

UCAM - SEZIONE CICLISMO COPPA UCAM 2016				<i>punti base --></i>	S T R	10	10	10	10	10					
ORDINE	COGNOME	NOME	BONUS	TOTALE		1^prova		2^prova		3^prova		4^prova		5^prova	
				Pres	Punti	Pres.	Punti	Pres.	Punti	Pres.	Punti	Pres.	Punti	Pres.	Punti
1	MAGNANO	GIORGIO		5	50	1	10	1	10	1	10	1	10	1	10
2	PARODI	GIACOMO		5	50	1	10	1	10	1	10	1	10	1	10
3	RELA	MARCO		5	50	1	10	1	10	1	10	1	10	1	10
4	CANEPA	MORENO		4	40		0	1	10	1	10	1	10	1	10
5	GUIDO	RUBEN		4	40		0	1	10	1	10	1	10	1	10
6	PERSANO	VALTER		4	40	1	10	1	10	1	10	1	10		0
7	AMARI	GIAMPIERO		3	30	1	10	1	10		0		0	1	10
8	MAZZOLARI	DANIELA		3	30		0		0	1	10	1	10	1	10
9	SCANO	CLAUDIO		3	30	1	10	1	10	1	10		0		0
10	FACCHINI	ANNA MADDALENA		2	20		0		0	1	10		0	1	10
11	MONDADORI	BRUNO		2	20		0	1	10		0		0	1	10
12	MONTANI	CARLO		2	20		0		0	1	10	1	10		0
13	MUZIO	PAOLO		2	20		0	1	10	1	10		0		0
14	STEFANINI	CARLO		2	20		0		0	1	10	1	10		0
15	AIME'	ARMANDO		1	10	1	10		0		0		0		0
16	BIDDAU	MICHELE		0	0		0		0		0		0		0
17	COMIN	MONICA		0	0		0		0		0		0		0
18	FERRANDO	MAURO		0	0		0		0		0		0		0
19	FINOTTI	SERGIO		0	0		0		0		0		0		0
20	GIARDINA	FABIO		0	0		0		0		0		0		0
21	IMBROGIO	MARIA		0	0		0		0		0		0		0
22	LANFRANCO	ANTONINO		0	0		0		0		0		0		0
23	MACOGGI	ANSELMO		0	0		0		0		0		0		0
24	MANCA	STEFANO		0	0		0		0		0		0		0
25	MARINELLI	ANGELO		0	0		0		0		0		0		0
26	MONTAGNANI	FRANCO		0	0		0		0		0		0		0
27	PARODI	SERGIO		0	0		0		0		0		0		0
28	PICCARDI	AURELIO		0	0		0		0		0		0		0
29	PICCININI	SERGIO		0	0		0		0		0		0		0
30	PINNA	VITTORIO		0	0		0		0		0		0		0
31	PUTTI	MARINA		0	0		0		0		0		0		0
32	SAIA	IGNAZIO		0	0		0		0		0		0		0
33	TAVELLA	GIAMPAOLO		0	0		0		0		0		0		0
34	VARAGLIOTI	SILVANO		0	0		0		0		0		0		0
35				0	0		0		0		0		0		0
36				0	0		0		0		0		0		0
TOTALI				47	470	7	70	10	100	12	120	9	90	9	90

UCAM - SEZIONE CICLISMO
CLASSIFICA 2016



punti base -->

10

10

10

10

10

10

10

10

ORDINE	COGNOME	NOME	TOT.	bon us	TOTALE		S1		S2		S3		S4		S5		S6		S7		S8	
			BONUS		Pres	Punti	Pres.	Punti	Pres.	Punti	Pres.	Punti	Pres.	Punti	Pres.	Punti	Pres.	Punti	Pres.	Punti	Pres.	Punti
1	PARODI	GIACOMO	0		23	230	U	10	U	10	A	10	A	10	U	10	A	10	U	10	B	10
2	MAGNANO	GIORGIO	0		20	200	U	10	U	10	A	10	A	10	U	10			U	10	A	10
3	GUIDO	RUBEN	0		19	190			U	10	A	10	A	10	U	10			U	10	A	10
4	RELA	MARCO	0		19	190	U	10	U	10			A	10	U	10	A	10	U	10		
5	CANEPA	MORENO	0		18	180			U	10			A	10	U	10	A	10	U	10	A	10
6	PERSANO	VALTER	0		18	180	U	10	U	10	A	10	A	10	U	10			U	10	AB	10
7	PICCARDI	AURELIO	0		16	160							A	10			A	10	A	10	B	10
8	MUZIO	PAOLO	30	3	13	160			U	10	A	10	A	10	U	10			A	10		
9	AMARI	GIAMPIERO	0		14	140	U	10	U	10	A	10	A	10					A	10	A	10
10	MAZZOLARI	DANIELA	0		13	130							A	10	U	10			U	10	A	10
11	SCANO	CLAUDIO	0		12	120	U	10	U	10	A	10			U	10	A	10	A	10		
12	FACCHINI	ANNA MADDALENA	0		7	70							A	10	U	10	A	10				
13	MONTAGNANI	FRANCO	0		7	70																
14	MONTANI	CARLO	0		7	70									U	10	A	10	U	10		
15	AIME'	ARMANDO	0		6	60	U	10														
16	STEFANINI	CARLO	0		6	60									U	10			U	10		
17	MONDADORI	BRUNO	3		5	53			U	10	A	10					A	10	A	10		
18	GIARDINA	FABIO	0		4	40											A	10				
19	TAVELLA	GIAMPAOLO	0		3	30															B	10
20	IMBROGIO	MARIA	6	3	2	26																
21	PUTTI	MARINA	3		2	23							A	10							B	10
22	BIDDAU	MICHELE	0		2	20													A	10		
23	LANFRANCO	ANTONINO	0		2	20																
24	PICCININI	SERGIO	3	3	1	13																
25	SAIA	IGNAZIO	0		1	10																
26	COMIN	MONICA	0		0	0																
27	FERRANDO	MAURO	0	3	0	0																
28	FINOTTI	SERGIO	0	3	0	0																
29	MACOGGI	ANSELMO	0		0	0																
30	MANCA	STEFANO	0		0	0																
31	MARINELLI	ANGELO	0	3	0	0																
32	PARODI	SERGIO	0	3	0	0																
33	PINNA	VITTORIO	0	3	0	0																
34	VARAGLIOTI	SILVANO	0	3	0	0																
35			0		0	0																
36			0		0	0																
TOTALI					240	2445	7	70	10	100	8	80	12	120	12	120	9	90	15	150	10	100

UCAM - SEZIONE CICLISMO
CLASSIFICA 2016



punti base -->

10

10

10

10

10

10

10

10

ORDINE	COGNOME	NOME	TOT.	bon us	TOTALE		S9		S10		S11		S12		S13		S14		S15		S16	
					BONUS	Pres	Punti	Pres.	Punti	Pres.	Punti	Pres.	Punti	Pres.	Punti	Pres.	Punti	Pres.	Punti	Pres.	Punti	Pres.
1	PARODI	GIACOMO	0		23	230	A	10	A	10	A	10	U	10	G	10	G	10	A	10	A	10
2	MAGNANO	GIORGIO	0		20	200	A	10			A	10	U	10	G	10	G	10	A	10	A	10
3	GUIDO	RUBEN	0		19	190	A	10	A	10	A	10	U	10	G	10	G	10			A	10
4	RELA	MARCO	0		19	190	A	10	A	10	A	10	U	10	G	10	G	10	A	10	A	10
5	CANEPA	MORENO	0		18	180	A	10	A	10	A	10	U	10	G	10	G	10	A	10		
6	PERSANO	VALTER	0		18	180	A	10	A	10	A	10			G	10	G	10	A	10	A	10
7	PICCARDI	AURELIO	0		16	160	A	10	A	10	A	10							A	10	A	10
8	MUZIO	PAOLO	30	3	13	160	A	10	A	10	A	10							A	10	A	10
9	AMARI	GIAMPIERO	0		14	140							U	10	G	10	G	10			A	10
10	MAZZOLARI	DANIELA	0		13	130	A	10	A	10			U	10					A	10		
11	SCANO	CLAUDIO	0		12	120	A	10	A	10	A	10										
12	FACCHINI	ANNA MADDALENA	0		7	70	A	10					U	10					A	10	A	10
13	MONTAGNANI	FRANCO	0		7	70																
14	MONTANI	CARLO	0		7	70	A	10	A	10					G	10	G	10				
15	AIME'	ARMANDO	0		6	60	A	10							G	10	G	10				
16	STEFANINI	CARLO	0		6	60			A	10					G	10	G	10				
17	MONDADORI	BRUNO	3		5	53							U	10								
18	GIARDINA	FABIO	0		4	40	A	10			A	10										
19	TAVELLA	GIAMPAOLO	0		3	30	A	10	A	10												
20	IMBROGIO	MARIA	6	3	2	26	A	10			A	10										
21	PUTTI	MARINA	3		2	23																
22	BIDDAU	MICHELE	0		2	20																
23	LANFRANCO	ANTONINO	0		2	20	A	10														
24	PICCININI	SERGIO	3	3	1	13																
25	SAIA	IGNAZIO	0		1	10																
26	COMIN	MONICA	0		0	0																
27	FERRANDO	MAURO	0	3	0	0																
28	FINOTTI	SERGIO	0	3	0	0																
29	MACOGGI	ANSELMO	0		0	0																
30	MANCA	STEFANO	0		0	0																
31	MARINELLI	ANGELO	0	3	0	0																
32	PARODI	SERGIO	0	3	0	0																
33	PINNA	VITTORIO	0	3	0	0																
34	VARAGLIOTI	SILVANO	0	3	0	0																
35			0		0	0																
36			0		0	0																
TOTALI					240	2445	17	170	12	120	11	110	9	90	10	100	10	100	9	90	9	90

UCAM - SEZIONE CICLISMO
CLASSIFICA 2016



punti base -->

10

10

10

10

10

10

10

ORDINE	COGNOME	NOME	TOT.	bon us	TOTALE		S17		S18		S19		S20		S21		S22		S23		
			BONUS		Pres	Punti	Pres.	Punti	Pres.	Punti	Pres.	Punti	Pres.	Punti	Pres.	Punti	Pres.	Punti	Pres.	Punti	
1	PARODI	GIACOMO	0		23	230	A	10	A	10	C	10	A	10	A	10	A	10	A	10	
2	MAGNANO	GIORGIO	0		20	200	A	10	A	10	C	10	A	10	A	10	A	10			
3	GUIDO	RUBEN	0		19	190			A	10	C	10	A	10	A	10	A	10	A	10	
4	RELA	MARCO	0		19	190	A	10			C	10	A	10	A	10			A	10	
5	CANEPA	MORENO	0		18	180			A	10	C	10	A	10	A	10			A	10	
6	PERSANO	VALTER	0		18	180			A	10	C	10	A	10					A	10	
7	PICCARDI	AURELIO	0		16	160	A	10	A	10	C	10	A	10	A	10	A	10	A	10	
8	MUZIO	PAOLO	30	3	13	160	A	10	A	10			A	10							
9	AMARI	GIAMPIERO	0		14	140	A	10	A	10	C	10			A	10					
10	MAZZOLARI	DANIELA	0		13	130			A	10	C	10	A	10	A	10			A	10	
11	SCANO	CLAUDIO	0		12	120	A	10			C	10					A	10			
12	FACCHINI	ANNA MADDALENA	0		7	70															
13	MONTAGNANI	FRANCO	0		7	70	A	10	A	10	C	10	A	10	A	10	A	10	A	10	
14	MONTANI	CARLO	0		7	70															
15	AIME'	ARMANDO	0		6	60									A	10	A	10			
16	STEFANINI	CARLO	0		6	60													A	10	
17	MONDADORI	BRUNO	3		5	53															
18	GIARDINA	FABIO	0		4	40					C	10									
19	TAVELLA	GIAMPAOLO	0		3	30															
20	IMBROGIO	MARIA	6	3	2	26															
21	PUTTI	MARINA	3		2	23															
22	BIDDAU	MICHELE	0		2	20					C	10									
23	LANFRANCO	ANTONINO	0		2	20					C	10									
24	PICCININI	SERGIO	3	3	1	13					C	10									
25	SAIA	IGNAZIO	0		1	10					C	10									
26	COMIN	MONICA	0		0	0															
27	FERRANDO	MAURO	0	3	0	0															
28	FINOTTI	SERGIO	0	3	0	0															
29	MACOGGI	ANSELMO	0		0	0															
30	MANCA	STEFANO	0		0	0															
31	MARINELLI	ANGELO	0	3	0	0															
32	PARODI	SERGIO	0	3	0	0															
33	PINNA	VITTORIO	0	3	0	0															
34	VARAGLIOTI	SILVANO	0	3	0	0															
35			0		0	0															
36			0		0	0															
TOTALI						240	2445	8	80	10	100	16	160	10	100	10	100	7	70	9	90

		GIRI 2016									
		DATA	PERCORSO	TOT	KM	MEDIA	DISL.	Hmax	Part.	COMMENTO	
				TOTALI 2016			2668,0		41286		
S01	U	20-feb-16	1^ COPPA UCAM: ANDORA - DIANO ARETINO - DIANO CASTELLO - CALDERINA - SERRETA - IMPERIA - VASIA - PANTASINA - DOLCEDO - CIVEZZA - S.LORENZO - ANDORA		99	19,3	1838	470	7	1^ Coppa UCAM: Bellissima giornata, sembra di inizio primavera. A Diano troviamo Pietro. Bellissimo giro nell'entroterra di Diano e Imperia tra gli ulivi. A Dolcedo Pietro ci lascia e noi mangiamo doppia porzione di spaghetti aglio e olio e peperoncino e pomodoro: sembravano tanti ma sono andati via in un baleno. Ad Andora gelato.	
				FEBBRAIO	99,0	99	1838				
S02	U	19-mar-16	2^ COPPA UCAM: PRA - VARAZZE - SASSELLO - FAIALLO - TURCHINO - PRA		100	20,8	1815	1050	12	12 partecipanti di cui 10 UCAM. 2^ Coppa Ucam. In occasione del passaggio della Milano Sanremo. Tempo bello solo tanta nebbia sul Faiallo.	
S03	A	26-mar-16	CORNIGLIANO - GIOVI - BUSALLA - BASTIA - SAVIGNONE - CASELLA - S.OLCESE		66	19,90	1155	639	10	10 Partecipanti di cui 8 UCAM. Bella giornata primaverile. Percorso su strade per alcuni inedite.	
				MARZO	265,0	166	2970				
S04	A	3-apr-16	RAPALLO - SESTRI L. - SALITA DEL BRACCO - CROVA - MONEGLIA - TESSI - BRACCO -SESTRI L. - RAPALLO		80	20,30	1300	350	12	Bella giornata di primavera. Giro impegnativo ma molto partecipato. Tra gli ulivi e vista mare la discesa verso Moneglia dove abbiamo preso il caffè.	
S05	U	10-apr-16	3^COPPA UCAM: PIACENZA - GRAZZANO VISCONTI - BETTOLA - PRATO BORBERO - S. MICHELE - LUCIGNANO - CASTELL'ARQUATO - PIACENZA		119	22,2	1314	960	13	Giornata calda e bella, qualche difficoltà alla partenza e all'arrivo per individuare il posteggio delle macchine, poi abbiamo fatto alcune deviazione per una frana e a causa dello svolgimento della Granfondo delle Valli Piacentine che percorreva le nostre strade ma in senso opposto. A Prato Borbero abbiamo usufruito del punto di ristoro. Bei panorami ma da segnalare asfalto pessimo in gran parte delle strade collinari.	
S06	A	17-apr-16	GENOVA - CORNIGLIANO - MONTANESI - VITTORIA - MONTOGGIO - CRETO - GENOVA		72	21,2	1120	605	9	Tempo nuvoloso ma non freddo.Salita di Montanesi dura soprattutto dopo il paese. E' la prima volta che come gruppo la facciamo in salita. Alla Vittoria, Moreno si ritrova con pedivella incrinata, va da Cerati e ... compra una bicicletta Fondriest in carbonio vera occasione.	
S07	U	24-apr-16	4^COPPA UCAM: BORGOMANERO - OMEGNA - ORTA - MOTTARONE (m. 1450) - STRESA - ARONA - BORGOMANERO		111	20,0	2050	1450	9	Giornata bellissima anche se un po' freddina. Abbiamo messo la divisa invernale e non abbiamo sbagliato. Posti magnifici, forse uno dei più bei giri che abbiamo mai fatto. Costeggiamo il lago d'Orta dal lato Occidentale con vista sull'isola di S. Giulio e in lontananza il Mottarone con le sue antenne. Colori intensi del lago e dei fiori che ornano le numerose ville. Ci fermiamo nella caratteristica e affollata Orta, poi affrontiamo la salita che sale con pendenze importanti in 17 km alla cima del Mottarone: in certi tratti è veramente dura, supererà il 12%. I panorami sono stupendi perché si possono ammirare ben 7 laghi oltre l'arco alpino con i ghiacciai del M.Rosa e in lontananza anche il Bernina e le Alpi Svizzere. Un piatto di tagliatelle al sugo non ce lo facciamo mancare prima di scendere verso Stresa. Piacevole e veloce il lungo lago a favor di vento, poi dopo Arona sbagliamo strada e facciamo 5 o 6 km in più. Ancora una salitina e poi giù verso Borgomanero. Bello.	
S07	A	24-apr-16	CORNIGLIANO - GIOVI - BUSALLA - CAMARZA - CROCFIESCHI -SORRIVI - NENNO - CASELLA - GENOVA		80				6	6 partecipanti di cui 5 UCAM.	
S08	A	30-apr-16	MANESSENO - SERRAVALLE - PRATOROTONDO - GAVI - SAN CRISTOFARO - BASALUZZO - GAVI - VOLTAGGIO - CASTAGNOLA - MANESSENO		130		1350		9	9 partecipanti di cui 6 UCAM. Giro impegnativo nella valle Scrivia con rientri vari.	
				APRILE	727,0	592	5834				
S08	B	1-mag-16	QUARTO - RAPALLO - S.MARTINO DI NOCETO - MEGLI - QUARTO		58	21,3	920	250	5	Pochi partecipanti visto che si prospettava mal tempo. Poi invece è andato tutto bene.	
S09	A	8-mag-16	1^ CICLOBASANATA - QUARTO - S.MARTINO DI NOCETO - RAPALLO - MEGLI - S.DESIDERIO - QUARTO		67	21,00			17	Tanti partecipanti, bella giornata. Partiamo in 15: Giampaolo ci accompagna fino a Pieve, noi saliamo sulla Ruta e scendiamo da S.Martino di Noceto. Può mancare un posto nuovo nei nostri giri? E così facciamo una piccola deviazione per vedere la chiesa millenaria di Valle Christi. Sulla via del ritorno passiamo da Megli. A Quarto salutiamo Aurelio e Paolo che rientrano, Anna e Maria le lasciamo a farsi belle e noi proseguiamo per S.Desiderio. Arriviamo a casa di Marco dove troviamo anche Antonello e Carlo con relative consorti, le mogli di Armando e mia e naturalmente la moglie di Marco. La basanata finalmente può iniziare nel bel giardino di casa Rela. Ci stiamo tanto bene che ce ne andiamo solo dopo le 17.00. Giornata indimenticabile.	

		GIRI 2016									
		DATA	PERCORSO	TOT	KM	MEDIA	DISL.	Hmax	Part.	COMMENTO	
TOTALI 2016					2668,0		41286				
S10	A	15-mag-16	STAGLIENO - DAVAGNA - SCOFFERA - SOTTOCOLLE - VALLEBONA - S.ALBERTO - PANNESI - CORNUA - M.FASCE - STAGLIENO		71	19,00	1679	850		Tempo bello. Sosta caffè a Sottocolle: ha offerto Claudio perché ha la bici nuova. Strada di Vallebona molti non la conoscevano. Salita verso S.Alberto piuttosto dretta. Ci accompagna Davide che si è unito a noi alla Scoffera. Aurelio e Paolo rientrano da Bargagli. Per strada in costa arriviamo a Pannesi. Al bivio per la strada del Fasce dobbiamo attendere qualche minuto perché si sta svolgendo una gara di cronoscalata. Sul fasce troviamo nebbia fitta poi scendendo di nuovo bel tempo. Bel giro.	
S11	A	22-mag-16	LAVAGNA - SESTRI L. - CASTIGLIONE CHIAVARESE - GALLERIA DI VELVA - TAVARONE - SANTA MARIA - VALLETTI - PASSO DELLA BISCIA - LAVAGNA		81	19,70	1840	886	13	13 partecipanti di cui 11 UCAM. Giornata bellissima. Arrivati con scioltezza alla Galleria di Velva, inizia la salita vera verso Tavarone. Passato il paese ciò che abbiamo guadagnato lo perdiamo subito fino al bivio per Maissana: qualcuno sale al paese altri proseguono per più comoda strada in costa fino a Santa Maria dove ci gustiamo dolce e caffè offerto da Moreno. Ora ci aspetta un rampone a xx% per salire verso i Colletti, stradina stretta tutta dentro il bosco, quindi discesa a Valletti fino all'incrocio con la provinciale del Biscia. Praticamente tutto ciò che abbiamo fatto in salita è stato perso e ora ci tocca riconquistarlo. Al Passo del Biscia ci ricompattiamo per fare poi la bellissima e lunga discesa tutti insieme. Bellissimo giro su strade inedite, non lunghissimo ma impegnativo per il dislivello e le pendenze di alcuni tratti. Asfalto poi approssimativo per cui la media è stata bassa.	
S12	A	28-mag-16	5^COPPA UCAM: BORGO SAN DALMAZZO - COLLE DELLA LOMBARDA - S. ANNA DI VINADIO - BORGO SAN DALMAZZO		100		2250	2350	11	Bellissima giornata, sulle strade del Giro d'Italia dove Nibali ha conquistato la maglia rosa e vinto il Giro. Tanta fatica perché è una salita lunga e molto impegnativa che ho fatto insieme a Marco Rela. Moreno, Daniela, Ruben e Giorgio li incontriamo che stanno scendendo dalla Lombardia: loro ne venivano da Bersezio ed erano partiti prima. In discesa incontriamo l'incredibile Anna che la pensavamo distesa su un prato a prendere il sole e invece è arrivata anche lei al passo in solitaria. Nella salita al Santuario ci hanno fermato ad un km dall'arrivo per cui non siamo potuti arrivare in cima come invece hanno fatto Bruno, Moreno e Daniela. Giampiero e Marco Cingolani non sono saliti alla Lombardia e sono rimasti a vedere l'arrivo insieme a Moreno e Daniela, mentre tutti gli altri sono rientrati.	
MAGGIO				1234,0	377		6689				
S13	G	11-18-giu	GIRO CENTROITALIA 2016: Ciampino - Fiuggi - Pescasseroli - Ovindoli - Rieti - Terminillo - Spoleto - Passignano								
S14	G	11-18-giu	GIRO CENTROITALIA 2016: Ciampino - Fiuggi - Pescasseroli - Ovindoli - Rieti - Terminillo - Spoleto - Passignano		758		11869		11	11 partecipanti di cui 10 UCAM	
S15	A	26-giu-16	BUSALLA - ARQUATA - MONGIARDINO - COSTA SALATA - VOBIA - CROCEFIESCHI - BUSALLA		73	23,4	1000	779	9	9 partecipanti. Giro classico. Bella giornata, neanche eccessivamente caldo.	
GIUGNO				2065,0	831		12869				
S16	A	03-lug-16	CORNIGLIANO - VOLTRI - TURCHINO - CAMPOLIGURE - CAPANNE DI MARCAROLO - PRAGLIA - CORNIGLIANO		73	21,2	1242	880	9	Giornata bella ma non limpida, temperatura buona.	
LUGLIO				2138,0	73		1242				
S17	A	4-set-16	BUSALLA - ARQUATA - PRATOLUNGO - GAVI - BOSIO - PASSO DEGLI EREMITI - VOLTAGGIO - CASTAGNOLA - BUSALLA		70	22,3	1020	700	8	8 partecipanti. Bel tempo. Giro piacevole. Franco ha preferito passare da Carrosio ed evitare la salita dell'Alpino.	
S18	A	22-set-16	ROSSIGLIONE - OVADA - VIGONE - GROGNASCO - BRIC BERTON - PALO - TIGLIETO - ROSSIGLIONE		90	21,4	1700	750	10	Giornata molto bella. Gran gruppo. Velocemente arriviamo a Visone poi inizia la salita e il gruppo si allunga. Paolo fora, prima tenta un gonfiaggio ma dopo 6-7 km gomma di nuovo sgonfia. Sostituisce la gomma, qualche problema perché ci mette molto. Siamo avanti, poi sappiamo che al bivio di Cimaferle ha sbagliato e si è diretto verso Ponzone e ha riorato di nuovo. Rientrerà in treno. Bella la discesa da Bric Berton. A Palo sosta caffè. Arriviamo a Rossiglione intorno alle 13.00.	
SETTEMBRE				2298,0	160		2720				
S19	C	2-ott-16	5^ CICLOTURISTICA UCAM - SESTRI - PICCARELLO - BOLZANETO - ISOVERDE - PONTEDECIMO - BORZOLI - SESTRI		50	23,0	500		16	Ci siamo divertiti e chi ha partecipato è rimasto contento dell'organizzazione. Peccato che i partecipanti, noi compresi, sono stati 60: un po' pochini. Abbiamo comunque avuti i complimenti della sig.ra Cannicchi, contenta della nostra organizzazione.	

		GIRI 2016									
		DATA	PERCORSO		TOT	KM	MEDIA	DISL.	Hmax	Part.	COMMENTO
				TOTALI 2016		2668,0		41286			
S20	A	09-ott-16	VARAZZE - ALPICELLA - M.BEIGUA - PIAMPALUDO - SASSELLO - MADONNA DEL SALTO - STELLA VARAZZE			70	18,5	1740	1280	10	Bella giornata autunnale. La salita del Beigua è praticamente divisa in tre parti: 5 km in falso piano dove si sale circa 100m, 4 km per arrivare ad Alpicella dove si fanno circa 300m di dislivello e poi altri 10 con 900m di dislivello, i più duri con pezzi oltre il 13%, per arrivare in vetta: insomma molto impegnativa. Ad Alpicella Franco preferisce non salire ulteriormente e poco dopo Marco è costretto a tornare indietro per rottura del cambio. Ci fermiamo al rifugio sotto le antenne per il caffè. Non c'è vento ma la temperatura è intorno agli 11° per cui dobbiamo ben coprirci. Scendiamo velocemente nella faggeta verso Piampaludo, poi affrontiamo ancora un piccolo strappo verso Alberola. Fino a Sassello ora è tutta discesa. La salita verso il Giovo non è un problema. Ora possiamo toglierci le mantelline: siamo in vista del mare.
S21	A	16-ott-16	RAPALLO - LAVAGNA - CONSCENTI - ZERBI - PIAN DEL FIEÑO - MONTE DOMENICO - SESTRI LEVANTE - RAPALLO			75	21,0	1332	420	10	Bella giornata con temperatura mite. La salita a Zerli è inedita: sale subito con un buon 10% se non di più ma non è molto lunga, altri pezzi impegnativi e si guadagna rapidamente quota. Panorami verso la Val Graveglia, Passo della Biscia e Monte Domenico. A Zerli si ha il punto massimo dell'ascesa e inizia la discesa, nel bosco fino ad arrivare sulla statale a Pian del Fieno. Scendiamo per qualche km fino a Frisolino dove Giampiero e Aurelio ci lasciano mentre noi affrontiamo la dura salita di Monte Domenico: anche qui pendenze sopra il 10%. Bella la discesa con vista mare verso Sestri Levante. Bello.
S22	A	30-ott-16	CHIAVARI - BRACCO - FRAMURA - CICLABILE DI BONASSOLA - LEVANTO - BRACCO - SESTRI LEVANTE			89	20,5	1672	615	8	Giornata calda e bellissima. E' la prima volta che viene con noi Francesco Cervetto. E' stato un giro impegnativo ma molto suggestivo. Inedita per tutti la ciclabile tra Framura e Levanto, in gran parte in galleria ma con spettacolari scorci su spiaggette e scogliere inaccessibili. A Levanto e Bonassola alcuni facevano anche il bagno perchè c'era un mare stupendo. Lunga la salita da Levanto al Bracco e velocissima la discesa fino a Sestri Levante.
				OTTOBRE	2582,0	284		5244			
S23	A	13-nov-16	PEGLI - SAVONA - PEGLI			86	26,5	580	80	10	Classico percorso per ultima gara in classifica
				NOVEMBRE	2668,0	86		580			