

AVVERTENZE IMPORTANTI AGGIORNATE AL 25.04.2021

- 1) Al Km 41 lasciare la traccia per visitare il Tempietto e le Fonti del Clitunno.
- 2) A Spoleto lasciare la traccia e procedere con le indicazioni stradali per visitare Il Duomo, La Rocca e il Ponte delle Torri.
- 3) Ex FerroVia Spoleto-Norcia: permanendo ufficialmente lo stato di chiusura della galleria Caprareccia, potresti trovare la galleria chiusa. In tal caso tornare indietro fino alla ex stazione di Caprareccia e procedere per la variante Tassinare seguendo le frecce gialle posizionate dagli organizzatori della Spoleto-Norcia in MTB.

Occorre dotarsi di luci in quanto le gallerie non sono illuminate.

4) Al km 82 circa, dopo il borgo di Ceselli, la strada si restringe a single track a causa di una frana. Il sentiero è molto esposto a dx, si consiglia di procedere a piedi per circa 10 metri.

5) Al Km 104 circa, Cascata delle Marmore, è consentito il passaggio gratuito bici alla mano nel belvedere inferiore delle Cascate, per il tempo strettamente necessario a bypassare la galleria di Collestatte Piano. Subito dopo le Cascate delle Marmore, al km 105 circa piccola deviazione sulla sinistra per visitare il Ponte del Toro straordinario manufatto di epoca romana (Via Ponte del Toro).

6) Al km 113 circa, attraversato il centro storico di Terni e il ponte sul Nera, da Lungonera Savoia lasciare la traccia e svoltare a SX su via Mentana, che attraversata Via Di Vittorio diventa Via San Valentino, per visitare la Basilica di San Valentino patrono di Terni e protettore degli innamorati.

7) Al Km 144 circa, località Lago di San Liberato, presenza di cancello automatico. Se chiuso citofonare a Podere Caledro, si aprirà!

8) Al Km 153 circa, ingresso area Archeologica di Ocriculum, il cancello pedonale è sempre aperto. Ingresso gratuito. Da vedere i ruderi delle Terme, le grandi Sostruzioni, il Teatro, l'Anfiteatro, un tratto dell'Antica Via Flaminia e la Chiesetta di San Vittore. Se trovate difficoltà ad orientarvi con la traccia tenete come riferimento la Chiesetta di San Vittore per scendere al Porto dell'Olio sull'argine del Tevere.

Traccia di orientamento all'interno del sito archeologico <https://it.wikiloc.com/percorsi-mountain-bike/dettaglio-area-archeologica-ocriculum-53324901>

9) Al km 157, attraversamento di un piccolo guado, generalmente asciutto nei mesi estivi. Se la vegetazione eccessiva ha chiuso il passaggio tornare indietro di circa 500 metri fino a raggiungere la SS 3 Flaminia e procedere a dx verso Roma, dopo circa 1 km ci si riconnetterà alla traccia.

10) Al km 191 circa, causa frana dell'alzaia nel comune di Filacciano, passaggio ristretto esposto sul Tevere, prestare molta attenzione, si consiglia procedere a piedi per circa 20 metri.

11) Al Km 213 circa, dopo Fiano Romano, raccomandiamo la visita al sito archeologico Lucus Feroniae, interessante area archeologica con annesso museo. Ingresso gratuito.

12) Al Km 249 circa, dopo ponte Sant'Angelo, utilizzare la scalinata a valle di Ponte Vittorio Emanuele II per risalire dalla ciclabile al piano stradale (c'è la canalina per facilitare la risalita delle bici).

Il percorso si sviluppa per 200 km su ciclabili in sede propria, strade bianche e strade sterrate e per 50 km su strade a viabilità ordinaria. Prestare particolare attenzione nel tratto Cascate delle Marmore-Terni e Fiano Romano-Labaro.

Da Assisi fino alla Cascata delle Marmore l'individuazione del percorso è facilitata dalla segnaletica verticale, seguire nell'ordine: Ciclovia Assisi-Spoleto/Vecchia Ferrovia Spoleto-Norcia (fino a Sant'Anatolia di Narco)/ Ciclovia del Fiume Nera (GreenWay del Nera). Dopodiché affidarsi alla traccia GPX.