

# TABELLA DI MARCIA GRAN FONDO 2019



|   | KM Parziali e progressivi | tempo impiegato parziale e progressivo a 40 km/h | Passaggio media 40 km/h | tempo impiegato parziale e progressivo a 30 km/h | Passaggio media 30 km/h | tempo impiegato parziale e progressivo a 23 km/h | Passaggio media 23 km/h |
|---|---------------------------|--|-------------------------|--|-------------------------|--|-------------------------|
| PARTENZA DA NOVI LIGURE -Corso Marengo SX Corso Piave DX Corso Rattazzi DR SP 156       | 0,00                      | 0.00.00  | 10.00 AM                | 0.00.00  | 10.00 AM                | 0.00.00  | 10.00 AM                |
| PASTURANA VIA GARIBALDI- DX SP 157  | 3,00                      | 0.05.00  | 10.05 AM                | 0.06.00  | 10.06 AM                | 0.08.00  | 10.08 AM                |
| BASALUZZO SX FRANCAVILLA SP 160   | 7,00                      | 0.11.00  | 10.11 AM                | 0.14.00  | 10.14 AM                | 0.18.00  | 10.18 AM                |
| FRANCAVILLA- VIA ROMA, VIA GUASCO >>SP160   | 11,00                     | 0.17.00  | 10.17 AM                | 0.22.00  | 10.22 AM                | 0.29.00  | 10.29 AM                |
| SP 160 DX PER SAN CRISTOFORO- STRADA COMUNALE CAMERELLA                                 | 15,00                     | 0.23.00  | 10.23 AM                | 0.30.00  | 10.30 AM                | 0.39.00  | 10.39 AM                |
| SAN CRISTOFORO A DX VIA FERRARI, SX SP 176  | 16,50                     | 0.25.00  | 10.25 AM                | 0.33.00  | 10.33 AM                | 0.43.00  | 10.43 AM                |
| SP 176 LOC CREBINI DR   | 16,60                     | 0.25.00  | 10.25 AM                | 0.33.00  | 10.33 AM                | 0.43.00  | 10.43 AM                |
| PONTE DR PER CASTELLETTO D'ORBA INNESTO SP 175  | 21,50                     | 0.32.00  | 10.32 AM                | 0.43.00  | 10.43 AM                | 0.56.00  | 10.56 AM                |
| SP-176 SX PER MONTALDEO SP.175  | 21,50                     | 0.32.00  | 10.32 AM                | 0.43.00  | 10.43 AM                | 0.56.00  | 10.56 AM                |
| MONTALDEO CENTRO  | 24,70                     | 0.37.00  | 10.37 AM                | 0.49.00  | 10.49 AM                | 1.04.00  | 11.04 AM                |
| MONTALDEO VIA SANTA CATERINA, VIA DORIA, VIA GRAMSCI                                    | 24,80                     | 0.37.00  | 10.37 AM                | 0.50.00  | 10.50 AM                | 1.05.00  | 11.05 AM                |
| DR SP 175 PER <b>MORNESE</b>  | 27,00                     | 0.41.00  | 10.41 AM                | 0.54.00  | 10.54 AM                | 1.10.00  | 11.10 AM                |
| MORNESE VIA DE GASPERI, VIA DORIA, VIA ROMA, VIA SANTA MARIA MAZZARELLO                 | 29,00                     | 0.44.00  | 10.44 AM                | 0.58.00  | 10.58 AM                | 1.16.00  | 11.16 AM                |
| DR SP 170 PER BOSIO   | 29,00                     | 0.44.00  | 10.44 AM                | 0.58.00  | 10.58 AM                | 1.16.00  | 11.16 AM                |
| BOSIO VIALE UMBERTO ,   | 34,00                     | 0.51.00  | 10.51 AM                | 1.08.00  | 11.08 AM                | 1.29.00  | 11.29 AM                |
| SX SP 169   | 34,20                     | 0.51.00  | 10.51 AM                | 1.08.00  | 11.08 AM                | 1.29.00  | 11.29 AM                |
| SP 169 SX PER LOC. <b>PONASSI</b>   | 36,20                     | 0.54.00  | 10.54 AM                | 1.12.00  | 11.12 AM                | 1.34.00  | 11.34 AM                |
| PONASSI SX PER <b>CADEGUALCHI</b>   | 38,30                     | 0.57.00  | 10.57 AM                | 1.17.00  | 11.17 AM                | 1.40.00  | 11.40 AM                |
| CADEGUALCHI A DX PER <b>PARODI LIGURE</b>   | 39,80                     | 1.00.00  | 11.00 AM                | 1.20.00  | 11.20 AM                | 1.44.00  | 11.44 AM                |
| DR PER <b>CADEPIAGGIO</b>   | 42,70                     | 1.04.00  | 11.04 AM                | 1.25.00  | 11.25 AM                | 1.51.00  | 11.51 AM                |
| MADONNA DELLA GUARDIA DI GAVI   | 44,20                     | 1.06.00  | 11.06 AM                | 1.28.00  | 11.28 AM                | 1.55.00  | 11.55 AM                |
| GAVI INCROCIO SP 168 A DX SP 170 DIREZIONE BOSIO  | 45,90                     | 1.09.00  | 11.09 AM                | 1.32.00  | 11.32 AM                | 2.00.00  | 12.00 PM                |
| A SX INCROCIO CON STRADA DELLA PINETINA DIR. CARROSIO                                   | 50,00                     | 1.15.00  | 11.15 AM                | 1.40.00  | 11.40 AM                | 2.10.00  | 12.10 PM                |
| CARROSIO A SX SP 160 DIREZIONE <b>GAVI</b>  | 53,80                     | 1.21.00  | 11.21 AM                | 1.48.00  | 11.48 AM                | 2.20.00  | 12.20 PM                |
| INCROCIO CON STRADA COMUNALE VIA CAV. VITTORIO VENETO ( GALLERIA)                       | 56,90                     | 1.25.00  | 11.25 AM                | 1.54.00  | 11.54 AM                | 2.28.00  | 12.28 PM                |
| A DX SP 161 SXCrenna superiore Crenna inferiore SX S.P. 161                             | 58,20                     | 1.27.00  | 11.27 AM                | 1.56.00  | 11.56 AM                | 2.32.00  | 12.32 PM                |
| INNESTO CON EX SS 35 BIS GIOVI  | 62,60                     | 1.34.00  | 11.34 AM                | 2.05.00  | 12.05 PM                | 2.43.00  | 12.43 PM                |
| ARQUATA EX SS 35 A SX V.le ITALIA A DX PER VIA ROMA, A SX VIA XXV APRILE INNESTO SP 144 | 66,40                     | 1.40.00  | 11.40 AM                | 2.13.00  | 12.13 PM                | 2.53.00  | 12.53 PM                |
| VARINELLA VIA GRONDONA  | 67,50                     | 1.41.00  | 11.41 AM                | 2.15.00  | 12.15 PM                | 2.56.00  | 12.56 PM                |
| GRONDONA SP 144   | 73,00                     | 1.50.00  | 11.50 AM                | 2.26.00  | 12.26 PM                | 3.10.00  | 1.10 PM                 |
| ROCCAFORTE SP 144>>>BIVIO INNESTO SP 145  | 83,00                     | 2.05.00  | 12.05 PM                | 2.46.00  | 12.46 PM                | 3.37.00  | 1.37 PM                 |
| ROCCHETTA LIGURE CIRCONVALLAZIONE INNESTO SP 145  | 86,70                     | 2.10.00  | 12.10 PM                | 2.53.00  | 12.53 PM                | 3.46.00  | 1.46 PM                 |
| A SX INNESTO SP 140   | 90,90                     | 2.16.00  | 12.16 PM                | 3.02.00  | 1.02 PM                 | 3.57.00  | 1.57 PM                 |
| VIGNOLE- CASELLO A7 A DX SP 143 VIA CIRCONVALLAZIONE                                    | 107,80                    | 2.42.00  | 12.42 PM                | 3.36.00  | 1.36 PM                 | 4.41.00  | 2.41 PM                 |
| ATTRAVERSARE PONTE SUL TORRENTE BORBERA>>   | 109,30                    | 2.44.00  | 12.44 PM                | 3.39.00  | 1.39 PM                 | 4.45.00  | 2.45 PM                 |
| a DX VIA VECCHIA VIGNOLE PER <b>STAZZANO</b>  | 110,30                    | 2.45.00  | 12.45 PM                | 3.41.00  | 1.41 PM                 | 4.48.00  | 2.48 PM                 |
| STAZZANO VIA REGINA ELENA, VIA FOSSATI,   | 112,00                    | 2.48.00  | 12.48 PM                | 3.44.00  | 1.44 PM                 | 4.52.00  | 2.52 PM                 |
| A SX PIAN DELLE BOTTI X <b>CASSANO</b>  | 116,00                    | 2.54.00  | 12.54 PM                | 3.52.00  | 1.52 PM                 | 5.03.00  | 3.03 PM                 |
| CASSANO- A DX INNESTO EXSS35, VIA CIRCONVALLAZIONE, DIR. VILLALVERNIA                   | 122,50                    | 3.04.00  | 1.04 PM                 | 4.05.00  | 2.05 PM                 | 5.20.00  | 3.20 PM                 |
| A SX SP 151 FINO AD INNESTO CON SP 152 A SX   | 125,50                    | 3.08.00  | 1.08 PM                 | 4.11.00  | 2.11 PM                 | 5.27.00  | 3.27 PM                 |
| LOC MERELLA INNESTO EX SS35BIS GIOVI  | 130,00                    | 3.15.00  | 1.15 PM                 | 4.20.00  | 2.20 PM                 | 5.39.00  | 3.39 PM                 |
| A DX DIR <b>POZZOLO</b> FINO A QUADRIVIO  | 132,00                    | 3.18.00  | 1.18 PM                 | 4.24.00  | 2.24 PM                 | 5.44.00  | 3.44 PM                 |
| A SX PER <b>NOVI LIGURE</b> VIA MAZZINI E INCROCIO VIALE RIMEMBRANZA                    | 134,10                    | 3.21.00  | 1.21 PM                 | 4.28.00  | 2.28 PM                 | 5.50.00  | 3.50 PM                 |
| A DX DIREZIONE STADIO A SX PER CRISPI   | 134,50                    | 3.22.00  | 1.22 PM                 | 4.29.00  | 2.29 PM                 | 5.51.00  | 3.51 PM                 |
| NOVI LIGURE VIALE CAMPIONISSIMI ARRIVO  | 135,20                    | 3.23.00  | 1.23 PM                 | 4.30.00  | 2.30 PM                 | 5.53.00  | 3.53 PM                 |

Caro ATLETA, la città di Novi Ligure ti dà il benvenuto e ti ringrazia per aver scelto di partecipare alla 18ª Gran Fondo "DolciTerre di Novi", che si articola su due percorsi, rispettivamente di 136 e 94 chilometri, uguali alla passata edizione. Correrai sulle strade che furono il campo di allenamento dei Campionissimi Costante GIRARDENGO e Fausto Riteniamo utile informarti che la partenza verrà data il 14 aprile 2019, alle ore 10:00, da C.so Romualdo Marengo. Ti raccomandiamo in fine, la massima PRUDENZA ed ATTENZIONE, ricordandoti che, il PERCORSO E' APERTO AL TRAFFICO.

**LE PREMIAZIONI AVVERRANNO ALL'INTERNO DEL CENTRO FIERISTICO A PARTIRE DALLE ORE 15:30**

Verranno premiati i primi 5 classificati di tutte le categorie e le prime 10 società classificate

Docce disponibili all'arrivo presso:  
 Centro Fieristico (solo donne)  
 Palestra Liceo Scientifico Arnaldi  
 Spogliatoi ILVA