

# Ciclismo Il Collaccio



## INTRODUZIONE

Da 5 anni ormai, trascorriamo le nostre vacanze al Collaccio, non solo per il campeggio, la gente simpatica e la buona cucina del ristorante, ma anche per la bellissima zona. E per un fanatico della bicicletta questi posti sono un paradiso. Devo ammettere che le strade a volte potrebbero essere migliori, ma i panorami sorprendenti e le belle salite fanno sì che valga la pena andare in bicicletta. La scorsa estate Raffaele e Jonathan mi hanno chiesto se potevo preparare alcuni percorsi per i (nuovi) ospiti che vogliono pedalare nella zona dei Sibillini. In questa piccola guida ho descritto 11 diversi percorsi con punto di partenza Il Collaccio. Tutti i file gpx sono disponibili alla reception. Gite brevi con qualche salite, ma anche percorsi impegnativi che salgono fino a 3.000 metri in un giorno. Qualsiasi itinerario si scelga, una cosa è certa: alla fine bisogna percorrere la ripida strada che porta al campeggio. Ma niente paura, dopo il cancello del campeggio scendendo piano, si parcheggia la bici e via al bar per una birra fresca!

Andiamo !!!

Martijn Elbers



# Content

	Destination	km	Alt.	Level
1	Postignano	50	1.000	
2	Lago di Fiastra	80	1.900	 
3	Abeto	35	700	
4	Selvarotonda	115	2.635	  
5	Piano Grande XXL	117	3.360	  
6	Frotignano	50	1.250	
7	Piano Grande	82	1.800	 
8	Poggiodomo	75	1.765	 
9	Forca di Presta	109	2465	  
10	Cupi	59	1.480	
11	Assisi	168	3.202	  

# 1. Il Collaccio – Postignano – Il Collaccio

**Lunghezza: 50 km**

**Salita: 1.000 m**

**Livello: moderato**

**Punti di interesse: Castello di Postignano**

Bel giro con 2 panorami completamente diversi. La prima parte fino a Borgo Cerreto è in leggera discesa. Da lì si sale dolcemente (3-4%) fino al grazioso borgo di Castello di Postignano. Dopo una breve visita si può scoprire la zona di Petrognano con alcune salite ripide e pesanti fino a 1.000 metri di altitudine. Lo scenario è bellissimo e dopo Mevale si scende fino al ponte di Ponte Chiusita. Da lì si può scegliere la risalita al campeggio via Corone o quella ripida via Castelvecchio.





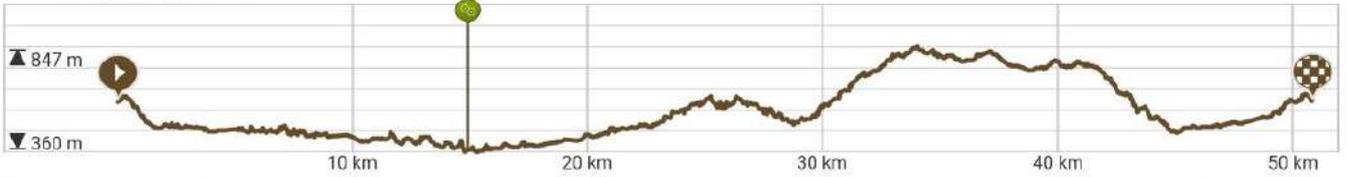


# Camping - Postignano - Camping

Door Martijn Elbers

- Lengte: 50.8 km
- Stijging: 1033 m
- Moelijkheidsgraad: 6/10

Bekijk op mobiel



## 2. Il Collaccio – Lago di Fiastra – Il Collaccio

**Lunghezza: 80 km**

**Salita: 1.900 m**

**Livello: impegnativo**

**Punti di interesse: Santuario - Cupi - Lago di Fiastra - Monte Macereto**

La prima parte di questo meraviglioso percorso è abbastanza facile con la discesa a Visso. Da lì si segue la SP 209 e subito dopo Visso inizia la salita e con il 3% - 4% di media si sale fino a 800 metri di quota.

Dopo pochi chilometri si svolta a destra sulla tranquilla strada in direzione del Santuario di Macereto. Questa ripida salita è piuttosto pesante, ma a circa 1.000 metri si entra nel parco dei Sibillini con bellissimi panorami. Si prosegue fino al Santuario e poi si va in direzione Cupi. Questa strada è fantastica. Attenzione alle mucche, agli asini e ai cani che in questa zona, attraversano la strada!

Dopo Cupi strade perfette, scendendo fino a Fiastra, terminando con una breve salita fino al Lago, dove si può prendere un caffè e godersi i dintorni. Si riprende poi la stessa via fino a Cupi, che ora è una lunga salita ma comunque in uno scenario fantastico! Poco prima del Santuario si svolta a sinistra in direzione Ussita e si sale sul Monte Macereto (1.111 m), il punto più alto di questo tour. Viste stupende sul Monte Vettore. La discesa verso Ussita è un regalo dopo tutte queste salite, ma attenzione alle strade dissestate e a tutte le curve.

Da Ussita si scende ulteriormente a Visso. Che giro!







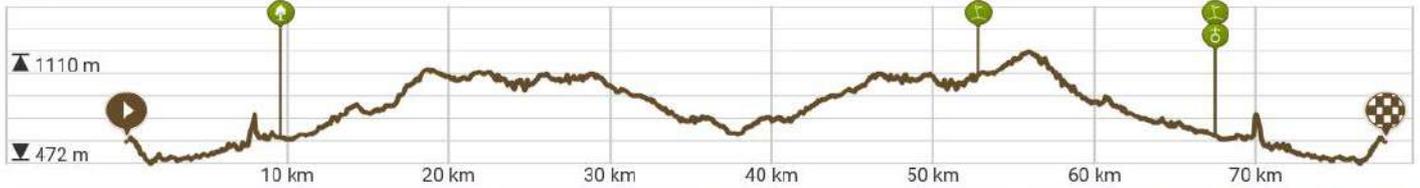
# Camping - Fiastra - Camping

Door Martijn Elbers

Bekijk op mobiele



- Lengte: 77.98 km
- Stijging: 1882 m
- Moelijkheidsgraad: 8/10



Powered by routeyou

Map Data: © OpenStreetMap Contributors; Cartography: © RouteYou

### 3. Il Collaccio – Abeto – Il Collaccio

**Lunghezza: 35 km**

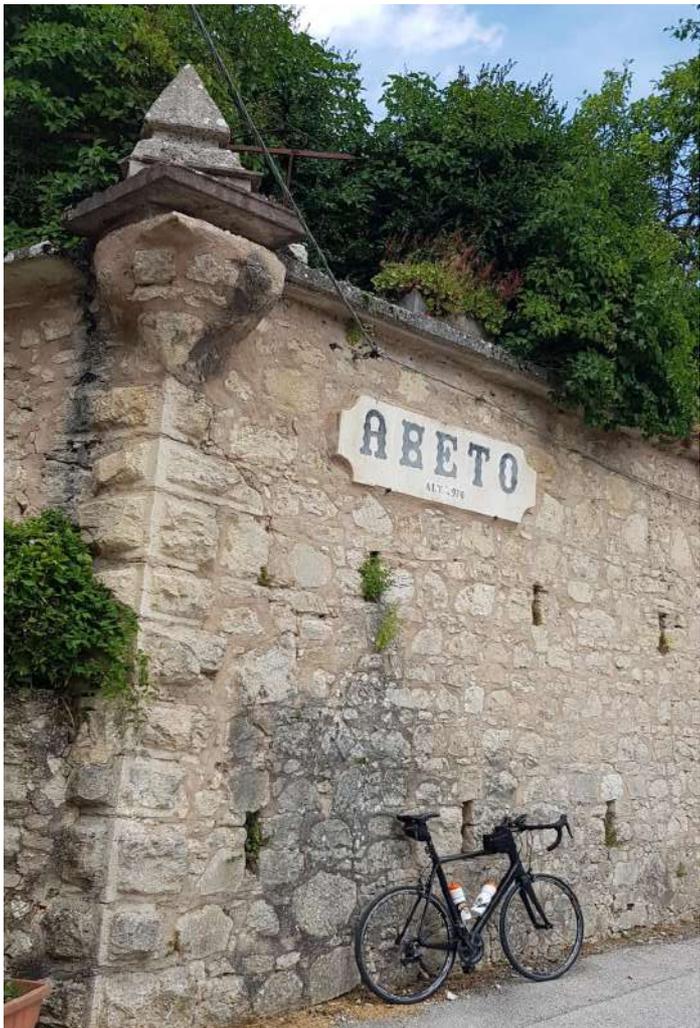
**Salita: 700 m**

**Livello: moderato**

**Punti di interesse: Forca di Ancarano - Abeto**

Questo è un bel giro per allenarsi intorno alla zona collinare di Preci. Non troppo lontano, né troppo ripido ma comunque bellissimo. Si scende dal campeggio e si va a sinistra in direzione Norcia. Dopo pochi chilometri si inizia la salita per la Forchetta di Ancarano passando per Piedivalle e Campi. La strada non è delle migliori, ma i dintorni sono fantastici. Giunti in cima alla Forchetta di Ancarano (1.000 m) inizia una discesa di circa 5 km. Poco prima di Norcia si svolta a destra in direzione Abeto, entrando in una zona molto tranquilla, fiorita e con una magnifica vista su Norcia e sui paesi Fiano e Abeto. L'abitato di Abeto si raggiunge dopo un'altra salita, ma da lì è solo in discesa. Attenzione perché la strada a volte non è agevole.







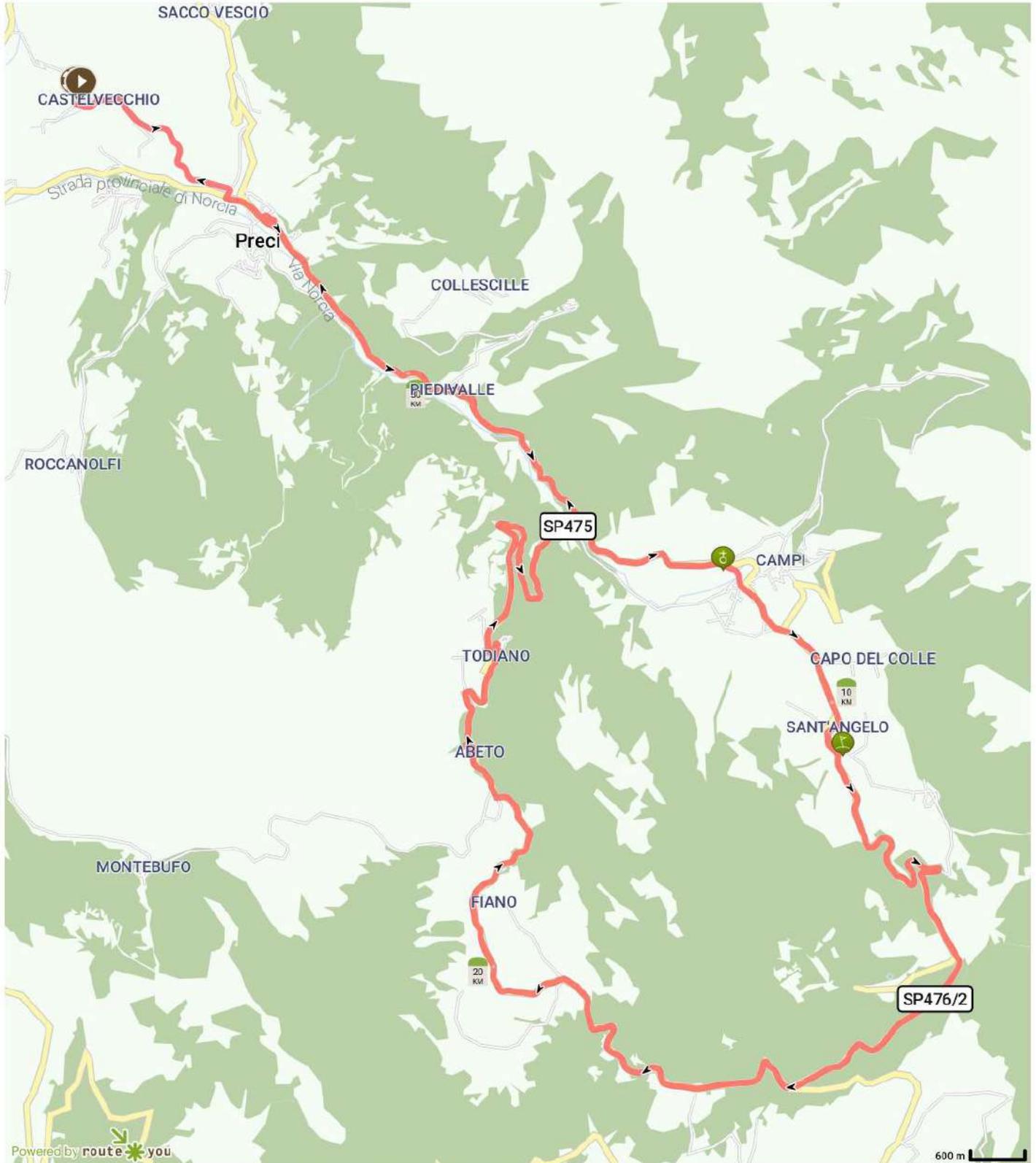
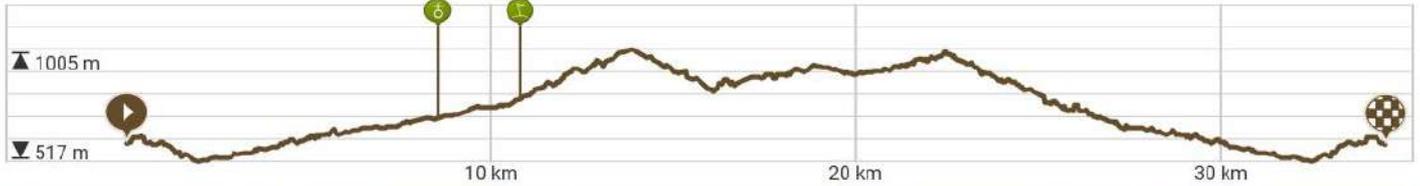
# Camping - Abeto - Camping

Door Martijn Elbers

Bekijk op mobiele



- Lengte: 34.49 km
- Stijging: 705 m
- Moelijkheidsgraad: 5/10



## 4. Il Collaccio – Selvarotonda – Il Collaccio

**Lunghezza: 115 km**

**Salita: 2.635 m**

**Livello: molto impegnativo**

**Punti di interesse: Monte Sassatelli - Monte Selvarotonda - Cascia**

Si inizia il giro verso Norcia e poi si prosegue in direzione Monte Sibillini ma invece di svoltare a sinistra per Castelluccio si segue la SP 476 per Savelli per la salita al Monte Sassatelli (1.152 m). Bello, non troppo ripido con viste fantastiche ovunque. La salita prosegue con il 2-3% fino all'abitato di Civita. La strada è buona e si vede già il Monte Selvarotonda. Gli ultimi 5 km sono molto particolari perché si passano davanti a vecchi ristoranti in quella che era un'area sciistica.

Ultima parte nel bosco e poi si arriva ad alcuni vecchi impianti di risalita in una zona desolata raggiungendo quota 1.547 m. La discesa è molto bella e subito dopo Civita si svolta a sinistra in direzione Cascia. Le strade non sono ottime, ma il paesaggio è meraviglioso. Ci sono alcune salite ripide. Strade tranquille, paesini (tutto chiuso), più mucche che macchine. Ancora qualche piccola salita su strade desolate prima di arrivare a Rocchetta. Una bella discesa per arrivare a Cerreto, e poi sulla strada per tornare a Preci. In generale, non sarebbe così pesante, ma dopo più di 100 km non è facile. Ma che bel giro!







# Camping - Selvarotonda - Camping

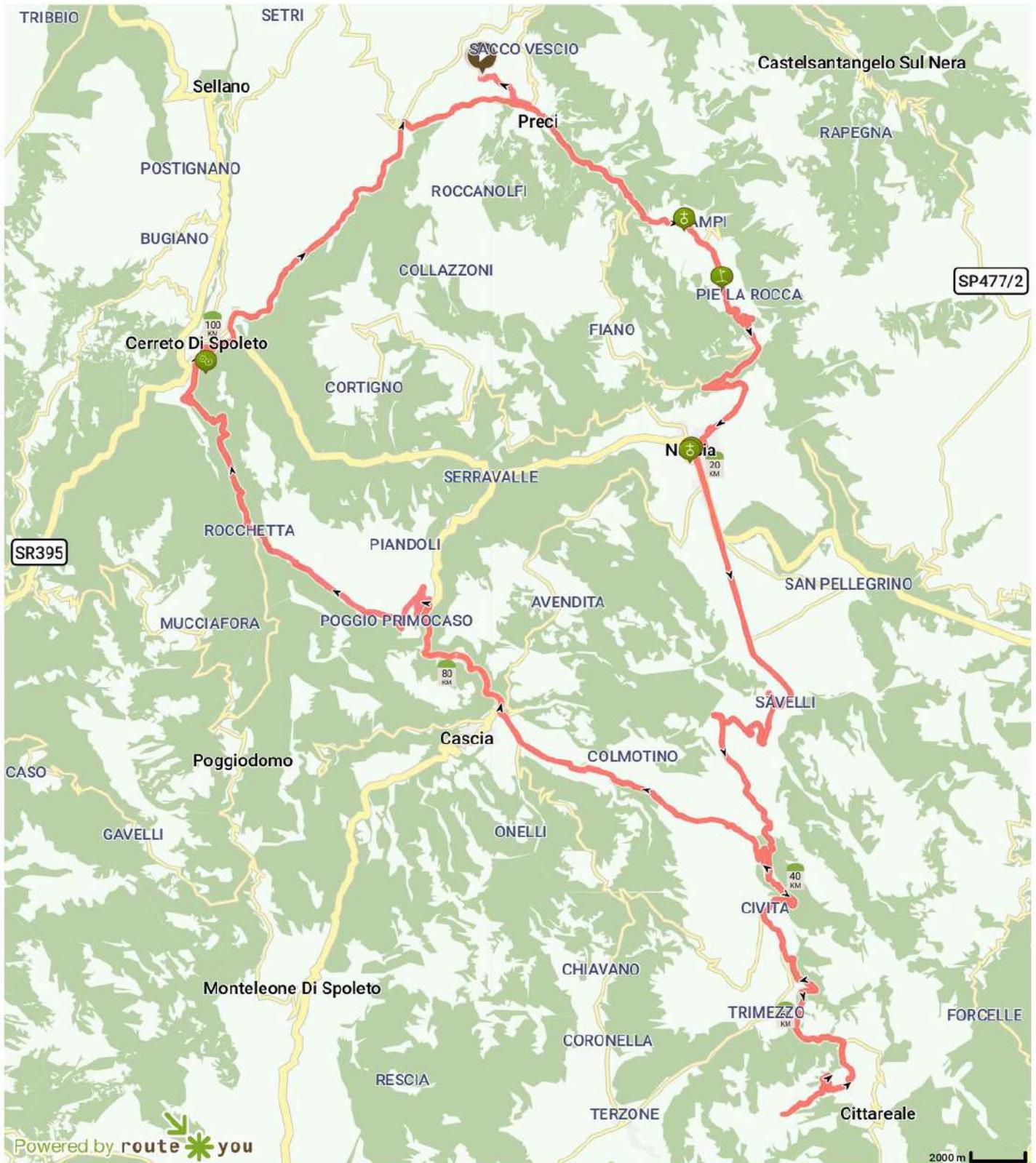
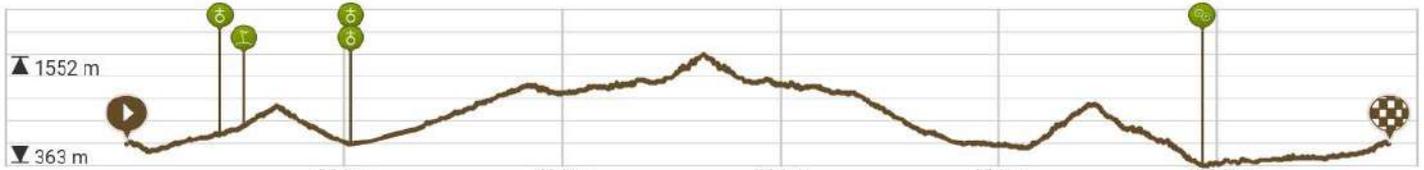
Bekijk op mobiel

Door Martijn Elbers

Lengte: 115.74 km

Stijging: 2635 m

Moelijkheidsgraad: 9/10



Powered by route you

Map Data: © OpenStreetMap Contributors; Cartography: © RouteYou

## 5. Piano Grande XXL

**Lunghezza: 117 km**

**Salita: 3.360 m**

**Livello: molto impagnativo**

**Punti di interesse: Forca Canapine - Forca di Presta**

E' necessario essere ribelli perché la strada per la Forca Canapine è chiusa dopo il terremoto.

Si prende la salita per Forca di Presta ma poco prima della cima si svolta a destra per Forca Canapine. Una posto fantasma in un'area meravigliosa. La discesa deve essere fatta con attenzione a causa di alcuni sassi sulla strada.

Da Capodacqua si va ad Arquata del Tronto. Anche questo itinerario è molto impegnativo, perché molte cose sono ancora distrutte. Questa strada tranquilla è il punto di partenza per la salita alla Forca di Presta; fantastica, soprattutto perché si raggiungono i Sibillini dall'altra parte. Dopo 12 km di salita si arriva di nuovo sopra i 1.500 metri. Lo scenario da lì, con l'eccezionale Piano Grande è una grande ricompensa. Si scende velocemente e dopo alcune salite e discese verso Castelluccio, Castelsantangelo e Visso si torna al campeggio. Più di 100 km, più di 3km di arrampicata; ma ne vale la pena!







# Preci - Forca Canapine (Piano Grande XXL deel 1)

Bekijk op mobiel

Door Martijn Elbers

- Lengte: 39.98 km
- Stijging: 1423 m
- Moelijkheidsgraad: 7/10

- Borgo, 06047 Preci, Umbrië, Italië
- Strada provinciale di Castelluccio, 06046 Norcia, Umbrië, Italië





# Forca Canapine - Castelluccio (Piano Grande XXL deel 2)

Bekijk op mobiel



Door Martijn Elbers

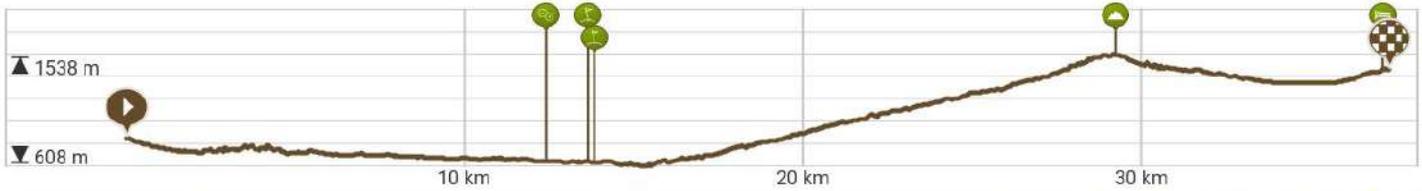
Lengte: 37.33 km

Stijging: 1102 m

Moelijkheidsgraad: 7/10

63096 Arquata del Tronto, Marken, Italië

Via del Pian Perduto, 06046 Norcia, Umbrië, Italië



Powered by route\*you

Map Data: © OpenStreetMap Contributors; Cartography: © RouteYou



# Castelsantangelo sul Nera - Preci (Piano Grande XXL - deel 3)

Bekijk op mobiel

Door Martijn Elbers

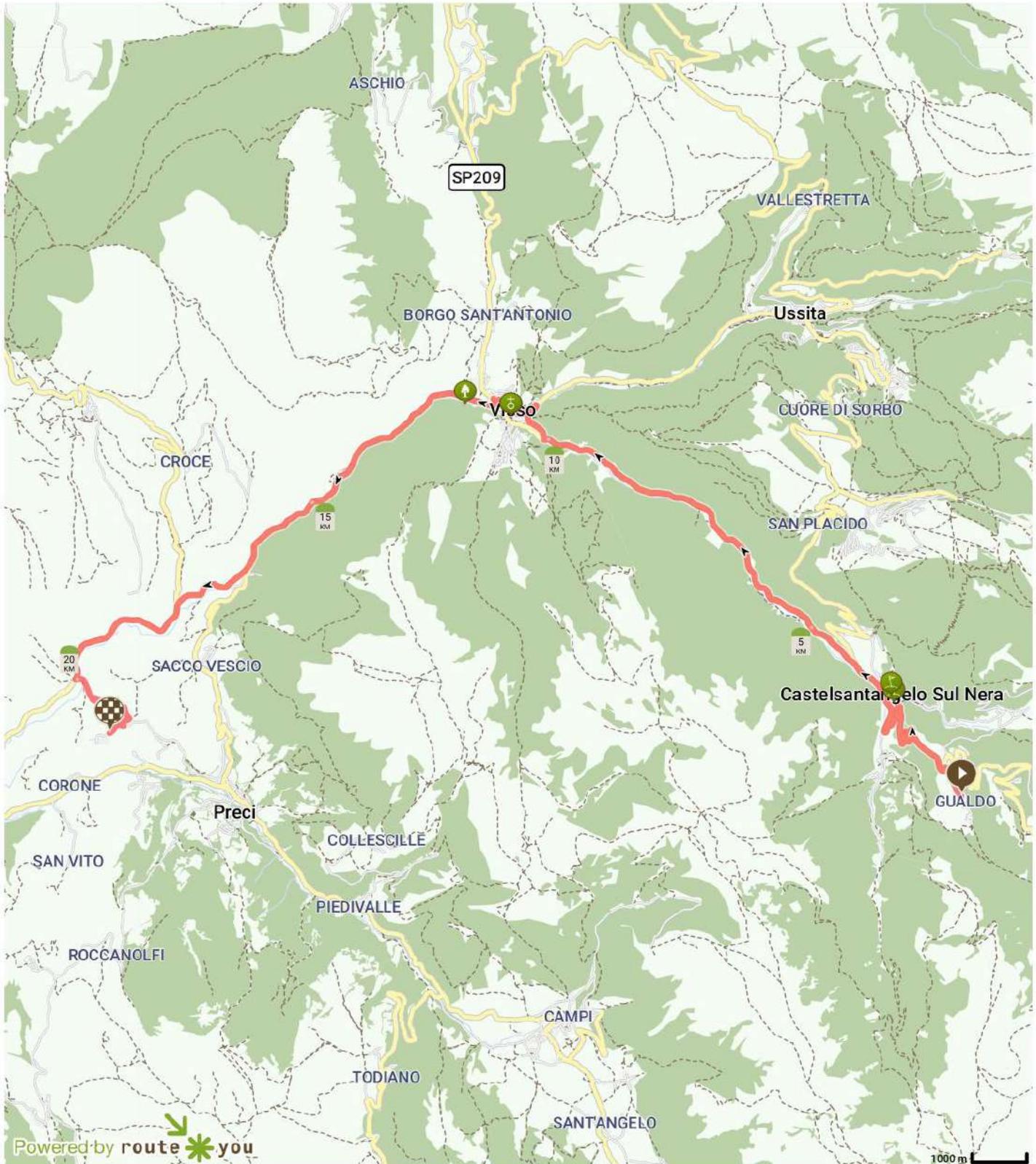
Lengte: 21.75 km

Stijging: 313 m

Moelijkheidsgraad: 6/10

Castelsantangelo sul Nera, Marken, Italië

Borgo, 06047 Preci, Umbrië, Italië



Powered by route\*you

Map Data: © OpenStreetMap Contributors; Cartography: © RouteYou

## 6. Il Collaccio – Frotignano – Il Collaccio

**Lunghezza: 50 km**

**Salita: 1.250 m**

**Livello: Moderato**

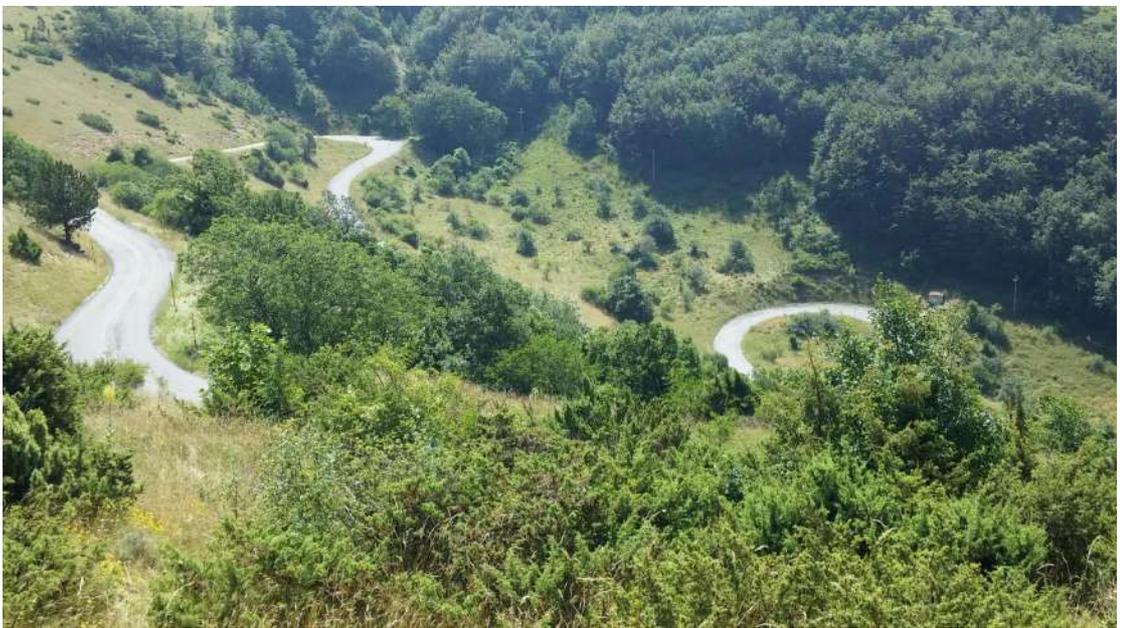
**Punti di interesse: Ussita - Frontignano**

Cinque anni fa ho fatto questo giro per la prima volta, prima del terremoto. La strada per Ussita passando per Visso è bella. Questo piccolo borgo con una bella piazza era il luogo ideale per prendere un caffè prima di iniziare la vera salita per Frontignano, piuttosto pesante, con 10 km da superare circa 500 metri di dislivello. Ma lo scenario sui Sibillini è strepitoso. A Frontignano c'era una funivia, bar e ristoranti. Un grazioso posto per sciare. Ma dopo il terremoto è quasi isolato. Tuttavia vale la pena la salita, anche per la bella discesa.

Belle curve, stupendi panorami, strade buone.

Discesa molto veloce fino a Castelsantangelo e ritorno verso Visso e infine al campeggio.







# Camping - Frotignano - Camping

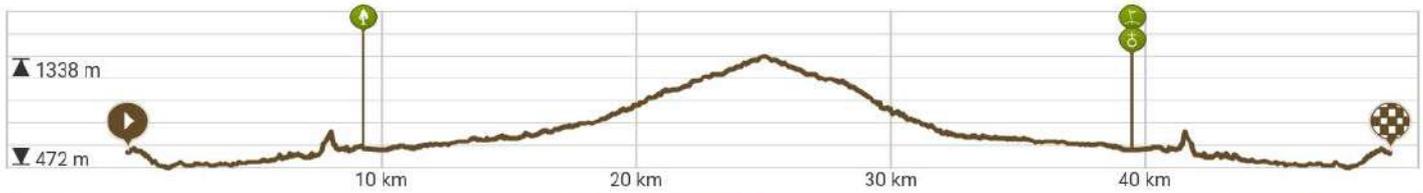
Door Martijn Elbers

Lengte: 49.62 km

Stijging: 1247 m

Moelijkheidsgraad: 6/10

Bekijk op mobiel



## 7. Il Collaccio – Piano Grande – Il Collaccio

**Lunghezza: 82 km**

**Salita: 1.800 m**

**Livello: impegnativo**

**Punti di interesse: Monte Gualdo - Castelluccio - Piano Grande**

Un percorso gettonato da molti ciclisti. Che si passi da Castelsantangelo o da Norcia, il Piano Grande è un must. Questo giro è la versione da est.

Partenza abbastanza tranquilla verso Visso e su per Castelsantangelo. Dopo i primi 20 km di facile salita si va all'attacco per il Monte Spina di Gualdo. È una salita di 9 km con alcuni tratti molto ripidi. Questo percorso è più impegnativo rispetto a quello che sale da Norcia. Lo scenario è piacevole con vista sul Monte Bove.

La strada pesantemente danneggiata dal terremoto è in ricostruzione. La prima parte della salita è nel bosco con diverse curve. L'ultima parte è pesante, ma raggiungendo i 1.496 metri si ha una vista stupefacente sul Piano Grande. Una piccola discesa e dopo un'altra salita si arriva a Castelluccio. Da lì si scende al Piano Grande, un posto unico. Alla fine si risale in direzione Forca Canapine. Dopo una lunga discesa si arriva a Norcia. Da lì gli ultimi 20 km fino al campeggio sono conosciuti dalla maggior parte dei ciclisti. Un bel giro ma davvero impegnativo









# Castelluccio - Preci (Piano Grande deel 2)

Bekijk op mobiel



Door Martijn Elbers

Lengte: 49.31 km

Stijging: 727 m

Moelijkheidsgraad: 7/10

Via del Piano Grande 5, 06046 Norcia, Umbrië, Italië

Casale Maggiori, 06047 Preci, Umbrië, Italië



Powered by route\*you

Map Data: © OpenStreetMap Contributors; Cartography: © RouteYou

## 8. Il Collaccio – Poggiodomo – Il Collaccio

**Lunghezza: 75 km**

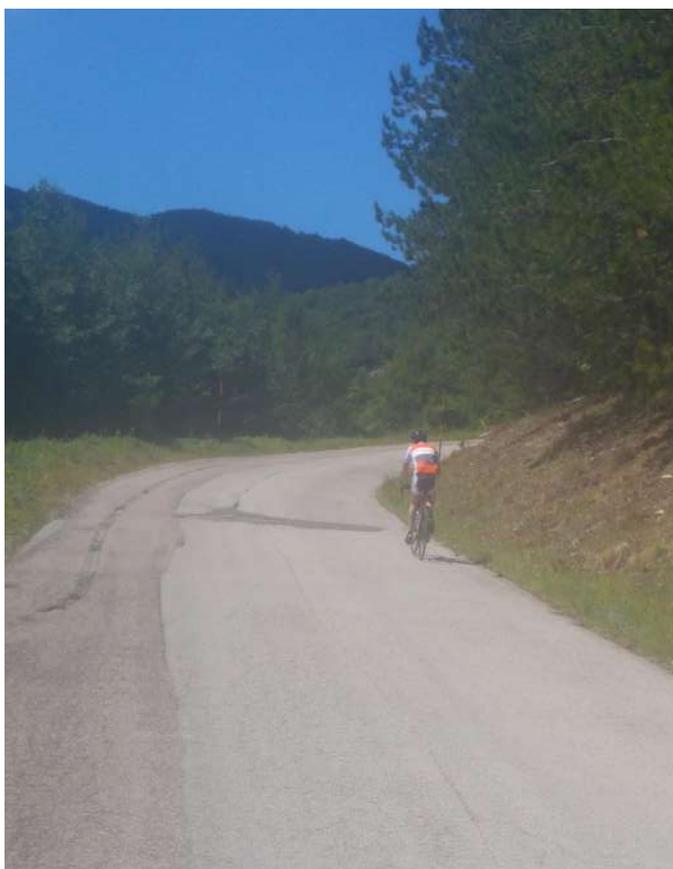
**Salita: 1.765 m**

**Livello: molto impegnativo**

**Punti di interesse: Borgo Cerreto - Poggiodomo - Mucciafora**

Un percorso sconosciuto a molti. La discesa dal campeggio a Borgo Cerreto è fatta da molti ciclisti. Poco prima del centro del paese si svolta a sinistra in direzione Ponte. C'è una ripida salita e dopo Ponte, si prosegue con una salita per molti chilometri, ma con il 2-3% di pendenza. Questa è una strada molto tranquilla e buona, si possono anche vedere capre e animali selvatici.

Dopo 10 km si arriva al piccolo paese di Rocchetta. Bella arrampicata, bei dintorni.



La strada continua verso il nulla fino a Roccatamburo. Da lì altri 5 km in salita fino a raggiungere quasi 1.200 metri sul livello del mare. Una bella discesa porta a Mucciafora, un grazioso paesino. Un'ulteriore discesa porta al Vallo di Nera e dopo 2 ore in completa tranquillità si arriva alla SP 471, la trafficata strada per Cerreto. Da lì gli ultimi 25 km sono in leggera salita. Prova questo percorso, sarà una sorpresa!





# Camping - Poggiodomo - Camping

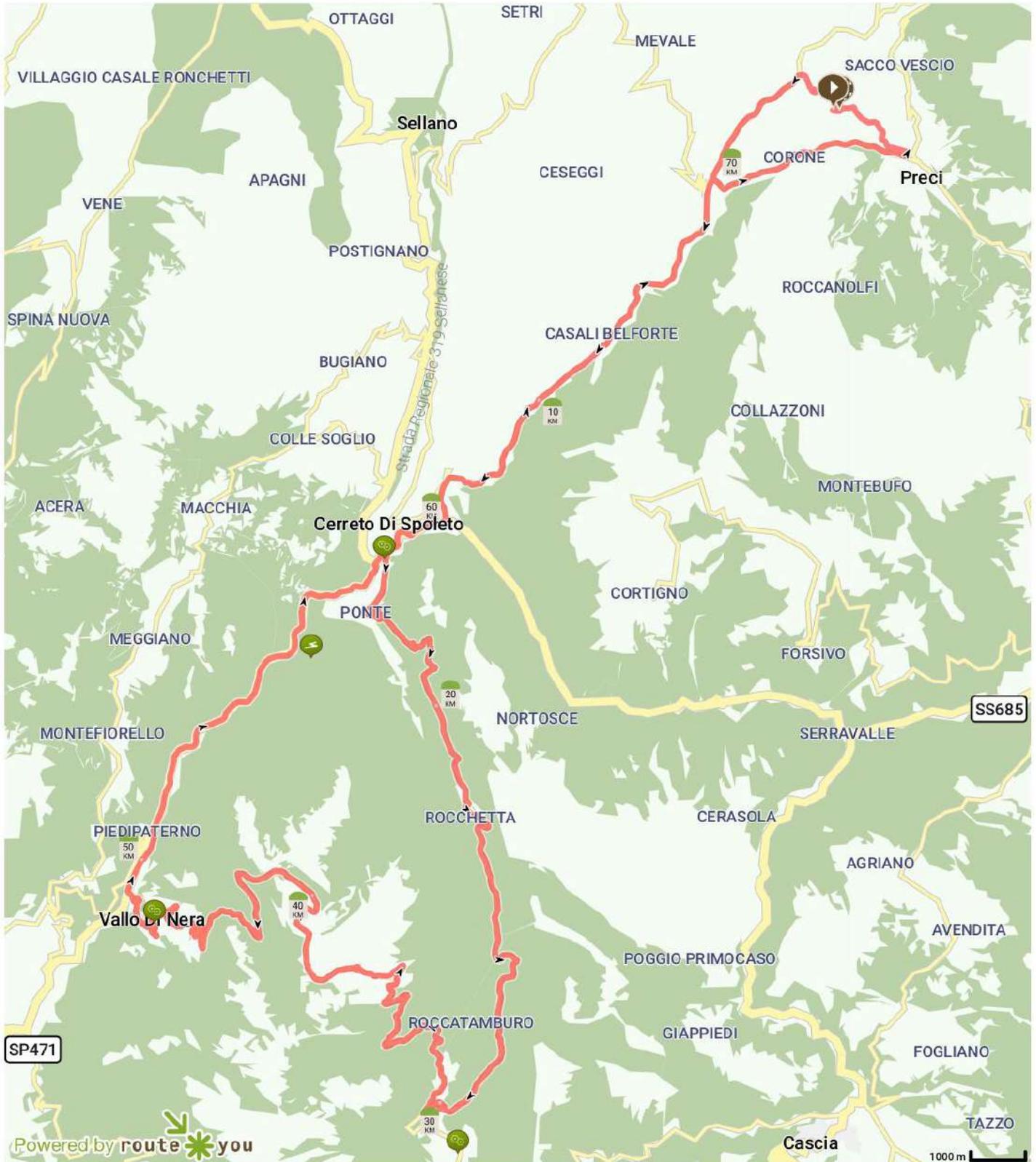
Bekijk op mobiel

Door Martijn Elbers

Lengte: 75.24 km

Stijging: 1763 m

Moelijkheidsgraad: 7/10



Powered by routeyou

Map Data: © OpenStreetMap Contributors; Cartography: © RouteYou

## 9. Il Collaccio – Forca di Presta - Il Collaccio

**Lunghezza: 109 km**

**Salita: 2.465 m**

**Livello: molto impegnativo**

**Punti di interesse: Norcia - Piano Grande - Forca di Presta**

Si va prima in direzione Norcia, passando per la Forchetta d'Arancano come prima sfida della giornata. A Norcia ci si può fermare per un caffè e proseguire per la rigida salita al Piano Grande. La lunga salita di 15 km è pesante ma vale ogni miglio. Arrivati in cima si scende al Piano Grande. Anche dopo 50 volte l'ambiente circostante è da mozzare il fiato. A metà valle si svolta a destra in direzione Forca di Presta.

Bisogna salire altri 5 chilometri, attraversando anche il confine della Regione Umbria. In cima alla Forca di Presta si ha una bellissima vista sull'altro versante del Monte Vettore. Si può comprare da bere e poi si torna indietro, scendendo, ripassando la valle, salendo e poi scendendo verso Norcia. Da lì si torna indietro in direzione campeggio e se si vuole evitare la salita della Forchetta si prende la strada per Abeto. Dopo oltre 100 km e circa 2.500 metri di dislivello ti meriti una birra fresca!







# Camping - Forca di Presta - Camping

Bekijk op mobiel

Door Martijn Elbers

- Lengte: 108.73 km
- Stijging: 2464 m
- Moelijkheidsgraad: 9/10



## 10. Il Collaccio – Cupi - Il Collaccio

**Lunghezza: 59 km**

**Salita: 1.480 m**

**Livello: moderato**

**Punti di interesse: Monte Bove - Cupi**

Il percorso per Visso è conosciuto dalla maggior parte dei ciclisti. Si può scegliere se prendere la breve discesa ripida via Castelvecchio o la parte più lunga via Corone. Arrivati a Visso si segue la SP 209 dove la salita inizia a farsi leggermente pesante. La prima parte è trafficata ma dopo aver girato a destra in direzione del Santuario tutto il traffico sembra scomparire. La salita andrà fino al 5% - 6% per alcuni chilometri fino a raggiungere quota 1.000m. Viste stupende, animali e uccelli e, si spera, sole .. Poi si passa dal santuario che merita una sosta. Quindi si prosegue per alcuni km fino a raggiungere la frazione di Cupi.

Da lì si torna al Santuario, per poi girare a sinistra e salire al Monte Macereto (1.111 m). Meravigliosi il Monte Bove e il “dorso” del Piano Grande e del Monte Vettore. Si scende ad Ussita, che era un bellissimo paesino prima del terremoto, per prendere un caffè o una cola per sostenere la popolazione locale e poi scendere ulteriormente verso Visso. Da lì si sente quasi l'odore del campeggio .... L'unica sfida rimasta è la salita al campeggio.







# Camping - Cupi - Camping

Door Martijn Elbers

Lengte: 58.75 km

Stijging: 1479 m

Moelijkheidsgraad: 7/10

Borgo, 06047 Preci, Umbrië, Italië

Strada Provinciale Valnerina, 62039 Visso, Marken, Italië

Bekijk op mobiel



Powered by route you CORONE

Map Data: © OpenStreetMap Contributors; Cartography: © RouteYou

## 11. Il Collaccio – Assisi - Il Collaccio

**Lunghezza: 168 km**

**Salita: 3.202 m**

**Livello: da pazzi**

**Punti di interesse: Valico del Soglio - Spello - Monte Subasio - Assisi**

Se si vuol fare qualcosa di pazzo durante le vacanze e si può stare lontano tutto il giorno, andare in pellegrinaggio ad Assisi è un'idea.... Anche se molto impegnativo, soprattutto a causa delle tante salite e della temperatura elevata, ne vale la pena. La partenza è facile fino a Cerreto, poi si va in direzione Sellano per la prima salita della giornata al Valico del Soglio (828 m). Da lì si hanno 30 km di saliscendi verso Scopoli e Foligno. Oltrepassati questi due paesi, si va nel grazioso borgo di Spello per una sosta. Spello si trova al confine del Monte Subasio, il Mont Ventoux di questa zona. Non si riesce ad andare completamente in cima, ma comunque è un bel giro. Superati i 1.000 metri e da lì si può ammirare Assisi.



Arrivare in bici ad Assisi è speciale con tutti i ciottoli. Attenzione, è molto affollata. Dopo pranzo partenza per la breve tratta per Foligno. Allora le montagne ti stanno aspettando di nuovo; Il Monte Civitella e il Monte Egina (1.100 m). Il percorso è nel bosco, lungo i sentieri, in spazi aperti con vento. La varietà è incredibile. Dopo 150 km tutto fa male. L'ultima parte è via Piaggia e altri borghi sconosciuti. Dopo più di 8 ore e l'ultima salita al campeggio ti meriti un tuffo in piscina e una birra fresca!



# Assisi

Door Martijn Elbers

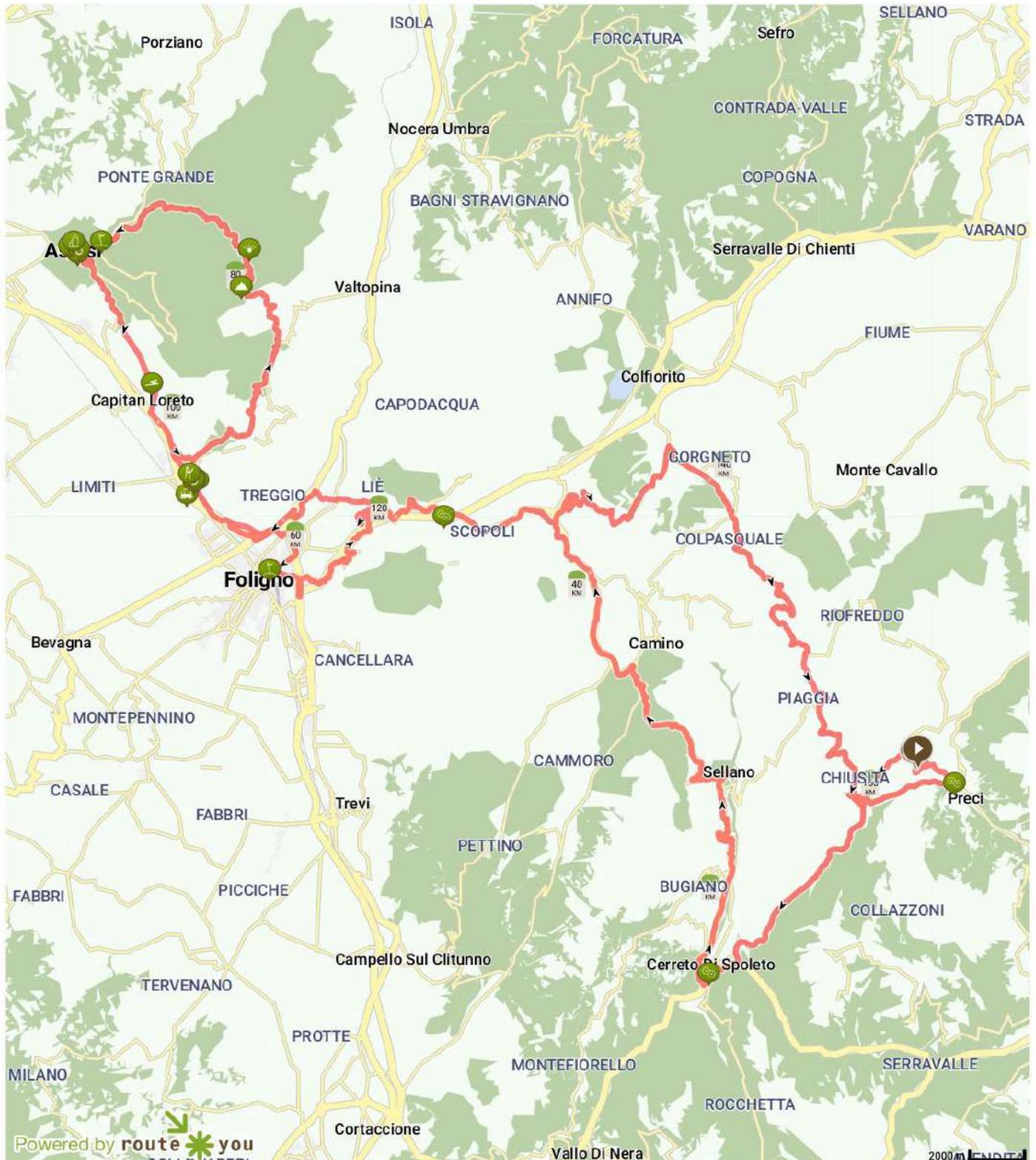
Lengte: 168.85 km

Stijging: 3202 m

Moelijkheidsgraad: 10/10

Strada provinciale di Norcia, SP476/2, Preci, Italië  
Strada provinciale di Norcia, SP476/2, Preci, Italië

Bekijk op mobiel



Powered by **route you**

Map Data: © OpenStreetMap Contributors; Cartography: © RouteYou

2000 m