

					DISTANZE Km			Media			
Località	Comune	Prov.	Dir.	Descrizione	Parz.	Perc.	da perc.	38/h	40/h	42/h	44/h
LUCCA	Lucca	LU		Partenza Ufficiosa - Bastione S. Paolino				11 : 20	11 : 20	11 : 20	11 : 20
	Lucca	LU		TRASFERIMENTO: Mura Urbane - Piazzale Verdi - Via Pisana			1,700				
LUCCA	Lucca	LU		Partenza Ufficiale - START - Via Pisana	0,000	0,000	165,700	11 : 30	11 : 30	11 : 30	11 : 30
	Lucca	LU	→	Rotonda Via Pisana	1,000	1,000	164,700	11 : 32	11 : 32	11 : 31	11 : 31
	Lucca	LU	←	Via Luigi Einaudi	0,600	1,600	164,100	11 : 33	11 : 32	11 : 32	11 : 32
	Lucca	LU	↑	SS439 - Sarzanese	2,700	4,300	161,400	11 : 37	11 : 36	11 : 36	11 : 36
Inizio 1° Giro	Lucca	LU	←	SS439 - Sarzanese	0,700	5,000	160,700	11 : 38	11 : 38	11 : 37	11 : 37
	Lucca	LU	↑	SS439 - Sarzanese	0,700	5,700	160,000	11 : 39	11 : 39	11 : 38	11 : 38
	Massarosa	LU	↑	SS439 - Sarzanese - Sottopassaggio Autostrada	3,900	9,600	156,100	11 : 45	11 : 44	11 : 44	11 : 43
Quiesa	Massarosa	LU	↑	SS439 - Sarzanese	0,900	10,500	155,200	11 : 47	11 : 46	11 : 45	11 : 44
Centro Città	Massarosa	LU	→	Via Don Giovanni Minzoni	4,500	15,000	150,700	11 : 54	11 : 53	11 : 51	11 : 50
	Massarosa	LU	↑	Via Comunale Canipaletti	0,500	15,500	150,200	11 : 54	11 : 53	11 : 52	11 : 51
Monte Pitoro	Massarosa	LU	↑	Monte Pitoro - Via Provinciale Canipaletti	4,500	20,000	145,700	12 : 02	12 : 00	11 : 59	11 : 57
	Camaione	LU	↑	Via Provinciale Canipaletti	1,200	21,200	144,500	12 : 03	12 : 02	12 : 00	11 : 59
Valpromaro	Camaione	LU	↑	SP1 Strada Provinciale Lucca Camaione	2,700	23,900	141,800	12 : 08	12 : 06	12 : 04	12 : 03
	Pescaglia	LU	↑	SP1 Strada Provinciale Lucca Camaione	2,900	26,800	138,900	12 : 12	12 : 10	12 : 08	12 : 07
S. Martino in Freddana	Pescaglia	LU	↑	SP1 Strada Provinciale Lucca Camaione	2,500	29,300	136,400	12 : 16	12 : 14	12 : 12	12 : 10
Monte San Quirico	Lucca	LU	↑	SP1 Strada Provinciale Lucca Camaione	8,800	38,100	127,600	12 : 30	12 : 27	12 : 24	12 : 22
Sant'Alessio	Lucca	LU	↑	Via di Sant'Alessio	1,400	39,500	126,200	12 : 32	12 : 29	12 : 26	12 : 24
	Lucca	LU	→	Via di Carignano	2,200	41,700	124,000	12 : 36	12 : 33	12 : 30	12 : 27
Carignano	Lucca	LU	↑	Via di Carignano	1,600	43,300	122,400	12 : 38	12 : 35	12 : 32	12 : 29
	Lucca	LU	←	Via delle Nubache	0,100	43,400	122,300	12 : 39	12 : 35	12 : 32	12 : 29
	Lucca	LU	←	Via delle Gavine	1,800	45,200	120,500	12 : 41	12 : 38	12 : 35	12 : 32
Fine 1° Giro	Lucca	LU	→	Via delle Gavine	1,100	46,300	119,400	12 : 43	12 : 39	12 : 36	12 : 33
Inizio 2° Giro	Lucca	LU	↑	SS439 - Sarzanese	0,700	47,000	118,700	12 : 44	12 : 41	12 : 37	12 : 34
	Massarosa	LU	↑	SS439 - Sarzanese - Sottopassaggio Autostrada	3,900	50,900	114,800	12 : 50	12 : 46	12 : 43	12 : 39
Quiesa	Massarosa	LU	↑	SS439 - Sarzanese	0,900	51,800	113,900	12 : 52	12 : 48	12 : 44	12 : 41
Centro Città	Massarosa	LU	→	Via Don Giovanni Minzoni	4,500	56,300	109,400	12 : 59	12 : 54	12 : 50	12 : 47
	Massarosa	LU	↑	Via Comunale Canipaletti	0,500	56,800	108,900	12 : 60	12 : 55	12 : 51	12 : 47
Monte Pitoro	Massarosa	LU	↑	Monte Pitoro - Via Provinciale Canipaletti	4,500	61,300	104,400	13 : 07	13 : 02	12 : 58	12 : 54
	Camaione	LU	↑	Via Provinciale Canipaletti	1,200	62,500	103,200	13 : 09	13 : 04	12 : 59	12 : 55
Valpromaro	Camaione	LU	↑	SP1 Strada Provinciale Lucca Camaione	2,700	65,200	100,500	13 : 13	13 : 08	13 : 03	12 : 59
	Pescaglia	LU	↑	SP1 Strada Provinciale Lucca Camaione	2,900	68,100	97,600	13 : 18	13 : 12	13 : 07	13 : 03
S. Martino in Freddana	Pescaglia	LU	↑	SP1 Strada Provinciale Lucca Camaione	2,500	70,600	95,100	13 : 21	13 : 16	13 : 11	13 : 06
Monte San Quirico	Lucca	LU	↑	SP1 Strada Provinciale Lucca Camaione	8,800	79,400	86,300	13 : 35	13 : 29	13 : 23	13 : 18
Sant'Alessio	Lucca	LU	↑	Via di Sant'Alessio	1,400	80,800	84,900	13 : 38	13 : 31	13 : 25	13 : 20
	Lucca	LU	→	Via di Carignano	2,200	83,000	82,700	13 : 41	13 : 35	13 : 29	13 : 23
Carignano	Lucca	LU	↑	Via di Carignano	1,600	84,600	81,100	13 : 44	13 : 37	13 : 31	13 : 25
	Lucca	LU	←	Via delle Nubache	0,100	84,700	81,000	13 : 44	13 : 37	13 : 31	13 : 25
	Lucca	LU	←	Via delle Gavine	1,800	86,500	79,200	13 : 47	13 : 40	13 : 34	13 : 28
Fine 2° Giro	Lucca	LU	→	Via delle Gavine	1,100	87,600	78,100	13 : 48	13 : 41	13 : 35	13 : 29
Inizio 3° Giro	Lucca	LU	↑	SS439 - Sarzanese	0,700	88,300	77,400	13 : 49	13 : 42	13 : 36	13 : 30
	Massarosa	LU	↑	SS439 - Sarzanese - Sottopassaggio Autostrada	3,900	92,200	73,500	13 : 56	13 : 48	13 : 42	13 : 36
Quiesa	Massarosa	LU	↑	SS439 - Sarzanese	0,900	93,100	72,600	13 : 57	13 : 50	13 : 43	13 : 37
Centro Città	Massarosa	LU	→	Via Don Giovanni Minzoni	4,500	97,600	68,100	14 : 04	13 : 56	13 : 49	13 : 43
	Massarosa	LU	↑	Via Comunale Canipaletti	0,500	98,100	67,600	14 : 05	13 : 57	13 : 50	13 : 44
Monte Pitoro	Massarosa	LU	↑	Monte Pitoro - Via Provinciale Canipaletti	4,500	102,600	63,100	14 : 12	14 : 04	13 : 57	13 : 50
	Camaione	LU	↑	Via Provinciale Canipaletti	1,200	103,800	61,900	14 : 14	14 : 06	13 : 58	13 : 52
Valpromaro	Camaione	LU	↑	SP1 Strada Provinciale Lucca Camaione	2,700	106,500	59,200	14 : 18	14 : 10	14 : 02	13 : 55
	Pescaglia	LU	↑	SP1 Strada Provinciale Lucca Camaione	2,900	109,400	56,300	14 : 23	14 : 14	14 : 06	13 : 59
S. Martino in Freddana	Pescaglia	LU	↑	SP1 Strada Provinciale Lucca Camaione	2,500	111,900	53,800	14 : 27	14 : 18	14 : 10	14 : 03
Monte San Quirico	Lucca	LU	↑	SP1 Strada Provinciale Lucca Camaione	8,800	120,700	45,000	14 : 41	14 : 31	14 : 22	14 : 15
Sant'Alessio	Lucca	LU	↑	Via di Sant'Alessio	1,400	122,100	43,600	14 : 43	14 : 33	14 : 24	14 : 16
	Lucca	LU	→	Via di Carignano	2,200	124,300	41,400	14 : 46	14 : 36	14 : 28	14 : 19
Carignano	Lucca	LU	↑	Via di Carignano	1,600	125,900	39,800	14 : 49	14 : 39	14 : 30	14 : 22
	Lucca	LU	←	Via delle Nubache	0,100	126,000	39,700	14 : 49	14 : 39	14 : 30	14 : 22
	Lucca	LU	←	Via delle Gavine	1,800	127,800	37,900	14 : 52	14 : 42	14 : 33	14 : 24
Fine 3° Giro	Lucca	LU	→	Via delle Gavine	1,100	128,900	36,800	14 : 54	14 : 43	14 : 34	14 : 26
	Lucca	LU	↑	SS439 - Sarzanese	0,500	129,400	36,300	14 : 54	14 : 44	14 : 35	14 : 26
Farneta	Lucca	LU	→	Via per Chiacri	0,100	129,500	36,200	14 : 54	14 : 44	14 : 35	14 : 27
Stabbiano	Lucca	LU	→	Via per Chiacri	4,300	133,800	31,900	15 : 01	14 : 51	14 : 41	14 : 32
Chiacri	Lucca	LU	↑	Via per Chiacri	4,300	138,100	27,600	15 : 08	14 : 57	14 : 47	14 : 38
	Lucca	LU	←	SS439 - Sarzanese	1,900	140,000	25,700	15 : 11	15 : 00	14 : 50	14 : 41
	Lucca	LU	←	SS439 - Sarzanese	4,300	144,300	21,400	15 : 18	15 : 06	14 : 56	14 : 47
Farneta	Lucca	LU	→	Via per Chiacri	0,100	144,400	21,300	15 : 18	15 : 07	14 : 56	14 : 47
Stabbiano	Lucca	LU	→	Via per Chiacri	4,300	148,700	17,000	15 : 25	15 : 13	15 : 02	14 : 53
Chiacri	Lucca	LU	↑	Via per Chiacri	4,300	153,000	12,700	15 : 32	15 : 20	15 : 09	14 : 59
	Lucca	LU	←	SS439 - Sarzanese	1,900	154,900	10,800	15 : 35	15 : 22	15 : 11	15 : 01
	Lucca	LU	↑	SS439 - Sarzanese	4,300	159,200	6,500	15 : 41	15 : 29	15 : 17	15 : 07
	Lucca	LU	↑	SS439 - Sarzanese	0,500	159,700	6,000	15 : 42	15 : 30	15 : 18	15 : 08
	Lucca	LU	↑	SS439 - Sarzanese	2,700	162,400	3,300	15 : 46	15 : 34	15 : 22	15 : 11
	Lucca	LU	↑	Via Luigi Einaudi	1,400	163,800	1,900	15 : 49	15 : 36	15 : 24	15 : 13
	Lucca	LU	→	Viale Luporini	1,200	165,000	0,700	15 : 51	15 : 38	15 : 26	15 : 15
	Lucca	LU	↑	Viale Idelfonso Nieri	0,400	165,400	0,300	15 : 51	15 : 38	15 : 26	15 : 16
Arrivo	Lucca	LU	↑	Viale Carducci	0,300	165,700	0,000	15 : 52	15 : 39	15 : 27	15 : 16