

LESTANS – ATTORNO AL COLLE (MEDIO)

Lunghezza:	4,9 km.	Pendenza massima in salita:	4%.
Distanza effettiva:	5,8 km-sforzo.	Pendenza massima in discesa:	-4%.
Salita:	90 metri.	Altitudine minima:	172 m slm.
Discesa:	90 metri.	Altitudine massima:	195 m slm.
Dislivello totale:	180 metri.	Difficoltà:	percorso per tutti.
		Estetica:	7 (molto bello)

Descrizione generale: percorso per tutti, che circumnaviga il Colle passando a Nord proprio a ridosso la base.

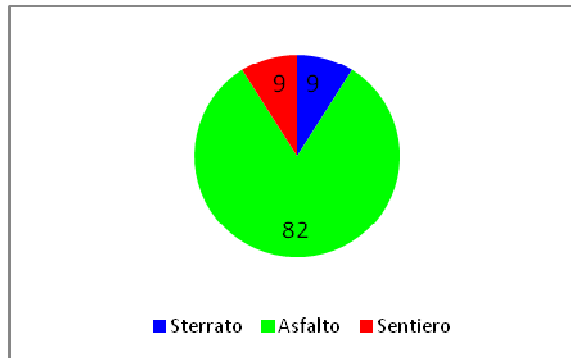
	Difficoltà	Percorrenza	Tempo	Calorie <i>(persona di 70kg)</i>	Ore di vita in più	Salute guadagnata	Grammi di fragole
Cammino	Bassa	Sedentario medio (3kmh)	1h 38' 00"	102 kcal	1 ora	11 €	378 g
		In forma (4kmh)	1h 13' 30"	122 kcal	2 ore	13 €	452 g
		Sportivo (5kmh)	58' 48"	223 kcal	3 ore	25 €	826 g
Corsa	Bassa	Sedentario medio (6kmh)	49' 00"	406 kcal	6 ore	45 €	1504 g
		In forma (9kmh)	33' 05"	406 kcal	6 ore	45 €	1504 g
		Sportivo (12kmh)	24' 30"	406 kcal	6 ore	45 €	1504 g
Bicicletta	Media	Attivo (12kmh)	24' 30"	61 kcal	1 ora	7 €	220 g
		In forma (15kmh)	19' 36"	69 kcal	1 ora	8 €	255 g
		Sportivo (18kmh)	16' 32"	81 kcal	1 ora	9 €	300 g

Mappa



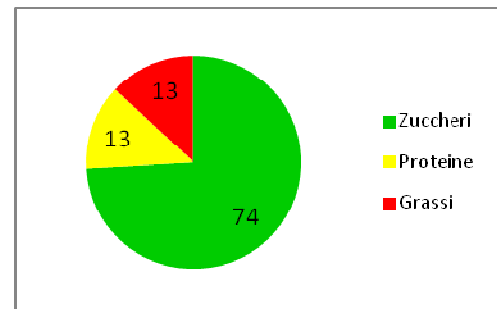
Tipo di percorso

	Asfalto	Strada sterrata	Sentiero
%	83%	9%	8%



Partenza: piazza I Maggio, Lestans di Sequals.

Tenendo sulla tua sinistra la facciata di Villa Savorgnan, procedi per 50 metri su via della Roggia fino a individuare, sulla sinistra, la stradina (via della Chiesa) che conduce alla Chiesa di Santa Maria davanti la quale transiterai fino a sbucare su un parcheggio all'ingresso del parco Unità d'Italia (ex parco Loi). Percorri il sentiero tra la discesa e il parcheggio e, dopo 350 metri, ti troverai nei pressi di un'ancona e da lì dirigi sulla strada di fronte in direzione del Colle che vedi dinnanzi. Dopo 400 metri la strada asfaltata termina all'incrocio con la SP22 nei pressi del cimitero. Passa davanti l'ingresso del cimitero, percorri la strada asfaltata che poi diviene sterrata. Quindi, sulla sinistra, percorri il sentiero proprio a ridosso della base del Colle: i primi 450 metri sono di strada sterrata che poi si restringe e diviene sentiero dopo una cinquantina di metri. Sempre sulla sinistra puoi vedere una ripida e rovinata mulattiera che sale sul Colle; prosegui per altri 400 metri di sentiero e sbucherai a ridosso dell'incrocio con la strada asfaltata oltre la quale si accede alla Chiesa di San Zenone. All'incrocio gira a sinistra, procedi sempre dritto sull'asfalto per 500 metri fino a individuare la prima strada che si diparte a sinistra: percorrila per 800 metri, torna all'incrocio con la SP22, attraversala e quindi percorri lo stesso tratto dell'andata per tornare al punto di partenza.



Composizione alimentare (% dei nutrienti) della fragola

Puoi anche visualizzare l'anello sulla mappa di Google all'indirizzo
http://www.curaticonstile.it/it/percorso/82/lestans_-_attorno_il_coll.html