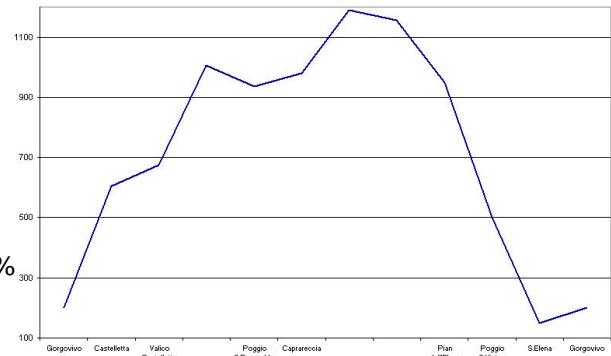


## Poggio San Romualdo - San Vicino (MTB)

Gorgovivo - Castelletta - Poggio San Romualdo - Monte San Vicino (prati alti) - Pian dell'Elmo - Poggio San Vicino - Angeli - S.Elena - Gorgovivo

Lunghezza (km): 40  
 Durata (ore:minuti): 3:30  
 Dislivello (m in salita): 1100  
 Difficoltà: media  
 Tipologia: anello  
 Partenza: Gorgovivo  
 Arrivo: Gorgovivo  
 Fondo stradale: asfalto 60% strada bianca 30% sentiero 10%



L'itinerario parte da Gorgovivo (località nei pressi di Serra San Quirico Stazione: area attrezzata, sede acquedotto).

Si arriva a Castelletta seguendo la strada, asfaltata, ma con pochissimo traffico, che sale per circa 6 km.

Arrivati al paese girare a destra e, alla fontanella, prendere il sentiero che sale (alla sinistra della fontana). Con uno strappo piuttosto impegnativo il sentiero giunge a una strada bianca.

Proseguire sulla sinistra. Dopo circa 7 km siamo a Poggio San Romualdo (950m s.l.m.).

Attraversiamo il paese prendendo la strada bianca che va verso Cerreto. Dopo qualche km, nei pressi di un rudere (caprareccia), seguire lungo la stradina alla sinistra.

Arrivati ad un tornante sulla sinistra, quando la traccia entra in un bosco, seguiamo invece la traccia a destra che sale su un prato ripido (bisogna scendere dalla bici). La traccia diventa più evidente e, in parte, segnalata da segnavia rosso.

Dopo essere entrati in un bosco il sentiero inizia a scendere e, arrivati su prati di pascolo; a questo punto:

A) attraversarli e seguire poi la traccia sulla destra che risale riportandoci alla strada asfaltata. Qui, visto la lunghezza dell'itinerario, conviene girare a sinistra (in discesa) per tornare velocemente al punto di arrivo. Oltrepassato Pian dell'Elmo seguire verso Poggio San Vicino.

oppure

B) tenere la sinistra fino ad entrare in un sentiero nel bosco che scende fino all'abitato di Pian dell'Elmo.

**ALTERNATIVA 1** (Veloce, ma tutto asfalto) Da Poggio San Vicino, sempre lungo asfalto, seguire verso Serra San Quirico.

Nei pressi di Angeli di Rosora, prima di passare sotto la superstrada, girare in un ponticello a sinistra; superata l'Abbazia di S. Elena e, più avanti, la frazione S. Elena proseguire dritto. Al termine della strada giriamo a destra, poi a sinistra e siamo a Gorgovivo.

**ALTERNATIVA 2** (più bella, con tratti di sentiero, ma un po' più impegnativa) Arrivati nel paese di Poggio San Vicino, dopo il ristorante, c'è una stradina asfaltata che sale a sinistra; questa arriva fino a sotto Domo e, da qui, continuare fino a S. Elia. Dal cimitero prendere la strada bianca che sale a sinistra, e salire fino a trovare la prima strada che scende sulla destra, dopo circa 100 metri la strada finisce ma continua un sentiero che arriva ad un'altra stradina di terra che subito dopo diventa ancora sentiero, seguire questo fino a una stradina di terra che porta ad una casa (con dei piccoli cani); prima della casa girare a sinistra una curva ampia sulla destra, fino ad immettersi in una strada di terra che scende fino ad incontrare la strada asfaltata, (da non prendere), ma girare subito a sinistra seguire questa, fino a un breve ma impegnativo sentiero (da fare senza paura è bellissimo) poi continuare la strada bianca fino a Gorgovivo.

**Note:** La mappa cartografica è riferita solamente al tratto Poggio San Romualdo - Monte San Vicino (prati alti). Le informazioni riportate sono riferite all'alternativa 1. La 2 è comunque molto somigliante.

