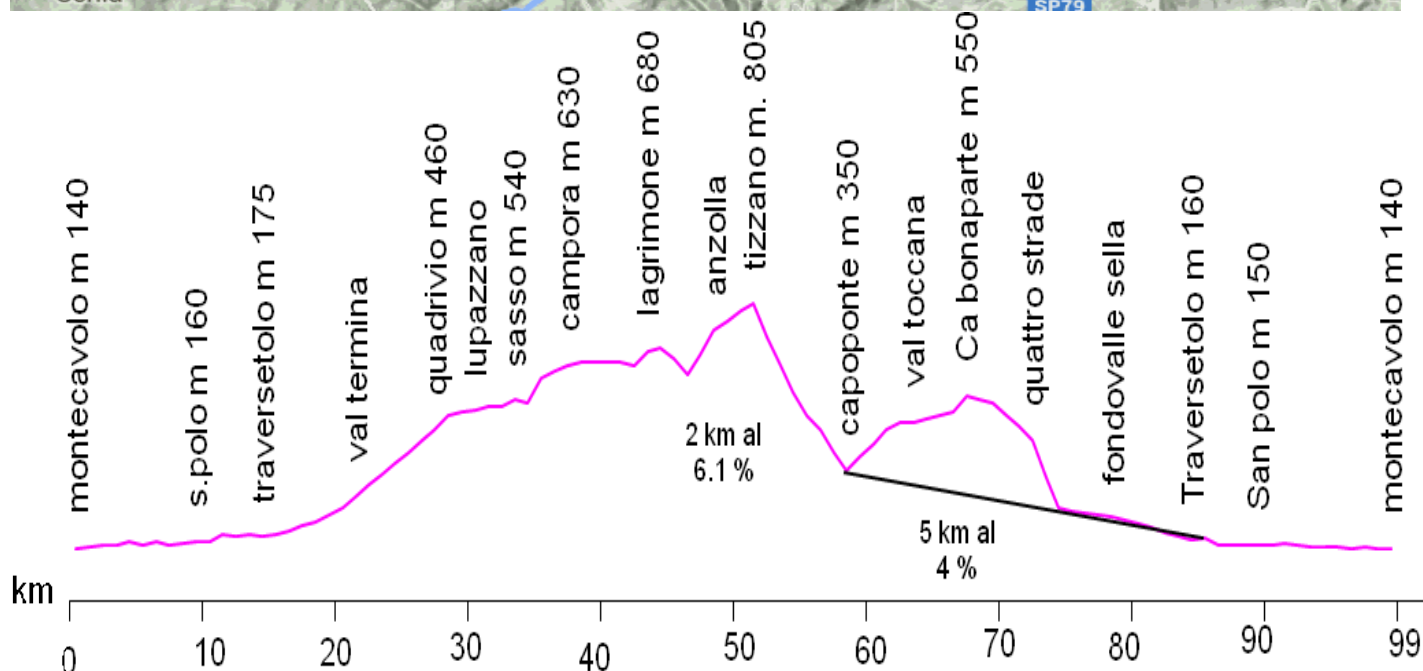
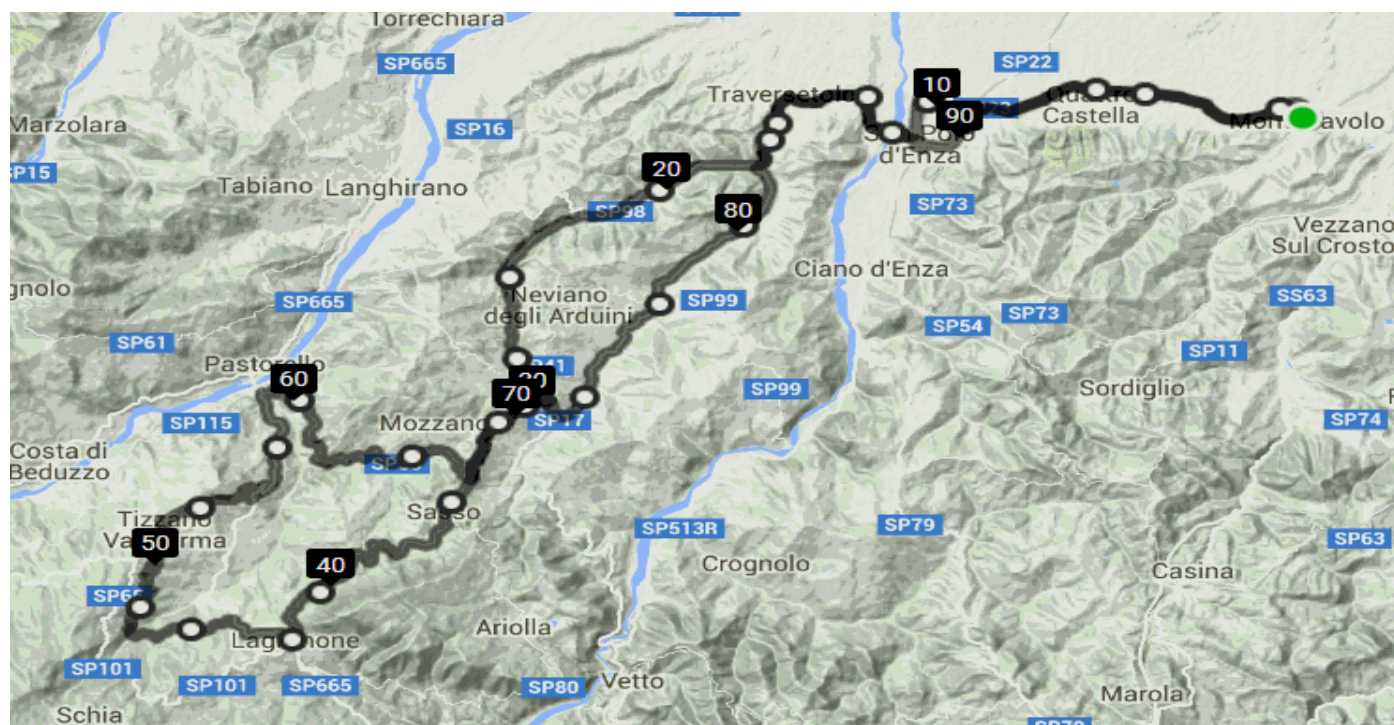
DOMENICA 19/07/2026 ORE 7.15

PERCORSO LUNGO: MONTECAVOLO-SAN POLO-TRAVERSETOLO-VAL TERMINA-SASSO-CAMPORA-LAGRIMONE-ANZOLLA-TIZZANO-CAPOPONTE "BIVIO CORTO"VAL TOCCANA-CA BONAPARTE-FOND-SELLA-TRAVERSETOLO-MONTECAVOLO = **km.99**

PERCORSO CORTO: LANGHIRANO-S.MARIA-TRAVERSETOLO-MONTECAVOLO= **Km 99**

<https://www.strava.com/routes/3430940286819710394>

- Salite previste: 2
- Dislivello: Mt. 1.204
- Ritardatari: ore 7.45 percorso inverso fino al raggruppamento.
- Arrivo previsto alla media dei 21.00 Km/h alle ore 12.00



- Salita: Ponte Anzolla-Tizzano = 2 km al 6.1 % 2° Categoria
- Salita: Val Toccana = 5 km al 4 % 3° Categoria (Lungo)
- Pendenza massima: 11 %

DOMENICA 26/07/2026 ORE 7.15

PERCORSO LUNGO: MONTECAVOLO-S.POLO-TRAVERSETOLO-S.MARIA-LANGHIRANO PASTORELLO-VAL PARMA-BIV PER TRE RII-VALICO DI FRAGNO-COZZANO-COZZ.PINETA VALLE DI CASTRIGNANO (BIVIO CORTO)A SX - CHIESA DI CASTRIGNANO-LANGHIRANO-PILASTRO -TRAVERSETOLO-S.POLO-MONTECAVOLO = **Km.99**

PERCORSO CORTO=VALLE CASTRIGNANO-LANGHIRANO-INN PERC.LUNGO=**Km.95**

<https://www.strava.com/routes/3430940454634354006>

- Salite previste: 3
- Dislivello: Mt. 1700
- Ritardatari: ore 7.45 percorso inverso fino al raggruppamento.
- Arrivo previsto alla media dei 21.00 Km/h alle ore 12.00



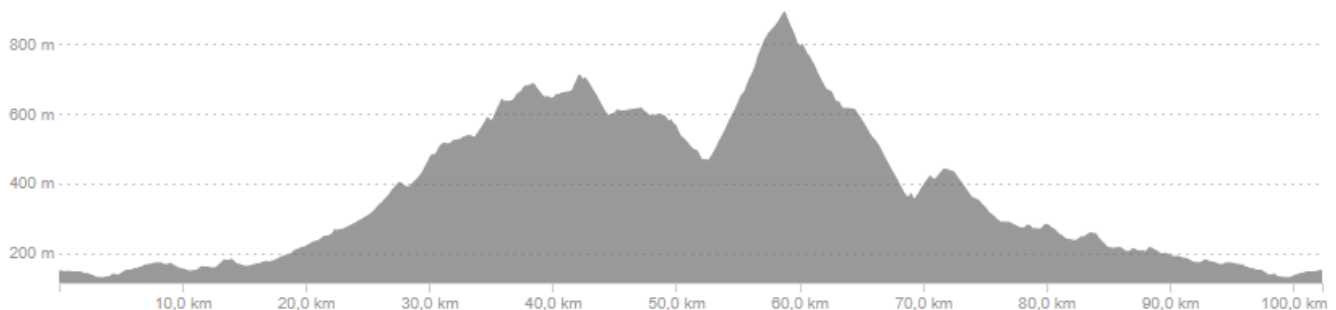
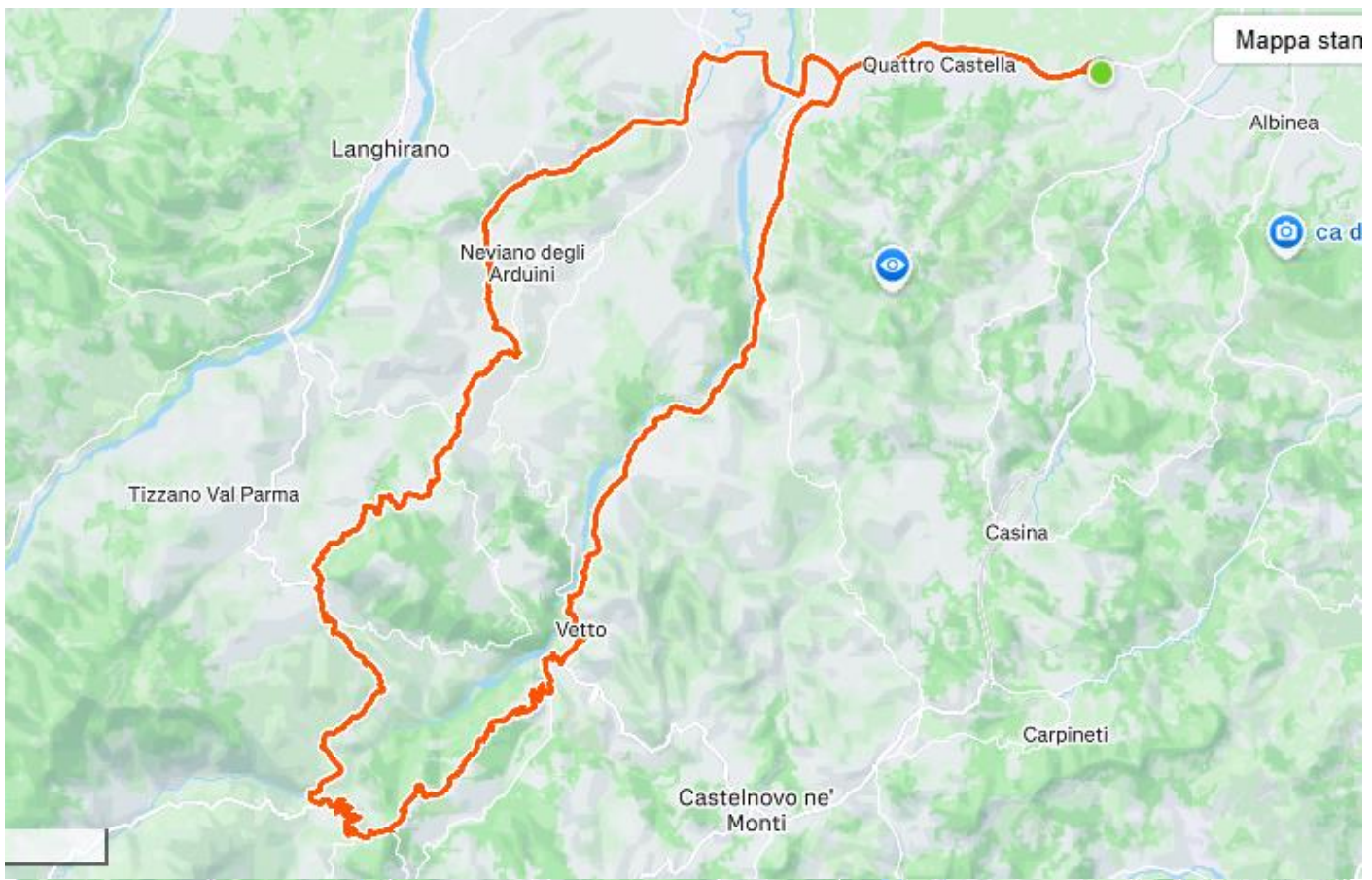
- Salita: Tre Rii = 5 km al 9% HC
- Salita: Cozzano pineta sud = 3 km al 8% - 1° Categoria
- Salita: Chiesa di Castrignano = 2 km al 10% - 1° Categoria (Lungo)
- Pendenza massima = 18%

DOMENICA 03/08/2026 ORE 7.15

PERCORSO UNICO: MONTECAVOLO-S.POLO-TRAVERSETOLO-V.TERMINA-4 STRADE-SASSO-CAMPORA-LAGRIMONE-RANZANO-SELVANIZZA-TAVIANO-CEREGGIO-GOTTANO-VETTO-CIANO-SAN POLO-MONTECAVOLO = **Km 102**

<https://www.strava.com/routes/3430954573699551668>

- Salite previste: 3
- Dislivello: Mt. 1.393
- Arrivo previsto alla media dei 22.00 Km/h alle ore 12.15



- Salita: Val termina – Sasso – Campora - 3° Categoria
- Salita: Castagneto – biv- Cereggio = 4 km al 5,8 % - 3° Categoria
- Pendenza massima: 11 %