

# PERCORSI

## ESCURSIONISTI

- AZZURRO** (4 Km)  
(Ascesa tot. 50 m - Quota max 320 m s.l.m.)
- VERDE** (14 Km)  
(Ascesa tot. 400 m - Quota max 580 m s.l.m.)
- ARANCIO** (21 Km)  
(Ascesa tot. 800 m - Quota max 835 m s.l.m.)

## BIKERS

- ROSSO** (14 Km)  
(Ascesa tot. 400 m - Quota max 580 m s.l.m.)
- NERO** (21 Km)  
(Ascesa tot. 900 m - Quota max 835 m s.l.m.)

**P/A PARTENZA/ARRIVO**  
**Piazza Panevino**  
(Quota 310 m s.l.m.)

- TAPPE GOLOSE**
- RIFORMIMENTI**



## Distanze (Km)

progressive [X.X]  
parziali [X.X]

	Partenza	Gallaro	Pian Magnen	Pian Martina	Bivio 4 strade	Boscaiolo	Cà Nova	S. Libera	Costalupara	Martinetto	Frassoneta	Gallaro	Arrivo												
<b>PERCORSO ARANCIO</b>	0.0	0.8	2.6	3.4	2.3	5.7	2.3	8.0	4.0	12.0	2.7	14.7	0.9	15.6	2.8	18.4	1.3	19.7	0.5	20.2	1.0	21.2	0.8	22.0	
<b>PERCORSO VERDE</b>	0.0	0.8	0.8	2.6	3.4	2.3	5.7	1.0	6.7	0.9	7.6	2.8	10.4	1.3	11.7	0.5	12.2	1.0	13.2	0.8	14.0				
<b>PERCORSO ROSSO</b>	0.0	0.8	0.8	2.6	3.4	2.3	5.7	1.0	6.7	0.9	7.6	2.8	10.4	1.3	11.7	0.5	12.2	1.0	13.2	0.8	14.0				

	Partenza	Gallaro	Pian Magnen	Pian Martina	Cà Nova	Bivio 4 strade	Pian Lazzo	Frassoneta	Gallaro	Arrivo									
<b>PERCORSO NERO</b>	0.0	0.8	0.8	2.6	3.4	2.3	5.7	1.0	6.7	2.1	8.8	2.1	10.9	8.1	18.2	1.0	19.2	0.8	20.0



## Tappe Golose

- PIAZZA PANEVINO**  
Croce Bianca Dego (Sacchetto di benvenuto)
- GALLARO**  
Gruppo Alpini Dego (Bruschette e Insalato di Pasta)
- PIAN MAGNEN**  
Gruppo Parrocchiale Dego (Dolci e Frutta)
- CA' NOVA**  
Avis Dego (Lisotti)
- SANTA LIBERA**  
Pro Loco Dego (Pane e Salsiccia)
- COSTALUPARA**  
G.A.S. Valbormida (Insalata di Farro)
- MARTINETTO**  
Officine del Martinetto (Paella di Carne e Birra Scarampola)
- FRASSONETA**  
Co.Co.Dè. (Pizza cotta nel forno a legna)
- GALLARO**  
Tappa Fiascolata (Dolci)
- BOSCAIOLO**  
Ass. Amici di Gian (Frutta e Dolci)