



I percorsi della quarta edizione della Granfondo BCC dei Comuni Cilentani saranno due: un tracciato **corto di km 70** (accessibile a tutti) e l'altro **lungo di km 120** per i più allenati.

Si partirà alle 8,30 da Sant'Antuono di Torchiara ad andatura controllata. Dopo una discesa di circa 8 km e un breve tratto in pianura, al chilometro dieci, in leggera salita, il direttore di corsa darà la **PARTENZA UFFICIALE VOLANTE** (senza piede a terra). Dopo aver superato alcuni strappi come quello di San Pietro, al ventesimo chilometro si affronterà la prima salita di giornata che porterà a **Castellabate** (paese diventato ancora più noto grazie al film "Benvenuti al Sud"). Durante l'ascesa - che misura 6 km (pendenza media 4% max 8%) - gli atleti che volgeranno lo sguardo verso il mare potranno ammirare l'isola di Capri. Allo scollinamento, si potrà recuperare un po' di energia prima di raggiungere, sempre in salita, Perdifumo (lunghezza 4 km pendenza media 4% max 8%). Dopo aver attraversato l'abitato, lunga discesa fino al bivio della chiesetta dell'Assunta e svolta a sinistra di 360 gradi per rilanciare verso le frazioni di Capograssi e San Teodoro. Nel comune di Serramezzana si disputerà il G.P.M. Una salita lunga 7 km (pendenza media 6% max 10%). Lo sforzo sarà premiato da panorami mozzafiato. Si pedalerà, infatti, nel cuore del Parco Nazionale del Cilento con vista sul mare di Agnone, Acciaroli e Pollica (bandiera blu). Al Bivio, dopo il G.P.M., si svolgerà a sinistra per salire ancora in quota fino all'antenna di Perdifumo (lunghezza 2 km pendenza media 5% max 8%). La meritata discesa verso Mercato Cilento, San Martino porterà i ciclisti alla divisione del percorso (corto e lungo) e precisamente al bivio Contrada S. Maria di Torchiara. **ATTENZIONE: chi vorrà continuare per il percorso lungo dovrà transitarvi entro e non oltre le ore 11.45**, altrimenti sarà obbligato dall'Organizzazione a girare a sinistra per il corto. Pertanto, chi ne avrà l'occasione, girerà a destra - verso Rutino - e proseguendo in discesa raggiungerà Ponti Rossi. Alcuni chilometri di mangia e bevi sulla Pedemontana e si affronterà la salita di Stella Cilento (lunghezza 3,5 km pendenza media 8% max 15%) dove sarà posto l'altro G.P.M. di giornata. Fuori dall'abitato di Stella Cilento, la strada ricomincerà a salire. Al bivio per San Giovanni di Stella Cilento, svolta a sinistra e altra salita degna di nota (lunghezza 3,5 km pendenza media 4% max 10%). Si toccheranno le frazioni di Guarrazzano e San Giovanni e si girerà intorno alle pendici del monte Stella dove si potrà ammirare Capo Palinuro. Dopo una leggera discesa si ricomincerà a salire alla volta di Galdo per scollinare a San Mauro Cilento (lunghezza 5,5 km pendenza media 3% max 6%). A questo punto, occorrerà nuovamente raggiungere l'antenna di Perdifumo per fare ritorno a Torchiara. Tutti, dunque, in picchiata fino al bivio Contrada S. Maria di Torchiara e svolta a sinistra.

Per entrambi i percorsi, gli ultimi 4,5 km - fino al traguardo - non saranno certo una passeggiata, bisognerà infatti affrontare ancora due rampe (inferiori al chilometro), che lasceranno il segno. Di sicuro, però, chi taglierà il traguardo avrà vinto la sfida con se stesso e sarà accolto dai Torchiaresi da trionfatore.

[www.kiklosteam.com](http://www.kiklosteam.com)

