



CALABRIA
STRAORDINARIA

laduesse

CICLOTURISMO

15 giugno 2024

- » Evento non competitivo per bici muscolari ed e-bikes
- » Partecipazione libera su adesione
- » Ritrovo al Castello di Sanginetto alle ore 8.30
- » Arrivo al Castello di Serragiumenta alle ore 17.30
- » Kit di partecipazione disponibile su richiesta

serragiumenta

Con il patrocinio



REGIONE CALABRIA



PROVINCIA
DI COSENZA

Partner tecnici



GATORADE



WELLBANKING PEOPLE



In collaborazione con



Castello
Clubbing and RestART

laduesse è un evento cicloturistico di carattere non competitivo, a partecipazione libera, in programma per la giornata del 15 giugno 2024.

Lo scopo della *laduesse* oltre a favorire l'aggregazione, è promuovere uno stile di vita sano e l'attività all'aria aperta con effetti benefici per la salute, oltre che valorizzare il patrimonio culturale, storico e naturalistico del territorio attraversato (i territori dell'antico Feudo dei San Severino), quello che si snoda lungo il Parco del Pollino affacciato sul mar Tirreno fino alle zone più interne, compreso interamente nella provincia di Cosenza.

Inoltre, anche grazie alle caratteristiche 'slow' del movimento cicloturistico, *laduesse* si propone di esaltare le eccellenze (paesaggistica, enogastronomiche e turistiche) delle zone attraversate, sollecitare il rispetto dell'ambiente e della natura con comportamenti responsabili, e mettere in risalto la vocazione dell'area del cosentino ad un Turismo Esperienziale. La *laduesse* attraversa i Comuni di Sangineto, Belvedere Marittimo, Sant'Agata d'Esaro, San Sosti, San Donato di Ninea, Acquaformosa, Lungo, Firmo ed Altomonte. Lungo il suo percorso sono previste tappe studiate per attirare l'attenzione dei partecipanti sui luoghi di interesse, monumenti, piazze, centri storici, luoghi di culto, bellezze naturalistiche, coinvolgendo le comunità locali e gli esercizi commerciali.

Nel corso de *laduesse* i partecipanti avranno anche la possibilità di assaggiare la cucina e acquistare i prodotti enogastronomici locali lungo il tour.

laduesse si propone quindi come un evento unico. Come appuntamento sportivo, anche se non competitivo, offre un percorso con caratteristiche estremamente attrattive per gli appassionati di ciclismo su strada, perché partendo dal livello del mare Tirreno, condurrà i partecipanti al Passo dello Scalone a circa 1000 metri di altitudine, offrendo una vista unica e suggestiva anche sul Borgo Storico di Belvedere Marittimo, per poi attraversare i monti costieri, il Parco del Pollino e godere anche della vista del mare Jonio.

Come evento culturale e di valorizzazione del territorio, la *laduesse* si offre come una grande occasione a disposizione di chi nutre il desiderio di conoscere o approfondire la conoscenza di una zona della Calabria ricca di cultura, di attrazioni e profondamente intrisa di storia e cultura e desiderosa di mettersi in vista.

laduesse è una ciclo passeggiata a carattere non competitivo e a partecipazione libera, aperta a bici muscolari e e-bike. L'organizzazione è della ASD Serragiumenta, con la promozione della Toursearcher. Non è necessario essere iscritti ad Associazioni ciclistiche o cicloturistiche per partecipare. È richiesta una adesione (vedi Iscrizione). Non è un evento a tempo ma è un evento per fare conoscere il territorio che attraversa.

Il ritrovo è fissato a Sanginetto Lido, davanti il Castello del Principe, per le ore 8,30 con partenza ideale della passeggiata dalle 9,30. L'arrivo simbolico e la fine della passeggiata, per chi intende completarla, è al Castello di Serragiumenta (Altomonte, Cs) tra le 16 e le 18.

I partecipanti devono provvedere per proprio conto al rientro una volta arrivati al Castello di Serragiumenta. L'organizzazione garantisce un servizio a pagamento (vedi Kit di partecipazione e servizi) con appositi transfert per i partecipanti e le loro bici dal Castello di Serragiumenta al Castello del Principe (Sanginetto lido), luogo di partenza dell'evento. Il servizio a pagamento deve essere opzionato al momento dell'adesione all'evento barrando l'apposita casella nella scheda di partecipazione da consegnare all'organizzazione (vedi Iscrizione).

laduesse è adatta a ogni livello di abilità e richiede un buon livello di allenamento.

L'organizzazione prevede delle guide dedicate, un servizio "scopa" con automezzi in grado di recuperare partecipanti e bici al termine della gara, un supporto medico, una officina mobile di supporto, la presenza di assistenti e membri dello staff nei punti nevralgici (incroci, attraversamenti urbani) per la segnalazione del percorso.

Lungo il percorso sono previsti alcuni dei punti di ristoro: nelle località Passo dello Scalone (a 16 Km dalla partenza), Sant'Agata d'Esaro (a 25 km dalla partenza) e San Donato di Ninea (a 45 circa Km dalla partenza).

Lungo il percorso saranno dislocati punti di ricarica gratuiti per le e-bike.

I partecipanti sono tenuti a rispettare il codice della strada in quanto le strade sono aperte al traffico. L'Associazione che promuove l'evento non si assume alcuna responsabilità rispetto ai partecipanti che saranno responsabili della loro sicurezza. L'associazione si propone quale unico scopo quello di aggregare i partecipanti.

ISCRIZIONE

laduesse è una ciclo passeggiata a partecipazione libera e a carattere non competitivo. I partecipanti dovranno scaricare, compilare e inviare all'organizzazione la [scheda di adesione](#) presente sul web tramite mail all'indirizzo laduesse@serragiumenta.com **entro il termine del 13/06/2024.**

È possibile aderire il giorno dell'evento, tramite la consegna della scheda di partecipazione debitamente compilata all'organizzazione al luogo di partenza (Castello del Principe, Sanginetto Lido, Cs).

SERVIZI

Sono previsti alcuni servizi pagamento: – noleggio bici/e-bike; – prenotazioni ospitalità in strutture convenzionate; car valet.

I servizi sono da opzionare nella scheda di adesione da inviare all'organizzazione (vedi Iscrizione).

Toursearcher offre a richiesta i seguenti pacchetti: – servizio fotografico e video (con drone); – pacchetto tour *laduesse* comprensivo di guida, bicicletta, pranzo, visite, servizio navetta. – trasfert

a pagamento dal Castello di Serragiumenta al Castello del Principe a Sanginetto lido (luogo di partenza), una volta terminata la ciclo passeggiata, per quei partecipanti che non provvedono per proprio conto al rientro dal Castello di Serragiumenta e non comprano il kit.

Per informazioni e adesioni:

laduesse@serragiumenta.com,

info@toursearcher.it,

(+39) 3473559637 anche whatsapp.

KIT DI PARTECIPAZIONE

Per i partecipanti è prevista la possibilità di acquistare il Kit dell'evento al prezzo di 50 euro. **L'acquisto va opzionato nella scheda di adesione (vedi Iscrizioni) da consegnare alla organizzazione.**

Il Kit comprende: una maglietta dell'evento, bevanda energetica, sacca, barretta energetica, braccialetto distintivo. Chi acquista il Kit avrà il diritto a una serie di servizi e di optional, compresa la partecipazione ad un aperitivo per i finisher. All'arrivo al Castello di Serragiumenta verrà consegnata la medaglia dell'evento, una bottiglia di olio da 0,25 cl offerta dall'azienda agricola Serragiumenta.

Prevista anche la possibilità di utilizzare spogliatoi e docce all'arrivo, nei limiti della disponibilità. Inoltre, sempre per chi acquista il Kit, è compreso il diritto all'utilizzo delle navette per il rientro al Castello di Sanginetto (che diversamente costerà € 25 per persona, vedi Servizi).

Le navette e le partenze di rientro saranno scaglionate in tre momenti diversi: h 20 per chi rientra senza aderire alla cena (a pagamento) al Castello di Serragiumenta; h. 23 per i partecipanti alla cena. Per chi decide di pernottare al Castello di Serragiumenta (a pagamento), la navetta partirà alle 11 del giorno successivo, il 16 giugno.





serraggiumenta

tutto un altro mondo

- www.serraggiumenta.com
- info@serraggiumenta.com
- www.laduesse.wordpress.com
- laduesse@serraggiumenta.com
- info@toursearcher.it
- +39 098 11906901
- +39 347 3559637



Con il patrocinio

Partner tecnici

In collaborazione con



SANGINETO



CALABRIA
STRAORDINARIA



Sanginetto è un piccolo borgo del Medio Tirreno Cosentino situato a 275 metri di quota s.l.m, nelle estreme propaggini meridionali del Parco Nazionale del Pollino; Le sue origine risalgono al XII secolo, quando fu un importante feudo della Calabria angioina, ricordato nella Guerra del Vespro, per l'eroica resistenza che Giacoma di Lauria oppose all'assalto delle truppe siciliane e aragonesi, che invano tentarono di occupare Sanginetto. Per gli appassionati del trekking, delle escursioni e delle bellezze naturali, si segnalano: il Sentiero dei Sogni e la Cascata di Vuglio, meraviglia situata a breve distanza dal Centro Storico; il Lago La Penna, un piccolo lago naturale della Catena Costiera situato ai piedi del monte omonimo.

BELVEDERE MARITTIMO



CALABRIA
STRAORDINARIA



Belvedere Marittimo è un comune della provincia di Cosenza che si estende sulla costa tirrenica nel cuore della Riviera dei Cedri, con al centro Capo Tirone. La cittadina si affaccia sul Mar Tirreno, con alle spalle le montagne del Parco Nazionale del Pollino, che la incorniciano in un quadro naturalistico affascinante. Il centro abitato si compone di due parti distinte: il borgo medievale, che sorge su una sporgenza rocciosa situata a circa 150 m sul livello del mare, e la parte più propriamente marinara, sviluppatasi sul litorale e nota come Marina di Belvedere Marittimo a 10 m s.l.m. Quest'ultima, edificata in epoca più recente, ospita attrezzature e residenze turistiche.

Uno dei monumenti più antichi è la chiesetta del Rosario, sul cui portale, in pietra arenaria, è inciso l'anno 1091. Il Convento dei Padri Cappuccini di Belvedere da oltre 300 anni custodisce un'ampolla con sangue e frammenti di ossa di San Valentino.

PASSO DELLO SCALONE



CALABRIA
STRAORDINARIA



Il Passo dello Scalone fa parte del cosiddetto Appennino meridionale, particolarmente rappresenta il punto di inizio della Catena costiera.

Si tratta della parte più settentrionale dell'Appennino calabrese, che separa la Lucania dalla Sila Piccola. Prende anche il nome di Catena Paolana, dal nome della città di Paola, città natale di San Francesco Martolilla (meglio noto come San Francesco da Paola).

Il percorso unisce Belvedere Marittimo e Sant'Agata di Esaro, entrambi comuni cosentini, tramite la SS105 di Castrovillari. La direttrice, tra Belvedere Marittimo e Francavilla Marittima, collega la Calabria tirrenica cosentina a quella ionica, nella stessa provincia.

SANT'AGATA D'ESARO



CALABRIA
STRAORDINARIA



Sorge su una rupe, a picco sul fiume Esaro, a 461 metri s.l.m., a 78 km. da Cosenza, a 22 km. dal Mar Tirreno, tutta circondata da catene montuose dell'Appennino Calabrese, che si estendono a forma di diadema, solcate da torrenti, affluenti dell'Esaro. La sua cima più alta, Montea (1825 m.) si incassa ad ovest in una forra pittoresca, dove scorre l'Esaro, che nasce dagli estremi contraforti occidentali del massiccio del Pollino e sfocia nel Coscile. a sua origine risale al periodo bizantino (VI-XI sec.).

LA CASCATA DI FRA' GIOVANNI



CALABRIA
STRAORDINARIA



La Cascata di Frà Giovanni è alta pochi metri e si trova nel territorio del Comune di San Sosti, nei pressi dell'omonima fontana, a breve distanza dal centro storico.

La Cascata di Frà Giovanni si trova immersa nella lussureggiante flora che si sviluppa lungo le sponde del Torrente Rosa, dove è possibile ammirare: pioppi, noci, ontani, sambuchi e altre piante della macchia mediterranea. Giungendo da San Sosti, vi si accede mediante un ponte in legno che mette in comunicazione le due sponde del Torrente Rosa.

Il ponte è transitabile solo a piedi.

SANTUARIO LA MADONNA DEL PETTORUTO



CALABRIA
STRAORDINARIA



San Sosti sorge in una conca nell'alta valle dell'Esaro, in un contesto naturale salubre e di rara bellezza, essendo posizionato sul prolungamento naturale del versante tirrenico della catena montuosa del Pollino. Il suo territorio è bagnato dai fiumi Esaro e Rosa, è ricco di boschi e alte cime montuose. Senza dubbio, protagonista del paesaggio naturale e spirituale di San Sosti è il Santuario della Madonna del Pettoruto, che ospita una madonna scolpita nel tufo, a 600 Metri di altitudine sulle pendici del Monte Montea. Luogo di pellegrinaggio rinomato e meta di un gran numero di fedeli provenienti da una vastissima area della Calabria e del meridione. Nei pressi del santuario sono presenti i resti dell'antica città bizantina di Artemisia, che si può raggiungere a piedi percorrendo un sentiero fra i boschi.

LE GROTTE DI SANT'ANGELO



CALABRIA
STRAORDINARIA



Le Grotte naturali di Sant'Angelo rappresentano uno dei luoghi più interessanti del territorio di San Donato di Ninea, che testimoniano la tradizione basiliana diffusa in Calabria a partire dal V secolo d.C. Si tratta di due cavità carsiche, situate alle pendici del Cozzo del Pellegrino. La prima fu occupata da eremiti e stiliti probabilmente già dal VII secolo d.C. Vi si accede mediante un bel porticato medioevale, e presenta al suo interno affascinanti affreschi non soltanto di epoca medioevale, ma anche di epoca più recente, seicenteschi. Ben visibile è l'affresco raffigurante San Michele. La seconda grotta presenta invece tracce di epoca preistorica.

CHIESA DELL'ASSUNTA



CALABRIA
STRAORDINARIA



Chiunque visiti San Donato di Ninea non può perdersi lo spettacolo naturale, paesaggistico e storico della località Motta. In questa zona è situata l'affascinante Chiesa della S.S. Assunta di stile Romanico, nota anche come chiesa della Motta, risalente al X secolo d.C. Dal piazzale antistante, collocato a picco sopra i tetti del Centro storico del borgo, si possono ammirare la vallata dell'Esaro fino al Mar Jonio, i castagneti che ricoprono il territorio e le pendici dei monti Calva, Cresta e Mula. Costruita con pietra rustica a vista, al suo interno custodisce il pregevole olio su tela della Madonna dell'Assunta, la protettrice del paese, di epoca tardo-rinascimentale e di scuola meridionale (inizi 1600).

CHIESA DI SAN GIOVANNI BATTISTA



CALABRIA
STRAORDINARIA

Induesse

La chiesa di Acquaformosa, fa parte della Parrocchia di S. Giovanni Battista, Parroco padre Raffaele De Angelis, è stata costruita dagli albanesi che abitavano l'allora casale agli inizi del 1500. Cadente, fu demolita e ricostruita tra il 1936 ed il 1938, su progetto di Aldo Mainieri.

Nella chiesa di San Giovanni Battista sono evidenti elementi dell'architettura romanica a cui il progettista si è ispirato. L'articolazione ritmica sia delle strutture di sostegno che di quelle sostenute, la complessa organizzazione delle masse e degli spazi che danno un senso di robustezza accentuata dalla presenza di lesene e contrafforti, fanno della chiesa di Acquaformosa uno splendido esempio del romanico dell'Italia meridionale.

CHIESA DI SAN NICOLA DI MIRA



CALABRIA
STRAORDINARIA



La Cattedrale di San Nicola di Mira è il principale edificio di culto di Lungro, sede dell'Eparchia di Lungro (Diocesi di Lungro) dal 1919.

La chiesa fu edificata a partire dal 1721 in stile romanico-barocco, in sostituzione della preesistente chiesa, sempre dedicata a San Nicola di Mira, distrutta dal terremoto del 1547, a sua volta costruita su una primitiva chiesetta medievale. È una struttura a pianta basilicale romanico-barocca a tre navate, con ampio abside e cupola centrale.

FIRMO



CALABRIA
STRAORDINARIA



Firmo, Ferma in arbëreshë, è un borgo di origine albanese della Valle dell'Esaro che conserva tutt'ora: gli usi, i costumi, la lingua e il rito greco-bizantino, che fu dei loro antenati albanesi, giunti in Calabria nel XVI secolo per sfuggire all'invasione ottomana delle loro terre nate. Di interesse si segnala la Chiesa di Santa Maria Assunta in Cielo, la Chiesa di San Giovanni Crisostomo, i vicoli e i larghi del centro storico.

ALTOMONTE



CALABRIA
STRAORDINARIA



Ai piedi del Parco Nazionale del Pollino, in una piega di monte della Calabria settentrionale, si trova Altomonte, uno dei paesi più affascinanti della provincia di Cosenza, famoso in tutta Italia per il suo notevole patrimonio artistico-culturale che ne fa uno dei centri artistici più importanti della regione.

Il suo territorio è parte in pianura, bagnato dai fiumi Esaro, Grondi e Fiumicello, e parte in collina da cui si gode un clima stupendo e un vasto panorama che arriva fino alla piana di Sibari e al Mare Ionio.

Altomonte si trova in una posizione baricentrica ed è quindi luogo di incontri e contaminazioni, con una vena orientale, testimoniata dalla persistenza del rito greco e dall'impianto urbanistico di derivazione araba.

CASTELLO DI SERRAGIUMENTA



CALABRIA
STRAORDINARIA


Induesse

Costruito nel XVI secolo dal decimo conte di Altomonte, Pietro Antonio Sanseverino, il Castello di Serragiumenta testimonia una storia antica e lontana nei secoli, che nasce con la famiglia Sangineto, che regnò dai primi del 1300 fino al 1381, anno in cui ebbe inizio il dominio, plurisecolare, della famiglia Sanseverino.

Quello di Serra della Giumenta era infatti uno dei 12 suffeudi istituiti dal Conte Filippo di Sangineto per motivi di carattere militare ed economico. Dotato di un'apprrezzabile estensione di territorio, fu un ottimo luogo per l'allevamento dei cavalli di buona razza. Risale invece all'800, così come riportato in una mappa dell'epoca, la costruzione della Chiesetta con altare barocco, della stalla e di altri piccoli edifici annessi.