

TurBike

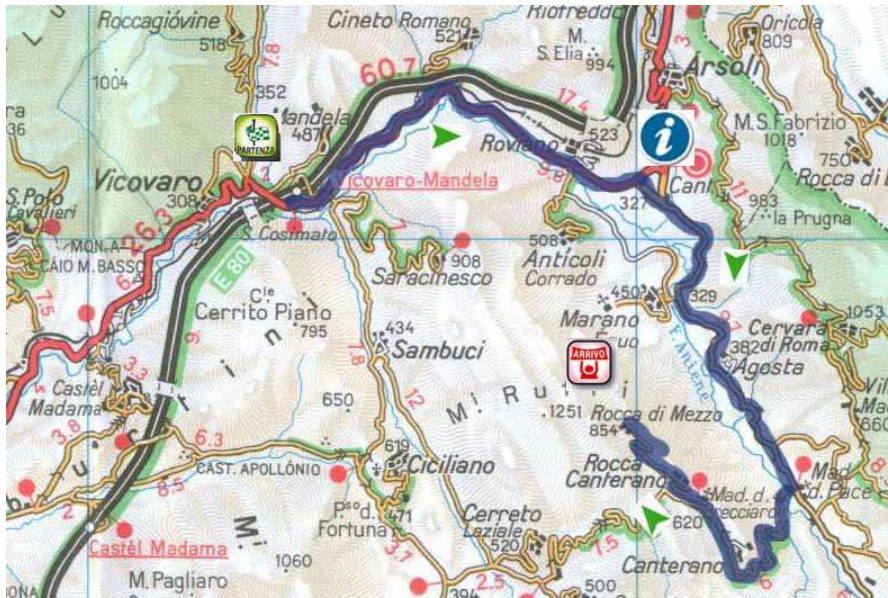
Allenamento Programmato n° 21
27 ottobre 2012

ROCCA DI MEZZO

Luogo di ritrovo: **Vicovaro A24**

Distanza andata Km. **28,0**
Distanza ritorno Km. 28,0 o più

Dislivello da superare mt. **793**
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 le seguenti alternative:

- 1) stesso percorso dell'andata;
- 2) scendendo da Rocca Canterano verso Gerano poi Sambuci;
- 3) chi vuol fare chilometri, può risalire da madonna della Pace a Cervara e tornare da Arsoli.