



## IL PERCORSO DEL MONTANARO

### SCHEDA TECNICA CICLOTURISTICA

*da Ceraso -> Cuccaro Vetere -> Mandia -> Santa Barbara -> a Ceraso*

---

*Il presente percorso è adatto agli esperti, con un buon allenamento fisico, in quanto alcune parti del percorso risultano essere dissestate, non asfaltate e con una notevole pendenza.*

***Difficoltà : per esperti***

***lunghezza: 16,2 km***

***salita totale: 610 m***

***discesa totale: 340 m***

***altezza minima: 290 m***

***altezza massima: 900 m***

***tempo di percorrenza: 1 h 50***

***velocità stimata: 10 km/h***

***percorso asfaltato: 8,29 km***

***percorso lastricato: 4,21 km***

***percorso non asfaltato: 3,66 km***

Lungo il percorso è possibile effettuare delle soste, godere del meraviglioso paesaggio e, solo su prenotazione, è possibile organizzare un pranzo presso un ristorante convenzionato oppure si può prevedere un pranzo a sacco in autonomia.

La guida cicloturistica può essere richiesta dagli ospiti, come anche il noleggio delle e-bike e mountainbike adatte al percorso e l'organizzazione si riserva di coadiuvare ed assistere gli stessi attraverso l'utilizzo delle proprie autovetture, utili a fronteggiare qualsiasi tipo di necessità, restando sempre a disposizione per eventuali informazioni e assistenza.

Sempre su richiesta è possibile prevedere visite guidate all'interno dei borghi, alla scoperta della cultura, delle tradizioni e della storia locale.

RARECA VILLAGE  
3477664192