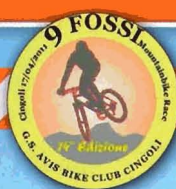


PRATICA

P

GF NOVE FOSSI



GRAN COMBINATA
CICLISMO

Ritocco artistico

Piccole migliorie al percorso classic, lievemente allungato e più panoramico, per un evento annesso a sei importanti circuiti. Ricche, come sempre, le premiazioni

Testo e foto di Roberto Chiappa

IN APERTURA: il nuovo percorso affronta l'anello dei Casali, che si ricongiunge dopo circa 3 km ai Piani, riprendendo in seguito il tracciato dell'anno scorso. Molto panoramico l'inedito passaggio della gara su questo

altipiano. **SOTTO:** al centro della foto, con il giubbotto blu, il sindaco di Cingoli, Filippo Saltamartini. Una folla rappresentanza di tesserati dell'Avis bike Cingoli, riunita prima dell'uscita domenicale sulla piazza del Municipio



La domenica, che precedendo la Pasqua cristiana è tradizionalmente detta "delle palme", sarà all'insegna della fatica, almeno per i concorrenti del percorso più lungo, il Classic. E la palma della vittoria bisognerà sudarsela fino in fondo, perché questo tracciato è tutt'altro che "morbido", non va sottovalutato. Il profilo altimetrico è molto simile a un "Cross country" allungato", soprattutto nella seconda metà di gara. Si alternano brevi salite e discese che non permettono di ripristinare le energie muscolari e smaltire il lattato. Il fondo dei sentieri è prevalentemente drenante ma decisamente corrugato, denso di rocce, sassolini e asperità che impediscono la scorrevolezza ottimale della bici. Consigliati pneumatici ben tassellati, dall'abbondante sezione e con mescola morbida.

Chilometri e dislivello bilanciati

È un percorso che risulta impegnativo al punto giusto, con un corretto bilanciamento tra chilometraggio e dislivello. Chi non punterà l'occhio soltanto sulla ruota del concorrente che lo precede, potrà ammirare lo splendido panorama che spazia dal lago di Cingoli ai monti Sibillini e al monte San Vicino, in lontananza al massiccio del Gran Sasso, mentre verso est si

La Gf Nove fossi ha acceso la quattordicesima candelina sulla sua gustosa torta, i cui ingredienti hanno sempre deliziato gli amanti dei sapori agresti, riferiti non solo alla cucina marchigiana. Per una volta partiamo dalla fine, dal pranzo completo offerto a tutti. Atleti, parenti, amici e anche qualche "portoghese", potranno rifocillarsi con vincisgrassi, salumi e formaggi locali, olive ascolane, dolci tipici (segnaliamo il "serpe"), il tutto annaffiato da vini verdicchio e rosso piceno. L'anno scorso, sotto l'apposita tensostruttura di oltre 500 mq, furono offerti oltre 1.500 pasti completi, a fronte di quasi 900 concorrenti in gara. Una vera e propria festa, che prosegue con le premiazioni. Onori e omaggi ai primi dieci atleti della classifica assoluta, alle prime tre donne della classifica femminile e ai primi dodici atleti di ciascuna categoria Fci, con premi tra loro cumulabili. Per i cicloturisti sono previsti numerosi premi a sorteggio. Francamente è difficile trovare una granfondo così generosa nei

confronti dei partecipanti. L'apertura della manifestazione, sabato 16 aprile, sarà invece dedicata ai più piccoli: i bimbi tra i sei e i dodici anni potranno divertirsi nella gimkana "Nove Fossi kids", al termine della quale è prevista la merenda e la distribuzione di simpatici premi per tutti.





staglia l'orizzonte naturale del monte Conero e del mare Adriatico. Le fitte macchie boschive di querce e tassi secolari sono percorse da numerosi tratturi immersi nel verde, e alternano tortuosi single-track a strade poderali sterrate, suggestivi antichi casolari e splendidi paesini arroccati sulle verdeggianti colline circostanti.

La partenza della gara avverrà come di consueto dai "viali Valentini", toccando poi tutti i punti che hanno reso famoso questo tracciato. La salita lungo il celebre crossodromo "Tittoni", l'ascesa dei ripetitori, i sentieri del monte Nero, il lago di Cingoli (il cui perimetro sarà evitato in caso di fango), l'abitato di Panicale e quello di capo di Rio, la tecnica e insidiosa discesa dei Cinghiali, su pietrisco smosso, e quella più melensa e scorrevole di Petto delle Piane, il bosco delle Tassinete, la discesa cronometrata di Fosso Vareno, che anche quest'anno assegnerà al biker più veloce un premio di valore.

La novità del percorso 2011 è rappresentata da tre chilometri addizionali, che si sviluppano lungo l'anello dei Casali, transitando dalla Stalla, dal Casale demaniale e da Casa Smorze, situata in una piccola radura molto panoramica.

È un peccato che sotto questo piccolo altopiano, in direzione del paese di Treia



SOPRA: il sentiero verso villa Tassinete presenta una salita dalle pendenze abordabili, ma nasconde piccoli strappi ripidi che risultano un po' fastidiosi per lo sforzo necessario al loro superamento. A SINISTRA: la valle dell'Internone riserva una salita piuttosto impegnativa, che porta verso la zona delle Tassinete



L'ultima salita da capo di Rio sfocia sulla pista ciclabile di Cingoli, il cui centro cittadino è visibile sullo sfondo. A questo punto le fatiche sono praticamente terminate

(Mc) sia in progetto la realizzazione di una gigantesca discarica rifiuti, che andrebbe certamente a inquinare una delle falde di acqua sorgiva più pure dell'intera zona, oltre a deturpare l'intero paesaggio naturale. L'anello dei Casali si riconnette poi con il tracciato abituale, tra la zona del Pantanaccio Internone e quella delle

Tassinete. A questo punto, al km 38 circa, le salite più impegnative sono tutte alle spalle. Ma le fatiche non possono dirsi concluse. La discesa cronometrata di Fosso Vareno, 2,8 km con 235 metri di dislivello, metterà a dura prova riflessi e lucidità, soprattutto se la prima parte boschiva in single track dovesse risultare fangosa o

viscida. Gli ultimi quattro chilometri sono tutti in salita, o quasi. L'approdo dei biker sulla pista ciclabile, a meno uno dal traguardo, è sempre salutato dagli applausi del folto pubblico, ma il tributo più grande alle fatiche sarà dato dallo speaker sotto lo striscione d'arrivo. E poi sarà veramente festa per tutti.

Altimetrie

GRANFONDO MTB

Gf Nove fossi

Località: Cingoli (Mc)

Data svolgimento: 17 aprile

Edizione: Quattordicesima

Circuiti appartenenza: Gran Combinata Ciclismo, Sentieri del sole e dei sapori, Tour tre regioni Frv, Italian 6 races, Mare e monti Marche, All star mtb

Organizzazione: Gs Avis bike club Cingoli, via Frà Bevignate 10 - 62011 Cingoli (Mc), tel. 328/0969793, fax 0733/603257, www.avisbikecingoli.it, avisbikecingoli@libero.it

Modalità d'iscrizione: tramite fax oppure e-mail allegando copia del vaglia postale intestato all'organizzazione oppure allegando la ricevuta del bonifico bancario da effettuarsi a favore dell'organizzazione presso la Banca di Credito Cooperativo di Filottrano, codice Iban It74n085496886000030157725

Costo: fino al 2 aprile 20 euro per gli agonisti e 15 per i cicloturisti. Dal 3 aprile al 16 aprile 25 euro per gli agonisti e 20 per i cicloturisti.

Domenica 17 aprile 30 euro per gli agonisti e 25 per i cicloturisti. Iscrizione gratuita per le categorie agonistiche giovanili (esordienti e allievi)

Termine iscrizione: 17 aprile

Cronometraggio: Adscost

Partenza: Cingoli (Viali Valentini), ore 9,30 (short), ore 10 (classic)

Servizi offerti: strade di gara chiuse al traffico motorizzato (eccetto autorizzati), assistenza sanitaria con cinquanta postazioni e oltre cento addetti, tre ambulanze e due dottori, tre ristori completi sul percorso più due con integratori liquidi, un ristoro con prodotti tipici, pranzo finale completo e gratuito per tutti, docce calde presso il palasport con servizio navetta, premi ai primi 12 classificati di ogni categoria, premi a sorteggio per i cicloturisti, area camper e parcheggi gratuiti, servizio speaker di gara

3ª salita:

Monte Nero (2 km, pend. media 3,6%) (al km 13,50)

Punto panoramico: Pian dell'Alto

2ª salita:

Pian dell'Alto (1,5 km, pend. media 2,5%) (al km 10,88)

Ristoro: Pian dell'Alto (dopo 11 km, solo liquidi)

1ª salita:

Pian de Conti (3,3 km, pend. media 6%) (al km 3,30)

Cima Coppi: Ripetitori Pian de conti (790 m)

Punto panoramico: Ripetitori Pian de conti

5ª salita: Chiesa Pian de Conti (2 km, pend. media 2%) (al km 27,00)

4ª salita:

Ruderi - Ripetitori Pian de Conti (6 km, pend. media 7,5%) (al km 22,80)

6ª salita:

Cava Tittoni (1,3 km, pend. media 2,5%) (al km 34,05)

Ristoro: Cava Tittoni (dopo 34 km)

7ª salita: Tassinete alto (2,7 km, pend. media 5,5%) (al km 39,05)

Punto panoramico: Tassinete alto

8ª salita:

Fosso Vareno (2 km, pend. media 1,8%) (al km 43,05)

9ª salita: Capo di Rio - secondo ponte (2,9 km, pend. media 4,5%) (al km 48,55)

Punto panoramico: Capo di Rio

Ristoro: Monte Nero (dopo 13,5 km)

Ristoro: Fosso Vareno (dopo 43 km)

Partenza: Cingoli

Lunghezza del percorso: 49 km (classic), 22 km (short) - Dislivello: 1.620 m e 600 m - Grado di difficoltà: ABBASTANZA IMPEGNATIVO

Arrivo: Cingoli

Vi segnaliamo

Percorsi modificati rispetto al 2010 con l'aggiunta dell'anello dei Casali, discesa cronometrata di Fosso Vareno, miglioramento della segnaletica gara e degli addetti alla sicurezza, lavaggio bici a ridosso della zona di arrivo, area expo con degustazione e vendita di prodotti tipici regionali. Sabato 16 aprile ore 16,30 ciclo gimkana gratuita "Nove Fossi kids" per bimbi da 6 a 12 anni, con premi finali per tutti. Domenica 17 aprile visita guidata al centro storico di Cingoli. Inserimento nel circuito Sentieri del sole e dei sapori e nell'All star mtb. Ritiro numeri e pacco gara sabato dalle ore 16 alle 20 e domenica dalle ore 7,30 alle 9

