



Descrizione gara/road book percorso “FTF 7 Summits - Short” 20 km 900 mtD+

La partenza della gara è prevista alle ore 11.00 in P.zza delle Miniere a Ferriere.

Dopo il via, percorrerete in sequenza le due vie principali del capoluogo, e appena prima del ponte sul torrente Grondana, prenderete a sinistra in direzione Pomarolo Casa Rossa.

L'andatura sarà controllata dall'organizzazione fino al Km 0,6 (Loc. Casa Rossa), punto dal quale dovrete seguire la balisatura del percorso.

Abbandonato l'asfalto si sale per meno di un Km lungo una carrareccia di terra talvolta con sassi smossi; nel momento in cui inizia spianare, il fondo migliora.

In questa parte di tracciato occorre prestare molta attenzione alla segnaletica in quanto sono presenti diverse biforcazioni; a quella principale km 1,37 dovrete comunque tenere la destra.

Seguite la strada sterrata il leggera discesa fino ad un nuovo incrocio km 2,23 prendete la strada asfaltata verso sinistra.

In circa 500 mt sarete in Loc. Pomarolo.

Raggiunte le prime case sulla vostra sinistra vedrete una salita in cemento, imboccatela e per circa 2 km fate sempre attenzione alla balisatura poiché il tracciato interseca alcuni sentieri CAI. Questo potrebbe creare dubbi circa la giusta direzione.

Il sentiero, prima di raggiungere un tratto in asfalto, è un susseguirsi di salite e discese ed un'alternanza di prati stabili e boschi di querce; in alcuni punti è irregolare a causa di una frana che ha colpito questa zona a ridosso del Torrente Grondana.

Giunti al Km 4,9 occorre svoltare a sinistra (siete sulla SP 50) percorrere poche centinaia di metri fino a raggiungere un nuovo bivio, girate a destra in direzione di Solaro e poco dopo, di nuovo a destra, si imbecca una vecchia strada in salita lastricata in pietra, che vi porterà a Solaro in meno di un km.

SOLARO KM 6.4 Primo Ristoro

Per uscire dall'abitato di Solaro seguite attentamente le indicazioni di gara a terra.

Appena Vi sarete lasciati alle spalle Solaro, una piccola carrareccia vi porterà su una agevole pista in ghiaia che prenderete, mantenendo la destra.

La facile pista corribile, al Km 7,4 lascerà il posto ad una stretta carrareccia con fondo sassoso in salita; appena inizierà spianare saranno già visibili le case dell'abitato di Ciregna km 9,2

Da questo punto troverete l'intersezione anche con il percorso gara 30 e 54 km. Tutti gli atleti d' ora in poi transiteranno sulla stessa traccia fino all'arrivo.

Inizia una mulattiera in salita con molti sassi mossi in principio e che poi spiana per poco, fino ad una breve deviazione dal sentiero originale eroso dalla forza dei temporali durante la tremenda alluvione del 2015. Scavalcato questo ostacolo e superato un cancello per il bestiame, si riprende a salire con costanza per circa 500 mt.

Inizia a questo punto uno sterrato che attraversa il pascolo, lungo il quale potrete rilanciare decisamente l'andatura sfruttando il fondo favorevole e la discesa, segnalata dall'organizzazione. Al termine incrocerete la strada asfaltata che collega la località di Solaro a quella di Mareto.

Km 12.8. ristoro base Albareto. Secondo Ristoro (Foto Monte Albareto)

Lo sterrato si annulla nel pascolo della vetta. Proseguite lungo lo steccato di delimitazione, lasciandolo alla vostra destra e iniziate a scendere seguendo la balisatura fino al filo spinato da oltrepassare per riprendere la carraia.

Percorsi circa 400 mt. dovrete imboccare un sentiero molto poco visibile a destra.

FATE ATTENZIONE ALLA SEGNALETICA DI GARA, UNICA AD ACCOMPAGNARVI FINO AL TRAGUARDO.

Per il primo pezzo percorrerete un single track con brevi saliscendi, mentre per il successivo affronterete una discesa lunga e difficile a causa del fondo sassoso tutt'altro che agevole.

Terminata la discesa, una carrareccia con qualche strappo, vi porterà all'abitato di Cassimorenga, da attraversare facendo caso alla segnaletica di gara.

Dopo circa 50 metri di asfalto dovrete tenere la sinistra immettendovi in una carraia sterrata in discesa fino ad un boschetto di pini oltrepassato il quale si intravedranno già alcune case dell'abitato di Pareto / Cerreto Rossi ed inizierà il tratto asfaltato con segnaletica a terra. Dopo circa 200 metri dovrete girare a sinistra, proseguire per 100 metri, avrete la chiesa alla vostra destra, e per un breve tratto dovrete percorrere la SP50.

Girate a sinistra passando per un piccolo cortile, imboccate la mulattiera per 50 mt ed attraversate ponendo la massima attenzione alle auto, la SP50.

Imboccate la strada secondaria asfaltata di fronte a voi seguendola anche quando diventerà sterrata, fino ad un ulteriore attraversamento della SP50.

Inizia l'ultimo brevissimo single track delle tre gare, complimenti le vostre fatiche sono finite!

Manca solamente di attraversare il paese lungo la meritata "passerella" per arrivare al traguardo di Ferriere.