

Settimane ciclistiche a Nalles

30/03/ – 11/05/2019



Lunedì 08/04/

Giro semplice: **Giro Bolzano ***

Lunghezza complessiva: ca. 40 km

Durata del percorso: ca. 3:00 ore

Dislivello: 180 m

Mountain bike: **Il bosco di Monticolo *****

Lunghezza complessiva: ca. 72 km

Durata del percorso: ca. 5:30 ore

Dislivello: 1.260 m

Martedì 09/04/

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 Gaid / Jäger *****

Lunghezza complessiva: ca. 31 km

Durata del percorso: ca. 6:00 ore

Dislivello: 1.210 m

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

Mercoledì 10/04/

Giro semplice: **Giro Messner Mountain Museum ***

Lunghezza complessiva: ca. 32 km

Durata del percorso: ca. 3:00 ore

Dislivello: 240 m

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

Lunghezza complessiva: ca. 70 km

Durata del percorso: ca. 4:00 ore

Dislivello: 480 m

Giovedì 11/04/

Giro semplice: **Giro Castel Hocheppan ***

Lunghezza complessiva: ca. 29 km

Durata del percorso: ca. 3:00 ore

Dislivello: 350 m

Mountain bike: **Giro Völlaner Badl *****

Lunghezza complessiva: ca. 26 km

Durata del percorso: ca. 4:30 ore

Dislivello: 860 m

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



Venerdì 12/04/

Giro semplice: **Giro Bittner ****

Lunghezza complessiva: ca. 12 km

Durata del percorso: ca. 2:30 ore

Dislivello: 380 m

Bicicletta da corsa: **Giro Castel Trauttmansdorff ***

Lunghezza complessiva: ca. 36 km

Durata del percorso: ca. 3:00 ore

Dislivello: 260 m

Sabato & Domenica 13/04/-14/04/

Gara per mountainbike "Marlene Sunshine Cup"

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