



Umbria

cuore verde d'italia

CICLOVIA DEL TEVERE Tappa 1 - Da San Giustino a Umbertide

Partenza	San Giustino - Piazza del Municipio
Arrivo	Umbertide - Rocca
Distanza	44,500 km
Dislivello	+80 m; -150 m
Difficoltà	Facile
Fondo stradale	Asfalto 13,200 km (29,7%) Sterrato 31,300 km (60,3%)
Bici Consigliata	Ibrida, mtb
Da vedere in zona	San Giustino, Città di Castello, Trestina, Umbertide

Il percorso costeggia costantemente il Tevere che, in questo suo tratto ancora giovanile, mostra in ogni stagione delle acque straordinariamente trasparenti, circondate da una rigogliosa vegetazione ripariale, spesso di alto valore.

La tappa corre in buona parte su sede riservata, spesso in sede propria. Il fondo è molto vario: si va dall'asfalto stradale, all'asfalto leggero, allo sterrato inghiaiato e pressato, alla terra battuta o erbosa. Proprio questa alternanza fa sì che i tratti in terra più vicini al fiume, in caso di pioggia, siano praticabili in sicurezza e con qualche soddisfazione, solo da mountain bike, fat e cross bike mentre anche i modelli più robusti e "campestri" di bici da cicloturismo sono adeguati alla tappa solo con suolo asciutto.

Spalle al Municipio di San Giustino, procedere verso destra sino a prendere Via D.Rubechi. Al primo incrocio girate a sinistra (Via A. Rossi) quindi a destra per la Via Citernese Aretina, che, dopo circa 800 metri, si immette nella Strada Statale 73bis, traversando la zona artigianale. Di qui, senza mai mutare direzione, la strada, passa sotto la E45 e inizia a traversare una zona rurale. In fondo, iniziate a distinguere con chiarezza la vegetazione ripariale che caratterizza il Tevere, che attraverserete, portandovi sulla sua riva destra. Appena in fondo alla discesa del ponte, prendete a sinistra: da qui la ciclopedonale corre ufficialmente riservata a velocipedi, pedoni, mezzi agricoli e ai rarissimi residenti. La stradina di terra, a tratti sconnessa, costeggia il fiume fino a che, dopo circa 2,5 km, passa sotto due ponti. Immediatamente sorpassato il secondo ponte prendete a destra, risalendo sul ponte nuovo che vi consentirà di spostarvi sulla riva sinistra del Tevere, svoltando a sinistra alla prima inserzione. Vi trovate così di nuovo su strada di terra, a tratti interamente coperta d'erba, fino ad un ponte ciclopedonale in legno, di recentissima costruzione, oltrepassato il quale si prosegue sempre su terra, con fondo però più costipato ed agevole. Per la prima volta (ma accadrà spesso) per aggirare un piccolo affluente, il percorso si allontana un poco dalle sue sponde fluviali, attraversando più all'interno per un ponticello ciclopedonale, per tornare poi presso la riva e

proseguire nuovamente nella direzione della corrente. Le inserzioni con strade vicinali, a volte asfaltate, si fanno ora più frequenti. Si raggiunge quindi Città di Castello (bar – farmacia – ospedale - centri commerciali – ristoranti, alberghi ed altri servizi). Oltrepassando i cancelli del Parco Alexander Langer, abbiamo varie possibilità di ristoro, nonché uno dei varchi d'accesso al centro storico. Proseguite il viaggio incontrando, in rapida successione, il colorato deposito imbarcazioni e sede didattica del locale Canoa Club ed il Parco del Lago dei Cigni, con altre possibilità di ristoro e negozi nelle vicinanze. L'itinerario prosegue e vi porta ora su una strada asfaltata, da prendere verso destra. La stradina serpeggia meno di 150 metri tra le case, sino a che biforca: tornate a prendere verso destra, ritornando a stringere da presso il fiume, per costeggiare gli impianti di depurazione, subito seguiti dall'interessante zona umida dei Laghi Spada (Sito di Interesse Comunitario). Passato sotto un ponte ferroviario, per tre volte, in successione, l'itinerario abbandona il fiume per tornarvi dopo aver oltrepassato tre affluenti, sempre utilizzando percorsi riservati. Si prosegue per circa 4 km senza variazioni di rilievo, quindi la ciclopedonale passa sotto un cavalcavia. L'itinerario deve costeggiare nuovamente un affluente, giungendo praticamente a ridosso della E45, per raggiungere la sponda e proseguire, senza altre variazioni, sino a che, con due gomiti, riguadagna una strada asfaltata. A questo punto si presentano tre soluzioni per raggiungere Umbertide. La più semplice e rapida è percorrendo l'asfaltata (Viale Europa) che passando per Montecastelli, Cioccolanti e Niccone raggiunge la cittadina. La seconda (di seguito descritta) è prendendo l'asfaltata che conduce a Montone (borgo che merita una visita), a terza è un'alternativa non asfaltata alla provinciale per Montone ma percorribile esclusivamente da ciclisti esperti e muniti di mountain bike, avendo pendenze superiori al 20% e per lo più su calcestruzzo molto sconnesso e rovinato.

Volendo quindi procedere con semplicità verso Umbertide, dall'incrocio, a destra, si prosegue ancora in sede protetta per un centinaio di metri, sino a che ci si congiunge all'asfaltata. Usate comunque molta attenzione, l'asfalto è a volte sconnesso, e appena dopo il ponte sul Tevere la strada restringe un poco, mentre passa nella frazione di Montecastelli (bar - alimentari). Si prosegue per Cioccolanti, quindi per il minuscolo comune di Niccone, per riprendere la ciclopedonale presso il ponte di Umbertide e raggiungere facilmente in centro storico.

Tappa 1 – Variante per Montone

Partenza	Bivio Viale Europa – SP201 (loc. Piandana)
Arrivo	Umbertide - Rocca
Distanza	14,500 km
Dislivello	+230 m; -270 m
Difficoltà	Medio-Facile
Fondo stradale	Asfalto 8,500 km (59,6%) Sterrato 6,000 km (41,4%)
Bici Consigliata	Ibrida, mtb
Da vedere in zona	Montone, Umbertide

Dall'incrocio con la SP140 prendere a sinistra e, fatti un centinaio di metri, attraversare a destra la strada che taglia tutta la zona artigianale (SP 201) e inizia a risalire in forte pendenza la collina.

All'interno del secondo tornante, se non si desidera arrivare sino al paese, ma solo proseguire, si prenda a destra e si scende la collina, sempre su asfaltata, sino a una grande rotonda. Lì si gira a destra e, fatti circa 200 metri, ancora a destra, lasciando l'asfaltata per una strada di terra inghiaata in buone condizioni. Al primo bivio si prende a sinistra e sino a che, a pochi metri dalla superstrada, si deve prendere a sinistra per l'evidente sottopasso. Costeggiata la superstrada per meno di mezzo km, la strada svolta bruscamente in direzione del Tevere, per immettersi su una stretta vicinale asfaltata che terrete, ignorando le numerose intersezioni, sino ad un ponte. Appena oltrepassato il ponte, svoltate decisamente a destra, per una stradina di terra che corre sotto una rigogliosa vegetazione. A un certo punto, è indicato un "itinerario alternativo". Siete in una zona di possibile esondazione: se, poco dopo, trovaste il Tevere in piena, ritornate indietro, pedalate nella direzione del cartello e, in poco tempo sarete alle prime case di Umbertide. In condizioni normali, invece, giunti alla sponda si svolta a sinistra. Si raggiunge così Umbertide tenendo una stradina riservata a residenti e a persone munite di licenza di pesca. Tutta questa zona, a partire dai Laghi di Faldo, più a Nord, è infatti dedicata alla pesca sportiva ed è gestita dalla FIPSAS.

Siete in vista delle mura, passate quindi sotto il ponte e, se volete entrare in città (bar – farmacia – centri commerciali – ristoranti, alberghi ed altri servizi), prendete la pista a sinistra e in poche pedalate sarete davanti alla Rocca, cuore del bel centro storico di Umbertide.