

Itinerario n. 055 - Il monte Guadagnolo da San Gregorio

Scheda informativa



Punto di partenza: San Gregorio di Sassola
 Distanza da Roma : 40 km
 Lunghezza: 24 km
 Ascesa totale: 910 m
 Quota massima: 1210 mslm
 Tempo in sella: 2h 20m
 Sterrato: 70 %
 Cartografia: Percorsi in MTB Monti Prenestini 1:20.000
 ed. Polisportiva Castelverde - CTR 1:10.000 fogli 37507-37508
 Prima effettuazione: marzo 2006

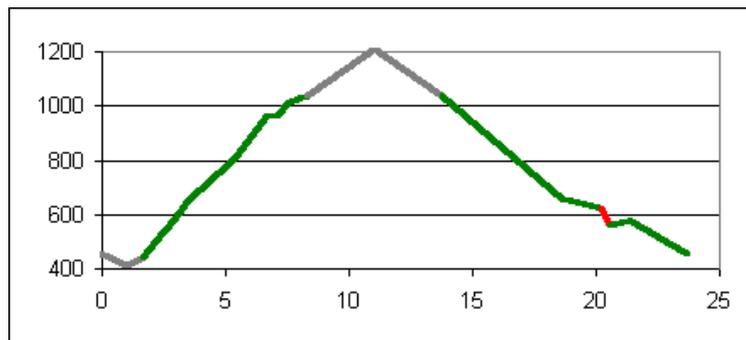
Generalità

Itinerario molto panoramico nei monti Prenestini che da San Gregorio porta sul monte Guadagnolo ed al vicino santuario della Mentorella. Il percorso si svolge per buona parte su una ripida cementata in parte asfaltata, molto impegnativa per chi non è allenato. L'itinerario prende spunto dall'ottima descrizione e cartografia del gruppo MTB "sali e scendi" della Polisportiva Castelverde. Una **variante** di cresta permette di collegarsi all'itinerario 048

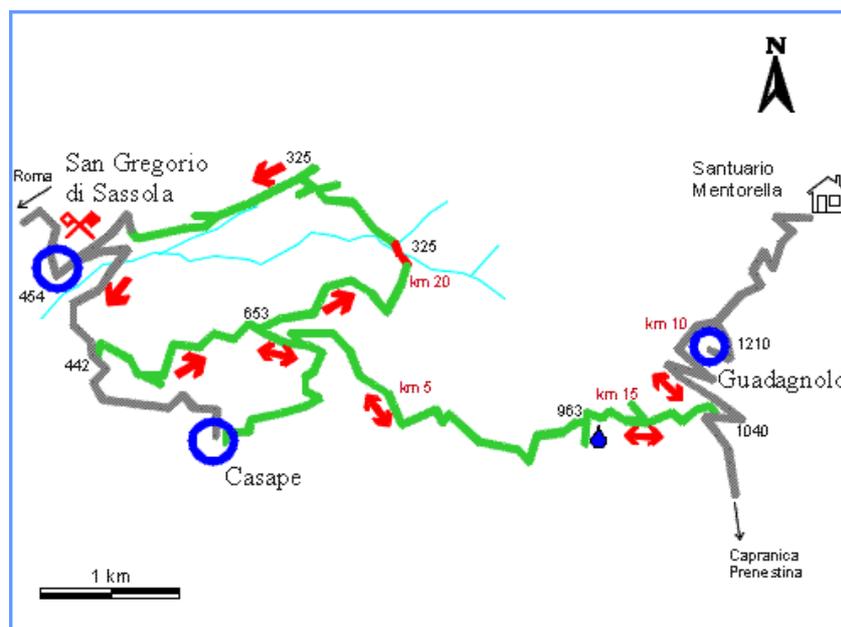
Come arrivare

Per arrivare a San Gregorio si percorre l'autostrada A24 fino a Tivoli. All'uscita del casello si gira a sinistra e si seguono le indicazioni per Poli - San Gregorio. Si posteggia nella piazza di fronte al castello

Altimetria



Mappa



Descrizione percorso

**Km 0,0** 453 mslm

Davanti al castello si gira a sinistra sulla provinciale seguendo le indicazioni per Casape. Dopo un primo tratto in leggera discesa si ritorna in quota

**Km 1,6** 442 mslm

Si lascia la provinciale e si gira a sinistra su via dell'alberata imboccando dopo pochi metri la cementata a destra in salita. Si ha subito il primo assaggio di quello che ci aspetta: più di 6 km con pendenza media al 10% e rampe al 23% ! In compenso l'ambiente circostante in mezzo agli olivi e l'ampio panorama ci distolgono dalla fatica

**Km 2,4** 535 mslm

Si continua dritto sullo sterrata in salita trascurando due deviazioni a sinistra al km 2,9 e 3,3

**Km 3,4** 651 mslm

Al bivio a y proseguiamo sulla sterrata di destra. Al ritorno imboccheremo quella di sinistra

**Km 3,8** 684 mslm

Si incontra la cementata che proviene da Casape. Si gira a sinistra in salita. Dopo 200 m il fondo diventa asfaltato proseguendo per circa 1,4 km per poi ritornare cementato

**Km 7,0** 963 mslm

Dopo aver rifiatato su 300 m di falsopiano la cementata riprende a salire nei pressi di un casolare e di un grosso fontanile sulla destra

**Km 7,6** 1011 mslm

All'incrocio si prosegue dritti puntando verso la rupe su cui è arroccato Guadagnolo (deturpato dalla miriade di ripetitori)

**Km 8,3** 1040 mslm

Dopo una brevissima discesa si imbecca la strada provinciale a sinistra in salita. Si supera il bivio a sinistra per il Santuario della Mentorella e si prosegue fino al centro del paese

**Km 11,0** 1211 mslm

Arrivati in paese, se la giornata lo permette, conviene godersi il panorama a 360° dalla statua del Redentore. Dopo la sosta (c'è anche un bar ristorante) si può decidere se fare una visita al Santuario Mariano, allungando l'itinerario di un paio di km e 150 m di dislivello, o tornare direttamente da dove siamo venuti

Km 13,7 1040 mslm

Ripresa la provinciale in discesa fare attenzione a deviare sulla cementata a destra percorsa all'andata



Km 18,2 689 mslm

Ricordarsi di girare a destra sulla sterrata percorsa all'andata



Km 18,6 658 mslm

Si lascia la strada percorsa all'andata e si gira a destra. Si prosegue fra terrazzamenti di olivi per circa 1,5 km



Km 20,2 624 mslm

La sterrata termina improvvisamente su una piazzola in erba. Si prende a sinistra in discesa su sentiero - difficile rimanere in sella! Dopo pochi m si tiene la traccia di destra facendosi guidare dai numerosi segni gialli su pietre ed alberi. Si scende verso il fosso sulla destra



Km 20,5 563 mslm

Passato il fosso si gira a sinistra su sterrato pedalabile. Si supera una breve rampa cementata in salita



Km 21,3 581 mslm

In corrispondenza di una quercia si gira sulla cementata di sinistra in discesa. Subito dopo ad un bivio si tiene la destra



Km 21,6 557 mslm

In una valletta si incrocia un'altra sterrata e si gira a sinistra



Km 22,3 519 mslm

Si prosegue in discesa sulla sinistra arrivando in poco più di 1 km a San Gregorio e al punto di partenza

Variante

per non tornare dalla stessa strada esiste la possibilità di un collegamento in quota con l'itinerario 048. **NB Il percorso proposto non è interamente ciclabile e richiede**

capacità tecniche e di orientamento.
vai alla variante