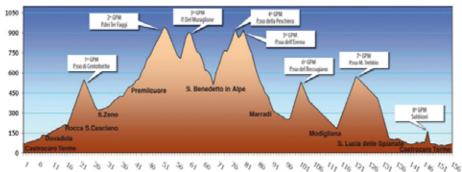
WWW.ALBEPIGO.COM

FORZA MASSICCI PEDALATORI

Gare ciclistiche amatoriali, itinerari per la bici da strada nella provincia di Reggio Emilia ed attività collaterali. Un sito didascalico ed autobiografico, una vetrina per l'appassionato.

Gran Fondo Fondriest. 8 giugno 2008: analisi del percorso gran fondo

156 km, dislivello: 2985 metri

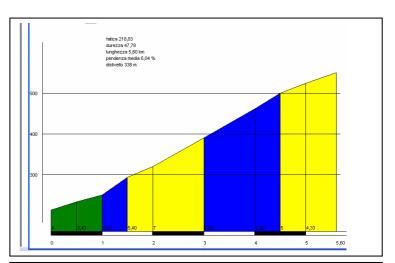


Gran Fondo con circa 3.000 metri di dislivello caratterizzata da salite discontinue e pendenze mai realmente impegnative. Come spesso succede nelle gran fondo appenniniche molti km di discesa e di pianura si collocano tra l'ultima salita ed il traguardo. Nel complesso una buona organizzazione con incroci ben presidiati ed un buon pacco gara.

Dettaglio salite

Passo di Centoforche

Prima salita della giornata; la affronto cercando di recuperare più posizioni possibili. Purtroppo all'imbocco della salita sono parecchio indietro per cui la gara è in parte compromessa dall'iniziale ritardo. Salita fatta a circa 1.300 di VAM senza mai avere delle grandi sensazioni.



Passo dei Tre Faggi

Ascesa lunga ma per niente impegnativa ed in cui è praticamente impossibile fare selezione soprattutto quando si è in gruppo numeroso.

E' su questa salita che si è scavato il distacco con il gruppo dei primi inseguitori che poi mi arriverà davanti al traguardo per pochi minuti.



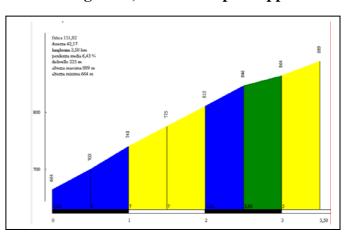
WWW.ALBEPIGO.COM

FORZA MASSICCI PEDALATORI

Gare ciclistiche amatoriali, itinerari per la bici da strada nella provincia di Reggio Emilia ed attività collaterali. Un sito didascalico ed autobiografico, una vetrina per l'appassionato.

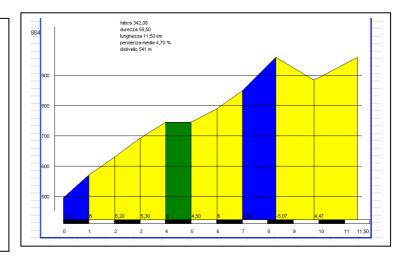
Passo del Muraglione

E' qui che inizia la mia fuga dal groppone con cui ho fatto il passo dei Tre Faggi; salita di circa 3,5 km al 7% medio. L'obiettivo è quello di cercare di recuperare qualche gruppetto avanti anche se in realtà non so quanto distacco ci sia con quelli davanti.



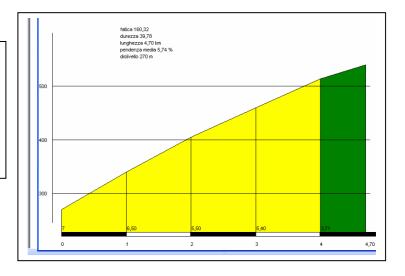
Passo della Peschiera - Eremo

Principale asperità della giornata; pendenze non impossibili e qualche tratto di pianura discesa che non aiuta il forcing. All'inizio della salita mi segnalano che il primo gruppo è davanti a circa 4 minuti ... ci provo. In cima alla salita un addetto mi indica che ci sono 4 concorrenti davanti ad 1 minuto e mezzo; troppi considerato che adesso sono finite le salite lunghe ed iniziano i tratti di discesa e di pianura.



Monte Beccugiano

Salita interessante, dal versante toscano (loc. Marrani – Popolano) non particolarmente lunga che tuttavia inizia dopo un lungo tratto di discesa e di pianura dove mi hanno raggiunto da dietro un gruppo di circa 25 persone.



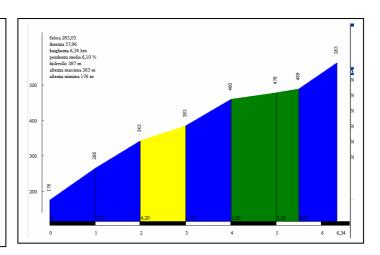
WWW.ALBEPIGO.COM

FORZA MASSICCI PEDALATORI

Gare ciclistiche amatoriali, itinerari per la bici da strada nella provincia di Reggio Emilia ed attività collaterali. Un sito didascalico ed autobiografico, una vetrina per l'appassionato.

Monte Trebbio

Ultima salita della giornata; una salita a gradoni in cui provo a fare l'ultimo forcing della giornata di modo da cercare di scremare il più possibile il gruppo. Mi metto davanti e procedo ad un ritmo tale da non scavare un distacco elevato ma allo stesso tempo sufficiente a far staccare i concorrenti più stanchi del gruppo. Le caratteristiche della salita non mi aiutano pienamente comunque un po' di gente si perde.



Strappo Sabbioni

Strappo conclusivo a 10 km dal traguardo, fastidioso perché corto.

