



CALABRIA
STRAORDINARIA



CICLOTURISMO

15 GIUGNO 2024

Evento non competitivo per bici muscolari ed e-bikes

Partecipazione libera su adesione

Ritrovo al Castello di Sangineto alle ore 8.30

Arrivo al Castello di Serrajumenta alle ore 17.30

Lunghezza percorso 77 km

Dislivello positivo 1.710 m

Dislivello negativo 1.610 m

Kit di partecipazione disponibile su richiesta

serrajumenta

SPONSOR TECNICO



TOURSEARCHER
ITINERARI DI ESPERIENZE



CON IL PATROCINIO



PROVINCIA
DI COSENZA



SPONSOR TECNICO



PRESENTAZIONE

Laduesse è un evento cicloturistico di carattere non competitivo, a partecipazione libera, in programma per la giornata del 15 giugno 2024.

Lo scopo della **Laduesse** oltre a favorire l'aggregazione, è promuovere uno stile di vita sano e l'attività all'aria aperta con effetti benefici per la salute, oltre che valorizzare il patrimonio culturale, storico e naturalistico del territorio attraversato (i territori dell'antico Feudo dei San Severino), quello che si snoda lungo il Parco del Pollino affacciato sul mar Tirreno fino alle zone più interne, compreso interamente nella provincia di Cosenza.

Inoltre, anche grazie alle caratteristiche 'slow' del movimento

cicloturistico, **Laduesse** si propone di esaltare le eccellenze (paesaggistica, enogastronomiche e turistiche) delle zone attraversate, sollecitare il rispetto dell'ambiente e della natura con comportamenti responsabili, e mettere in risalto la vocazione dell'area del cosentino ad un Turismo Esperienziale.

La **Laduesse** attraversa i Comuni di Sanginetto, Belvedere Marittimo, Sant'Agata d'Esaro, San Sosti, San Donato di Ninea, Acquaformosa, Lungo, Firmo ed Altofonte. Lungo il suo percorso sono previste tappe studiate per attirare l'attenzione dei partecipanti sui luoghi di interesse, monumenti, piazze, centri storici, luoghi di culto, bellezze naturalistiche, coinvolgendo le comunità locali e gli esercizi commerciali.

Nel corso de **Laduesse** i partecipanti avranno anche la possibilità di assaggiare la cucina e acquistare i prodotti enogastronomici locali lungo il tour.

Laduesse si propone quindi come un evento unico. Come appuntamento sportivo, anche se non competitivo, offre un percorso con caratteristiche estremamente attrattive per gli appassionati di ciclismo su strada, perché partendo dal livello del mare Tirreno, condurrà i partecipanti al Passo dello Scalone a circa 1000 metri di altitudine, offrendo una vista unica e suggestiva anche sul Borgo Storico di Belvedere Marittimo, per poi attraversare i monti costieri, il Parco del Pollino e godere anche della vista del mare Jonio.

Come evento culturale e di valorizzazione del territorio, la

Laduesse si offre come una grande occasione a disposizione di chi nutre il desiderio di conoscere o approfondire la conoscenza di una zona della Calabria ricca di cultura, di attrazioni e profondamente intrisa di storia e cultura e desiderosa di mettersi in vista.



REGOLAMENTO

Laduesse è un evento cicloturistico non competitivo a partecipazione libera aperto a bici muscolari ed e-bike. L'organizzazione è della ASD Serra della Giumenta (Associazione Sportiva promossa dal Castello di Serragiumenta), con la promozione di Toursearcher, Tour Operator specializzato in eventi esperienziali.

Il percorso si snoda lungo i comuni di Sanginetto, Belvedere (Passo dello Scalone a 800 metri s.l.m.) Sant'Agata d'Esaro, San Sosti, San Donato di Ninea, Acquaformosa, Lungro, Firmo ed Altomonte, interamente nel territorio della Provincia di Cosenza.

È previsto un ritrovo a Sanginetto Lido per le ore 8,30 con inizio delle partenze alle 9,30.

L'arrivo simbolico e la fine della passeggiata, per chi intende completarla, è al Castello di Serragiumenta tra le 16 e le 18.

Il percorso è lungo 77 chilometri circa, su strada totalmente asfaltata (si veda scheda tecnica delle strade interessate dalla passeggiata), lungo strade provinciali e secondarie a bassa frequentazione di veicoli.

Il dislivello positivo è di 1710 metri, quello negativo di 1610 metri. In percentuale le pendenze possono variare dal 5 all'8%. La partenza è sul livello del mare, il punto più alto raggiunto è a circa 800 metri slm.

Laduesse è adatta a ogni livello di abilità e richiede un buon livello di allenamento.

In caso di un numero particolarmente elevato di partecipanti, la partenza potrebbe essere scaglionata.

Sono previste, per chi volesse, delle guide.

È previsto un servizio 'scopa' con automezzi in grado di recuperare partecipanti e bici, che partirà al termine della gara.

È previsto un supporto medico per i partecipanti.

È prevista una officina mobile di supporto.

È prevista la presenza di assistenti e membri dello staff nei punti nevralgici (incroci, attraversamenti urbani) per la segnalazione del percorso. Lungo il percorso sono previsti dei punti di ristoro, nelle località Passo dello Scalone (a 18 Km dalla partenza), Sant'Agata d'Esaro (a 27 km dalla partenza) e San Donato di Ninea (a 44 Km dalla partenza).

Lungo il percorso saranno dislocati punti di ricarica gratuiti per le e-bike.

I partecipanti sono tenuti a rispettare il codice della strada.

Lungo il percorso de **Laduesse** è prevista la possibilità di effettuare delle soste o delle deviazioni in luoghi di interesse culturale, storico, naturalistico e enogastronomico.

A Sant'Agata d'Esaro sarà possibile fare colazione in piazza e acquistare prodotti in botteghe tipiche.

A San Sosti sarà possibile visitare, con deviazioni segnalate, le Cascate di Fra' Giovanni e il Santuario della Madonna del Petto-ruto. A San Donato di Ninea si potrà ammirare il Centro storico arroccato a oltre 800 metri s.l.m. e le sue piccole stradine, ammirando, dal Belvedere adiacente alla Chiesa della Motta (Chiesa della SS Assunta), la vista sulla piana di Sibari, il Pollino e il mar Jonio.

Sarà possibile pranzare in convenzione presso la *Baita Malieni*.



Attraversa inoltre il cuore del territorio di cultura arbereshe, le cui testimonianze sono tutte visibili lungo il percorso; luoghi di assoluto interesse come la chiesa di San Giovanni Battista, Matrice di Acquaformosa; la cattedrale dell'Eparchia di Lungro, chiesa di San Nicola di Mira, la chiesa di Santa Maria Assunta in cielo, Eparchia di Firmo.

IL KIT DI PARTECIPAZIONE

Per i partecipanti è prevista la possibilità di acquistare il kit dell'evento al prezzo di 50 euro.

Il kit comprende: una maglietta dell'evento, bevanda energetica, sacca, barretta, braccialetto distintivo e offre il diritto a una serie di servizi per l'acquirente.

All'arrivo al Castello di Serragiumenta verrà consegnata la medaglia dell'evento, una bottiglia di olio da 0,25 cl e si potrà prendere parte all'aperitivo.

Prevista anche la possibilità di utilizzare spogliatoi e docce all'arrivo, nei limiti delle disponibilità. Inoltre, sempre per chi acquista il kit, è compreso il diritto all'utilizzo delle navette per il rientro al punto di partenza. Le navette saranno scaglionate in tre momenti diversi: h 20 per chi rientra senza aderire alla cena (a pagamento) al Castello di Serragiumenta; h 23 per i partecipanti alla cena. Per chi decide di pernottare al Castello di Serragiumenta (a pagamento), la navetta partirà alle 11 del giorno successivo, il 16 giugno.

SERVIZI EXTRA

Sono previsti inoltre alcuni servizi aggiuntivi, a pagamento, come il noleggio bici/e-bike a Sanginetto lido, il servizio fotografico e video (con drone), l'acquisto del pacchetto tour


laduesse

comprensivo di guida, bicicletta inclusa, pranzo, visite, servizio navetta, pernottamenti in strutture convenzionate, transfert da/per aeroporto di Lamezia Terme e stazioni di Paola e Scalea.



ITINERARIO





Sanginetto è un piccolo borgo del Medio Tirreno Cosentino situato a 275 metri di quota s.l.m, nelle estreme propaggini meridionali del Parco Nazionale del Pollino; Le sue origine risalgono al XII secolo, quando fu un importante feudo della Calabria angioina, ricordato nella Guerra del Vespro, per l'eroica resistenza che Giacoma di Lauria oppose all'assalto delle truppe siciliane e aragonesi, che invano tentarono di occupare Sanginetto. Per gli appassionati del trekking, delle escursioni e delle bellezze naturali, si segnalano: il Sentiero dei Sogni e la Cascata di Vuglio, meraviglia situata a breve distanza dal Centro Storico; il Lago La Penna, un piccolo lago naturale della Catena Costiera situato ai piedi del monte omonimo.



CALABRIA
STRAORDINARIA

BELVEDERE MARITTIMO



Belvedere Marittimo è un comune della provincia di Cosenza che si estende sulla costa tirrenica nel cuore della Riviera dei Cedri, con al centro Capo Tirone.

La cittadina si affaccia sul Mar Tirreno, con alle spalle le montagne del Parco Nazionale del Pollino, che la incorniciano in un quadro naturalistico affascinante. Il centro abitato si compone di due parti distinte: il borgo medievale, che sorge su una sporgenza rocciosa situata a circa 150 m sul livello del mare, e la parte più propriamente marinara, sviluppata sul litorale e nota come Marina di Belvedere Marittimo a 10 m s.l.m. Quest'ultima, edificata in epoca più recente, ospita attrezzature e residenze turistiche.

Uno dei monumenti più antichi è la chiesetta del Rosario, sul cui portale, in pietra arenaria, è inciso l'anno 1091. Il Convento dei Padri Cappuccini di Belvedere da oltre 300 anni custodisce un'ampolla con sangue e frammenti di ossa di San Valentino.



CALABRIA
STRAORDINARIA

PASSO DELLO SCALONE



Il Passo dello Scalone fa parte del cosiddetto Appennino meridionale, particolarmente rappresenta il punto di inizio della Catena costiera.

Si tratta della parte più settentrionale dell'Appennino calabrese, che separa la Lucania dalla Sila Piccola. Prende anche il nome di Catena Paolana, dal nome della città di Paola, città natale di San Francesco Martolilla (meglio noto come San Francesco da Paola).

Il percorso unisce Belvedere Marittimo e Sant'Agata di Esaro, entrambi comuni cosentini, tramite la SS105 di Castrovillari. La direttrice, tra Belvedere Marittimo e Francavilla Marittima, collega la Calabria tirrenica cosentina a quella ionica, nella stessa provincia.



Sorge su una rupe, a picco sul fiume Esaro, a 461 metri s.l.m., a 78 km. da Cosenza, a 22 km. dal Mar Tirreno, tutta circondata da catene montuose dell'Appennino Calabrese, che si estendono a forma di diadema, solcate da torrenti, affluenti dell'Esaro. La sua cima più alta, Montea (1825 m.) si incassa ad ovest in una forra pittoresca, dove scorre l'Esaro, che nasce dagli estremi contrafforti occidentali del massiccio del Pollino e sfocia nel Coscile, a sua origine risale al periodo bizantino (VI-XI sec.).



CALABRIA

LA CASCATA DI FRA' GIOVANNI



La Cascata di Frà Giovanni è alta pochi metri e si trova nel territorio del Comune di San Sosti, nei pressi dell'omonima fontana, a breve distanza dal centro storico.

La Cascata di Frà Giovanni si trova immersa nella lussureggiante flora che si sviluppa lungo le sponde del Torrente Rosa, dove è possibile ammirare: pioppi, noci, ontani, sambuchi e altre piante della macchia mediterranea.

Giungendo da San Sosti, vi si accede mediante un ponte in legno che mette in comunicazione le due sponde del Torrente Rosa.

Il ponte è transitabile solo a piedi.



CALABRIA
STRAORDINARIA

SANTUARIO LA MADONNA DEL PETTORUTO



San Sosti sorge in una conca nell'alta valle dell'Esaro, in un contesto naturale salubre e di rara bellezza, essendo posizionato sul prolungamento naturale del versante tirrenico della catena montuosa del Pollino. Il suo territorio è bagnato dai fiumi Esaro e Rosa, è ricco di boschi e alte cime montuose. Senza dubbio, protagonista del paesaggio naturale e spirituale di San Sosti è il Santuario della Madonna del Pettoruto, che ospita una madonna scolpita nel tufo, a 600 Metri di altitudine sulle pendici del Monte Montea. Luogo di pellegrinaggio rinomato e meta di un gran numero di fedeli provenienti da una vastissima area della Calabria e del meridione. Nei pressi del santuario sono presenti i resti dell'antica città bizantina di Artemisia, che si può raggiungere a piedi percorrendo un sentiero fra i boschi.



CALABRIA
STRAORDINARIA

LE GROTTE DI SANT'ANGELO



Le Grotte naturali di Sant'Angelo rappresentano uno dei luoghi più interessanti del territorio di San Donato di Ninea, che testimoniano la tradizione basiliana diffusasi in Calabria a partire dal V secolo d.C. Si tratta di due cavità carsiche, situate alle pendici del Cozzo del Pellegrino. La prima fu occupata da eremiti e stiliti probabilmente già dal VII secolo d.C. Vi si accede mediante un bel porticato medioevale, e presenta al suo interno affascinanti affreschi non soltanto di epoca medioevale, ma anche di epoca più recente, seicenteschi. Ben visibile è l'affresco raffigurante San Michele. La seconda grotta presenta invece tracce di epoca preistorica.



CALABRIA
STRAORDINARIA

CHIESA DELL'ASSUNTA



Chiunque visiti San Donato di Ninea non può perdersi lo spettacolo naturale, paesaggistico e storico della località Motta. In questa zona è situata l'affascinante Chiesa della S.S. Assunta di stile Romanico, nota anche come chiesa della Motta, risalente al X secolo d.C. Dal piazzale antistante, collocato a picco sopra i tetti del Centro storico del borgo, si possono ammirare la vallata dell'Esaro fino al Mar Jonio, i castagneti che ricoprono il territorio e le pendici dei monti Calva, Cresta e Mula. Costruita con pietra rustica a vista, al suo interno custodisce il pregevole olio su tela della Madonna dell'Assunta, la protettrice del paese, di epoca tardo-rinascimentale e di scuola meridionale (inizi 1600).


CHIESA DI SAN GIOVANNI BATTISTA

CALABRIA
SPECIAL REGION

Indisse

La chiesa di Acquaformosa, fa parte della Parrocchia di S. Giovanni Battista, Parroco padre Raffaele De Angelis, è stata costruita dagli albanesi che abitavano l'allora casale agli inizi del 1500. Cadente, fu demolita e ricostruita tra il 1936 ed il 1938, su progetto di Aldo Mainieri.

Nella chiesa di San Giovanni Battista sono evidenti elementi dell'architettura romanica a cui il progettista si è ispirato. L'articolazione ritmica sia delle strutture di sostegno che di quelle sostenute, la complessa organizzazione delle masse e degli spazi che danno un senso di robustezza accentuata dalla presenza di lesene e contrafforti, fanno della chiesa di Acquaformosa uno splendido esempio del romanico dell'Italia meridionale.

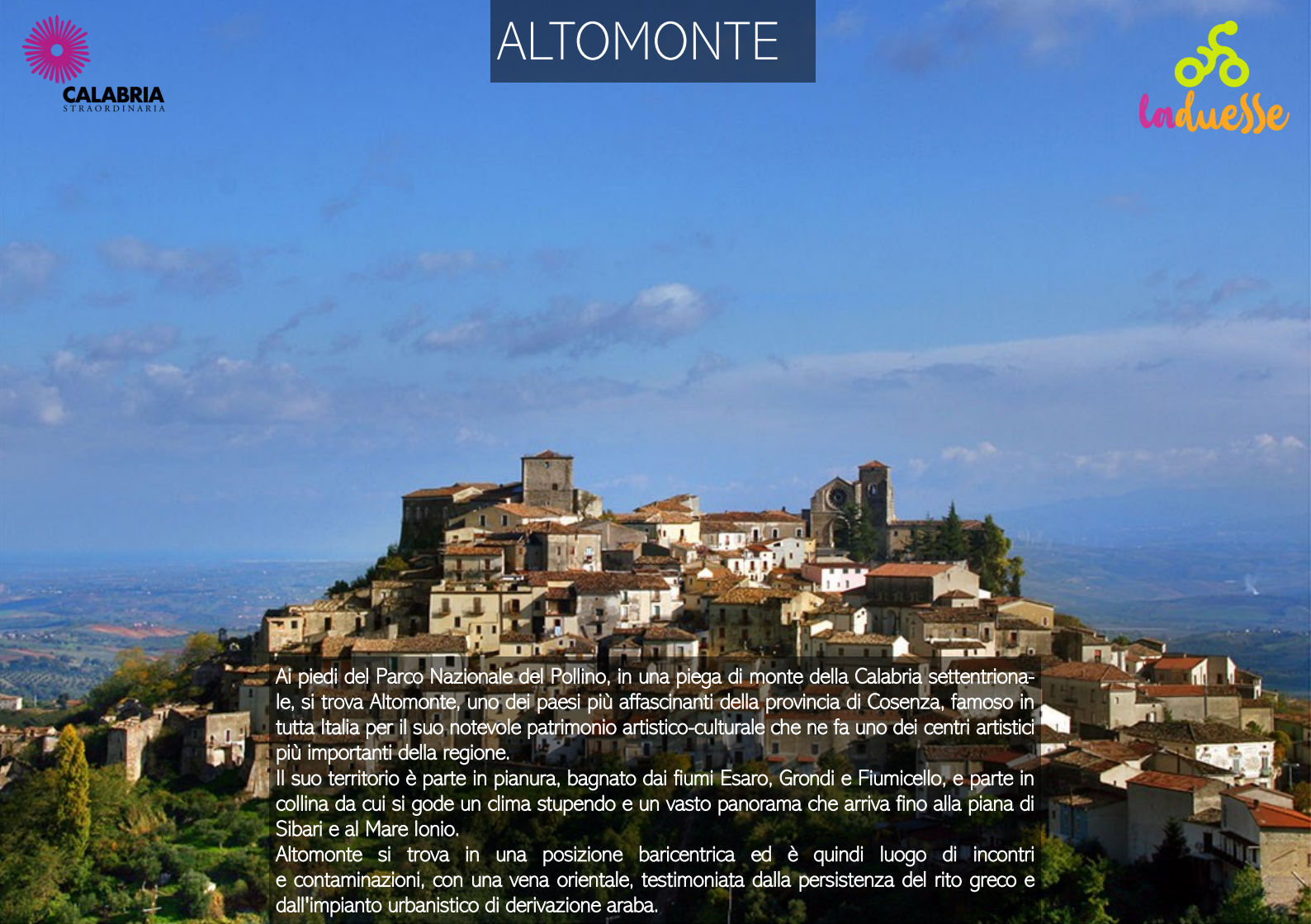


La Cattedrale di San Nicola di Mira è il principale edificio di culto di Lungro, sede dell'Eparchia di Lungro (Diocesi di Lungro) dal 1919.

La chiesa fu edificata a partire dal 1721 in stile romanico-barocco, in sostituzione della preesistente chiesa, sempre dedicata a San Nicola di Mira, distrutta dal terremoto del 1547, a sua volta costruita su una primitiva chiesetta medievale. È una struttura a pianta basilicale romanico-barocca a tre navate, con ampio abside e cupola centrale.

Firmo, Ferma in arbëreshë, è un borgo di origine albanese della Valle dell'Esaro che conserva tutt'ora: gli usi, i costumi, la lingua e il rito greco-bizantino, che fu dei loro antenati albanesi, giunti in Calabria nel XVI secolo per sfuggire all'invasione ottomana delle loro terre nate.

Di interesse si segnala la Chiesa di Santa Maria Assunta in Cielo, la Chiesa di San Giovanni Crisostomo, i vicoli e i larghi del centro storico.



Ai piedi del Parco Nazionale del Pollino, in una piega di monte della Calabria settentrionale, si trova Altomonte, uno dei paesi più affascinanti della provincia di Cosenza, famoso in tutta Italia per il suo notevole patrimonio artistico-culturale che ne fa uno dei centri artistici più importanti della regione.

Il suo territorio è parte in pianura, bagnato dai fiumi Esaro, Grondi e Fiumicello, e parte in collina da cui si gode un clima stupendo e un vasto panorama che arriva fino alla piana di Sibari e al Mare Ionio.

Altomonte si trova in una posizione baricentrica ed è quindi luogo di incontri e contaminazioni, con una vena orientale, testimoniata dalla persistenza del rito greco e dall'impianto urbanistico di derivazione araba.



Costruito nel XVI secolo dal decimo conte di Altomonte, Pietro Antonio Sanseverino, il Castello di Serragiumenta testimonia una storia antica e lontana nei secoli, che nasce con la famiglia Sangineto, che regnò dai primi del 1300 fino al 1381, anno in cui ebbe inizio il dominio, plurisecolare, della famiglia Sanseverino.

Quello di Serra della Giumenta era infatti uno dei 12 suffeudi istituiti dal Conte Filippo di Sangineto per motivi di carattere militare ed economico. Dotato di un'apprezzabile estensione di territorio, fu un ottimo luogo per l'allevamento dei cavalli di buona razza. Risale invece all'800, così come riportato in una mappa dell'epoca, la costruzione della Chiesa con altare barocco, della stalla e di altri piccoli edifici annessi.



WWW.SERRAGIUMENTA.COM

INFO@SERRAGIUMENTA.COM

INFO@TOURSEARCHER.IT

+39 0981 1906901

+39 347 3559637

SPONSOR TECNICO



TOURSEARCHER
TINERARI DI ESPERIENZE



CON IL PATROCINIO



PROVINCIA
DI COSENZA



SPONSOR TECNICO



CALABRIA
STRAORDINARIA

serragiumenta
tutto un altro *mondo*