GRANFONDO DEI BORGHI

TABELLA DI MARCIA · GRAN FONDO · KM 118,5 · DISLIVELLO 1.855 M · TEMPO MASSIMO 5:30

Orari di passaggio a velocità media costante, dalla partenza delle 08:00, arrotondati al minuto.

Località	Km	Al traguardo	20 km/h	25 km/h	30 km/h	35 km/h	40 km/h
Castelnuovo di Farfa partenza, via Roma	**0,0**	118,5	8:00	8:00	8:00	8:00	8:00
Monte Santa Maria	**2,8**	115,7	8:08	8:07	8:06	8:05	8:04
Bivio Poggio Nativo	**5,8**	112,7	8:17	8:14	8:12	8:10	8:09
Bivio Frasso Sabino	**6,8**	111,7	8:20	8:16	8:14	8:12	8:10
Bivio Casali di Frasso	**8,9**	109,6	8:27	8:21	8:18	8:15	8:13
Osteria Nuova	**10,1**	108,4	8:30	8:24	8:20	8:17	8:15
Casali Poggio Nativo	**11,8**	106,7	8:35	8:28	8:24	8:20	8:18
Toffia	**15,8**	102,7	8:47	8:38	8:32	8:27	8:24
Bivio Toffia – Fara in Sabina – Farfa	**18,9**	99,6	8:57	8:45	8:38	8:32	8:28
Bivio Fara in Sabina	**19,8**	98,7	8:59	8:48	8:40	8:34	8:30
Bivio Prime Case I	**20,7**	97,8	9:02	8:50	8:41	8:35	8:31
Bivio Coltodino	**21,4**	97,1	9:04	8:51	8:43	8:37	8:32
Canneto	**22,5**	96,0	9:08	8:54	8:45	8:39	8:34
Talocci	**25,4**	93,1	9:16	9:01	8:51	8:44	8:38
Bivio strada Inglesi	**27,0**	91,5	9:21	9:05	8:54	8:46	8:41
Bivio Prime Case II	**29,2**	89,3	9:28	9:10	8:58	8:50	8:44
Bivio Villa Galli Ristoro	**30,0**	88,5	9:30	9:12	9:00	8:51	8:45
Bivio Prime Case III	**31,2**	87,3	9:34	9:15	9:02	8:53	8:47
Abbazia di Farfa, parcheggio bivio per Granica	**32,7**	85,8	9:38	9:18	9:05	8:56	8:49
Castelnuovo di Farfa deviazione Cicloturistica Small	**35,1**	83,4	9:45	9:24	9:10	9:00	8:53
Bivio Montopoli di Sabina (ex Croce Verde)	**35,8**	82,7	9:47	9:26	9:12	9:01	8:54

 Tracciato dalla traccia GPX ufficiale. Località: © OpenStreetMap contributors (ODbL).

Località	Km	Al traguardo	20 km/h	25 km/h	30 km/h	35 km/h	40 km/h
Bivio per Salisano (vivaio), Bocchignano	**36,4**	82,1	9:49	9:27	9:13	9:02	8:55
Deviazione Cicloturistica Classica	**38,7**	79,8	9:56	9:33	9:17	9:06	8:58
Bivio Poggio Mirteto	**41,0**	77,5	10:03	9:38	9:22	9:10	9:02
Poggio Mirteto bivio Poggio Catino	**42,1**	76,4	10:06	9:41	9:24	9:12	9:03
Catino	**44,0**	74,5	10:12	9:46	9:28	9:15	9:06
Deviazione percorsi Medio Fondo / Gran Fondo	**46,4**	72,1	10:19	9:51	9:33	9:20	9:10
Bivio Autostrada	**49,9**	68,6	10:30	10:00	9:40	9:26	9:15
La Tacita	**51,5**	67,0	10:35	10:04	9:43	9:28	9:17
Bivio Roccantica	**52,0**	66,5	10:36	10:05	9:44	9:29	9:18
Santa Maria in Legarano	**53,2**	65,3	10:40	10:08	9:46	9:31	9:20
Casperia	**54,1**	64,4	10:42	10:10	9:48	9:33	9:21
Querceto	**56,7**	61,8	10:50	10:16	9:53	9:37	9:25
Bivio Torri in Sabina	**59,2**	59,3	10:58	10:22	9:58	9:41	9:29
Bivio Montasola	**60,3**	58,3	11:01	10:25	10:01	9:43	9:30
Bivio Vacone	**63,9**	54,6	11:12	10:33	10:08	9:50	9:36
Fermata Cotral	**64,3**	54,2	11:13	10:34	10:09	9:50	9:36
Bivio Cottanello	**65,5**	53,0	11:17	10:37	10:11	9:52	9:38
Cottanello Ristoro	**66,6**	51,9	11:20	10:40	10:13	9:54	9:40
Valico di Fontecerro Valico	**68,7**	49,8	11:26	10:45	10:17	9:58	9:43
Fonte Cerro Cima Coppi · Gran premio della montagna	**72,8**	45,7	11:38	10:55	10:26	10:05	9:49
Cerquetello	**76,8**	41,7	11:50	11:04	10:34	10:12	9:55
Contigliano	**80,4**	38,1	12:01	11:13	10:41	10:18	10:01
Bivio Poggio Mirteto – Rieti	**83,0**	35,5	12:09	11:19	10:46	10:22	10:05
Bivio San Filippo	**83,4**	35,1	12:10	11:20	10:47	10:23	10:05
Bivio Poggio Perugino	**86,2**	32,3	12:19	11:27	10:52	10:28	10:09

 Tracciato dalla traccia GPX ufficiale. Località: © OpenStreetMap contributors (ODbL).

Località	Km	Al traguardo	20 km/h	25 km/h	30 km/h	35 km/h	40 km/h
Bivio Cerchiara	**90,8**	27,7	12:32	11:38	11:02	10:36	10:16
Colle Santi	**91,8**	26,7	12:35	11:40	11:04	10:37	10:18
Bivio Monte San Giovanni I	**92,8**	25,7	12:38	11:43	11:06	10:39	10:19
Bivio Monte San Giovanni II	**93,5**	25,0	12:41	11:44	11:07	10:40	10:20
Bivio per Poggio Catino ricongiungimento MF / GF	**93,8**	24,7	12:41	11:45	11:08	10:41	10:21
Bivio Montenero Sabino	**98,2**	20,3	12:55	11:56	11:16	10:48	10:27
Bivio Leone Ristoro	**99,5**	19,0	12:59	11:59	11:19	10:51	10:29
Semaforo (frana)	**102,9**	15,6	13:09	12:07	11:26	10:56	10:34
Salisano	**104,7**	13,8	13:14	12:11	11:29	10:59	10:37
Bivio Mompeo	**106,5**	12,0	13:19	12:15	11:33	11:02	10:40
Bivio Salisano	**110,1**	8,4	13:30	12:24	11:40	11:09	10:45
Bocchignano	**111,1**	7,4	13:33	12:27	11:42	11:10	10:47
Bivio Acea ricongiungimento Cicloturistica Classica	**112,4**	6,1	13:37	12:30	11:45	11:13	10:49
Granica	**114,1**	4,4	13:42	12:34	11:48	11:16	10:51
Bivio vivaio	**116,2**	2,3	13:49	12:39	11:52	11:19	10:54
Bivio Montopoli di Sabina (ex Croce Verde)	**116,8**	1,7	13:50	12:40	11:54	11:20	10:55
Bivio Granica	**117,6**	0,9	13:53	12:42	11:55	11:22	10:56
Castelnuovo di Farfa	**118,5**	0,0	13:55	12:44	11:57	11:23	10:58
Castelnuovo di Farfa arrivo	**122,0**	0,0	14:06	12:53	12:04	11:29	11:03

 Tracciato dalla traccia GPX ufficiale. Località: © OpenStreetMap contributors (ODbL).