



U.S. PONTEDECIMO CICLISMO Associazione Dilettantistica  
 Fondata il 15 agosto 1907  
 Stella d'oro del CONI al merito sportivo  
 Sede sociale: Via GUIDO POLI 28 r – 16164 GENOVA PONTEDECIMO  
 C.F. e P.I. 02460060102  
 e-mail: segreteria@uspontedecimo.it  
 web: http://www.uspontedecimo.it

## 78° GIRO DELL'APPENNINO GRAN PREMIO ELAH DUFOUR 65° GRAN PREMIO CITTA di GENOVA – 24° TROFEO REGIONE LIGURIA TROFEO TIGULLIO E GOLFO PARADISO - TRE COLLI CUP

Chiavari - 9 Aprile 2017

### CRONOTABELLA - ITINERARY TIMETABLE

Altitudine Altitude	LOCALITA` - PLACE	KM parziali Partial KM	KM percorsi Covered KM	Km da percorrere KM to be covered	MEDIA ORARIA AVERAGE SPEED KM/H		
					39	41	43
<b>PROVINCIA di ALESSANDRIA</b>							
Ritrovo 201	RETAIL PARK Serravalle ↑	-	-	-	11:10	11:10	11:10
Km.0 197	Stab. ELAH-Dufour ↑ via Serravalle	2,5	-	199,0	11:15	11:15	11:15
197	Novi Ligure ← Viale dei Campionissimi	3,8	3,8	195,2	11:20	11:20	11:20
▼ 214	Pasturana ↑ via Roma	3,3	7,1	191,9	11:25	11:25	11:24
197	Francavilla Bisio ← SP160	3,1	10,2	188,8	11:30	11:29	11:29
214	Gavi Ligure → SP160	9,5	19,7	179,3	11:45	11:43	11:42
▼ 254	Carrosio ↑ SP160	4,6	24,3	174,7	11:52	11:50	11:48
338	Voltaggio ← SP163	5,1	29,4	169,6	12:00	11:58	11:56
▼ 573	Passo della Castagnola ↑ SP163	4,6	34,0	165,0	12:07	12:04	12:02
<b>AREA METROPOLITANA di GENOVA</b>							
357	Borgo Fornari → Corso Trento Trieste	5,7	39,7	159,3	12:16	12:13	12:10
369	Busalla ↑ via Martiri della Libertà	2,2	41,9	157,1	12:19	12:16	12:13
472	Passo dei Giovi ↑	2,3	44,2	154,8	12:23	12:19	12:16
118	Mignanego ↑ via Piave	6,5	50,7	148,3	12:33	12:29	12:25
▼ 79	Genova - Pontedecimo ↑ Piazza Pontedecimo	4,0	54,7	144,3	12:39	12:35	12:31
48	Genova - Morigallo ← via Lungotorrente Polcevera	3,6	58,3	140,7	12:44	12:40	12:36
▼ 134	Pedemonte ↑ via Fratelli Canepa	5,5	63,8	135,2	12:53	12:48	12:44
▼ 468	Crocetta d'Orero ↑ SP3	7,2	71,0	128,0	13:04	12:58	12:54
410	Casella → via Circonvallazione	3,0	74,0	125,0	13:08	13:03	12:58
▼ 458	Montoggio ↑ via Milite Ignoto (SS226)	6,9	80,9	118,1	13:19	13:13	13:07
Ⓡ 528	Fascia di Carlo ↑ SS226	5,0	85,9	113,1	13:27	13:20	13:14
Ⓡ 628	Laccio ← SP62	5,0	90,9	108,1	13:34	13:28	13:21
673	Passo della Scoffera ↑ vis Scoffera	1,3	92,2	106,8	13:36	13:29	13:23
610	Sottocolle ← SP77 - GALLERIA (mt. 180)	2,1	94,3	104,7	13:40	13:33	13:26
219	Ferriere → SP19	10,5	104,8	94,2	13:56	13:48	13:41
337	Lumarzo ↑ SP19	2,1	106,9	92,1	13:59	13:51	13:44



U.S. PONTEDECIMO CICLISMO Associazione Dilettantistica  
 Fondata il 15 agosto 1907  
 Stella d'oro del CONI al merito sportivo  
 Sede sociale: Via GUIDO POLI 28 r – 16164 GENOVA PONTEDECIMO  
 C.F. e P.I. 02460060102  
 e-mail: segreteria@uspontedecimo.it  
 web: <http://www.uspontedecimo.it>

	461	Pannesi	↑	SP19	3,7	110,6	88,4	14:05	13:56	13:49
▼	480	Colle Caprile	→	SP333	3,2	113,8	85,2	14:10	14:01	13:53
	350	Uscio	↑	SP333	1,5	115,3	83,7	14:12	14:03	13:55
	99	Avegno	↑	SP333	5,5	120,8	78,2	14:20	14:11	14:03
	20	Recco	←	SS1	4,6	125,4	73,6	14:27	14:18	14:09
▼	269	Ruta di Camogli	↑	SS1 - GALLERIA (mt. 75)	3,8	129,2	69,8	14:33	14:24	14:15
	158	San Lorenzo	→	via San Lorenzo	2,6	131,8	67,2	14:37	14:27	14:18
	3	S. Margherita Ligure	←	Viale A.Doria	4,1	135,9	63,1	14:44	14:33	14:24
	4	Rapallo	→	SS1	2,9	138,8	60,2	14:48	14:38	14:28
	80	Zoagli - loc. Castellaro	↑	GALLERIA (mt. 334)	3,9	142,7	56,3	14:54	14:43	14:34
	17	Zoagli	↑	SS1	1,3	144,0	55,0	14:56	14:45	14:35
	85	Zoagli	↑	SS1 - GALLERIA (mt. 30)	1,5	145,5	53,5	14:58	14:47	14:38
	86	Zoagli	↑	SS1 - GALLERIA (mt. 30)	0,1	145,6	53,4	14:59	14:48	14:38
	189	Le Grazie	↑	SS1 - GALLERIA (mt. 235)	2,5	148,1	50,9	15:02	14:51	14:41
	6	Chiavari	←	Corso Italia	2,6	150,7	48,3	15:06	14:55	14:45
	7	Lavagna	↑	SS1	3,0	153,7	45,3	15:11	14:59	14:49
	5	Cavi Lavagna	↑	GALLERIA (mt. 650)	3,6	157,3	41,7	15:17	15:05	14:54
	11	Sestri Levante	←	Piazza della Repubblica	2,1	159,4	39,6	15:20	15:08	14:57
	17	Sestri Levante	←	SP44	2,2	161,6	37,4	15:23	15:11	15:00
	30	Santa Vittoria	←	SP88	2,2	163,8	35,2	15:27	15:14	15:03
▼	401	Monte Domenico	↑	SP88	6,0	169,8	29,2	15:36	15:23	15:11
	149	Loc. Frisolino	←	SP26	2,8	172,6	26,4	15:40	15:27	15:15
	63	Loc.Conscenti	↑	SP26 - GALLERIA (mt.120)	4,9	177,5	21,5	15:48	15:34	15:22
	9	San Salvatore di Cogorno	→	Corso Giacomo Matteotti	4,4	181,9	17,1	15:54	15:41	15:28
	23	Carasco	←	via Selaschi	2,7	184,6	14,4	15:59	15:45	15:32
	224	S.Bartolomeo	→	via Miramare	2,2	186,8	12,2	16:02	15:48	15:35
▼	284	Leivi	↑	Via San Rufino	3,2	190,0	9,0	16:07	15:53	15:40
	6	Chiavari	←	via Groppo	8,0	198,0	1,0	16:19	16:04	15:51
<b>Arrivo</b>	<b>4</b>	<b>CHIAVARI</b>		<b>Corso Colombo</b>	<b>1,0</b>	<b>199,0</b>	<b>0,0</b>	<b>16:21</b>	<b>16:06</b>	<b>15:52</b>

▼ **GPM:** Passo della Castagnola (Km. 34) – Crocetta d'Orero (Km. 71,0) – Colle Caprile (km. 113,8) – Ruta di Camogli (km. 129,2) – Monte Domenico (km.169,8) – Leivi (Km. 190,0)

▼ **Trag. Volanti:** Pasturana (km. 7,1) – Carrosio (km. 24,3) – Genova Pontedecimo (km. 54,7) – Pedemonte (km.63,8) – Montoggio (km. 80,9) – Colle Caprile (Km. 113,8) - Ruta di Camogli (km. 129,2)

Ⓡ **Inizio Rifornamento:** Km. 85,9 (Loc. Fascia di Carlo - SS226)

Ⓡ **Fine Rifornamento:** Km. 90,9 (Laccio – innesto SP62 - SS226)