



Avp501 Endurance trail: scheda

501 chilometri da Pennabilli a Berceto, **30mila metri** di dislivello positivo, **95%** di percorso natura, **36 punti ristoro** (uno ogni 10/15 chilometri) e **7 punti vita**, in cui riposare e cambiarsi. Queste le caratteristiche tecniche di **Avp501 Endurance trail**, la gara podistica in un'unica tappa e in modalità assistita (tempo massimo di percorrenza: 200 ore) che si svolgerà **dall'1 al 9 settembre** lungo l'Alta Via dei Parchi, promossa dalla **Regione Emilia-Romagna** e organizzata dall'associazione sportiva **Lupi d'Appennino**, in collaborazione con **Uisp, Enti Parco** e **Cai Emilia-Romagna**.

Il percorso in sintesi

Tra Emilia-Romagna, Toscana e Marche passando attraverso 12 province, 90 monti, 9 luoghi di interesse storico, 39 paesi, 15 rifugi, 10 laghi e ben 41 passi appenninici. Il percorso può essere idealmente diviso in otto settori:

1-Si parte da **Pennabilli**, si raggiunge **l'Eremo di Carpegna**, con le alture romagnole del **Parco Interregionale Sasso Simone e Simoncello** in lontananza. Si transita dal **Monte Fumaiolo** e per il **Valico di Montecoronaro** fino all'arrivo al **Santuario della Verna**.

2-Superato il **Passo dei Mandrioli**, si scende a **Badia Prataglia**, nel cuore del **Parco Nazionale delle Foreste Casentinesi**. Dall'**Eremo di Camaldoli** si passa a **Poggio Scali** (1520 m) e al **Monte Falterona** (1657 m). Inizia la discesa fino a **Castagno D'Andrea**.

3-Dal **Passo del Muraglione**, al **Pianoro dei Romiti** e alla **Cascata dell'Acquacheta**. Si transita per **San Benedetto in Alpe**, **Ponte della Valle**, **Eremo di Gamogna** fino alla discesa verso **Marradi**.

4-Si arriva al **Rifugio Carnè**, nel **Parco Regionale della Vena del Gesso Romagnola**. Dopo **Borgo Rivola** (punto più basso di tutto l'itinerario), si sale al **Monte Battaglia**. Dopo **Castel del Rio** la tappa termina al bel **Rifugio Le Selve**. Si è al km 253, metà gara.

5- Ci si dirige verso il **Passo della Raticosa** e **Roncobilaccio** per arrivare, con lunghi saliscendi, al **santuario di Boccadirio** e poi avviarsi verso **l'Alto Appennino bolognese** fino a raggiungere il bacino artificiale del **Brasimone nel Parco dei Laghi di Suviana e Brasimone**.

6-Si costeggia il **Lago di Suviana** e si arriva al cospetto del **Corno alle Scale**, nell'omonimo parco. Al rifugio di **Monte Cavallo**, si sosta, prima di affrontare il **Parco dell'Alto Appennino modenese**, con il **Lago Scaffaiolo**, il **Passo Croce Arcana** e gli impegnativi **Cima Tauffi** e **Libro Aperto**, prima di giungere al **Passo dell'Abetone** (km 370 di gara).

7- Si arriva al **Lago Baccio** e al **Lago Santo modenese**. Sul crinale appenninico si affrontano le **Cime di Romecchio** fino all'**Alpe di San Pellegrino**. Si prosegue per il

Passo delle Radici, il **Passo delle Forbici** e il **Rifugio Battisti**, già nel **Parco nazionale dell'Appennino Tosco-Emiliano**. Ci si dirige verso il **Passo di Pradarena** e, quindi, superato il **Monte La Nuda**, si scende al **Cerreto**.

8- Dal Passo del Cerreto si prosegue verso il **Lago Paduli** e il Passo del Lagastrello. Dopo **Prato Spilla** e i laghi **Ballano e Verde** nel **Parco delle Valli del Cedra e del Parma**, il crinale conduce verso le **Capanne di Badignana** e al **Lago Santo parmense**. Una volta aggirato il **Monte Orsaro**, non restano che il **Passo del Cirone** e l'ultima salita per il **Monte Valoria**, per poi scendere finalmente verso Berceto (km 501 di gara).

Info: www.avp501.com