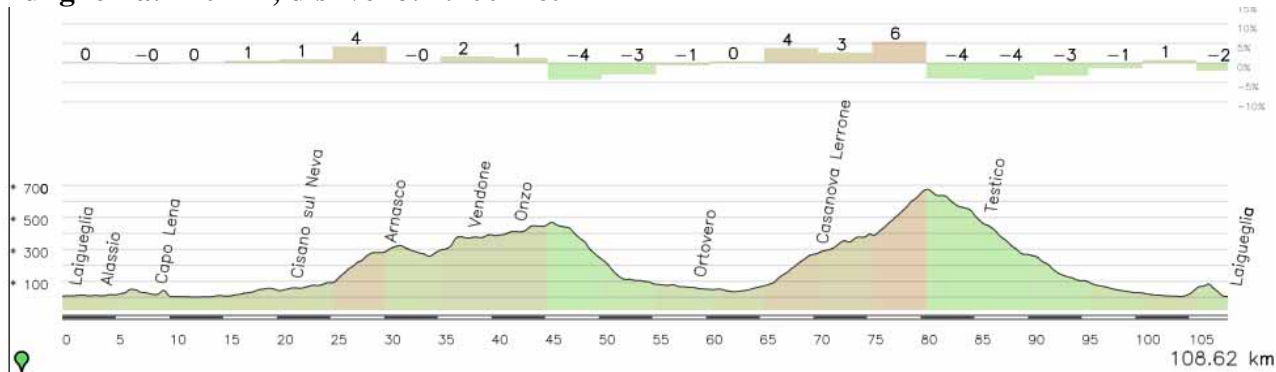


FORZA MASSICCI PEDALATORI

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.

GF Laigueglia. 9 febbraio 2009: analisi del percorso

Lunghezza: 110 km; dislivello: 1.400 metri

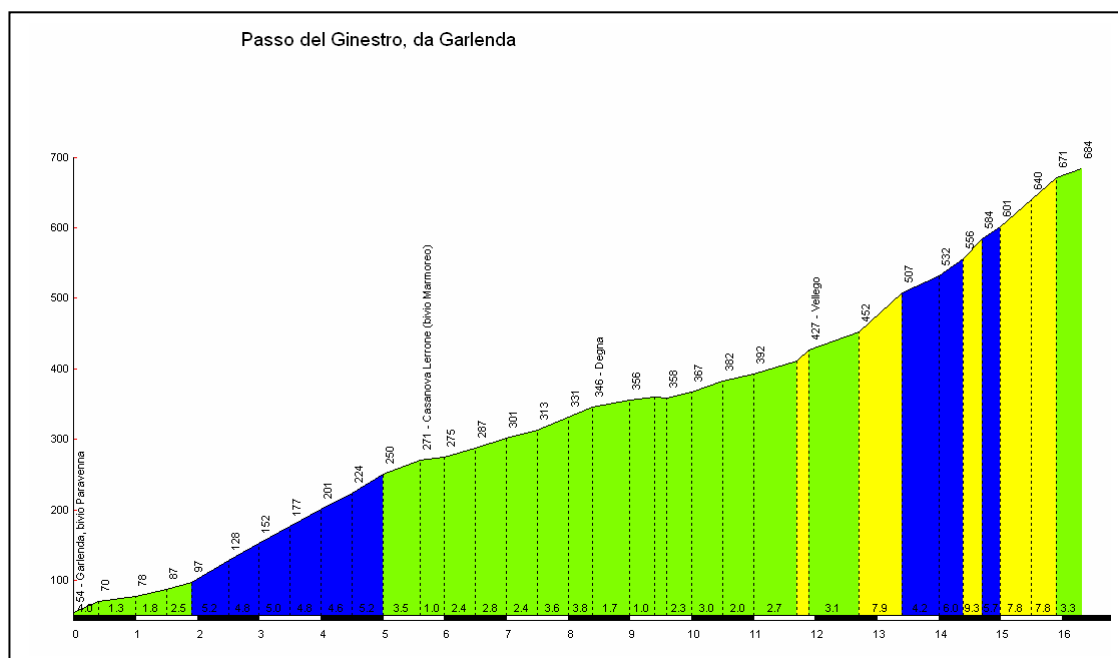


Gara d'apertura del circuito fondistico nazionale caratterizzata da salite pedalabili e dallo strappo finale di Capo Mele. Distanza e dislivello contenute tipiche di percorso medio fondo. Nutrita partecipazione (2.300 persone) e temperatura buona (sui 10°) rispetto alle normali condizioni che hanno accompagnato l'inverno.

Prima parte fino all'inizio della salita di Arnasco con qualche strappo ma sostanzialmente delineata lungo l'Aurelia dove occorre fare attenzione alla strada non sempre perfetta, al vento e alla normale frenesia delle partenze ... sullo strappo dopo Alassio e su Capo Lena si crea qualche buco che si allarga per il vento contrario e per il fatto che non c'è comunione di intenti nell'andare a chiudere il buco.

Salita di Arnasco - Costa Bacelega - Onzo che di fatto non è una salita vera e propria ma un susseguirsi di tratti in salita (soprattutto quello iniziale di circa 6 km al 4% circa) a tratti di falsopiano fino all'ultimo strappo (circa 1,3 km al 6,8% circa) in località Costa Bacelega; discesa verso il fondovalle in una strada non larga in mezzo agli ulivi.

Salita del passo del Ginestro, 16,3 km al 3,9% di pendenza media (fonte:www.salite.ch) con una parte centrale molto pedalabile, che può consumare l'energia necessaria per gli ultimi km, più ripidi.



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.

Ultimo strappo della giornata 1,7 km al 4% circa di Capo Mele per giungere alla picchiata e all'arrivo della corsa sul lungomare di Laigueglia.

In questa discesa, ed in particolare verso la fine, è necessaria un po' di prudenza in quanto la carreggiata tende a restringersi e si aggiunge un po' di affollamento dovuto alla frenesia per la volata, ad un po' di traffico nella carreggiata opposta (macchine e ciclisti fuori gara).