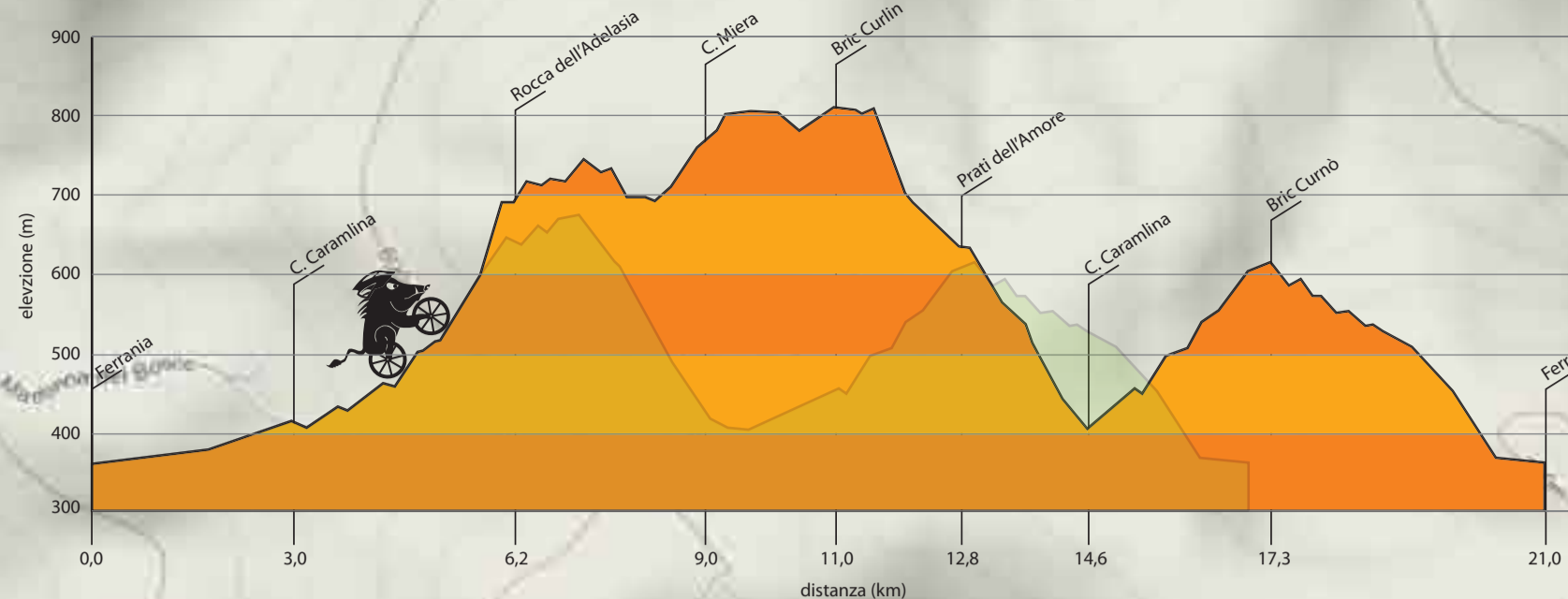
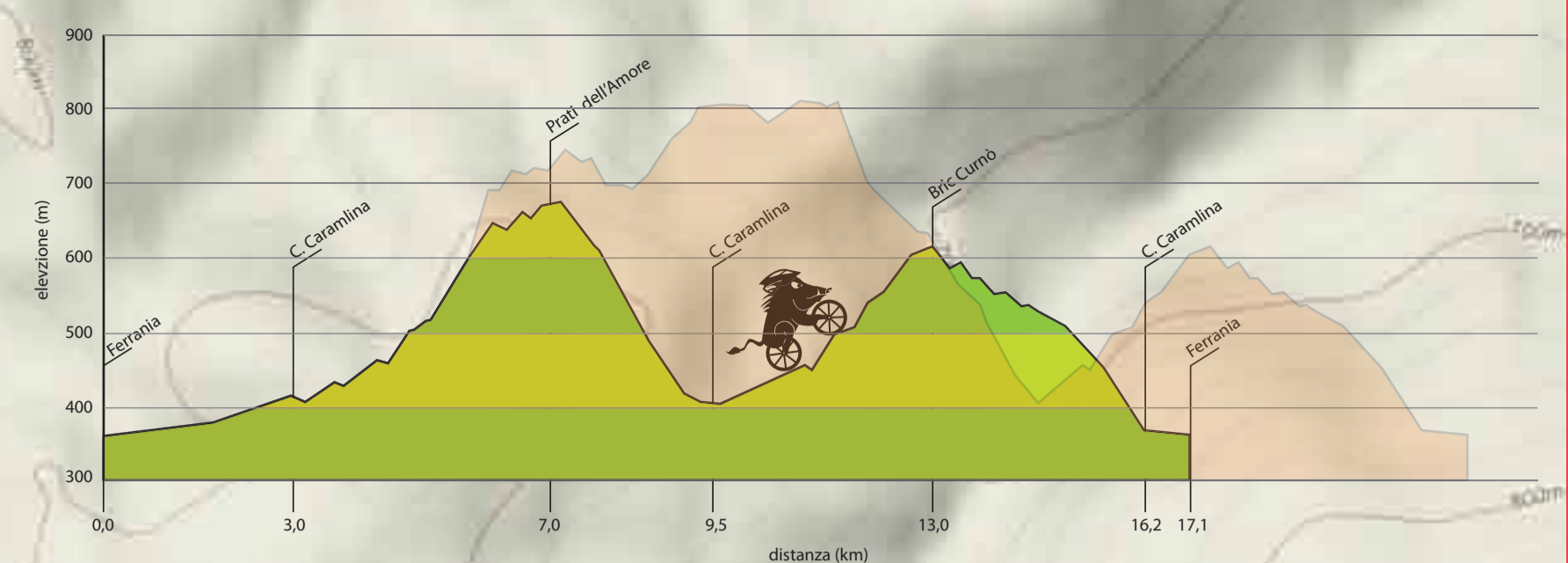


ALTIMETRIA - Percorso 'lungo'



ALTIMETRIA - Percorso 'corto'



1km  
scala 1:10000 - 1cm = 100m



**LEGENDA**

- spartiacque Rio Ferr.
- partenza PS
- arrivo PS
- percorso CT corto
- percorso CT lungo
- varianti DH tecniche
- strade asfaltate
- cascina
- sorgente
- cima
- punto panoramico
- Alta Via
- Bormida Natura
- percorsi adelasia



**raduno cicloescursionistico CINGHIALTRACKS 2009**  
carta dei sentieri



**COME RAGGIUNGERE FERRANIA**

**In auto:** autostrada A6 Torino-Savona, uscita casello di Altare (5km), 1h Genova, 1:30h Torino, 2h Milano

**In treno:** linea Torino-Savona, Alessandria-Savona, fermata stazione di Ferrania.

Il CINGHIALTRACKS 2009 sarà un percorso "interattivo" dove il biker potrà scegliere, in base al proprio allenamento ed alle proprie capacità la traccia che più gli si addice. La prima scelta sarà fra il "lungo" 25 km per circa 900m di dislivello e il "corto" 17 km per circa 500m di dislivello. Sarà poi possibile all'interno dei due anelli scegliere delle varianti di discesa più o meno difficili. Entrambe i percorsi partono dalla Borgata di Ferrania, e risalendo la valle del Rio Ferranetta, si addentrano nel cuore della Riserva Naturistica dell'Adelasia attraversando le tenute di antichi cascinali rurali, un tempo culla della vita contadina ed ora risucchiati dalla foresta selvaggia. Dopo la prima salita, in prossimità della Rocca dell'Adelasia i traccisti si dividono: il "corto" svolta a sinistra per raggiungere i Prati dell'Amore ed iniziare la discesa verso la Cascina Caramolina. Il "lungo" continua a salire verso le faggete del Montenotte, raggiungendo la leggendaria Rocca dell'Adelasia ed il Rifugio Escursionistico della Cascina Miera. Una volta arrivati in quella sottile cornice nord orientale della riserva dei Adelasia, il Cian Bombarda, storico campo di battaglia della prima vittoria di Napoleone nella sua prima campagna d'Italia. Raggiunta la Cascina della Ciappa si inizia a scendere per ricongiungersi in prossimità dei Prati dell'Amore, al percorso "corto" scendere nel fondovalle e risalire presso i campi della Cascina Cisa e le panoramiche Rocche del Manuà verso i confini nord occidentali della Riserva dell'Adelasia. Si raggiunge così la cima del Bric Curlo, e da qui si inizia la lunga discesa che porta nuovamente sul fondovalle del Rio Ferranetta e quindi all'arrivo del CinghialTracks.