

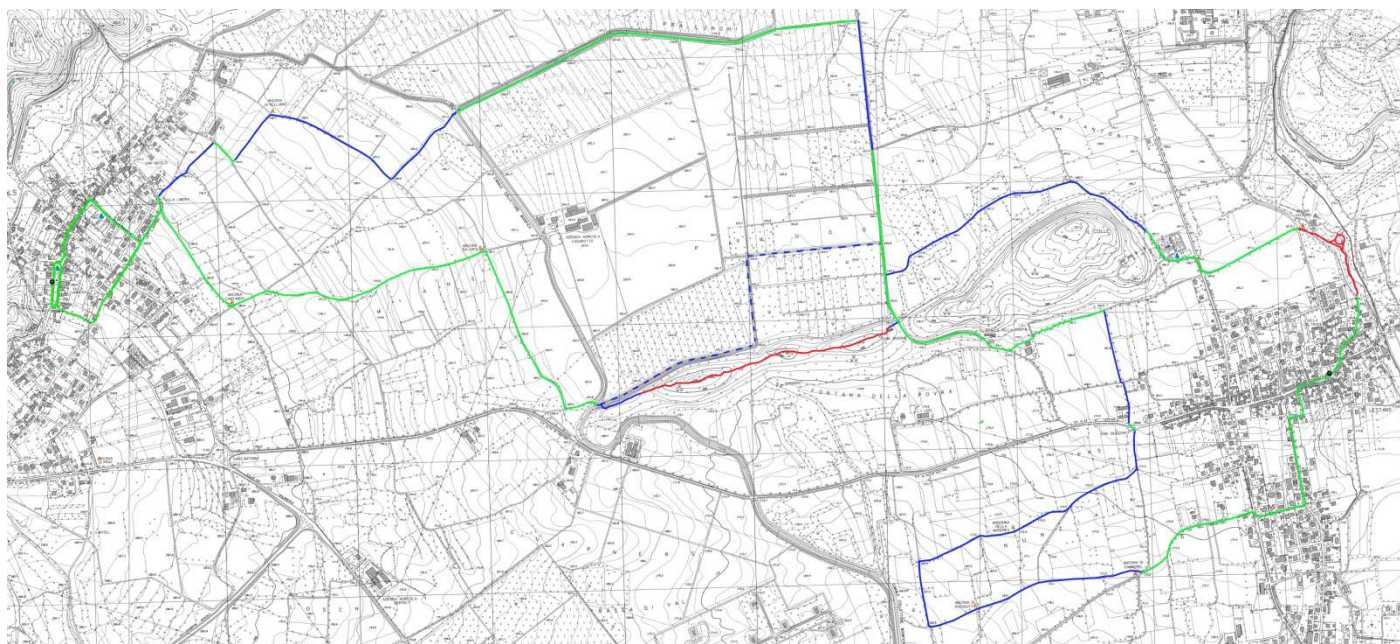
SEQUALS - NOVE ANCONE - SAN ZENONE - LESTANS

Lunghezza:	16,6 km.	Pendenza massima in salita:	14%.
Distanza effettiva:	19,2 km-sforzo.	Pendenza massima in discesa:	-10%.
Salita:	262 metri.	Altitudine minima:	169 m slm.
Discesa:	262 metri.	Altitudine massima:	215 m slm.
Dislivello totale:	524 metri.	Difficoltà:	percorso lungo ma semplice con un breve tratto di sentiero in salita.

Descrizione generale: percorso lungo, per tutti, principalmente su asfalto, nella campagna ad Est di Sequals arriva nella frazione di Lestans passando per nove ancone e raggiungendo la chiesa di San Zenone (ove si trova un breve tratto di sentiero).

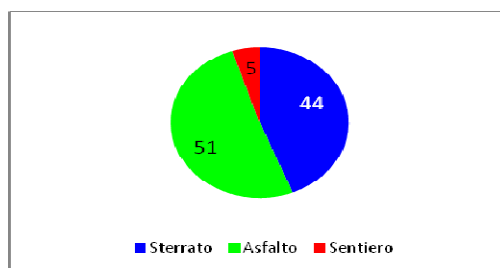
	Difficoltà	Percorrenza	Tempo	Grammi di lasagne
Cammino	Medio bassa	Sedentario medio (3kmh)	5h 32' 00"	140 g
		In forma (4kmh)	4h 09' 00"	280 g
		Sportivo (6kmh)	2h 46' 00"	680 g
Corsa	Medio bassa	Sedentario medio (8kmh)	2h 04' 30"	905 g
		In forma (10kmh)	1h 39' 36"	905 g
		Sportivo (12kmh)	1h 23' 00"	905 g
Bicicletta	Bassa	Attivo (14kmh)	1h 11' 03"	245 g
		In forma (18kmh)	56' 02"	290 g
		Sportivo (20kmh)	49' 48"	315 g

Mappa



Tipo di percorso

	Asfalto	Strada sterrata	Sentiero
%	51%	44%	5%

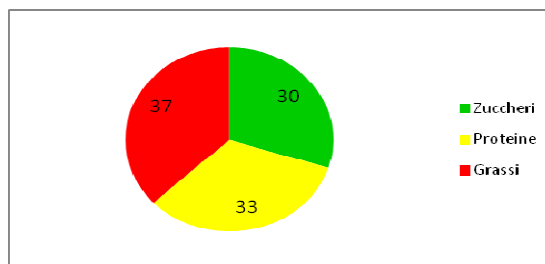


Partenza: piazza Pellarin, Sequals.

Guardando il municipio, vai a destra fino in fondo la piazza ove, andando oltre la piccola rotonda, attraverserai con cautela la SR552; percorrila per un centinaio di metri fino quando fa una curva verso sinistra. Tu continua dritto seguendo le indicazioni per Travesio su via Facchina, percorri 150 metri fino alla prima strada che trovi a destra (via Carnera): imboccala e percorrila per intero fino alla sua conclusione su via San Giovanni, dove girerai andando a sinistra. Prosegui per 140 metri fino a una curva verso sinistra ove prenderai la strada che confluisce da destra e che percorrerai fino alla fine (460 metri). Nei pressi dell'incrocio con via Antonio Falcomer, troverai la prima ancona del percorso, l'ancona Cantando; all'incrocio gira a sinistra e procedi per 140 metri fino a incontrare un bivio, in cui andrai a destra. Segui la stradina asfaltata fino a raggiungere, dopo 800 metri, sulla sinistra, la seconda ancona: l'ancona da Vies; gira a destra e continua per altri 660 metri fino a una curva a gomito ove la strada svolta a destra. Tu l'abbandonerai per andare a sinistra lungo un breve tratto di strada sterrata. Presta attenzione perché, dopo 130 metri, vi sono due opzioni: se sei in bicicletta e non sei un allenato "mountain biker" è consigliabile che tu segua la strada sterrata di sinistra che ti condurrà alla Chiesetta di San Zenone; viceversa, se sei a piedi o se sei un esperto "mountain biker", potrai andare a destra e valicare il ponticello subito dopo il quale girerai a sinistra lungo un tratto di sterrato che, nella parte finale, si trasforma in sentiero e sale sulla cresta del modesto colle. Il sentiero termina davanti alla sorprendente Chiesetta di San Zenone, ove giungerai dopo circa 750 metri in leggero saliscendi. Subito dopo incontrerai una strada asfaltata su cui ti immetterai andando a destra; continuerai per 450 metri fino a una strada asfaltata che decorre alla base della collina che terrai sulla tua sinistra: a 400 metri dall'inizio della strada individuerai, sulla destra, una stradina sterrata su cui volterai. Dopo un centinaio di metri passerai davanti alla terza ancona del percorso e da lì proseguirai per altri 300 metri fino a raggiungere e incrociare la SP34 che imbrocherai a sinistra sino alla Chiesetta di San Giuseppe; procedi dritto lungo un tratto di 150 metri fino a un bivio ove ti dirigerai a destra su strada sterrata; prosegui fino alla quarta ancona, l'ancona Madonna delle Meseres. Continua per 360 metri fino a un incrocio in cui andrai a sinistra per 230 metri, quindi a un altro incrocio volterai nuovamente a sinistra fino a raggiungere, dopo 150 metri, la quinta ancona, l'ancona di Pischiutta. Dopo 740 metri lo sterrato si conclude nei pressi della sesta ancona, l'ancona di Gamberel, ove prenderai la strada che a sinistra si dirige verso Lestans (via dell'Agricoltura); proprio al suo inizio questa strada si biforca in un bivio: tu tieni la destra e, dopo 500 metri, raggiungerai un incrocio in cui girerai a destra, per poi voltare, subito dopo, a sinistra lungo via dei Tulipani, che percorrerai interamente per 200 metri fino all'incrocio con via Verdi. Gira a sinistra e, proseguendo per 300 metri, incrocerai vicolo della Latteria sulla destra; imboccalo e, passando davanti al supermercato Coop, dopo 150 metri raggiungerai la via principale di Lestans, ossia via Dante. Seguendola a destra, dopo un centinaio di metri giungerai nella piazza I Maggio, su cui si affaccia la splendida Villa Savorgnan; proseguendo, dopo circa 60 metri, un cartello indica a sinistra la Chiesa di Santa Maria, davanti la quale transiterai dopo 130 metri percorrendo via della Chiesa che termina nei pressi dell'ingresso del parco Unità d'Italia (ex parco Loi), che raggiungerai dopo un breve tratto di discesa.

Attraversa il parco e, poco prima di un piccolo bacino d'acqua, tieniti a sinistra seguendo in salita il sentiero che conduce su via Ciani; poco prima della confluenza passerai accanto alla settima ancona, adattata in stile tempietto; prendi la strada di fronte in direzione della collina che ti trovi davanti e seguila per 390 metri fino al suo incrocio con la SP22 ove girerai a destra. Prosegui per 70 metri fino a imboccare, sulla sinistra, la strada asfaltata che transita davanti al cimitero di Lestans, sulla quale procederai per 300 metri, fino a incontrare l'ottava ancona, l'ancona di San Zeno; procedi quindi sulla strada per altri 800 metri, a Nord del Colle. Arriverai all'incrocio con una strada asfaltata in cui girerai a destra; proseguendo per un rettilineo di 900 metri, troverai un incrocio in cui prenderai la strada asfaltata sulla sinistra e su cui proseguirai, attraversando la campagna per 1,6km, costeggiando un canale sulla destra. Arrivato a un incrocio tra strade e canali, attraverserai il ponte che troverai davanti sul canale (il Rugo) e proseguirai sulla strada di fronte che riprende sterrata e che seguirai per 380 metri fino a individuare, sulla destra, un'altra stradina sterrata, su cui devierai.

Dopo 500 metri, la strada giunge nei pressi dell'ancona più caratteristica e attualmente in uso: l'ancona Pellarin, individuabile da un cipresso sul suo lato anteriore; da lì, prendi la strada sterrata di fronte e percorrila per 230 metri fino all'incrocio con un'altra strada su cui proseguirai per un centinaio di metri, prestando attenzione a individuare, sulla sinistra, un poco evidente passaggio interpodereale che, dopo 300 metri, ti ricondurrà su via San Giovanni. Seguila per 420 metri fino all'incrocio con la SR522 (a destra vi è l'ingresso di Villa Carnera): attraversa con attenzione e prosegui su via San Giovanni per un altro centinaio di metri fino a incontrare la prima strada sulla destra (via Foscolo) che, dopo 180 metri, ti ricondurrà nella piazza da cui sei partito.



Composizione alimentare (% dei nutrienti) delle lasagne

Puoi anche visualizzare l'anello sulla mappa di Google all'indirizzo
http://www.curaticonstile.it/it/percorso/144/sequals_-_9_ancone_-_san.html