





























































































































RANDONNE DELLE SORGENTI - 200 KM

PARTENZA: VAL D'ASSANO (Rocchetta e Croce) c/o CENTRO SPORTIVO ore 7:30-8:30

km parz	direzione		località	indicazioni	km tot
0			VAL D'ASSANO	CENRO SPORTIVO	0
2,9			VAL D'ASSANO	Via IZZO ANTONIO - DIREZIONE S.S. 6 CASILINA	2,9
0,2			TEANO	S.S.6 CASILINA DIREZIONE CASERTA	3,1
5,1			TEANO	TEANO- CAPUA	8,2
0,1			TEANO	S.P.112 TEANO	8,3
4,8			TEANO	TEANO	13,1
0,3			TEANO	SECONDA USCITA A DX	13,4
0,6			TEANO	DIREZIONE ROCCAMONFINA	14
0,8			TEANO	S.P.111 TEANO ROCCAMONFINA (inizio salita)	14,8
4,2			TEANO	ROCCAMONFINA BREVE TRATTO SU S.P. 322	19
6,6			ROCCAMONFINA	DIR. SESSA FORMIA proseguire fino a PONTE (fine salita)	25,6
3,1			SESSA AURUNCA	PONTE  PER S.P. 114 SESSA A. MIGNANO M.	28,7
2,2			SESSA AURUNCA	SEGUIRE SEGNALETICA MIGNANO M. GALLUCCIO	30,9
3,7			SESSA AURUNCA	LOCALITA' S. MARTINO	34,6
2,6			SESSA AURUNCA	LOCALITA' S.CARLO (S.P. 14 DIR)	37,2
7,5			S. CLEMENTE	S.CLEMENTE (mercato settimanale attraversare a piedi o)	44,7
0,1			S.CLEMENTE	OBBLIGATORIO A SX SEGUIRE SEGNALE PER ROCCA D'EVANDRO	44,8
0,2			S.CLEMENTE	MIGNANO M.	45
0,5			S.CLEMENTE	S.P.197 S.CLEMENTE VAGLIE	45,5
3,5			S.CLEMENTE	MIGNANO M. (PONTICELLO A DX S.P. 14 Dir)	49
1,9			S.CLEMENTE	MIGNANO M. S.P.14	50,9
3,2			MIGNANO M.	MIGNANO MONTELUONGO CENTRO	54,1
0,9			MIGNANO M.	PASSAGGIO A LIVELLO 	55
0,1			MIGNANO M.	S.S.6 CASILINA DIREZIONE CASSINO	55,1
2,1			MIGNANO M.	SACRARIO MILITARE	57,2
3,2			S. PIETRO INFINE	DIREZIONE S. PIETRO INFINE	60,4
0,2			S. PIETRO INFINE	S.PIETRO INFINE CENTRO - S.P.9 (inizio salita)	60,6
2,2			PARCO DELLA MEMORIA STORICA (CONTROLLO 09.25 - 12.30)		62,8
5,6			S.P.9 FINE CASERTA/ISERNIA (fine salita)		68,4
3,7			VENAFRO	FRAZ. DI CEPPAGNA CENTRO PROSEGUIRE DRITTO	72,1
0,9			VENAFRO	direzione VENAFRO- S.S. 6 DIR.	73
2,3			VENAFRO	segnaletica per PESCARA	75,3
0,5			VENAFRO	SEGNALETECA ROCCARASO - ISERNIA	75,8
0,3			VENAFRO	ROCCARASO ISERNIA - S.P. 85	76,1
0,2			VENAFRO	VENAFRO S.P.85	76,3
5			VENAFRO	DIREZIONE ISERNIA	81,3
1,1			VENAFRO	DIREZIONE ISERNIA	82,4
1			VENAFRO	DIREZIONE ISERNIA (SVINCOLO PER ISERNIA)	83,4
0,3			VENAFRO	AL SOTTOPASSO PER ROCCARASO/MONTAQUILA	83,7

0,01			VENAFRO	DIREZIONE ROCCARASO	83,7
0,49			ROCCARAVINDOLA	DIREZIONE ISERNIA	84,2
0,1			ROCCARAVINDOLA	CORSO 25 ARCHI	84,3
0,7			ROCCARAVINDOLA	PONTE 25 ARCHI	85
0,2			CAPRIATI AL VOLTURNO	S.S.158 CAPRIATI AL VOLTURNO - ALIFE	85,2
8,5			CAPRIATI AL VOLTURNO	CAPRIATI AL VOLTURNO	93,7
0,1			CAPRIATI AL VOLTURNO	S.S.158 DIREZ. CASERTA ALIFE (mantenere dx)	93,8
3,2			FONTEGRECA	SX FONTEGRECA (INIZIO SALITA)	97
0,7			FONTEGRECA	PROSEGUIRE DRITTO	97,7
			FONTEGRECA CONTROLLO E RISTORO Ore 10,30 - 14,30		97,7
1,6			FONTEGRECA	DIREZIONE LETINO	99,3
1,7			CAPRIATI AL VOLTURNO	S.P.89 COLLE PERITO GALLO MATESE- LETINO	101
9			GALLO MATESE	DIREZIONE LETINO (a segue sx lago di Gallo)	110
3			LETINO RISTORO E CONTROLLO Ore 11.00 - 15.30		113
5			LETINO	MIRALAGO - HOTEL MIRALAGO (fine salita)	118
0,1			LETINO	S.S. 158 DIR - DIREZIONE SAN GREGORIO MATESE	118
6,9			S. GREGORIO MATESE	S. GREGORIO MATESE	125
6			CASTELLO MATESE RISTORO E CONTROLLO BAR SUMMERTIME ORE 11,30 -16,45		131
4,9			PIEDIMONTE MATESE	S.P. 149 S.ANGELO D'ALIFE - RAVISCANINA	136
8,8			S. ANGELO D'ALIFE	CONTINUARE SU S.P.149 RAVISCANINA	145
7			RAVISCANINA	CONTINUARE SU S.P.149 AILANO	152
3,1			RAVISCANINA	S.P.140 DIREZIONE AILANO	155
4,2			AILANO	S.P. 89	159
0,3			AILANO	VIA ROMA S.P.83	159
2,2			AILANO	S.S. 158 DIR. CASERTA	162
0,1			AILANO	DIREZIONE CAIANELLO	162
8,9			AILANO	S.P.281 PONTE SUL FIUME VOLTURNO	171
3,8			VAIRANO PATENORA	S.P. 281	174
4,5			VAIRANO PATENORA	Dir.CASTELLO E BORGO MEDIEVALE VAIRANO PATENORA.	179
0,3			VAIRANO PATENORA	DIREZIONE BORGO MEDIEVALE (inizio salita)	179
0,6			VAIRANO PATENORA	S.P. 184 PIETRAVAIRANO - VAIRANO	180
0,5			VAIRANO PATENORA	TENERE LA SX	180
0,6			VAIRANO PATENORA	TENERE LA DX BORGO MEDIEVALE (Fine salita)	181
3,6			PIETRAVAIRANO - PIAZZA C.BATTISTI - CONTROLLO ORE 14.00 - 19.30		184
1,6			PIETRAVAIRANO	PIETRAMELARA- A.1	186
0,4			PIETRAVAIRANO	DIREZIONE S. FELICE PIETRAMELARA	186
0,2			PIETRAVAIRANO	VIA PIVUOZZO- INDICAZIONI A1	187
0,7			PIETRAVAIRANO	DRITTO SOTTOPASSO SEGUIRE SEMPRE DRITTO	187
2,7			PIETRAVAIRANO	FRAZIONE. SAN FELICE	190
1,7			PIETRAMELARA	PIETRAMELARA - RIARDO	192

0,6			PIETRAMELARA	SECONDA A DX DIR. S.P. 289	192
2,2			RIARDO	RIARDO CENTRO	195
0,7			RIARDO	DIREZIONE ROCCHETTA E CROCE (VAL D'ASSANO)	195
0,5			RIARDO	DIREZIONE VAL D'ASSANO TENERE DX	196
0,1			RIARDO	DIREZIONE VAL D'ASSANO TENERE SX	196
1,4			RIARDO	VIA CARBONE DIREZ. VAL D'ASSANO	197
	ARRIVO CENTRO SPORTIVO VAL D'ASSANO (max H.20,30)				197

Emergenze 118 - INFO 3465338026

Comunicare eventuale ritiro via sms indicando nome e cognome al +333 3109783