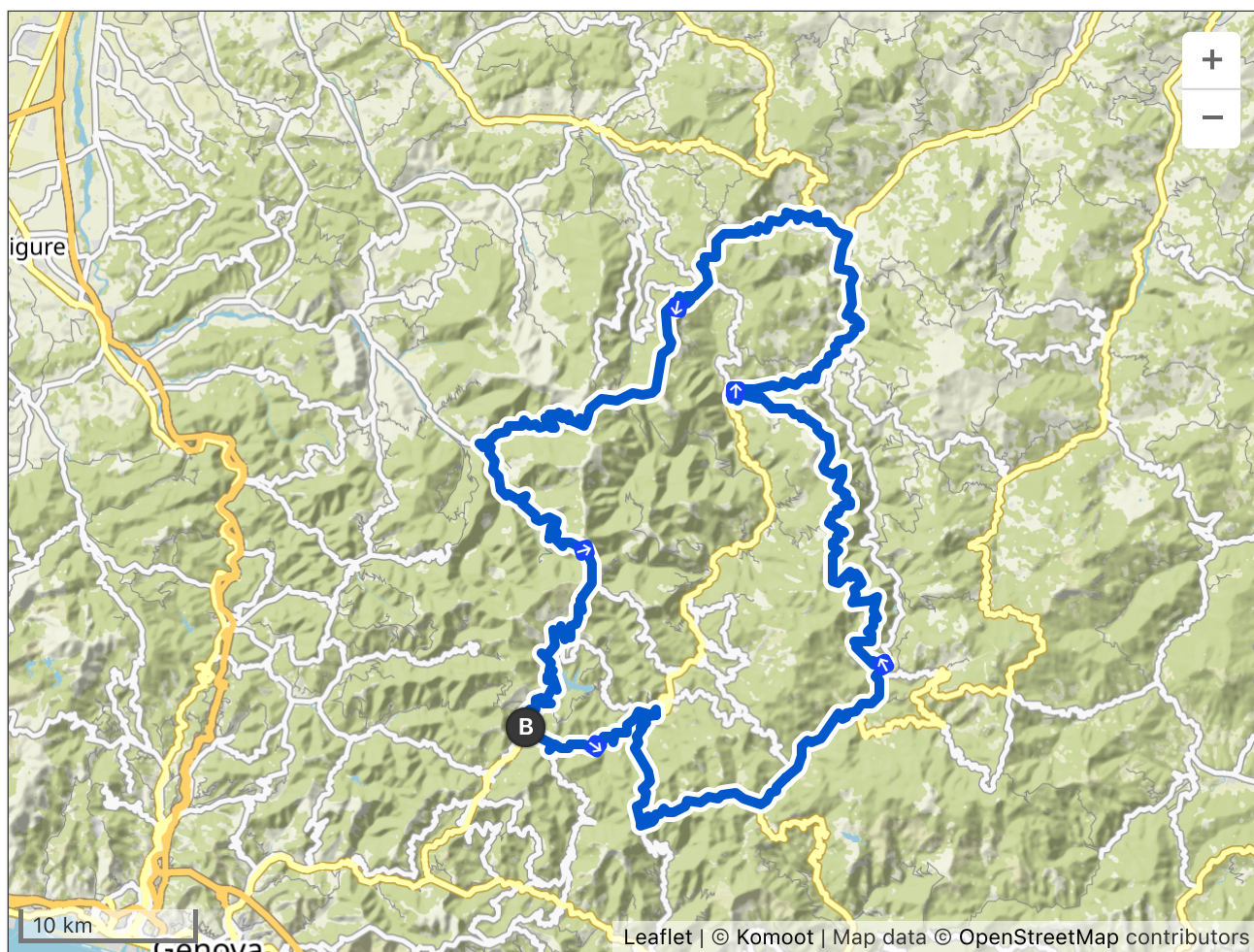
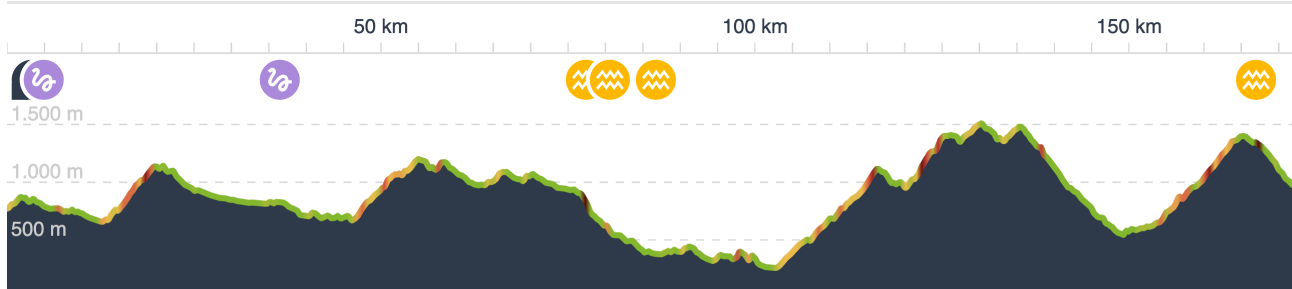




[www.komoot.it/tour/692456636](http://www.komoot.it/tour/692456636)

# randonee lungo

 **11:21** ↔ **186 km** Ø **16,4 km/h** ↗ **4.800 m** ↘ **4.800 m**



1. Sulla strada di accesso vai verso nord-est per 14 m – generale 14 m

Esplora

Tour Planner

Pioneer

Premium

- 
-  3. Al bivio vai a destra su Via Giacomo Buranello, SP62  
per 134 m – generale 313 m
- 
-  4. dritto su Via Antonio Canale, SP62  
per 104 m – generale 417 m
- 
-  5. Al bivio gira a sinistra e segui Via Antonio Canale, SP62  
per 28 m – generale 445 m
- 
-  6. All'intersezione curva a gomito a destra e segui Via Antonio Canale, SP62.  
per 204 m – generale 649 m
- 
-  7. dritto su Strada provinciale 62 Franco Rolandi, SP62  
per 348 m – generale 998 m
- 
-  8. Destra e segui Strada provinciale 62 Franco Rolandi, SP62  
per 287 m – generale 1,29 km
- 
-  9. Al bivio vai a destra e segui Strada provinciale 62 Franco Rolandi, SP62  
per 1,92 km – generale 3,21 km
- 
-  10. Sinistra e segui Strada provinciale 62 Franco Rolandi, SP62  
per 166 m – generale 3,37 km
- 
-  11. Al bivio gira a sinistra e segui Strada provinciale 62 Franco Rolandi, SP62  
per 1,01 km – generale 4,38 km
- 
-  12. dritto su Strada Statale di Val Trebbia, SS45  
per 349 m – generale 4,73 km
- 
-  13. Al bivio vai a destra su Strada  
per 57 m – generale 4,79 km
- 
-  14. Destra su segmento fuori rete  
per 158 m – generale 4,95 km
- 
-  15. dritto su Strada  
per 183 m – generale 5,13 km
- 
-  16. dritto su Strada Statale di Val Trebbia, SS45  
per 176 m – generale 5,31 km
- 
-  17. Sinistra e segui Strada Statale di Val Trebbia, SS45  
per 1,87 km – generale 7,18 km
- 
-  18. Destra e segui Strada Statale di Val Trebbia, SS45  
per 3,62 km – generale 10,8 km
- 
-  19. Al bivio vai a destra e segui Strada Statale di Val Trebbia, SS45  
per 1,13 km – generale 11,9 km

Esplora

Tour Planner

Pioneer

Premium

- 
- ↑ 21. dritto su Via Guglielmo Barbieri, SS45  
per 870 m – generale 12,9 km
- 
- ↪ 22. Destra su Strada Provinciale di Barbagelata, SP56  
per 80 m – generale 13,0 km
- 
- ↘ 23. Al bivio vai a destra e segui Strada Provinciale di Barbagelata, SP56  
per 539 m – generale 13,5 km
- 
- ↘ 24. Al bivio vai a destra e segui Strada Provinciale di Barbagelata, SP56  
per 3,16 km – generale 16,7 km
- 
- ↙ 25. Al bivio gira a sinistra e segui Strada Provinciale di Barbagelata, SP56  
per 93 m – generale 16,8 km
- 
- ↘ 26. Al bivio vai a destra e segui Strada Provinciale di Barbagelata, SP56  
per 3,09 km – generale 19,9 km
- 
- ↙ 27. Al bivio gira a sinistra e segui Strada Provinciale di Barbagelata, SP56  
per 362 m – generale 20,2 km
- 
- ↶ 28. Sinistra e segui Strada Provinciale di Barbagelata, SP56  
per 617 m – generale 20,9 km
- 
- ↘ 29. Al bivio vai a destra e segui Strada Provinciale di Barbagelata, SP56  
per 776 m – generale 21,6 km
- 
- ↙ 30. Al bivio gira a sinistra e segui Strada Provinciale di Barbagelata, SP56  
per 2,33 km – generale 24,0 km
- 
- ↶ 31. Curva a gomito a sinistra e segui Strada Provinciale di Barbagelata, SP56  
per 1,15 km – generale 25,1 km
- 
- ↶ 32. Sinistra su Strada Provinciale SP 56 di Barbagelata, SP56  
per 2,29 km – generale 27,4 km
- 
- ↙ 33. Al bivio gira a sinistra e segui Strada Provinciale SP 56 di Barbagelata,  
SP56  
per 358 m – generale 27,8 km
- 
- ↘ 34. Al bivio vai a destra e segui Strada Provinciale SP 56 di Barbagelata, SP56  
per 2,82 km – generale 30,6 km
- 
- ↪ 35. Destra e segui Strada Provinciale SP 56 di Barbagelata, SP56  
per 1,83 km – generale 32,4 km
- 
- ↶ 36. Sinistra su Strada Provinciale 586 R della Valle dell'Aveto, SP586  
per 2,13 km – generale 34,6 km

Esplora

Tour Planner

Pioneer

Premium

per 346 m – generale 34,9 km



38. Sinistra e segui Strada Provinciale 586 R della Valle dell'Aveto, SP586

per 574 m – generale 35,5 km



39. Al bivio gira a sinistra e segui Strada Provinciale 586 R della Valle dell'Aveto, SP586

per 106 m – generale 35,6 km



40. Al bivio vai a destra e segui Strada Provinciale 586 R della Valle dell'Aveto, SP586

per 672 m – generale 36,3 km



41. curva a gomito a destra su segmento fuori rete

per 260 m – generale 36,5 km



42. Destra su Strada

per 21 m – generale 36,5 km



43. dritto su Strada Provinciale 586 R della Valle dell'Aveto, SP586

per 1,81 km – generale 38,3 km



44. Al bivio gira a sinistra e segui Strada Provinciale 586 R della Valle dell'Aveto, SP586

per 2,71 km – generale 41,1 km



45. Al bivio vai a destra su Via Roma, SP586

per 75 m – generale 41,1 km



46. Sinistra su SS586

per 102 m – generale 41,2 km



47. leggermente a sinistra e segui SS586

per 4,39 km – generale 45,6 km



48. Girati su SP72

per 2,58 km – generale 48,2 km



49. Destra e segui SP72

per 287 m – generale 48,5 km



50. Curva a gomito a sinistra e segui SP72

per 209 m – generale 48,7 km



51. curva a gomito a destra e segui SP72

per 360 m – generale 49,1 km



52. Al bivio vai a destra e segui SP72

per 609 m – generale 49,7 km

Esplora

Tour Planner

Pioneer

Premium



54. Destra e segui SP72

per 689 m – generale 52,1 km



55. Sinistra e segui SP72

per 11,9 km – generale 64,0 km



56. leggermente a sinistra e segui SP72

per 2,96 km – generale 67,0 km



57. Destra su Via Aldo Moro, SP52

per 3,17 km – generale 70,2 km



58. Al bivio gira a sinistra e segui Via Aldo Moro, SP52

per 1,95 km – generale 72,1 km



59. Al bivio gira a sinistra e segui Via Aldo Moro, SP52

per 281 m – generale 72,4 km



60. Destra e segui Via Aldo Moro, SP52

per 4,06 km – generale 76,5 km



61. Al bivio gira a sinistra e segui Strada secondaria

per 178 m – generale 76,7 km



62. Al bivio gira a sinistra e segui Sentiero

per 593 m – generale 77,3 km



63. Sinistra e segui Singletrack (S1)

per 441 m – generale 77,7 km



64. Destra e segui Sentiero

per 505 m – generale 78,2 km



65. Sinistra e segui Strada

per 2,11 km – generale 80,3 km



66. Sinistra e segui Sentiero

per 275 m – generale 80,6 km



67. Curva a gomito a sinistra e segui Strada

per 2,39 km – generale 83,0 km



68. dritto su SS45

per 679 m – generale 83,7 km



69. Destra su Strada

per 66 m – generale 83,7 km



70. Destra e segui Strada


per 354 m – generale 84,1 km

Esplora


Tour Planner

Pioneer


Premium

-  72. dritto su SP186  
per 156 m – generale 85,3 km


---

-  73. curva a gomito a destra su Strada  
per 1,45 km – generale 86,7 km


---

-  74. Al bivio gira a sinistra e segui Sentiero  
per 673 m – generale 87,4 km


---

-  75. dritto su Strada Statale 45 di Val Trebbia, SS45  
per 844 m – generale 88,2 km


---

-  76. Sinistra e segui Strada Statale 45 di Val Trebbia, SS45  
per 5,61 km – generale 93,8 km


---

-  77. Destra e segui Strada Statale 45 di Val Trebbia, SS45  
per 417 m – generale 94,3 km


---

-  78. dritto su SS45  
per 2,02 km – generale 96,3 km


---

-  79. Sinistra su Strada Statale di Val Trebbia, SS45  
per 787 m – generale 97,1 km


---

-  80. Destra e segui Strada Statale di Val Trebbia, SS45  
per 1,93 km – generale 99,0 km


---

-  81. Al bivio vai a destra e segui Strada Statale di Val Trebbia, SS45  
per 3,82 km – generale 103 km


---

-  82. Sinistra su Via Spramuro  
per 211 m – generale 103 km


---

-  83. Sinistra su Strada del Fossato  
per 198 m – generale 103 km


---

-  84. Al bivio vai a destra su Piazza Porta Frangula  
per 44 m – generale 103 km


---

-  85. Al bivio vai a destra su Via del Roso  
per 100 m – generale 103 km


---

-  86. dritto su Strada  
per 206 m – generale 104 km

---

-  87. Sinistra su Strada Statale del Passo Penice, SP461 R  
per 1,73 km – generale 105 km

---



-  88. Al bivio vai a destra e segui Strada Statale del Passo Penice, SP461 R  
per 225 m – generale 106 km

Esplora

Tour Planner

Pioneer

Premium

- 
-  90. Sinistra e segui Strada Statale del Passo Penice, SP461 R  
per 980 m – generale 107 km
- 
-  91. Al bivio vai a destra e segui Strada Statale del Passo Penice, SP461 R  
per 105 m – generale 107 km
- 
-  92. Al bivio gira a sinistra su SP69  
per 702 m – generale 108 km
- 
-  93. Destra e segui SP69  
per 140 m – generale 108 km
- 
-  94. curva a gomito a destra e segui SP69  
per 665 m – generale 108 km
- 
-  95. Al bivio gira a sinistra e segui SP69  
per 172 m – generale 109 km
- 
-  96. Destra e segui SP69  
per 7,19 km – generale 116 km
- 
-  97. Sinistra su Strada  
per 102 m – generale 116 km
- 
-  98. Destra e segui Strada  
per 50 m – generale 116 km
- 
-  99. Al bivio vai a destra e segui Strada  
per 640 m – generale 117 km
- 
-  100. dritto su SP89  
per 785 m – generale 117 km
- 
-  101. Sinistra e segui SP89  
per 456 m – generale 118 km
- 
-  102. Destra su Strada  
per 205 m – generale 118 km
- 
-  103. Destra su SP89  
per 1,93 km – generale 120 km
- 
-  104. Destra su Via della Pineta, SP89  
per 204 m – generale 120 km
- 
-  105. Destra su Via del Sole, SP186  
per 17 m – generale 120 km
- 
-  107. dritto su SP88  
per 240 m – generale 120 km

Esplora

Tour Planner

Pioneer

Premium

- 
-  109. Sinistra e segui SP88  
per 816 m – generale 122 km
- 
-  110. Sinistra e segui SP88  
per 218 m – generale 122 km
- 
-  111. Girati e segui SP88  
per 5,60 km – generale 127 km
- 
-  112. Destra e segui SP88  
per 4,84 km – generale 132 km
- 
-  113. Al bivio vai a destra e segui SP88  
per 924 m – generale 133 km
- 
-  114. Sinistra e segui SP88  
per 488 m – generale 134 km
- 
-  115. Sinistra su SP18  
per 1,60 km – generale 135 km
- 
-  116. Al bivio vai a destra su Strada  
per 35 m – generale 135 km
- 
-  117. dritto su SP140  
per 30 m – generale 135 km
- 
-  118. dritto su Strada  
per 6,23 km – generale 142 km
- 
-  119. Sinistra e segui Strada  
per 761 m – generale 142 km
- 
-  120. Sinistra e segui Strada  
per 188 m – generale 143 km
- 
-  121. Girati e segui Strada  
per 45 m – generale 143 km
- 
-  122. Destra e segui Strada  
per 1,51 km – generale 144 km
- 
-  123. Al bivio gira a sinistra e segui Strada  
per 4,91 km – generale 149 km
- 
-  124. Girati su SP147  
per 307 m – generale 149 km
- 
-  125. Destra e segui SP147  
per 3,08 km – generale 152 km



Esplora

Tour Planner

Pioneer

Premium

- 
-  127. Al bivio gira a sinistra e segui SP147  
per 977 m – generale 155 km
- 
-  128. Al bivio vai a destra e segui SP147  
per 1,58 km – generale 156 km
- 
-  129. dritto su Strada  
per 1,35 km – generale 158 km
- 
-  130. Al bivio gira a sinistra e segui Strada  
per 1,35 km – generale 159 km
- 
-  131. Al bivio gira a sinistra e segui Strada  
per 233 m – generale 159 km
- 
-  132. Al bivio gira a sinistra e segui Strada  
per 146 m – generale 159 km
- 
-  133. Al bivio gira a sinistra e segui Strada  
per 2,29 km – generale 162 km
- 
-  134. Destra e segui Strada  
per 729 m – generale 162 km
- 
-  135. Destra e segui Strada  
per 2,09 km – generale 165 km
- 
-  136. dritto su SP147  
per 403 m – generale 165 km
- 
-  137. Al bivio gira a sinistra su Strada  
per 35 m – generale 165 km
- 
-  138. dritto su Strada Provinciale di Casa del Romano, SP16  
per 173 m – generale 165 km
- 
-  139. Al bivio gira a sinistra e segui Strada Provinciale di Casa del Romano, SP16  
per 489 m – generale 166 km
- 
-  140. Al bivio gira a sinistra e segui Strada Provinciale di Casa del Romano, SP16  
per 210 m – generale 166 km
- 
-  141. Al bivio gira a sinistra e segui Strada Provinciale di Casa del Romano, SP16  
per 452 m – generale 166 km
- 
-  142. Al bivio vai a destra e segui Strada Provinciale di Casa del Romano, SP16  
per 269 m – generale 167 km
- 
-  143. Destra su SP87  
per 231 m – generale 167 km

Esplora

Tour Planner

Pioneer

Premium

-  145. dritto su SP87  
per 544 m – generale 168 km

---

-  146. Destra e segui SP87  
per 337 m – generale 168 km

---

-  147. Al bivio gira a sinistra e segui SP87  
per 1,57 km – generale 170 km

---

-  148. Al bivio vai a destra e segui SP87  
per 715 m – generale 170 km

---

-  149. Destra e segui SP87  
per 963 m – generale 171 km

---

-  150. Destra e segui SP87  
per 35 m – generale 171 km

---

-  151. dritto su SP15  
per 1,75 km – generale 173 km

---

-  152. Sinistra e segui SP15  
per 3,61 km – generale 177 km

---

-  153. Sinistra e segui SP15  
per 1,36 km – generale 178 km

---

-  154. Destra e segui SP15  
per 107 m – generale 178 km

---

-  155. Al bivio gira a sinistra e segui SP15  
per 543 m – generale 179 km

---

-  156. Destra e segui SP15  
per 565 m – generale 179 km

---

-  157. Sinistra e segui SP15  
per 1,75 km – generale 181 km

---

-  158. Destra su Strada  
per 373 m – generale 182 km

---

-  159. Sinistra e segui Strada  
per 318 m – generale 182 km

---

-  160. Sinistra e segui Strada  
per 640 m – generale 183 km

---

-  161. Al bivio vai a destra e segui Strada  
per 19 m – generale 183 km

Esplora

Tour Planner

Pioneer

Premium



163. Leggermente a destra e segui Strada

per 437 m – generale 183 km



164. Sinistra e segui Strada

per 200 m – generale 183 km



165. Al bivio vai a destra e segui Strada

per 323 m – generale 184 km



166. Destra e segui Strada

per 958 m – generale 185 km



167. Destra su Strada provinciale 62 Franco Rolandi, SP62

per 524 m – generale 185 km



168. All'intersezione Curva a gomito a sinistra su Via Antonio Canale, SP62.

per 161 m – generale 185 km



169. Al bivio vai a destra su Via Giacomo Buranello, SP62

per 134 m – generale 186 km



170. Sinistra su Via Giacomo Matteotti, SP62

per 165 m – generale 186 km



171. dritto su Via Nostra Signora della Provvidenza, SP62

per 45 m – generale 186 km