

Settimane ciclistiche a Nalles



30/03/ – 11/05/2019

Lunedì 22/04/

Giro semplice: **Giro Valle dell'Adige ***
Lunghezza complessiva: ca. 28 km
Durata del percorso: ca. 2:15 ore
Dislivello: 380 m

Mountain bike: **Giro Gfrillner Badl *****
Lunghezza complessiva: ca. 27 km
Durata del percorso: ca. 5:30 ore
Dislivello: 1.150 m

Martedì 23/04/

Giro con degustazione: **Giro Asparagi a Nalles ***
Lunghezza complessiva: ca. 16 km
Durata del percorso: ca. 3:00 ore
Dislivello: 260 m

Mountain bike: **Giro malga Naturnser Alm *****
Lunghezza complessiva: ca. 36 km
Durata del percorso: ca. 4:00 ore
Dislivello: ↑ 450 m ↓ 1.650 m

Corso di tecnica (Punto d'incontro: ore 17 nella zona sportiva di Nalles)

Mercoledì 24/04/

Giro semplice: **Giro Castel Hocheppan ***
Lunghezza complessiva: ca. 29 km
Durata del percorso: ca. 3:00 ore
Dislivello: 350 m

Bicicletta da corsa: **Giro Castel Trauttmansdorff ***
Lunghezza complessiva: ca. 36 km
Durata del percorso: ca. 3:00 ore
Dislivello: 260 m

Giovedì 25/04/

Giro semplice: **Giro Bolzano ***
Lunghezza complessiva: ca. 40 km
Durata del percorso: ca. 3:00 ore
Dislivello: 180 m

Mountain bike: **Giro Monzocolo *******
Lunghezza complessiva: ca. 56 km
Durata del percorso: ca. 6:00 ore
Dislivello: ↑ 2.000 m ↓ 2.850 m

Corso di tecnica (Punto d'incontro: ore 17 nella zona sportiva di Nalles)



Venerdì 26/04/

Giro semplice: **Giro Castel Hocheppan ***

Lunghezza complessiva: ca. 29 km

Durata del percorso: ca. 3:00 ore

Dislivello: 350 m

Bicicletta da corsa: **Giro Lago di Caldaro ****

Lunghezza complessiva: ca. 70 km

Durata del percorso: ca. 4:00 ore

Dislivello: 480 m

Sabato 27/04/

Mountain bike: **Giro Monzoccolo *****

Lunghezza complessiva: ca. 52 km

Durata del percorso ca. 5:00 ore

Dislivello: ↑ 700 m ↓ 1.600 m

Mountain bike: **Giro Gfrillner Badl *****

Lunghezza complessiva: ca. 27 km

Durata del percorso: ca. 5:30 ore

Dislivello: 1.150 m

Iscrizione: fino le ore 14 del giorno precedente all'ufficio turistico di Nalles.

Punto d'incontro: ore 9.00 sulla piazza Municipio Nalles.

E-Bike: Tutte le corse si può fare anche in bici elettrica. In caso d'utilizzo di un E-Bike bisogna avvisare in momento dell'iscrizione!

Costi partecipazioni: € 30 a giro → Partecipazione gratuita per gli ospiti dei nostri membri! (tranne costi per la funivia)

I nostri livelli: * facile fino ***** molto impegnativo

Autore: Florian Pallweber