



S.ILARIO
in bici per passione



SCHEDA NR. 7

**PASSO DEI DUE SANTI - FOCE ADELANO - PASSO RASTELLO - FOCE MISTELLA
PASSO PRADALARA**

LUNGHEZZA KM. 80 = DISLIVELLO MT.2450 (MOLTO IMPEGNATIVO)

**TRASF. IN AUTO KM. 100 S.ILARIO D'ENZA - PONTREMOLI
(AUTOSTRADA PARMA - PONTREMOLI)**

PARTENZA DA S.ILARIO D'ENZA ORE 07 :00 - RITORNO A S.ILARIO D'ENZA ORE 18 :30

LOCALITA'	KM	ALTIDUTINE	ARRIVO	PARTENZA	V A R I E
PONTREMOLI	0,000	MT. 232	08 :30	08 :45	PARTENZA
PASSO DEI DUE SANTI	24,000	MT. 1392 ^	10 :45	10 :55	SOSTA FOTO
BIVIO ZERI	33,000	MT. 661	11 :15		
FOCE ADELANO	39,000	MT. 915 ^	11 :50	12 :00	SOSTA FOTO
BIVIO SESTA GODANO	45,500	MT. 485	12 :20		
PASSO RASTELLO	52,500	MT. 1047 ^	13 :10	14 :40	SOSTA PRANZO
COLORETTA	58,000	MT. 670	14 :55		
PASSO MISTADELLA	62,500	MT. 875	15 :20		
BIVIO PIAGNA	64 :500	MT. 715	15 :25		
PASSO PRADALARA	67,500	MT. 1031 ^	16 :00	16 :10	SOSTA FOTO
PONTREMOLI	80,000	MT. 232	16 :45	17 :00	ARRIVO

SCHEDA NR.7

PASSO DEI DUE SANTI (1392 MT.) : I PRIMI 15 KM SERVONO DA RISCALDAMENTO. GLI ULTIMI 8 KM HANNO UNA PENDENZA MEDIA DELL'8,5%, CON VARI TRATTI SUPERIORI AL 10%. PER RAGGIUNGERE IL SASSO SU CUI E' INCISO IL NOME DEL PASSO BISOGNA PERCORRERE GLI ULTIMI 200 METRI DI STERRATO.

FOCE ADELANO (MT.915) : RIDICESI DEI DUE SANTI, PRIMA DI ENTRARE IN PATIGNO SI GIRA A DESTRA DA DOVE INIZIA LA SALITA DAPPRIMA LEGGERA PIO SEMPRE PIU' ERTA PER LEFOCE CHE SI TROVA NEL GRUPPO DI CASE DI ADELANO.

PASSO RASTELLO (MT. 1047) (E' UNA SALITA MOLTO DURA CON PENDENZE CHE NON TI LASCIANO RESPIRARE. SOLO NEL TRATTO FINALE SI ADDOLCISCONO LEGGERMENTE. IL PASSO E' SEGNALATO SU CIPPO KILOMETRICO.

PASSO PRADALARA (MT.1031) DA COLORETTA A DESTRA SI SALE CON ALCUNI STRAPPI FINO ALLA **FOCE MISTRADILLA (MT. 875)** POI UN FALSOPIANO E DISCESA FINO AL BIVIO PER PIAGNA, DOVE SI IMBOCCA LA STRADA PER IL PASSO PRADALARA SULLA SINISTRA, **STRADA STRETTA MA OMBREGGIATA PER 3 KM, MEDIA 8%.** SUL PASSO SULLA SINISTRA UNA STELE A RICORDO DEI CADUTI.