

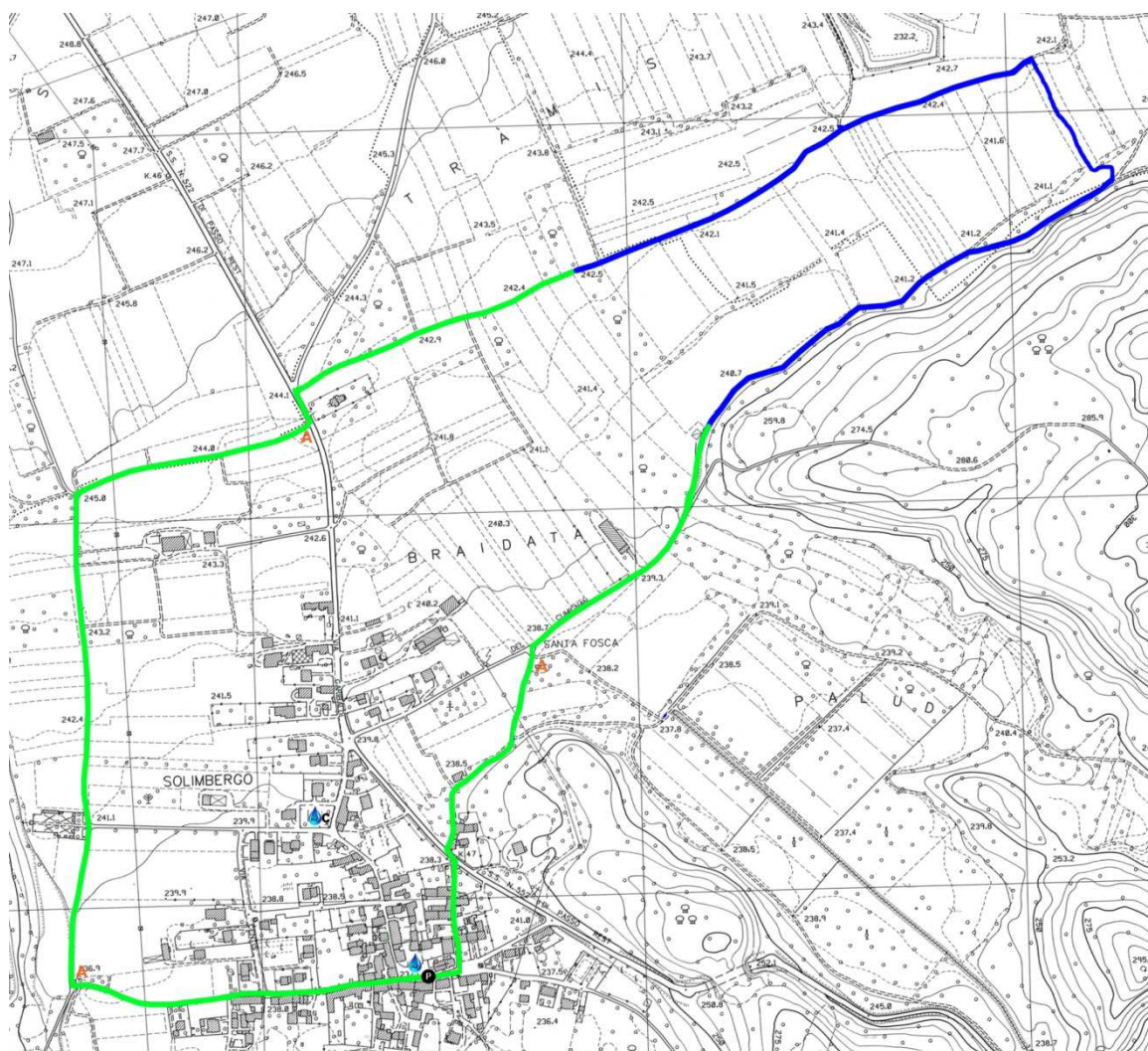
## SOLIMBERGO – DUE ANCONE E MADONNA NERA

Lunghezza:	4,3 km.	Pendenza massima in discesa:	3%.
Distanza effettiva:	5,1 km-sforzo.	Altitudine minima:	235 m slm.
Salita:	80 metri.	Altitudine massima:	258 m slm.
Discesa:	80 metri.	Difficoltà:	percorso per tutti.
Dislivello totale:	160 metri.	Estetica:	5 (bello)
Pendenza massima in salita:	3%.		

Descrizione generale: percorso ad anello che raggiunge la Madonna Nera e due ancone attorno a Solimbergo.

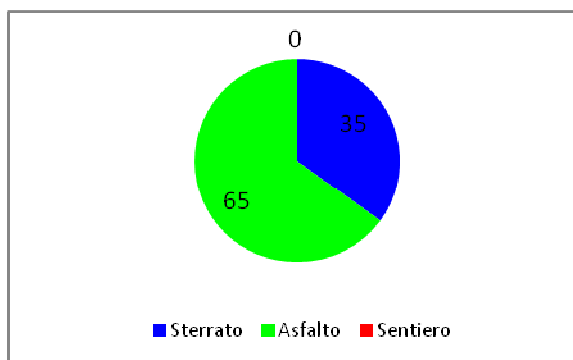
	Difficoltà	Percorrenza	Tempo	Calorie (persona di 70kg)	Ore di vita in più	Salute guadagnata	Grammi di carota
<b>Cammino</b>	Bassa	Sedentario (3kmb)	1h 26'00"	89 kcal	1 ora	10 €	250 g
		In forma (4kmb)	1h 04'30"	107 kcal	1 ore	12 €	300 g
		Sportivo (6kmb)	43'00"	250 kcal	3 ore	27 €	710 g
<b>Corsa</b>	Bassa	Sedentario (8kmb)	32'15"	357 kcal	5ore	39 €	1020 g
		In forma (10kmb)	25'48"	357 kcal	5ore	39 €	1020 g
		Sportivo (12kmb)	21'30"	357 kcal	5ore	39 €	1020 g
<b>Bicicletta</b>	Bassa	Sedentario (14kmb)	18'24"	54 kcal	1ora	6 €	155 g
		In forma (18kmb)	14'30"	71 kcal	1 ora	8 €	200 g
		Sportivo (20kmb)	12'54"	79 kcal	1 ora	9 €	250 g

### Mappa



### Tipo di percorso

	Asfalto	Strada sterrata	Sentiero
%	65%	35%	0%



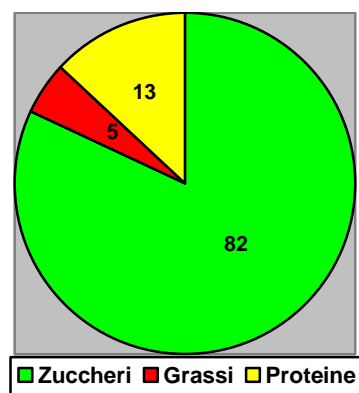
**Partenza:** piazzale della Chiesa, Solimbergo di Sequals.

Dalla piazza di Solimbergo dirigiti verso il retro della chiesa, percorri via Tramontina per 150 metri fino all'incrocio con la SR552 che attraverserai con massima attenzione; troverai sul fronte opposto un vicolo che percorrerai per 300 metri fino a giungere all'ancona di Santa Fosca nei pressi della confluenza con via del Cumignan: li volterai a destra procedendo fino a individuare, dopo 150 metri, sulla sinistra, il campo di volo per ultraleggeri. Prosegui da lì per altri 200 metri fino alla fine dell'asfalto; la strada continua sterrata per altri 650 metri sino a un bivio. Qui la strada sterrata fa una curva verso destra, mentre una poco evidente traccia si dirige a sinistra. Una ventina di metri prima del bivio dovrai girare a sinistra in direzione di un passaggio interpodereale che, dopo 170 metri, si ricollega a una strada sterrata. Gira nuovamente a sinistra proseguendo dritto per 1,1km fino a incrociare la SR522 che attraverserai andando a sinistra per 50 metri fino a raggiungere la Madonna Nera; prosegui a destra lungo la strada che, dopo 750 metri, raggiunge il cimitero e dopo altri 200 metri un'altra ancona; quindi, seguendo l'asfalto, giungerai in piazza a Solimbergo.

100 grammi di carote forniscono 34 kcal



Composizione alimentare (% dei nutrienti) della carota



Puoi anche visualizzare l'anello sulla mappa di Google all'indirizzo  
[http://www.curaticonstile.it/it/percorso/70/solimbergo\\_-\\_due\\_ancone\\_e.html](http://www.curaticonstile.it/it/percorso/70/solimbergo_-_due_ancone_e.html)