

# TurBike

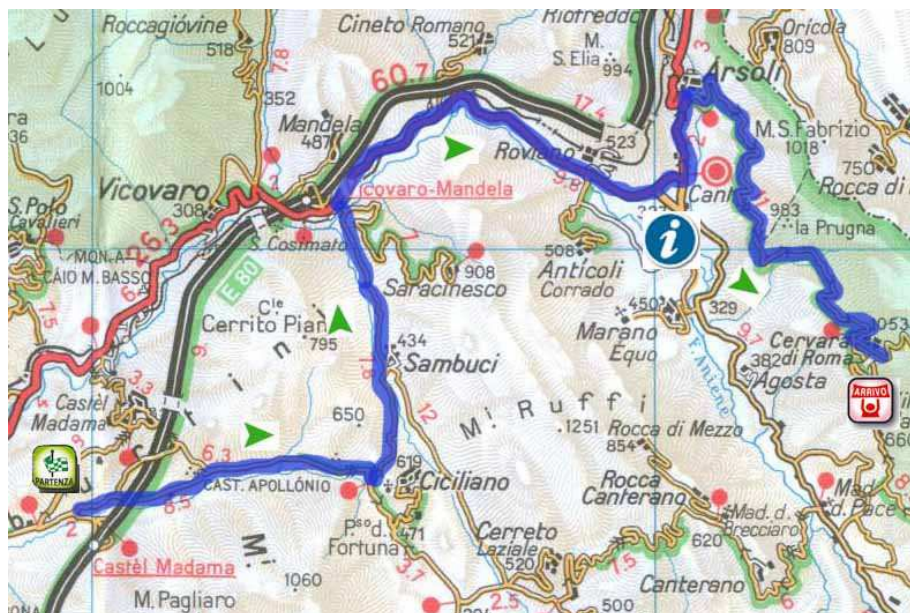
Allenamento Programmato n° 18  
7 ottobre 2012

## CERVARA

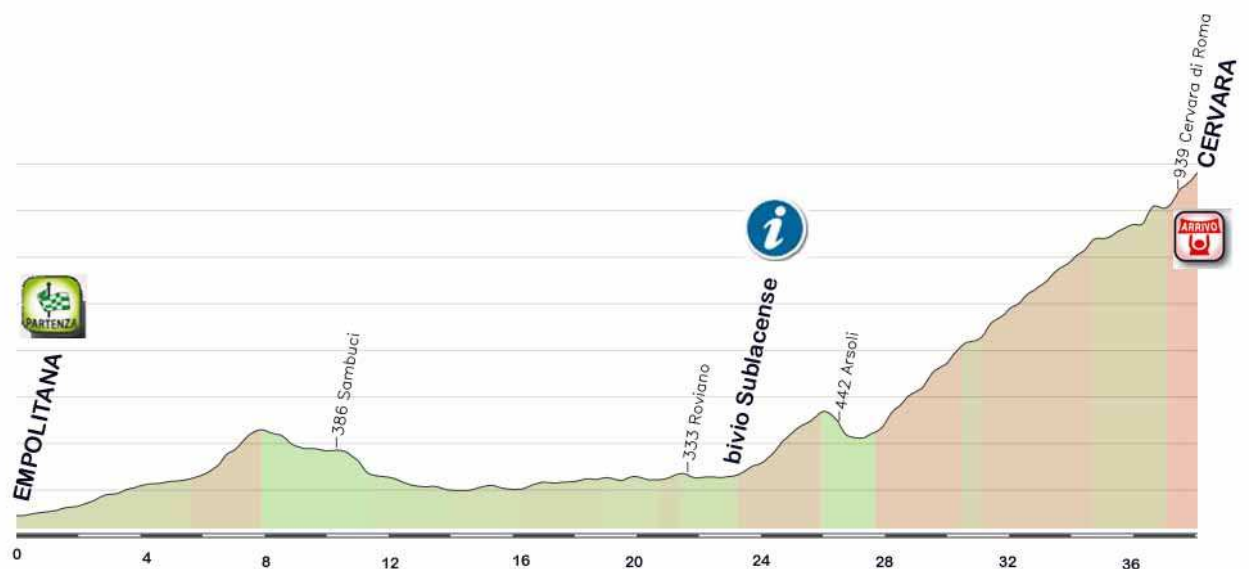
Luogo di ritrovo: **Castelmadama A24**

Distanza andata Km. **38,1**  
Distanza ritorno Km. 38,1

Dislivello da superare mt. **972**  
Punto int.: presso bivio Sublacense



Planimetria Percorso crono tratto blu..



Profilo altimetrico

**Note:** Il Punto intermedio è presso il bivio della via Sublacense. Per il ritorno si consiglia la scelta tra tre alternative:

- 1) stesso percorso dell'andata;
- 2) scendendo dalla località Vignola fino alla Sublacense e quindi la via Tiburtina con passaggio da Sambuci;
- 3) scendendo dalla località Vignola fino alla Sublacense, quindi Madonna della Pace e salita per Rocca Canterano, discesa verso Gerano e quindi Empolitana.