

LA RAMPILONGA

il percorso della mitica gara

- LUNGHEZZA: 45,460 km
- DIFFICOLTÀ: S4+ / D3+
- DISLIVELLO IN SALITA: 1700 m
- TEMPO MEDIO EFFETTIVO: 4,30 h.
- LUOGO DI PARTENZA: campi sportivi di Moena

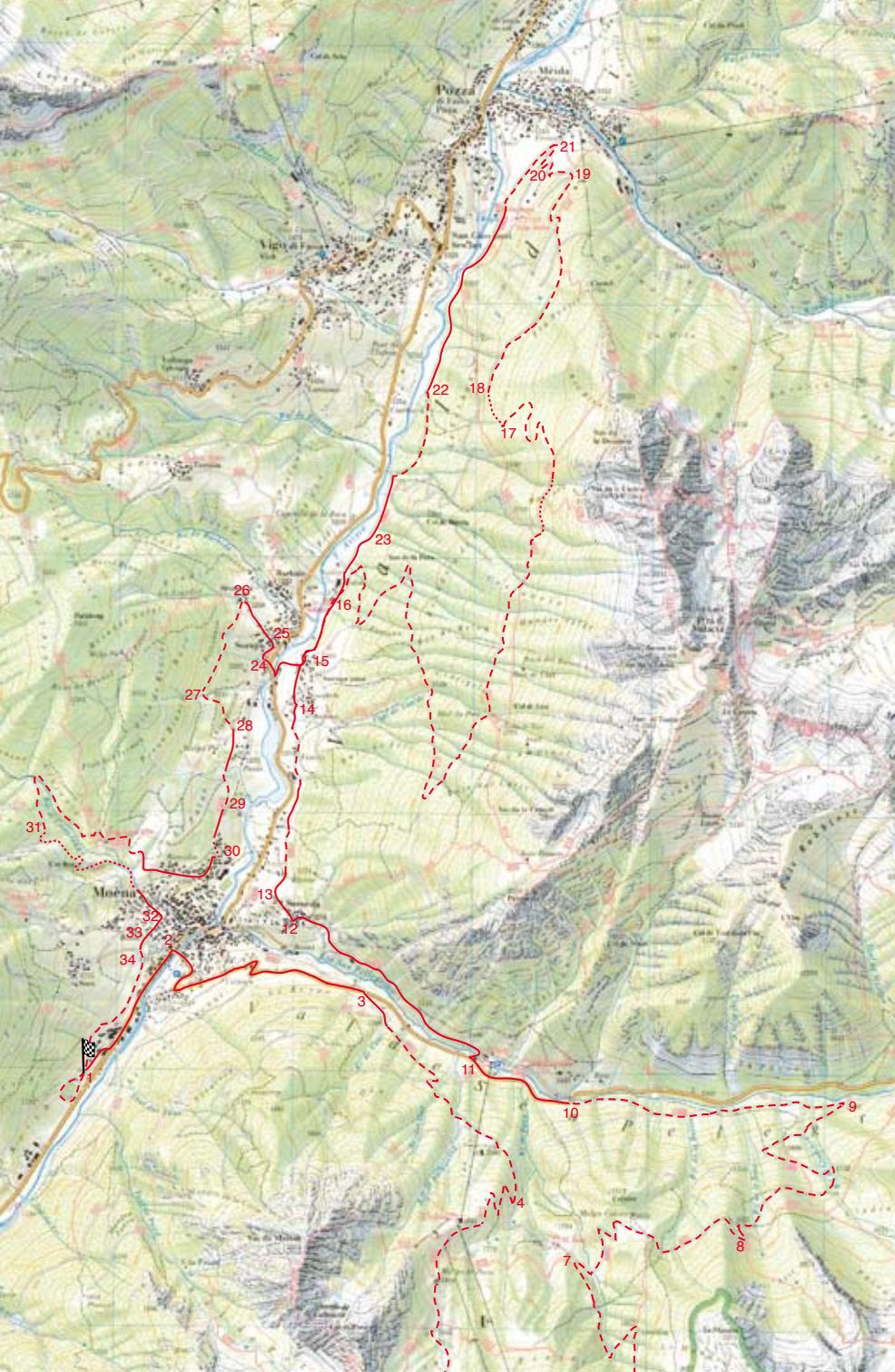
Nel 2006 ho voluto partecipare alla mitica gara per essere sicuro di tracciare il percorso originale ed effettivo. È stato curioso pedalare e ricevere commenti ogni volta che mi fermavo a scrivere o a fotografare: ti scrivi le sensazioni della corsa? Ti fermi a fotografare? Bravo, tanto cosa importa arrivare qualche minuto dopo.

Il tempo quella domenica di settembre è stato perfetto e la festa è stata altrettanto rigogliosa di colori, grida e sudore.

Ho dovuto mettere da parte il mio spirito competitivo per l'obiettivo di avere alla fine una descrizione attendibile, anzi perfetta, della più vecchia gara di mountain bike delle Dolomiti.

Il percorso è molto vario. Quello che colpisce è la dura e lunga salita iniziale. Più di 1000 metri di dislivello tutti d'un fiato. Poi quando credi di avere fatto il più un'altra salita piuttosto lunga ti costringe ad andare ancora con rapporti agili, anche perché le gambe cominciano a fiaccarsi. L'ultima parte è più veloce e porta a Moena con un single track piuttosto impegnativo.

Vista la lunghezza del percorso è bene aver già macinato un po' di chilometri, altrimenti qualche santo provvederà.

**WPT 1 - Km 0 - Quota 1137 m**

Dai campi sportivi di Moena (dal centro in direzione di Predazzo sulla destra) si entra sulla statale pedalando verso il centro paese. Si raggiunge il semaforo con la strada per il San Pellegrino.

WPT 2 - Km 1,150 - Quota 1155 m

Si sale per la strada del passo. Poco prima di un sottopassaggio della pista da sci del Lusio, parte a destra una stradina asfaltata che porta al passo Lusia.

WPT 3 - Km 3,050 - Quota 1295 m

La strada è costantemente ripida. Dopo poco l'asfalto lascia il posto allo sterrato. Si arriva così ad un bivio.

WPT 4 - Km 5,230 - Quota 1630 m

La strada continua per rampe molto impegnative uscendo dal bosco ed arrivando al culmine in corrispondenza del Rifugio Le Cune.

WPT 5 - Km 8,850 - Quota 2160 m

Si scende per una ripida strada terrosa tra i prati fino al Passo Lusia.

WPT 6 - Km 9,750 - Quota 2055 m

Scendere ancora a sinistra fino in prossimità del Rifugio Rezila. Poco prima di questo parte a destra a mo' di tornante una stradina in leggera salita.

WPT 7 - Km 11,680 - Quota 1755 m

Dopo un ponticello la salita si fa più ripida. Un tratto in falsopiano porta ad un culmine dove ha inizio la discesa.

WPT 8 - Km 13,450 - Quota 1870 m

La discesa è ripida e supera dei tornanti. Si giunge ad un bivio a tornante.

WPT 9 - Km 16,010 - Quota 1575 m

Si prende a sinistra ed in velocità si entra di nuovo nella strada che sale al Passo S. Pellegrino.

WPT 10 - Km 17,950 - Quota 1415 m

La si segue in discesa a sinistra verso Moena. Poco prima del sottopassaggio della pista del Lusio si sale a sinistra per passare il ponte a destra, attraversando così la strada.

WPT 11 - Km 18,640 - Quota 1370 m

Si attraversa anche il ponte sul Rio San Pellegrino per scendere una stretta strada asfaltata fino alle case di Someda e ad un bivio nei pressi della chiesa.



WPT 12 - Km 20,610 - Quota 1270 m
Andiamo a destra per via Fassa. Poco dopo la strada piega a sinistra in discesa. Noi invece proseguiamo dritti verso Soraga (indicazioni).

WPT 13 - Km 20,770 - Quota 1265 m
La strada corre alta nella valle alternando fondo asfaltato a sterrato e raggiungendo un incrocio.

WPT 14 - Km 22,230 - Quota 1245 m
Scendere a sinistra per 10 metri, poi a destra fino alla fine delle case dove parte una larga traccia erbosa in salita

WPT 15 - Km 22,630 - Quota 1265 m
Due strappi ripidi portano ad un colmo dove un'altrettanto ripida discesa raggiunge una strada intersecante.

WPT 16 - Km 23,360 - Quota 1255 m
Si va a destra per una strada in salita lunga e costante. Si raggiunge un tratto in falsopiano (1710 m). Finalmente si scende raggiungendo il Bivacco Pociace. Pochi metri prima di questo a destra parte un bel single track che successivamente si apre di nuovo a strada sterrata. Si scende ancora per un breve tratto con tornanti fino ad un sentierino che scende ripido a destra.

WPT 17 - Km 30,880 - Quota 1580 m
Il single track scende molto ripido e tecnico e raggiunge una sterrata sottostante. Questa dopo poco interseca un'altra strada bianca.

WPT 18 - Km 31,390 - Quota 1530 m
Giù a sinistra per la strada che segue la pista da sci dell'Aloch (siamo sopra Pozza di Fassa). Poco dopo la strada continua a sinistra abbandonando la pista.

WPT 19 - Km 31,590 - Quota 1500 m

Si continua per la ripida e dissestata discesa. Dopo due tornanti si raggiunge una strada più grande.

WPT 20 - Km 32,370 - Quota 1355 m

Si svolta a destra, dopo 300 metri, ad una staccionata, a mo' di tornante, si gira a sinistra.

WPT 21 - Km 32,620 - Quota 1340 m

La stradina lambisce i prati sopra Pozza ed entra nella pista ciclabile asfaltata. All'altezza di un ponte si abbandona la ciclabile per salire una sterrata a sinistra.

WPT 22 - Km 33,710 - Quota 1295 m

La salita è breve e viene seguita da una discesa che riporta sulla ciclabile. Si scende fino alla nuova circonvallazione di Moena. Si abbandona la ciclabile per una sterrata erbosa a sinistra in leggera salita.

WPT 23 - Km 35,910 - Quota 1230 m

La salita è seguita da una discesa che permette di ritornare alla ciclabile. Si passa il ponte sull'Avisio a fianco del parco giochi di Soraga. Cento metri dopo il sottopassaggio sulla statale si abbandona, all'altezza di una casa bianca, la strada ciclabile.

WPT 24 - Km 37,080 - Quota 1210 m

A destra si entra in un piazzale ghiaioso. Attraverso una trac-

Pagina a fianco dall'alto: 1- la partenza da Moena. 2-3-4- la dura salita verso Le Cune. 5- l'arrivo a Le Cune. 6- il single track verso il bivacco Pociace

Sotto: l'entrata a Soraga, ormai manca poco



cia su prato si raggiunge la chiesa di Soraga. La si costeggia per arrivare ad una traversa con fondo in porfido.

WPT 25 - Km 37,440 - Quota 1220 m

Si sale a sinistra prima su porfido, poi su asfalto raggiungendo un ponticello. A sinistra indicazioni La Palua/Rampilonga.

WPT 26 - Km 37,830 - Quota 1265 m

La salita ha un bel fondo sterrato. Cinquanta metri dopo la località Laghet a sinistra parte una discesa.

WPT 27 - Km 38,590 - Quota 1335 m

La discesa è ripida e sbuca nell'asfalto all'altezza di una casa bianca. Poco dopo la casa c'è un bivio.

WPT 28 - Km 39,170 - Quota 1260 m

A destra per strada asfaltata che diventa sterrata e poi ancora asfaltata. All'altezza del Residence Col dei Soldai si abbandona la stradina per scendere un sentiero erboso.

WPT 29 - Km 39,850 - Quota 1240 m

Il single track attraversa dei prati tra le case di Moena e sbuca ad un incrocio di strade asfaltate.

WPT 30 - Km 40,170 - Quota 1230 m

Si sale dritti lungo la ripida via Roncac. L'asfalto lascia il posto allo sterrato che passa, dopo un falsopiano, un ponte di legno. Si continua in salita fino ad un tornante (loc. Pelon Gran).

WPT 31 - Km 42,180 - Quota 1370 m

Si scende a sinistra (indicazioni per Moena). Il single track è molto dissestato, quindi tecnico. Passa all'interno di un caratteristico canyon di roccia vulcanica approdando ad una strada asfaltata e ad uno stop.

WPT 32 - Km 43,630 - Quota 1195 m

A destra in leggera salita quindi ad un imminente quadrivio a sinistra (senso vietato).

WPT 33 - Km 43,720 - Quota 1195 m

Si segue la stradina principale raggiungendo il cimitero.

WPT 34 - Km 43,960 - Quota 1195 m

Ci si immette in uno sterrato che lo contorna. La stradina scende tra i prati lambendo una centrale elettrica. Si aggira il campo da calcio per raggiungere la piana erbosa della partenza.

WPT 1 - Km 45,460 - Quota 1137 m