



MAP

www.garfagnanaepic.com

GARFAGNANA EPIC

4-5 GIUGNO 2016

DUE GIORNI DI EMOZIONI IN MTB
tra le Alpi Apuane e l'Appennino Tosco-Emiliano

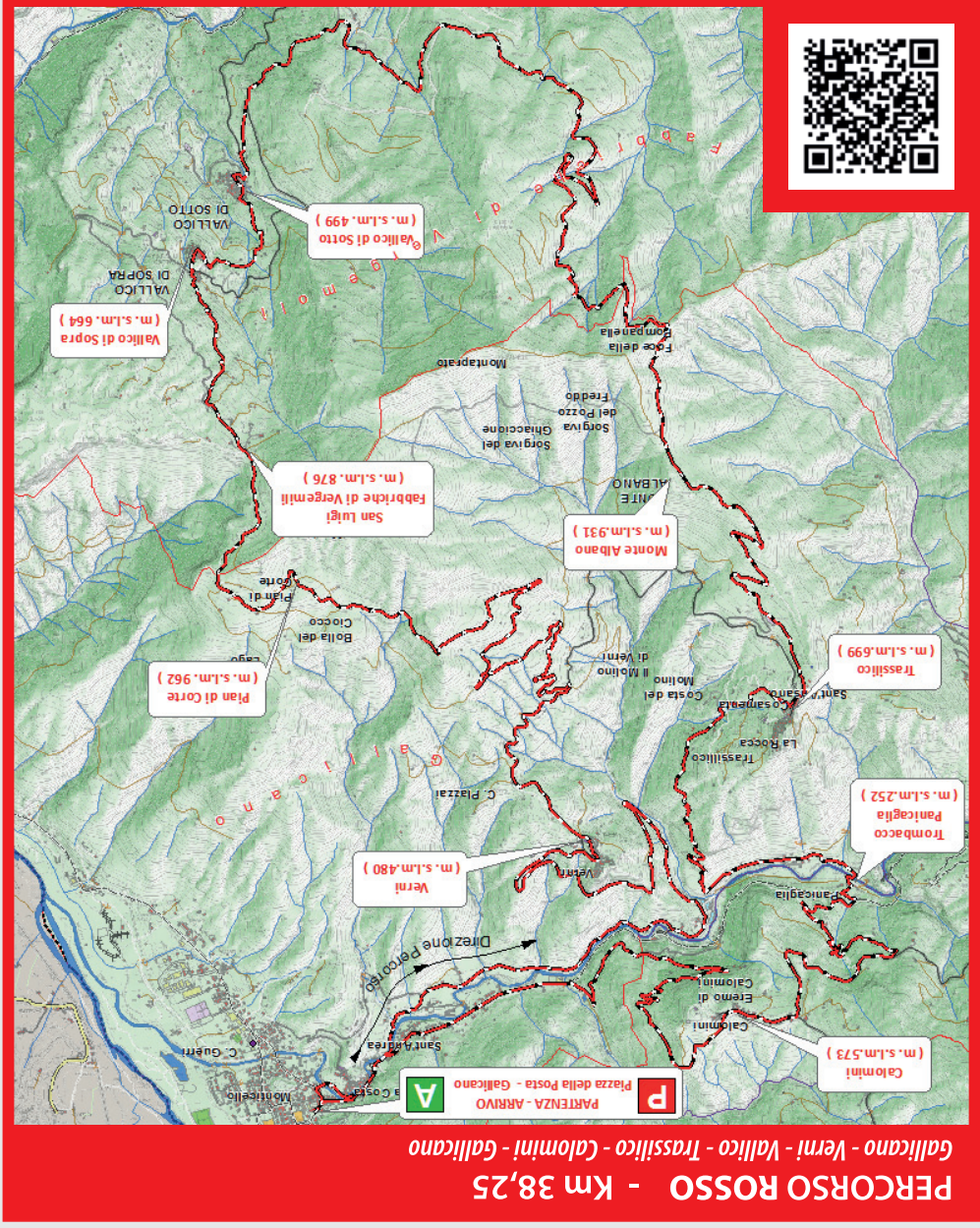
NON È UNA GARA



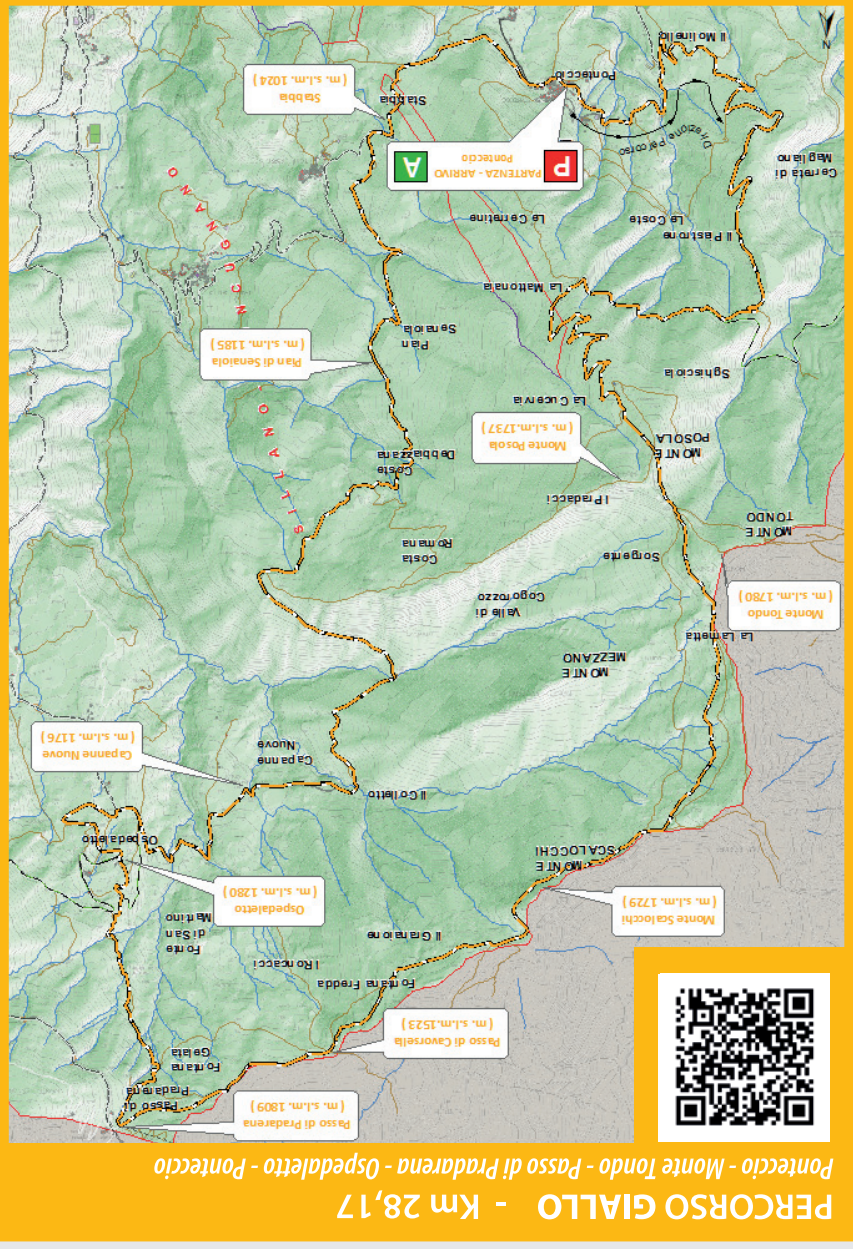
4-5 GIUGNO 2016



Daniele Saisi Blog



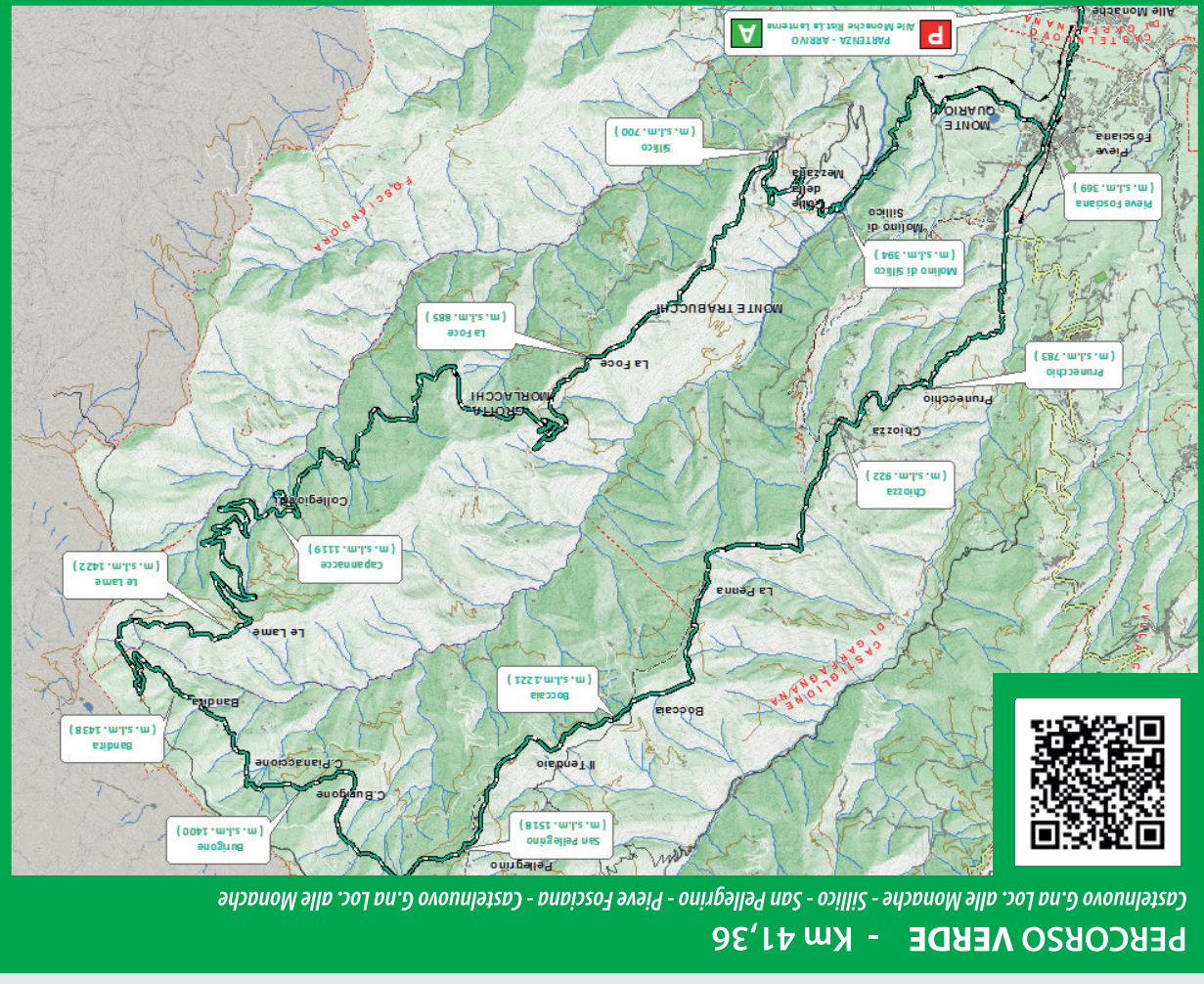
PERCORSO ROSSO - Km 38,25
Galliciano - Verno - Vallico - Trassilico - Calozimi - Galliciano



PERCORSO GIALLO - Km 28,17
Ponteetto - Monte Tondo - Passo di Pradarena - Ospedietto - Ponteetto



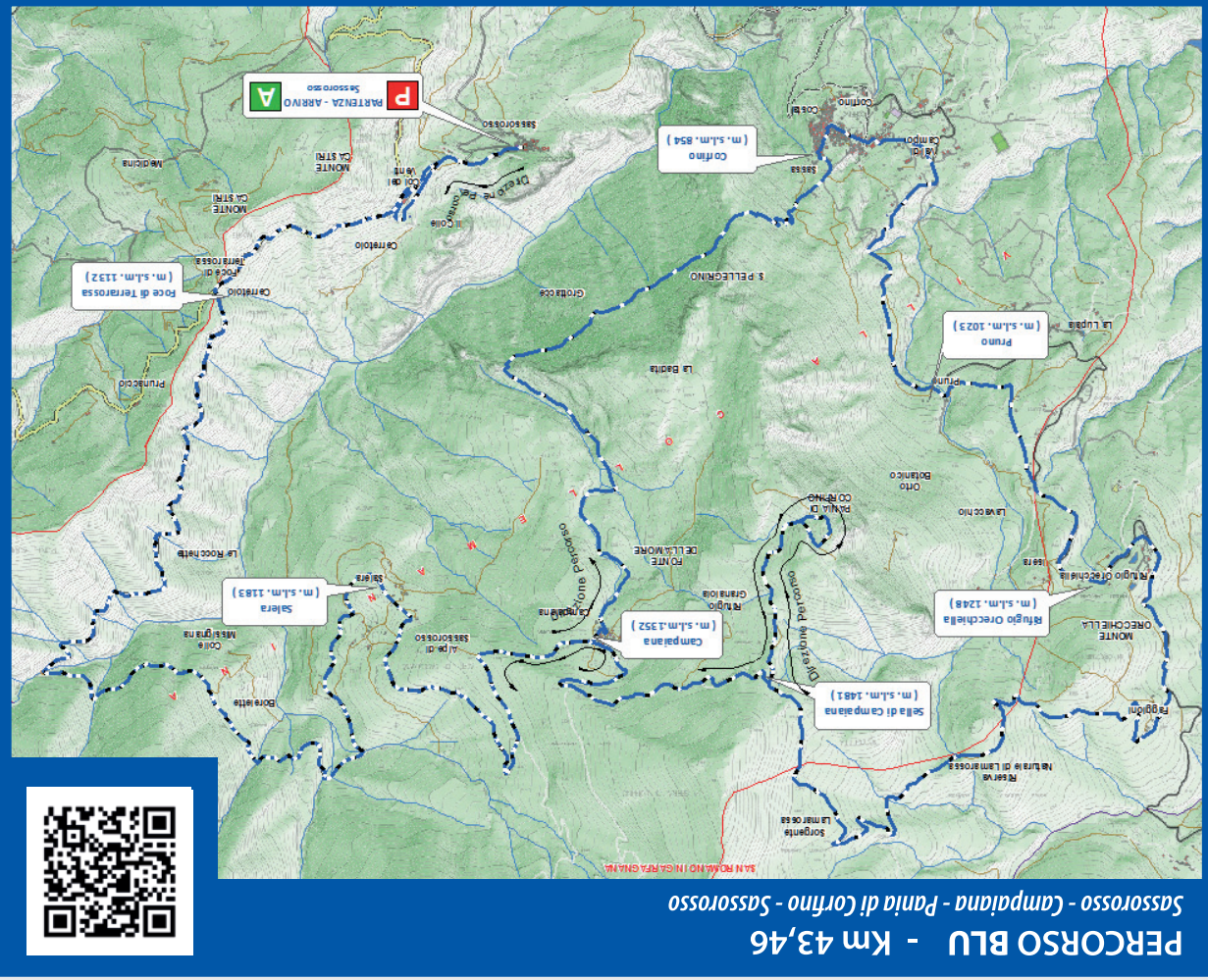
PERCORSO VIOLA - Km 35,99
Castelnuovo Garfagnana - Caregine - Fughianella - Poggio - Pontepesti - Castelnuovo Garfagnana



PERCORSO VERDE - Km 41,36
Castelnuovo G. Loc. alle Monache - Castelnuovo G. Loc. alle Monache



Daniele Saisi - Guida MTB
www.garfagnanaepic.com - info@garfagnanaepic.com
www.danilesaisi.com - daniele.saisi@gmail.com
Galliciano (LU) - 0039 347 7542792



PERCORSO BLU - Km 43,46
Sasso di Campiano - Campiano - Pania di Corfino - Sasso di Campiano



SCOPRI la GARFAGNANA in MTB



www.garfagnanaepic.com

Punto di partenza e arrivo: Castelnuovo di Garfagnana m. 280 s.l.m.
Difficoltà: 346 m
Distivello: 55 km
Tipo di strada: Castelnuovo di Garfagnana m. 280 s.l.m. (43%)
sterrato 15 km (43%)
sentieri 5 km (14%)
Difficoltà: media
Periodo consigliato: tutto l'anno
Punti di appoggio: Bar Marini - Caregine
Il Ristoro del Lago - Pontepesti (tel. 058362352)
Consigliato da Federico Cardoso (tel. 3289356253)

Cinque percorsi ideali per la Mountain Bike selezionati dagli organizzatori della EPIC. Daniele e le guide della Garfagnana EPIC A.S.D. ti aspettano per accompagnarti su sentieri epici e farti scoprire la vera anima della Garfagnana. Buona avventura!

PERCORSO VIOLA

Punto di partenza e arrivo: Sasso di Campiano m. 1000 s.l.m.
Lunghezza: 38 km
Difficoltà: 1600 m
Quota massima raggiunta: 1600 m s.l.m. (Pania di Corfino)
Tipo di strada: asfalto 10 km (23%)
sterrato 24 km (56%)
sentieri 9 km (21%)
Difficoltà: impegnativo
Periodo consigliato: aprile - novembre
Punti di appoggio: Ristorante Il Fungo - Campiano (tel. 333123285)
Albergo Ristorante Caltonima - Corfino (tel. 058360173)
Consigliato da Mirco Tomi (tel. 399393699)

PERCORSO BLU

Punto di partenza e arrivo: Galliciano m. 968 s.l.m.
Lunghezza: 28 km
Difficoltà: 38 km
Quota massima raggiunta: 944 m s.l.m. (Foce di Pomanella)
Tipo di strada: asfalto 12 km (31%)
sterrato 17 km (45%)
sentieri 9 km (24%)
Difficoltà: impegnativo
Periodo consigliato: tutto l'anno
Punti di appoggio: Affittacamere in castello - Galliciano (tel. 328 6772917)
Rifugio Monte Tondo (tel. 3479086410)
Villaggio Ameno - Capane di Sillano (tel. 3483065985)
Albergo Ameno - San Pellegrino in Alpe (tel. 05831805849 - cell. 3289356219 - 3338231582)
Consigliato da Marco Raffaelli (tel. 3357863361)

PERCORSO ROSSO

Punto di partenza e arrivo: Ponteetto m. 988 s.l.m.
Lunghezza: 42 km
Difficoltà: 1033 m
Distivello: 1033 m
Quota massima raggiunta: 1707 m s.l.m.
Tipo di strada: asfalto 3 km (10%)
sterrato 15 km (54%)
sentieri 10 km (30%)
Difficoltà: impegnativo
Periodo consigliato: da maggio a ottobre
Punti di appoggio: Rifugio Monte Tondo (tel. 3479086410)
Villaggio Ameno - Capane di Sillano (tel. 3483065985)
Albergo Ameno - San Pellegrino in Alpe (tel. 05831805849 - cell. 3289356219 - 3338231582)
Consigliato da Daniele Saisi (tel. 347542792)

PERCORSO GIALLO

Punto di partenza e arrivo: Castelnuovo G. Loc. alle Monache m. 335 s.l.m.
Lunghezza: 42 km
Difficoltà: 1684 m
Distivello: 1684 m
Quota massima raggiunta: 1752 m s.l.m.
Tipo di strada: asfalto 17 km (40%)
sterrato 20 km (47%)
sentieri 5 km (13%)
Difficoltà: impegnativo
Periodo consigliato: inizio primavera - autunno inoltrato
Punti di appoggio: Albergo Ristorante La Lanterna - Castelnuovo Garfagnana
Bar Ristorante Pireoni Clara e Consuelo - Sillano (tel. 0583639364)
Villaggio Ameno - Capane di Sillano (tel. 347542792 - 0583639364)
Rifugio Bagnone - San Pellegrino in Alpe (tel. 05831805849 - cell. 3289356219 - 3338231582)
Consigliato da Claudio Santì (tel. 3471077515)

PERCORSO VERDE

Punto di partenza e arrivo: Castelnuovo G. Loc. alle Monache m. 335 s.l.m.
Lunghezza: 42 km
Difficoltà: 1684 m
Distivello: 1684 m
Quota massima raggiunta: 1752 m s.l.m.
Tipo di strada: asfalto 17 km (40%)
sterrato 20 km (47%)
sentieri 5 km (13%)
Difficoltà: impegnativo
Periodo consigliato: inizio primavera - autunno inoltrato
Punti di appoggio: Albergo Ristorante La Lanterna - Castelnuovo Garfagnana
Bar Ristorante Pireoni Clara e Consuelo - Sillano (tel. 0583639364)
Villaggio Ameno - Capane di Sillano (tel. 347542792 - 0583639364)
Rifugio Bagnone - San Pellegrino in Alpe (tel. 05831805849 - cell. 3289356219 - 3338231582)
Consigliato da Claudio Santì (tel. 3471077515)



GARFAGNANA

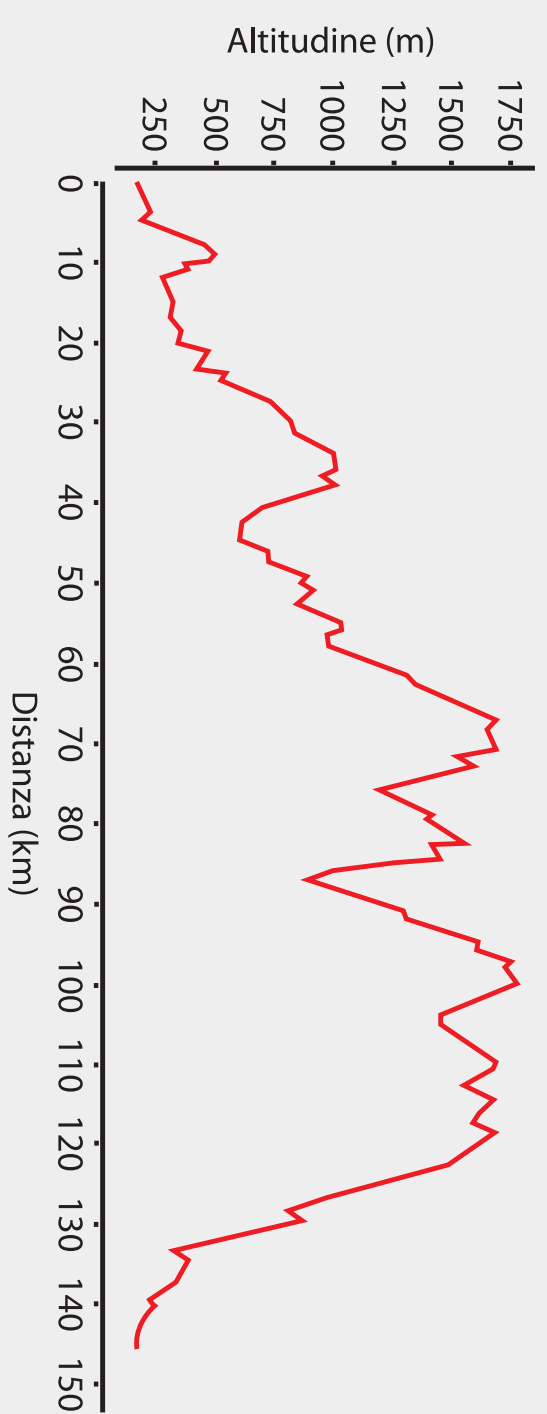
EPIC

MAP

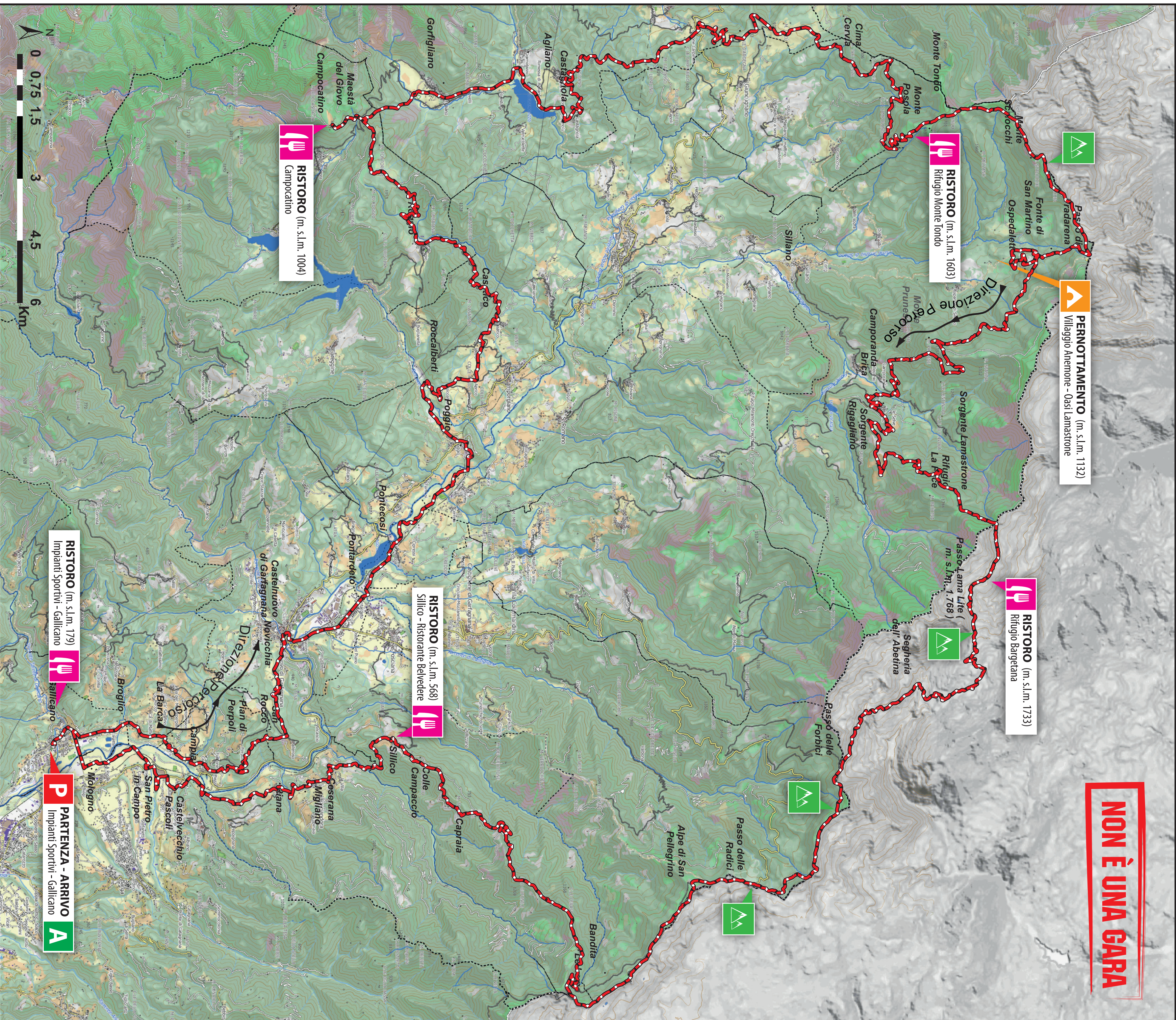
4-5 GIUGNO 2016

www.garfagnanaepic.com

150 Km e 5500 metri di dislivello



NON È UNA GARA



PERNOTTAMENTO (m. s.l.m. 1132)
Villaggio Anemone - Oasi Lamastrone

RISTORO (m. s.l.m. 1603)
Rifugio Monte Tondo

RISTORO (m. s.l.m. 1733)
Rifugio Bargetana

RISTORO (m. s.l.m. 568)
Sillico - Ristorante Belvedere

RISTORO (m. s.l.m. 1004)
Campocatino

RISTORO (m. s.l.m. 179)
Impianti sportivi - Galliano

P **PARTENZA - ARRIVO**
Impianti Sportivi - Galliano **A**

