

UCAM - SEZIONE CICLISMO COPPA UCAM 2009				punti base -->	S T R	10	10	10	10	10					
ORDINE	COGNOME	NOME	BONUS	TOTALE		1^prova		2^prova		4^prova		5^prova		3^prova	
				Pres	Punti	Pres.	Punti	Pres.	Punti	Pres.	Punti	Pres.	Punti	Pres.	Punti
1	AMARI	GIAMPIERO		5	50	1	10	1	10	1	10	1	10	1	10
2	CANEPA	MORENO		5	50	1	10	1	10	1	10	1	10	1	10
3	LANFRANCO	ANTONINO		5	50	1	10	1	10	1	10	1	10	1	10
4	MAGNANO	GIORGIO		4	40	1	10	1	10			1	10	1	10
5	PARODI	GIACOMO		4	40	1	10	1	10	1	10			1	10
6	FONTANA	FABRIZIO		3	30	1	10	1	10	1	10				
7	MAZZOLARI	DANIELA		3	30	1	10			1	10	1	10		
8	FRATTONI	ALESSANDRO		2	20	1	10	1	10						
9	PERSANO	VALTER		2	20	1	10	1	10						
10	RELA	MARCO		2	20	1	10			1	10				
11	CARLESSO	ROBERTO		1	10							1	10		
12	FERRANDO	MAURO		1	10	1	10								
13	MANCA	STEFANO		1	10										
14	MONTANI	CARLO		1	10			1	10						
15	PICCARDI	AURELIO		1	10							1	10		
16	PINNA	VITTORIO		1	10	1	10								
17	SCANO	CLAUDIO		1	10	1	10								
18	AGRONE	ROBERTO													
TOTALI				42	462	14	140	9	90	7	70	7	70	5	50





GIRO	DATA	PERCORSO STRADA	KM	Vmedia	Disl	h max	COMMENTO
S1	8-feb-09	PEGLI - ALBISOLA - GAMERAGNA - S.MARTINO - ALPICELLA - FAIE - VARAZZE - PEGLI	80	20.6	950	457	n. 12 partecipanti. Prima uscita col casco nuovo. Bel giro
S2	08-feb-09	G.F. LAIGUEGLIA: LAIGUEGLIA - ALBENGA - SALEA - ARNASCO - ONZO - ORTOVERO - GARLENDIA - PASSO DEL GINESTRO - ANDORA - LAIGUEGLIA	114		1460		Rela e Persano
S3	15-feb-09	QUARTO - ZOAGLI - S.AMBROGIO - RAPALLO - S.MARGHERITA - QUARTO	60.5	20	1130	252	Bellissima giornata. Siamo in 19. Grande successo. Bruzzone e Ardito sono venuti incautamente da Sestri in bici: non sanno che la Riviera di Levante non è proprio piatta!
S4	22-feb-09	<b>1^ PROVA COPPA UCAM:</b> SESTRI - BORGHETTO S.SPIRITO - BOISSANO - TOIRANO - BALESTRINO - CASTELVECCHIO DI ROCCA BARBENA - ZUCCARELLO - ALBENGA	118	23.70	1182	690	1^ prova coppa UCAM. Partiti in 25! Arrivati ad Albenga in 14, giro completo fatto da 10. Ritorno in treno avventuroso. Grande soddisfazione di tutti.
S5	8-mar-09	PEGLI - SAVONA - SANTUARIO - SAVONA - PEGLI	88	25.40	626	141	Bellissima giornata primaverile. Una ventina alla partenza e in 13 fino a Santuario. In 5 hanno poi proseguito per Naso di Gatto.
S6	15-mar-09	CORNIGLIANO - CROCETTA D'ORERO - MONTOGGIO - e rientri vari sia verso la Scoffera che verso i Giovi	81	22.1	1000	650	24 partecipanti di cui 19 UCAM. Granfesta nella pasticceria con 40 paste e 20 canestrelli
S7	15-mar-09	G.F. OLMO: Celle Ligure, Sanda, Stella San Martino, Giovo, Pontinvrea, Montenotte, Ferrania, Cairo Montenotte, Dego, Girini, Giusvalla, Pontinvrea, Giovo, Stella San Giovanni, Bivio Gameragna, Gameragna	83		1450		
S8	22-mar-09	<b>2^ PROVA COPPA UCAM:</b> Quarto - Ruta - Rapallo - Sestri L. - Passo del Bracco - Carrodano - Brugnato - Borghetto Vara - Stegnedo - Memola - Pignone - Passo Termine - Panoramica delle 5 Terre - Volastra - La Spezia	133	21.10	2103	625	16+1 partecipanti che ci accompagnano per vari tratti e 9 che arrivano fino a La Spezia. Tempo ottimo, giro lungo e impegnativo ma ampiamente ripagato dalla bellezza dei posti attraversati sia nell'interno che sulla costa.
S9	5-apr-09	COGOLETO - SAVONA - CADIBONA - ALTARE - CAIRO MONTENOTTE - PONTINVREA - GIOGO - S.MARTINO - VARAZZE - COGOLETO	85	20.80	1183	704	16 partecipanti +1 non socio di cui 15 hanno fatto il giro completo. Spuntino finale nella sede di UCAM Campeggio. Peccato per il tempo che non è stato molto bello, qualche goccia di pioggia
S10	5-apr-09	G.F.CAMOGLI: Camogli - Ruta - Chiavari - <b>Passo della Forcella</b> - Passo della Scogliana - Gattorna - <b>Colle Caprile</b> - Uscio - Recco - Camogli	110		1940		2 partecipanti
S11	04-apr-09	Tour di Dallas - UCAM in America	70				Partecipazione di Stefanini
S12	19-apr-09	SESTRI - NOLI - MANIE - FINALE - ALBENGA ritorno in treno	97	24.8	725	314	11 partecipanti ma solo 5 fino ad Albenga. Dovevamo fare la Savona-Asti ma tempo brutto. Abbiamo preso pioggia solo da Principe a Sestri. Tutto sommato è andata bene
S13	03-mag-09	LAVAGNA - PASSO DELLA BISCIA - VARESE LIGURE - TAVARONE - SESTRI L. - LAVAGNA	84	21.7	1282	893	In 12. Bella novità è stata la deviazione verso Tavarone, lungo una valle poco frequentata, tra il verde e il fiume, anche se ci ha fatto salire per ulteriori 200m.
S14	10-mag-09	<b>4^ COPPA UCAM:</b> Sarzana - Aulla - Foce Carpinelli - Castelnuovo Garfagnana - Passo del Vestito - Massa - Carrara - Sarzana	138	22.20	2000	1043	In 7. Bellissimo giro intorno alla Alpi Apuane. Valli verdissime e panorami mozzafiato. Stanchi perché l'ultima salita dopo 95 km era molto impegnativa.
S15	10-mag-09	PEGLI - TURCHINO - ROSSIGLIONE - PEGLI					
S16	17-mag-09	CORNIGLIANO - PRAGLIA - CAMPOLIGURE - TURCHINO - VOLTRI - CORNIGLIANO	74	21.60	1216	918	20 partecipanti di cui 18 UCAM. In 19 a Praglia poi ci siamo divisi alle Capanne di Marcarolo: in 4 verso Voltaggio gli altri verso Campoligure
S17	24-mag-09	CORNIGLIANO - GIOVI - CASTAGNOLA - VOLTAGGIO - CARROSI - SOTTOVALLE - ARQUATA - CORNIGLIANO	93	22.90	1178	589	Giornata molto calda. Siamo in 12. Giro un po' più lungo del previsto. Terribile l'ultimo tratto della salita a Sottovalle. Noioso invece il ritorno lungo la statale.
S18	31-mag-09	ARQUATA - VILLAVERNIA - CASTELLANIA - COSTA VESCOVADO - CERRETO GRUE - MONTEGIOGO - CASASCO - BRIGNANO - S.SEBASTIANO - DERNICE - PERTUSO - ARQUATA	87	23.1			Solo in 5 a causa mal tempo a Genova.
S19	7-giu-09	Ge-Marassi - Struppa - Davagna - P.sso Scoffera - Cavorsi - Torriglia - Laccio - Montoggio - Creto - Struppa - Ge Marassi	75				Malgrado la giornata inizialmente "nera" eravamo un nutrito gruppo 12 UCAM + 4 "amici" e tutti abbiamo completato il giro in maniera soddisfacente, bello il percorso inedito di Cavorsi all'interno del Bosco.
S20	7-giu-09	Randonee di Arquata 200km	200		4000		N.2 partecipanti
S21	14-giu-09	<b>5^ COPPA UCAM:</b> Voghera - Varzi - Passo del Brallo di Pregola ( mt. 950) - <b>Cima Colletta (mt. 1.494)</b> - P.sso del Giovà - <b>Capanne di Cosola (mt. 1.500)</b> - Cabella Lig. - Borghetto Borbera - Arquata Scr.	109	21.9		1,500	N. 7 partecipanti, giornata molto bella percorso impegnativo soprattutto alla Cima Colletta, scenario molto bello fino a Cosola attraversate 3 Prov. (PV,PC,AL) e 3 Regioni (Lombardia, Emilia Rom. e Piemonte)
S22	21-giu-09	CORNIGLIANO - ORERO - MONTOGGIO - CRETO - PINO - CORNIGLIANO	67	21.7	1036	605	N.13 partecipanti. Tempo incerto. Abbiamo modificato tragitto in corso. Filippo e Santo sono andati in Val Brevenna noi abbiamo proseguito per Creto. Caduta di Aurelio ad Avosso, qualche escoriazione e di Giacomo, spettacolare con salto del guard-rail lungo la salita di Creto ma fortunatamente senza alcuna conseguenza

S23	28-giu-09	CORNIGLIANO - GIOVI - CASTAGNOLA - VOLTAGGIO - CAPANNE DI MARCAROLO - PRAGLIA - CORNIGLIANO	80				
S24	05-lug-09	MONTEBRUNO - MARSAGLIA - REZZOAGLIO - SCOGLINA - BARBAGELATA - MONTEBRUNO	97	24.20	1089	1128	In 7 giro veloce su strade panoramiche e poco trafficate. Temperatura moderata. Siamo partiti alle 8.10 e arrivati alle 13.00
S25	05-lug-09	MARATONA DELLE DOLOMITI	139	20	4200		Roberto e Bruno fatta in 7 ore
S26	12-lug-09	FERRIERE - GATTORNA - PASSO DEL PORTELLO - DONDERI - TORRIGLIA - BOASI - FERRIERE	60	20.1	1320	1021	N.12 partecipanti di cui 11 UCAM. Giro corto ma con buon dislivello in strade poco trafficate, tutte all'ombra e con bei panorami sui passi.
S27	6-set-09	PEGLI - FAIALLO - VARA - URBE - TIGLIETO - ROSSIGLIONE - TURCHINO - PEGLI	92	22.4	1678	1028	Eravamo in 11. Bellissima giornata. Siamo andati a trovare Bruno infortunato. Ci ha offerto la crostata.
S28	13-set-09	CORNIGLIANO - GIOVI - ISOLA DEL CANTONE - VOBBLIA - ALPE - CLAVAREZZA - CASELLA - ORERO - CORNIGLIANO	88	22.7	1300	1070	In 10 di cui 8 UCAM. Tempo bello abbiamo fatto il giro a velocità sostenuta.
S29	20-set-09	G.F DELLE 5 TERRE	93		1681	597	Eravamo in 11 Ucam + Marco amico di Fida. Partenza subito in salita. Tempo bello inizialmente poi piovogrellina e nebbia sul Bracco. Salita piuttosto impegnativa al Passo Termine poi molti km in discesa o falso piano. Discesa a Deiva con strada bagnata. Roberto buca subito dopo ala partenza, Moreno 2 volte. Qualche km fatto con Cassani.
S30	27-set-09	CICLOTURISTICA PRAESE	65	200			20 Partecipanti arrivati secondi dietro il CAP con 23
S31	04-ott-09	BUSALLA - SERRAVALLE - MONTEROTONDO - GAVI - VOLTAGGIO - CASTAGNOLA - CROCETTA D'ORERO - BUSALLA	75		700		8 partecipanti di cui 7 UCAM. Partiti con la pioggia poi ci siamo asciugati lingo il percorso.
S32	04-ott-09	G.F DE LA SPEZIA	103		1700		3 Partecipanti
S33	11-ott-09	<b>3^ COPPA UCAM:</b> Pegli - Savona - Cadibona - Millesimo - Lago di Osiglia - Pian dei Corsi - Calice - Finale - Pegli	169	24.1	1819		Alla partenza siamo in 17 con molti non UCAM. Poi a Savona ci dividiamo e solo in 6 completiamo la prova di cui 5 UCAM. Giornata molto bella, percorso con paesaggi molto vari dal lago di Osiglia alle salite nei boschi di castagni e di faggio per poi scendere al mare dove molta gente faceva pure il bagno. Poco vento in Riviera per cui abbiamo rinunciato al treno e abbiamo preferito proseguire in bici. Variante a Varazze: percorsa la passeggiata a mare, con relativo camallan bike per superare una piccola frana. Graditissima la sosta a UCAM mare dove Daniela ci ha offerto caffè e biscotti.
S34	18-ott-09	RECCO - CHIAVARI - LEIVI - FONTANABUONA - GATTORNA - SALITA COLLE CAPRILE - TRIBOGNA - COLLE SPINAROLA - USCIO - RECCO	71	20.7	1379	566	14 Partecipanti di cui 9 UCAM. Giornata bella un po' freddina. Salita a Colle Caprile interrotta per gara di moto, abbiamo dovuto optare per l'inedita salita a Colle Spinarola, durezza con qualche tratto all'11%.
S35	18-ott-09	PEGLI - VADO - PEGLI	80				In 5
S36	25-ott-09	PEGLI - ELLERA - S.MARTINO - VARAZZE - PEGLI	85	25	825		Partiti in 24 di cui 18 soci. Giornata calda e bellissima, con un po' di vento.
S37	01-nov-09	VARAZZE - GIOVO - PONTINVREA - DEGO - ALTARE - SAVONA - VARAZZE	78	25	992		In 12 di cui 11 UCAM. Giro molto veloce...temperature sopra 10 gradi, bei colori autunnali. Alle 11,45 eravamo già dalle macchine.
S38	15-nov-09	SESTRI - ARENZANO - SESTRI	55		50		7 partecipanti
<b>TOTALE</b>			<b>3476.5</b>		<b>43194</b>		
<b>GIRO</b>	<b>DATA</b>	<b>PERCORSO MTB</b>	<b>KM</b>	<b>Vmedia</b>	<b>Disl</b>	<b>h max</b>	<b>COMMENTO</b>
M1	15-feb-09	Cogoleto-> Varazze-> Piani di Celle-> Croce Varazze-> Sanda-> Bric delle Forche-> single track "Lustra scarpe"-> Croce Varazze-> Ritorno	35		700		
M2	22-feb-09	Arenzano-> Curlo-> Pian Lise-> Rifugio Gavetta-> Passo della Gava-> Rifugio-> Persego-> Gua-> Terralba-> Arenzano	30		750		
M3	08-mar-09	Pegli - Lencisa - monte Figogna - Madonna della Guardia - monte Gazzo - Pegli	30		700		
M4	15-mar-09	Voltri - Campenave - Birgna - Terrarossa - Vesima - Arenzano	35		750		
M5	22-mar-09	Piani di Celle - Natta - Castagna Buona	35		750		
M6	05-apr-09	Voltri-> Cannellona-> Passo del Veleno-> Giutte-> Acquasanta-> Voltri	35		1000		
M7	03-mag-09	Cogoleto - Anello di Ellera - Bric dell'Eremita	60		1250		
M8	10-mag-09	Garbo - Granarolo - Forti Sperone - Puin - Diamante - Garbo	50		980		
M9	17-mag-09	Varazze-> Casanova-> discarica-> passo del Muraglione-> Faje-> Pra Riundo-> Beigua-> Alta Via-> Giovo o Prati del Prezzemolo-> S. Martino-> Varazze	50		1500		
M10	31/5 - 2/6	1000 Grobbo - 100km dei Forti - 3 tappe	100		2500		
M11							

			<b>TOTALE</b>	<b>460</b>		<b>10880</b>	