



DATI TOUR		Percentuale Lunghezza
Lunghezza complessiva	17,51 km	100%
Dislivello in salita	612 m	
Dislivello in discesa	612 m	
Elevazione massima	1293 m	
Asfalto	0,60 km	3,5%
Pista ciclabile asfaltata	10,25 km	58,6%
Sterrato	5,27 km	30,1%
Bosco/Prato/Sentiero	1,37 km	7,9%
Sentiero/Single Track	0,00 km	0,0%
Spingere/Portare	0,00 km	0,0%
Cabinovia/Transfer	0,00 km	0,0%

TEMPO TOTALE	Tempo guida senza pause
A 10 km/h di media	1 ore 45 min
A 12 km/h di media	1 ore 28 min
A 14 km/h di media	1 ore 15 min
A 16 km/h di media	1 ore 06 min
A 18 km/h di media	0 ore 58 min
A 20 km/h di media	0 ore 53 min

COME ARRIVARE E LUOGO DI PARTENZA

Come arrivare:	Partenza:
<p>Se si arriva da nord: Uscita A 22 a Chiusa - Alpe di Siusi, prendere la SS 12 fino a Ponte Gardena, direzione Alpe di Siusi.</p> <p>Se si arriva da sud: Uscita A 22 Bolzano Nord, SS 12 fino a Prato all'Isarco, direzione Alpe di Siusi.</p>	<p>In tutte le località vi sono vari parcheggi e garage sotterranei. I parcheggi segnati in blu sono a pagamento. Il ticket per il parcheggio dev'essere ritirato presso i distributori automatici. Tutti gli altri parcheggi sono gratuiti.</p> <p>La Tour inizia presso l'Associazione turistica di Siusi</p>

VALUTAZIONE		
Difficoltà complessiva	2,6	●●●○○
Difficoltà in salita	2,6	●●●○○
Difficoltà in discesa	2,7	●●●○○

CONDIZIONE FISICA		
Condizione complessiva	2,5	●●○○○
Dislivello complessivo	3,0	●●●○○
Lunghezza complessiva	2,0	●●○○○
Elevazione massima	2,0	●●○○○

TECNICA DI GUIDA		
Tecnica di guida	2,7	●●●○○
Superficie	2,5	●●○○○
Elevazione media salita	3,0	●●●○○
Elevazione media discesa	3,0	●●●○○

PROFILO EMOZIONALE		
Panorama	3,0	●●●○○
Divertimento	3,0	●●●○○

CARATTERISTICHE

Ecco a Voi il tour per gli amanti della mountain bike - da principianti ad esperti. I 600 metri di dislivello e i 17 chilometri di percorso, passando davanti alle Rovine di Castelvecchio, sono adatti a tutti. Le salite - a parte alcuni brevi tratti - sono semplici da superare e si trovano su strade secondarie e strade sterrate facilmente percorribili. Potrete provare la tecnica di guida su una discesa un po'

ripida sulla strada sterrata verso le Rovine di Castelvecchio e un flow trail, poco al di sopra della Cabinovia Alpe di Siusi. La tratta Associazione turistica di Siusi - San Valentino si adatta molto per la prima fase di riscaldamento. Accompagnati da una splendida vista in direzione Castelrotto, si percorre una prima parte su strada asfaltata, poi su strada sterrata fino a giungere alla località Tiosels.





All'altezza della località Wasserebene, si percorre la prima ripida salita, con una pendenza media pari al 13%. Grazie alla strada asfaltata si adatta bene anche a coloro che da poco hanno intrapreso lo sport della mountain bike. Al termine della località Wasserebene la salita inizia a diventare meno ripida e una volta intrapreso la direzione Schafstall una strada bella, stretta e con un meraviglioso panorama porta leggermente in salita fino all'Infopoint di San Valentino.

Una breve discesa accompagna i biker nuovamente in direzione di Siusi. Al di sopra del paese, si giunge fino al di sotto della Cabinovia Alpe di Siusi in direzione Bagni di Razzes. La salita che passa attraverso Bagni di Razzes e oltre, ovvero verso la strada sterrata nel Bosco di Castelvecchio è percorribilissima e solo poco oltre Bagni di Razzes, rivela qualche tornante. Nuovamente in salita si passa al di sopra delle Rovine di Castelvecchio, che giace nascosta tra le fronde. Una ripida strada sterrata, porterà i biker ad una prima prova dell'"arte della frenata" e dopo due ampie curve si arriva al bivio delle Rovine di Castelvecchio, che può essere raggiunta a piedi. Una volta ritornati in sella, si ritorna sulla strada sterrata, poi dopo un intenso flow trail si arriva al parcheggio della Cabinovia Alpe di Siusi. A pochi di minuti di distanza si giunge nuovamente al punto di partenza del tour, presso l'Associazione turistica di

Siusi. porta in direzione del parcheggio Spitzbühel. Dopo la Malga Jaggl, questo sentiero si trasforma in puro divertimento per i biker, che li porta direttamente al parcheggio di Spitzbühel. E qui sono nuovamente gli esperti della tecnica di guida a "farla da padrone". Lo single track in direzione di Gstatsch è stretto e impervio e in parte un antico sentiero per i carri. In caso di pioggia o se bagnato questo tratto è molto scivoloso. Da Gstatsch il divertimento continua, un sentiero stretto e isolato giunge fino a Bagni di Razzes. E' solo all'altezza del torrente Frommer che si ricomincia, su strada sterrata nuovamente a respirare aria di "civiltà".

Al di sotto delle Rovine di Castelvecchio inizia un trail molto fluido, che termina presso il parcheggio della Cabinovia Alpe di Siusi. Di qui in pochi minuti si giunge nuovamente al punto di partenza ovvero presso l'Associazione turistica di Siusi.

VARIANTE

1. Tour breve: Non passare per le località Tiosels e Wasserebene. Al punto di via 4 non svoltare a sinistra, ma a destra in direzione Bagni di Razzes (corrisponde al punto di via 26). Il tour si riduce di 9, 4 km e 290 metri di dislivello.

2. Prolungamento passando per Gstatsch. Più lungo e tecnicamente più impegnativo è il tour, se all'altezza dell'Infopoint di San Valentino (punto di via 22) si intraprende la strada in salita fino ad arrivare a Gstatsch (170 metri di dislivello). Nell'ultima curva prima dell'Albergo Gstatsch a destra si intraprende un stretto e ripido sentiero in direzione Bagni di Razzes. All'altezza del ponte di legno si attraversa il torrente Frommer, si prende la strada sterrata e si arriva alla via che porta a Bagni di Razzes. Si prosegue in discesa per 120 metri e si arriva al punto di via 33, dove si incontra nuovamente un ponte di legno e ci si immette nel tour sopra descritto.

3. Prolungamento passando per Schafstall e Marinzen: All'altezza del punto di via 18 si va a destra in salita (all'inizio alquanto ripida) e si arriva a Schafstall, poi Marinzen e da lì si va in direzione Gstatsch (5 km e 335 di dislivello in salita). E da lì si prosegue in discesa come descritto nella Variante 2.