



SU SPORTWEEK

In "Giro" per l'Italia, le nostre tappe: lo spettacolo di Alpi e Dolomiti

In quest'ultima puntata dei consigli cicloturistici di Sportweek nelle zone della Corsa Rosa 2021, c'è solo l'imbarazzo della scelta. Per i più allenati (o per chi punta sulla e-bike...) le grandi salite rese celebri dai professionisti. E per tutti invece, lunghi itinerari pianeggianti molto spesso vicini al corso dei fiumi

GRADO-GORIZIA– Quelle ciclabili infinite verso Austria e Slovenia



SOLE E SENTIERI Panoramica su Grado, l'Isola del Sole'.

Città di partenza della quindicesima tappa, Grado è il punto di arrivo della ciclovia Alpe Adria ed è punto di passaggio di Adriabike. Sono due itinerari cicloturistici transfrontalieri tra i più conosciuti a livello europeo. La prima, lunga ben 415 km, porta a Salisburgo ed è divisibile in otto tappe. Nelle ultime, a partire dalla frontiera austriaca, si va da Villach a Tarvisio (37 km), da Tarvisio a Venzona (60 km), di qui a Udine (55 km) e, poi, appunto, a Grado (59 km). L'itinerario Adriabike, invece, è lungo circa mille km e collega Kranjska Gora con Ravenna attraverso le località più suggestive dell'Alto Adriatico e del confine italo-sloveno. Tra Trieste, Venezia e Padova, affronta Alpi Giulie, Altopiano del Carso e Parco del Delta del Po. Da Aquileia, una sorta di capitale del



**Commenta
per primo**

mosaico romano d'Occidente, parte invece un tragitto di oltre 50 km diretto alla foce dell'Isonzo: è l'occasione per visitare la città con i resti romani e la meravigliosa basilica paleocristiana. Ciclovie a parte, in Friuli-Venezia Giulia le salite proprio non mancano: quelle facili verso Monte San Michele, nella parte settentrionale del Carso isontino, propongono un suggestivo itinerario tra storia e natura anche per scoprire i monumenti costruiti sulle pendici e sulle quattro cime di questo rilievo carsico risalenti alla Grande Guerra.

VERBANIA-VALLE SPLUGA-ALPE MOTTA–**Valchiavenna, Toce e Adda per salite o gite comode**

Non distante dall'Alpe Motta, punto d'arrivo della tappa odierna del Giro d'Italia, in Valchiavenna (valchiavennabike.it) l'omonima ciclabile offre un facile percorso di fondovalle che parte da Colico e arriva fino al confine con la Svizzera (Val Bregaglia). In 40 km si toccano, tra gli altri, luoghi suggestivi come l'antico borgo di Piuro e le cascate dell'Acquafraggia. Chi invece, da Chiavenna, volesse raggiungere il Passo Spluga – via Lirone, Pianazzo e Boffalora –, deve calcolare una salita di 33 km con 1896 m di dislivello e pendenza media 5,9% (massima 10%). Molto interessante è anche il Sentiero Valtellina disegnato sul percorso tra Sondrio e Bormio: lungo 114 km, si sviluppa lungo il corso del fiume Adda (“dalle sorgenti al Lago di

Como”), prevede 40 aree di sosta attrezzate e sette punti noleggio lungo l’itinerario. Spostandosi verso Verbania, dove i professionisti oggi partiranno, grazie alla pianeggiante Ciclabile del Toce (68 km con poco più di 50 m di dislivello), si affronta un percorso – per buona parte su terra battuta – che si sviluppa sulla costa del Fiume Toce e percorre brevi tratti di raccordo su asfalto. Si parte da Gravellona e si arriva al Sacro Monte Calvario di Domodossola. Tra i punti ristoro: Ornavasso, Nibbio, Piedimulera, Pallanzeno e Villadossola.