

LE NOSTRE SALITE

1

**BREVE RASSEGNA DELLA
SALITE E DEGLI STRAPPI CHE
CARATTERIZZANO LE STRADE
LIVORNESI E PISANE**

1

Queste brevi note sono il risultato dell'esperienza personale di chi scrive, della faticaccia fatta per "scalare" le salite che costellano le strade livornesi e pisane. I rilievi sono stati fatti con un cicocomputer di buon livello (Garmin Edge 500), consultando anche le altimetrie raccolte nel sito www.salite.ch, che per la verità non sempre riescono a fotografare con una certa esattezza le difficoltà da affrontare. Naturalmente le brevi schede vanno prese con il beneficio di inventario anche perché le salite sono più o meno dure a seconda dei "garretti" che spingono sui pedali. Quella che per qualcuno è una salita faticosa, per altri è uno strappo da fare in agilità o di "rapporto". Non siamo tutti uguali. Per fortuna. La finalità di queste schede è solo quella di illustrare le salite a coloro che non le hanno ancora percorse. Insomma: dare un'idea della fatica che si devono preparare a fare.

2 Buona lettura, ma soprattutto buone pedalate!

Monte Serra – E' la regina delle salite delle nostre zone, frequentata da ciclisti professionisti che vogliono preparare la gamba per le ben più dure salite dei grandi giri. Il Monte serra può essere affrontato da tre versanti. Da **Buti**, la salita è lunga circa 12,5 km. Usciti dal paese la pendenza si fa subito importante (circa 8-9% per circa 1,5 km) per poi spianare ma solo un po' (7-8%) fino ad arrivare al 7 km quando si respira un po' prima di un'altra impennata che dura fino a 9,5 km. Poi la strada spiana decisamente rendendo l'ascesa molto più semplice. La strada si impenna di nuovo dopo il bivio che porta ai ripetitori RAI. Niente di particolare ma a quel punto la fatica si fa sentire anche se le pendenze non sono micidiali. Da **Calci** la salita è lunga circa 12 km ed è un po' più dura che da Buti. Dopo poco più di un km la strada si impenna (8-10%) fino al 3,5 km (località Ponticelli), poi si ammorbidisce ma si impenna di nuovo (8%) per spianare per un paio di km fino ad impennarsi di nuovo (9%) prima del bivio per le antenne RAI. Il versante più duro è però quello che sale da **Pieve di Compito** che non a caso è quello più breve: "appena" 10,5 km. Appena si imbecca la stradina che ci porterà alle antenne RAI, le pendenze sono "tranquille" ... ma dura poco. Dopo 1,5 km la strada si impenna al 7-8% per arrivare al 9% ai 3,5 km e da quel momento non permette più di rifiatare mantenendosi con pendenze superiori al 9/10% almeno fino al 9 km quando la strada si rilassa un attimino. A questo punto il peggio è passato e si sale l'ultimo chilometro con la consapevolezza che è stata dura ma ce l'abbiamo fatta!

Nibbiaia – Salita classica, una vera e propria "palestra" per i cicloamatori della nostra zona. Nota anche come "**il Vaiolo**", si raggiunge dall'Aurelia, località **Chioma**, situata fra Castiglioncello e Quercianella. Il Vaiolo è lungo 5370 metri e ha un dislivello di 254 metri, pari ad una pendenza media del 4,7% con punte dell'11%. Quando si imbecca la SP 11 (strada provinciale del Vaiolo) la salita non è durissima per circa 2,5 km, circa il 5-7%, poi però la strada si fa molto più impegnativa per circa 500 metri: è qui che si raggiunge il picco dell'11%, segnalato, fra l'altro, da un cartello stradale. Dopo questo tratto duro la strada spiana per circa 800 metri per riprendere a salire ma in modo non troppo deciso (circa 6%) dopo località Aia della Vecchia e fino al centro del paese di Nibbiaia (256 metri sul livello del mare). A Nibbiaia ci si può arrivare anche dal **Gabbro**, affrontando una strada lunga 2,1 Km al 4,4% di pendenza media ma con un paio di "pettate" niente male, e da **Castelnuovo della Misericordia**, 2,3 km che salgono piuttosto dolcemente (a parte un paio di centinaia di metri al 9%) con una pendenza media del 4,9%.

Castellaccio – Un'altra palestra dei ciclo amatori livornesi. Al Castellaccio si può arrivare da Ardenza (chiesa dell'Apparizione) o dal Castel Sonnino (SS 1, Aurelia). Dalla **chiesa dell'Apparizione** (in realtà dal bivio per la variante Aurelia) la distanza da coprire è di 4970 mt, con un dislivello di 260 metri, una pendenza media del 5,2% e una massima del 17%. Fino al bivio per piazza delle Carrozze la strada sale moderatamente, permettendo di utilizzare il "padellone", poi invece la strada si impenna fino a raggiungere, presso la stazione dei carabinieri, la massima pendenza per poi spianare per qualche centinaio di metri e riprendere a salire ma in modo meno deciso almeno fino al bivio per Montenero (via Byron) dove la pendenza raggiunge il 9%. La strada continua a salire anche successivamente ma in modo regolare fino al paese del Castellaccio. Da

Castel Sonnino la distanza da percorrere è un po' inferiore, 3850 metri, con un dislivello di 205 metri, una pendenza media del 5,3% e massima del 9%. La salita non è particolarmente impegnativa, almeno per un cicloamatore discretamente allenato e raggiunge il suo picco (9%) nella parte finale, dopo la curva dedicata al grande pilota degli anni '30, Tazio Nuvolari. Si tratta però di un tratto breve anche se faticoso.

Valle Benedetta – Altro classico per i cicloamatori della zona, si "prende" dal **Limoncino**, località alla quale si arriva dalla periferia est della città di Livorno (quartieri Salviano e La Leccia). Lunga 4400 metri, con un dislivello di 256 metri e una pendenza media del 5,8% e massima del 10%, la Valle Benedetta ha il tratto più duro proprio all'inizio, 8% nel primo km. Poi il dislivello tende a diminuire e poi quasi a spianare per risalire all'8% nella parte immediatamente precedente al centro abitato. La Valle Benedetta si può raggiungere anche dalla **S.R. 206**, pisana-livornese (conosciuta anche come via Emilia). Da questo versante la salita è forse più impegnativa: subito uno "scalino" piuttosto duro (pendenza in doppia cifra), poi la strada spiana per ritornare impegnativa prima del bivio per il paese di Colognole (ancora doppia cifra), breve "rilassamento" poi di nuovo dura dopo il cimitero di Colognole (doppia cifra) in pratica fino alla "vetta". In totale 4,2 km con un dislivello di 270 mt e una pendenza media del 6,5% e massima del 12%.

Colognole dal Marmigliaio – Salita impegnativa specialmente nei primi 500 metri, il Marmigliaio. Si imbecca dalla strada regionale 206, pisana-livornese. Dopo alcune centinaia di metri in pianura la "stradina" si inerpica decisamente raggiungendo una punta del 18% fino a raggiungere l'imbocco della strada che a sinistra porta a Colognole e poi al bivio per il Gabbro dove abbiamo posto il nostro ideale GPM. La salita continua ad essere piuttosto impegnativa anche se non raggiunge più le percentuali assassine del Marmigliaio. Complessivamente, dall'imbocco del Marmigliaio al bivio per il Gabbro, la salita è lunga 2330 metri, con un dislivello complessivo di 187 mt e una pendenza media dell'8%.

Gabbro dalla Fornace e la Malavolta– Complessivamente questa salita è lunga circa 5,2 km che però consideriamo solo nei suoi tratti più impegnativi: il tratto dalla fornace al Gabbro e quello dal cimitero al ristorante la Piccionaia. Il primo tratto è costituito da una salita piuttosto corta ma abbastanza impegnativa. Si imbecca dalla strada regionale 206, pisano-livornese, dopo alcune centinaia di metri in falsopiano al 2% la salita vera inizia all'altezza della deviazione che porta alla fornace Donati. Da qui fino alla piazza centrale del paese è lunga 1640 metri, dislivello di 92 metri, pendenza media del 5,6% e massima dell'11% che si raggiunge dopo alcune centinaia di metri al 6%.

Superato questo tratto, duro ma breve, la strada si ammorbidisce un po' per ritornare abbastanza impegnativa dopo che si sono raggiunte le prime case del paese. Proseguendo in direzione Livorno si ricomincia a salire prima moderatamente e poi superato il cimitero in modo sempre più deciso fino a raggiungere di nuovo una pendenza a doppia cifra in vista del ristorante la Piccionaia. Dal cimitero al ristorante la salita è lunga 960 metri, con un dislivello di 60 metri e una pendenza media del 6,4%.

Popogna – E' la denominazione della strada che porta da Livorno al Gabbro, frazione del Comune di Rosignano Marittimo. Da Collinaia al GPM della Malavolta, la Popogna è lunga complessivamente circa 8 km. Per i primi 5,2 km la strada sale moderatamente. La salita vera e propria comincia in località Fonte all'amore. Da qui mancano 2740 metri al GPM, con un dislivello di 181 metri e una pendenza media del 6,6% che però in località la Palazzina raggiunge il 10%.

Montenero – La panoramica che porta al santuario di Montenero, che si imbecca dall'Aurelia (SS1) poco prima (venendo da Livorno) della frazione di Antignano, è una salita assolutamente non impegnativa lunga circa 4 km con una pendenza media del 3,6%. Un ciclamatore allenato la percorre di "rapporto" trovando qualche difficoltà solo nel tratto immediatamente precedente al parcheggio situato a poche centinaia di metri dalla piazza del santuario.

La Giunca – E' una delle strade che portano dalla S. R. 206, pisana-livornese, a Rosignano Marittimo. La si riconosce perché la strada è costeggiata da una fila di alberi che la rendono molto piacevole anche a vedersi. Lunga 2700 metri, con 116 metri di dislivello e una pendenza media del 4,4% e massima dell'8%, la salita non è dura e sale in modo assai pedalabile verso Rosignano Marittimo, località La Maestà.

Serragrande – La si imbecca dalla strada che porta da Rosignano Solvay a Castiglioncello (via Lungomonte), una strada parallela alla vecchia Aurelia. Andando in direzione Castiglioncello la si trova sulla sinistra: è molto ben segnalata perché è la strada che porta allo svincolo di Rosignano Solvay della variante Aurelia. Fino allo svincolo la strada sale in modo moderato, massimo 6%, poi si trova un primo "scalino" (13%) di un centinaio di metri seguito da un tratto meno duro e da un nuovo "scalino" (10%). Proseguendo la strada diventa via via meno impegnativa (3-5%) prima di giungere in località La Maestà (170 metri s.l.m., panorama stupendo) sulla strada che congiunge Rosignano Marittimo (destra) a Castelnuovo (sinistra). La salita è lunga 3080 metri, con dislivello di 139 mt, una pendenza media del 4,5% e massima di 13%. La si può imbeccare anche da via Agazzi (rotatoria via Cava): in questo caso è un po' più corta anche se non si evita la parte più impegnativa.

Castelnuovo della Misericordia dal Chiappino – Si imbecca dalla SR 206, pisano-livornese, ed è lunga complessivamente 2500 metri, con un dislivello di 111 metri e una pendenza media del 4,4% e massima dell'11%. Appena svoltato per Castelnuovo la strada sale piuttosto rudemente ma non per molto perché poi spiana per diventare "cattiva" prima di una serie di curve; qui si raggiunge una pendenza a doppia cifra che non molla fino a che si giunge in vista del cimitero dove spiana decisamente per risalire però di nuovo ma solo per poche centinaia di metri in vista dell'ingresso del paese.

Gli struzzi. Così viene comunemente chiamata questa poco conosciuta stradina di campagna che porta dalla S.R. 206, pisana-livornese, alla via traversa livornese che unisce Rosignano Marittimo a Castelnuovo della Misericordia. Provenendo da nord la si trova sulla destra circa 500 mt dopo la deviazione a sinistra per S. Luce. Quando la si imbecca conviene avere già il 39 o il 34 per evitare di piantarsi (e magari rischiare di cadere). La strada, infatti, è subito impegnativa (pendenza in doppia cifra). Per fortuna il tratto non dura molto, spiana e non manca un breve tratto in discesa. Non illudetevi però perché la strada sale di nuovo, prima al 7-9% e poi, in vista della via traversa livornese, anche al 12-13%. In totale: 2,5 km, dislivello di 125 mt, pendenza media del 4,9%, pendenza massima del 13%.

5

Guardistallo da Poggio Gagliardo – Si tratta di una salita non particolarmente impegnativa che alterna tratti anche abbastanza duri a tratti in cui si può agevolmente recuperare. Ci si arriva dalla rotonda che si trova di fronte all'ospedale di Cecina. La salita è lunga 6670 metri, ha un dislivello di 239 metri, una pendenza media del 3,5% e una massima del 12% che si raggiunge proprio nell'ultimo strappo in vista del paese. Si parte salendo leggermente (2-3%) per poi arrivare al 4-5% ma con strappi anche del 9-10% fino ad arrivare, come si è detto, ad un breve strappo duro del 12% proprio prima del rettilineo che porta a Guardistallo (270 metri s.l.m.).

Guardistallo da Casino di Terra – Da questo versante si arriva nella ridente località della Val di Cecina con una salita più breve, 3,2 km, ma più ripida, dislivello 220 mt e pendenza media 6,7%. Dopo 750 mt tranquilli la strada si inerpica in modo deciso fino a raggiungere una pendenza massima del 13% ma tenendosi spesso in doppia cifra.

Montescudaio. Il paese si raggiunge da Loc. Case Giusti; in pratica si imbecca la SP 29 dalla rotonda antistante l'Ospedale di Cecina e raggiunta una grande rotonda si seguono le indicazioni (a destra) per Montescudaio: la salita inizia poche centinaia di metri dopo. Piuttosto impegnativo solo il primo tratto poi la strada si addolcisce e prosegue in modo pedalabile fino al paese. La salita è lunga 4,7 km, con un dislivello di 181 mt e una pendenza media del 3,8% e massima del 10% nel primo tratto.

La Madonnina dei monti – Salita facile che porta a Casciana Terme dalla strada regionale 206, pisana-livornese (la deviazione la si trova in località Torretta Vecchia). Lunga 2810 metri, con un dislivello modesto di 113, pari al 4% di pendenza, la Madonnina rappresenta una ascesa regolare non difficile che se ben allenati può essere affrontata anche con rapporti relativamente duri. Per chi ha l'ambizione di allenarsi è un'ottima palestra per gli esercizi in salita.

Castellina – A Castellina (363 metri sul livello del mare) ci si può arrivare, in salita, in due modi: da Pomaia e da Le Badie. Da **Pomaia**, partendo da dove la strada comincia ad arrampicarsi con più decisione, la salita è lunga 3720 metri, con un dislivello di 187 metri e una pendenza media del 5% e massima dell'8%. Si tratta di una salita non dura perché la strada avanza in modo piuttosto regolare senza strappi particolari. Più impegnativo invece arrivare da **Le Badie**, località che si trova sulla strada regionale 206, pisana-livornese. Dal primo strappo duro, la salita è lunga 6220 metri con un

5

dislivello di 331 metri e una pendenza media del 5,3% e una massima dell'11%. Il tratto più pesante è quello che si trova all'ingresso del paese.

Garetto – Un'altra salita piuttosto impegnativa anche se non paragonabile al Monte Serra è quella del Garetto. La si incontra provenendo da La Sterza e dirigendosi verso Miemo: è la seconda deviazione a destra. La salita è lunga circa 4 km. Dopo un inizio facile – si sale blandamente per 1 km – si affronta un primo breve strappo (200 mt all'8%) seguito da un falsopiano al 3% di circa 800 mt. Qui comincia la salita vera. Dura. Si tratta di 2 km con punte al 15% e una media dell'8-9%. Quando si arriva all'innesto con la strada che unisce Chianni a Castellina, se si decide di proseguire verso Castellina, la salita prosegue verso il Montevaso sempre con pendenze importanti.

Rivalto – Questo è uno “strappo” corto ma molto duro. Ci si arriva da Chianni o da Casciana Terme. Dei due versanti prendiamo in considerazione quello che proviene da Casciana: 1,2 km, pendenza media 10,3% pendenza massima 15%. Quando si entra nella strada che ci porterà a Rivalto la strada si “imbizzarrisce” immediatamente (13%) per poi “spianare” leggermente, sempre rimanendo su livelli notevoli (8-10%) fino alla deviazione verso il centro del paese. Qui abbiamo posto il nostro ideale GPM ma i più temerari (e allenati) possono provare a fare la dissestata stradina che porta ancora più su. Per coloro che pensano che possa bastare c'è invece la possibilità di proseguire per una sorta di “tangenziale” esterna alle ultime case del paese che continua a salire ma in modo sempre minore fino a ritrovare la strada del paese e dirigersi in direzione di Chianni.

Forcoli – E' una salita che, almeno fra i livornesi, non è molto conosciuta. Ci si arriva da Pontedera, da Capannoli o da Peccioli (SP 11). La strada, via nuova che poi diventa vie delle querce nuove in direzione della frazione di Colleoli, si impenna subito dimostrandosi uno strappo breve ma duro (pendenza media 8%, massima 17%). La strada poi spiana prima di immettersi nella strada che porta a Palaia, in località Colleoli. Lo strappo duro è lungo 1270 metri con un dislivello di 102 metri.

Sassa – Permette di arrivare all'incantevole borgo della Sassa (365 metri s.l.m.). Siamo in provincia di Pisa, nella val di Cecina La salita si imbecca dalla SP 18 che porta da Casino di terra a Canneto. La deviazione si trova in località La Gabella. La salita è lunga 5340 metri, ha un dislivello di 301 metri con una pendenza media del 5,6% e massima del 12%. La strada, che naturalmente è molto poco transitata, sale quasi subito in modo piuttosto deciso (6-7%) ma poi lascia anche respirare con tratti meno impegnativi prima di arrivare allo strappo più duro che si incontra a circa 1 km dal paese. Una salita abbordabile da chi ha un buon grado di allenamento e comunque la fatica è ampiamente ricompensata al momento in cui si arriva in questo borgo medioevale, conservato benissimo e, specialmente d'estate, ancora molto vivo.

Riparbella – Si imbecca dalla S.R. 68, “volterrana”, è lunga 2990 metri (abbiamo posto il nostro ideale GPM alla fonte che si trova a sinistra poco fuori del paese sulla strada che porta a Castellina Marittima), con un dislivello di 178 metri, una pendenza media del 6% e massima del 10%. E' detta anche del “Bastione”. La parte più impegnativa, comunque niente di eccezionale per chi è mediamente allenato, la si trova durante una serie di curve a gomito situate nella parte iniziale della salita che poi diventa meno dura per ritornare maggiormente impegnativa quando si entra in paese.

Usigliano. Siamo fra Lari, Crespina e Casciana Terme. Provenendo da Crespina ci si dirige verso Lari e si svolta alla prima deviazione a destra su una stradina perfettamente asfaltata che costeggia alberi da frutta: posto magnifico. La salita è poco più di uno strappo che prima sale dolcemente poi diventa (relativamente) più impegnativa prima di giungere in paese. Attenzione: quando si arriva in paese si trova una “ringhiera” a destra: si deve svoltare in modo secco, appunto, a destra, e dopo circa 100 metri a sinistra per raggiungere il “culmine” della salita e dopo alcune centinaia di metri la strada che collega Lari a Casciana Alta. La salita è lunga 2,6 km, con un dislivello di 104 mt e una pendenza media del 4%.

7

Collemontanino – Piccola frazione nelle vicinanze di Casciana Terme, Collemontanino (290 s.l.m.) si raggiunge dal cimitero di S. Ermo (culmine della salita della Madonnina dei monti) o da Casciana. Noi prendiamo in considerazione questa seconda possibilità. Da Casciana si deve imboccare la strada per Chianni e dopo circa 500 metri di salita al 7-8% si trova il bivio per la SP 63 che ci porterà a Collemontanino. Da qui facciamo iniziare la salita che è lunga 2150 metri (il nostro GPM lo abbiamo posto alla fonte che si trova sulla sinistra poco dopo aver superato il “centro” del paese), con un dislivello di 151 metri e una pendenza media del 7% e massima del 13%. Imboccata la SP 63, la strada è subito molto dura (13%), spianando leggermente dopo alcune centinaia di metri e ritornando dura (8%) appena entrati in paese. Una curva a gomito ci introduce agli ultimi metri decisamente meno aspri. Proseguendo verso il cimitero di S. Ermo, ci si trova in una specie di crinale che permette la visuale di un panorama magnifico sia a destra che a sinistra. Bellissimo.

Terriciola – Il paese del vino (180 metri s.l.m.), come ama definirsi questa ridente località del pisano, si può raggiungere sia da Chianni-Casciana (SP 42), sia da Selvatelle, sia da La Rosa. La strada più dura è quella che parte da **La Rosa**, un aggregato di case ma soprattutto di attività commerciali che grazie alle pubblicità televisive l’ha reso noto in tutta la Toscana. La Rosa si trova sulla strada che da Ponsacco e Capannoli porta a La Sterza e poi a Volterra. La salita è lunga 1730 metri, con un dislivello di 95 metri e una pendenza media del 5,5% e massima del 10% che si trova nella parte finale. La salita per chi proviene dalla **SP 42** (Chianni o Casciana ma anche Ponsacco) è lunga 2230 metri, con un dislivello di 102 metri e una pendenza media del 4,6% e massima dell’8% che si trova subito dopo il bivio per la strada sottomonte che porta a Soianella e poi al bivio per S. Pietro Belvedere o Ponsacco. La strada è aspra all’inizio ma poi si alleggerisce parecchio (5%) prima di un nuovo strappo duro all’8%. Poi spiana per risalire quando ci si dirige verso il centro del paese. La terza possibilità, quella dal paese di **Selvatelle**, anch’esso posto sulla strada che da Ponsacco e Capannoli porta a La Sterza e Volterra, è decisamente quella meno dura: 4400 metri di lunghezza, 128 metri di dislivello, 2,9% di pendenza media con una punta in doppia cifra (12%) subito all’inizio della salita che per lunghi tratti sale in modo quasi impercettibile (1-2%). Uno strappo al 6% e ci si trova in vista del paese.

7

Chianni dalla Fornace – Chianni, 300 metri s.l.m., è un paese situato in una zona collinare molto bella. Si può raggiungere da Castellina, passando per il Monte Vaso, da Casciana Terme, da Terriciola oppure da La Sterza. Per arrivare a Chianni da La Sterza si deve affrontare la breve ma dura salita che partendo dalla frazione de La Croce del Magno passa dalla vecchia fornace, oggi in

disuso. La salita è lunga 2870 metri, ha un dislivello di 188 metri e un pendenza media del 6,5% e massima del 13%. Dopo un km tranquillo, la strada di impenna fino al 12% mantenendosi poi attorno all'8-9% fino alle prime case del paese; qui i più allenati possono provare una sorta di direttissima, deviazione destra che “dovrebbe” arrivare per un centinaio di metri fino al 20% di pendenza. Gli altri seguono la strada principale, sempre dura ma decisamente più abbordabile.

Chianni da Casciana Terme. Salita facile, la si imbocca dal cimitero di Casciana Terme. Dopo un breve tratto piuttosto vallonato comincia la salita vera e propria, lunga circa 3,7 km con un dislivello di 135 mt e una pendenza media del 3,7%. Con un po' di allenamento la si può fare tranquillamente di “rapporto”, trovando il tratto più duro (7-8%) poco prima del paese.

Chiapino. E' la salita che porta da Molina di Quosa al ristorante “Quattro venti”, dove la strada asfaltata finisce. Salita lunga 6,6 km non particolarmente impegnativa. Dopo un tratto di circa 1,5 km che raggiunge anche la doppia cifra di pendenza la strada spiana per ritornare “cattiva” ma non per molto e fino al termine sale in maniera pedalabile. Nel complesso una pendenza media del 5,5% con una punta massima del 12%.

Monte Quiesa. Si tratta di una salita piuttosto breve (2,4 km) non particolarmente impegnativa (63 metri di dislivello col 6,3% di pendenza media). Si imbocca dal paese di Quiesa (siamo in Versilia poco dopo Massarosa) dirigendosi in direzione Lucca. La strada sale in modo piacevole con alcuni tornanti che raggiungono una pendenza massima dell'8/9%.

Per finire qualche notizia su alcuni “strappi” veramente “ignoranti”. Quelle salitine brevi ma dure che tutte le volte che le fai ti mettono in ansia perché sai che comunque sia farai una faticaccia. Cominciamo dalla mitica **Berte** situata sulla strada che porta da Vicarello-Guasticce a Nugola. Breve, appena 270 metri, ma tosta col suo 12% di pendenza massima e il 7% di pendenza media. Veramente “ignorante” anche il **Leccio** che si incontra percorrendo la strada che da Crespina porta a Lari, subito dopo la deviazione sulla sinistra verso Usigliano: 540 metri di lunghezza, 8,7% di pendenza media con un massimo del 13%. Meno conosciuto lo strappo di **Ripoli**. Lo si imbocca dalla strada che da Casciana Terme porta a Ponsacco, all'altezza della frazione della Capannina: 640 metri di lunghezza, 45 di dislivello, pendenza media del 7% ma qui si va in doppia cifra nella parte più dura. Sulla stessa strada, proseguendo in direzione di Ponsacco, si trova, sempre sulla sinistra, la strada per il paesino di **S. Ruffino**; strappo breve, 1,5 km con 78 mt di dislivello e una pendenza media del 5,1, raggiunge però la doppia cifra di dislivello poco prima del paese. La strada prosegue in pedalabile salita verso Lari e Casciana Alta. Ben più tremenda è l'**Acquabona** una delle tante deviazioni che portano dalla SR 206, pisana-livornese, a Rosignano Marittimo: 1800 metri di lunghezza, 109 metri di dislivello che non mollano e raggiungono spesso un dislivello in doppia cifra. Ancor più micidiale è il **Sammurro** che si imbocca a sinistra subito dopo (o prima a destra se si viene dalla Madonnina) Casciana Terme e porta sulla strada che collega il cimitero di S. Ermo a Collemontanino: 900 metri di lunghezza, dislivello di 80 metri, pendenza media dell'8,9% e massima del 18% che si incontra subito dopo averlo imboccato. Impegnativo anche lo strappo che conduce a Soianella prima e a **Soiana** dopo (siamo nelle vicinanze di Terricciola). Si tratta di 1,3 km divisi in tre tronconi: duro ma pedalabile il primo, in falsopiano in discesa il secondo, duro il terzo (15% di pendenza massima).

Da segnalare anche il poco conosciuto strappo di **Colle Alberti** provenendo da La Botteghina (siamo nella zona fra Crespina, Fauglia e Lorenzana): dopo una salita abbastanza tranquilla si affronta un vero e proprio “muro” di una cinquantina di metri. Un altro “strappetto” poco conosciuto è quello di **via Cavour a Collesalveti**, lo si imbecca da via Roma è lungo appena 225 metri ma ha una pendenza media dell'11,5%: se non si mette un rapporto adeguato si rischia di piantarsi ... e di doversi fermare per tornare indietro. Sempre fra gli strappi poco conosciuti segnaliamo anche quello che porta alla frazione di **Luciana** da Acciaiole: in pratica, andando in direzione Livorno, immediatamente dopo il passaggio a livello di Acciaiole si gira a sinistra e si percorrono un paio di km fino a giungere ad una deviazione a destra. Lo strappo è lungo 720 metri con un dislivello di 70 metri e una pendenza media del 9,7% però senza impennate particolari. Finita la salita se si svolta a destra si trova Luciana e poi di nuovo la strada che ci porta da Acciaiole a Torretta Vecchia, cioè alla “pisano-livornese”, se si svolta a sinistra si arriva con un “mangia e bevi” niente male sempre alla “pisano-livornese” poco distante dalla frazione del Crocino. Chi si vuole divertire a fare una salita poco conosciuta può fare quella di **Montelopio**, minuscolo paesino della Valdera, siamo nel comune di Peccioli: meno di 2 km di lunghezza, 120 metri di dislivello con una pendenza media del 6,2% con una punta del 12% nella seconda parte, quella caratterizzata da un paio di secchi tornantini. Infine segnaliamo la poco conosciuta “pettata” che porta a **Boschi**, frazione del Comune di Lari: il primo strappo è lungo appena 480 metri con un dislivello di 36 metri e una pendenza media del 7,4%: se non si usa un rapporto adeguato o si è “bravi bravi” o ci si pianta! Attenzione perché proseguendo si supera il paese e dirigendosi verso Lari si trova un secondo strappo, ancora più breve, ma egualmente impegnativo.

Naturalmente tralasciamo la salita di Montenero da Piazza delle Carrozze e quella che dalla strada del Castellaccio porta a via Byron, sempre a Montenero (fra gli appassionati viene chiamata la “via dei cento bottinelli”). Le tralasciamo per il semplice motivo che ... non le abbiamo mai fatte. Fatevele descrivere da qualcun altro ...