

5 luglio 2014 :

VICARELLO-PIAN DEGLI ONTANI – LOCALITA' FORNACE (via Passo delle Radici)

L'idea è quella di arrivare alla mia casetta vicino a Pian degli Ontani seguendo non la "direttissima" via Cutigliano (100 Km- dislivello 900 mt), ma tentare il "giro largo" cioè da Castelnuovo Garfagnana, Passo delle Radici, Pievepelago, Abetone, Pian degli Ontani...

Sveglia alle 5:00 e - dopo una colazione con quasi due etti di pasta, tre biscotti e un caffè doppio- , parto da Vicarello alle 6:08.

Pisa, San Giuliano, Molina, Ripafratta, Lucca circonvallazione nord , Ponte a Moriano.

Qualche schizzo d'acqua (non mi preoccupo, anzi il cielo velato mi aiuta a tenere la giusta temperatura..).

Borgo a Mozzano, Galliciano, Castelnuovo Garfagnana. Sono già a 85 Km. In piazza a Castelnuovo un cartello poco incoraggiante segnala: PASSO DELLE RADICI 30... mi consolo ricordando che la salita è lunghissima ma con tratti in falsopiano che permettono di respirare. Imbocco i primi tornanti e dopo pochi km arrivo a Castiglione Garfagnana con la magnifica cinta muraria. Una foto alla torre e via.



La salita è dolce, il fondo stradale buono. Intorno a me solo castagni, faggi e il rumore della ruota che fruscia sull'asfalto.

Altra sosta davanti a un fontanile in località Cerageto: grande rinfresco di braccia e gambe... spuntino autogestito.

Sono circa a metà salita. I tratti in falsopiano ci sono ma sono proprio falsi: se smetti di pedalare ti fermi immediatamente...

Supero il Casone di Profecchia... un "mangia e bevi" che permette un po' di riposo alla gamba e poi gli ultimi due-tre km che sembrano non finire mai. Arrivo in vetta intorno a mezzogiorno. Altra colazione al rifugio con panino e birra, foto di rito, qualche minuto di sosta e giù verso Pievepelago.



Attacco l'Abetone intorno alle 12:30... mi aspettano 12 Km e questa volta senza falsipiani... nessun problema particolare escluso la sella che comincia a dare fastidio e mi costringe a frequenti tratti sui pedali. Fiumalbo, Dogana, Faidello con le sue rampe al 11-12%.

Arrivo alle piramidi dopo circa un'ora...

Un succo di frutta in piazza e giù verso la Lima. Appena dopo le Regine, in località Fontana Vaccaia, a destra verso Pian di Novello. Supero l'Orto Botanico con un "dente" di circa un km al 5-6% poi tutta discesa fino a Pian degli Ontani.

Passato il paese, bivio verso le Torri di Popiglio ed erta finale (che a questo punto della giornata è davvero indigesta): due km al 16% (il piccolo Mortirolo, come lo chiamo io, e che al Mortirolo vero deve invidiare solo la lunghezza...)

Arrivo a casa intorno alle 14:30. Sono stato in sella oltre 8 ore e ho coperto un dislivello di circa 2500 m.

Il computerino segna 159 Km e una media di 21.1.

Per oggi basta così. Alla prossima...

stefano