

# 10<sup>^</sup> CORSA SULLA QUISA - 2° diecimila Trofeo SERIM

## PERCORSO

### DESCRIZIONE PERCORSO

Il percorso è principalmente pianeggiante, ancorché in qualche e breve punto presenti dei leggeri movimenti.

- ✚ Fondo asfaltato per i primi 4 km e per gli ultimi 3/400mt.;
- ✚ ciclabile sulla restante parte del percorso con fondo che alterna asfalto e sterrato;
- ✚ 2 ponticelli (7/8mt il primo e 15mt il secondo), in legno e decisamente stabili.

I primi 4 km sono completamente su strada asfaltata con il seguente sviluppo:

- ✚ primi 3 km decisamente veloci (nei primi 800mt c'è qualche curva, ma che non portano a rallentare; il resto è un lungo rettilineo con unica "leggerissima" asperità dopo 1.4km dove si sale x 30mt coprendo 3/5mt di dislivello);
- ✚ i successivi 300mt sono in leggerissima salita;
- ✚ i restanti 700mt sono pressoché in piano e portano all'ingresso della pista ciclo-pedonale, dove si trova il ristoro.

Gli ulteriori 5.6km sono su ciclabile, con larghezza di 3/4mt e con le seguenti indicazioni:

- ✚ l'entrata è subito un po' nervosa con una leggera salita;
- ✚ al 5° km si trova l'unica asperità della corsa: si sale in modo "secco" per ca. 80mt, ma poi si scende dolcemente per 180/200mt;
- ✚ al 7° km ca. si passa sul primo ponticello di 7/8mt, mentre il secondo ponte di 15mt di lunghezza è poco prima dell'ultimo km e vi si accede dopo aver fatto un'ampia curva, per evitare di farne una secca a dx.

Passato il ponte si esce dal bosco e si percorre l'ultimo tratto di ciclabile con i primi 500mt in leggerissima salita, poi 300mt favorevoli, 5/8mt di uscita dalla ciclabile in leggera salita e ultimi 3/400mt su ampia strada asfaltata in discesa e che portano all'arrivo.

