

**LEGENDA**

**EASY** MTB E-BIKE  
GRAVITY ROAD

**PERCORSO**  
Facile Medio Difficile  
Terreno sterrato Terreno asfaltato

**SINGLE TRACK**  
Facile Medio Difficile  
Terreno sterrato Terreno asfaltato

**Lunghezza** **Tempo medio** **Preferenza** **Dislivello salita** **Dislivello discesa** **Percorribile con impianto** **Impianto obbligatorio**

**XC AM EN DH** **cross country & marathon** **all mountain & trail** **enduro & freeride** **downhill** **Punto ristoro**

<b>1</b> <b>CEDRON</b> PASSO TONALE / MALGA VERMIANO / MALGA SAVANA / MALGA GOM / VERMIGLIO / PASSO TONALE 39 km 4:00 h best bike 1350 mt 1376 mt	<b>10</b> <b>DAÙ</b> PASSO TONALE / VEZZA / CASE DI VISO / S. APOLLONIA / PONTE DI LEGNO 22 km 2:00 h best bike 450/50 mt 1086 mt	<b>73</b> <b>ADAMELLO SUPER MARATHON</b> COMPOSTA DAI PERCORSI CEDRON N.1 E DAÙ N.10 76,2 km 8:00 h best bike 2953 mt 2953 mt	<b>2</b> <b>PIZALEGN</b> PASSO TONALE / MIRANDOLA / RIO STIRNO / VERMIGLIO / FUCINE / PASSO TONALE 35 km 3:30 h best bike 1100 mt 1049 mt	<b>5</b> <b>ORS</b> LAGHETTI VERMIGLIO / OSSANA / VALPANA / LAGHETTI VERMIGLIO 19 km 2:30 h best bike 750 mt 716 mt	<b>4</b> <b>TAS</b> LAGHETTI VERMIGLIO / BAITA VELON / MALGA GOM / TORRENTE VERMIGLIANA / LAGHETTI VERMIGLIO 12 km 1:30 h best bike 240 mt 234 mt	<b>5</b> <b>TAINA</b> PASSO TONALE / ALVEDO PRESANA / PASSO TONALE 11 km 1:30 h best bike 400 mt 400 mt	<b>6</b> <b>MARMOTA</b> PASSO TONALE / MIRANDOLA / MALGA VALBIRO / PASSO TONALE PERCORRIBILE IN ENTRAMBI I SENSI 12 km 2:00 h best bike 450/50 mt 442 mt	<b>7</b> <b>CAMOS</b> PONTE DI LEGNO / CASE DI VISO / BOZZO BUZZO / PASSO DI MEVA / PONTE DI LEGNO 28 km 3:30 h best bike 1300 mt 1297 mt
---	---	---	---	---	---	---	---	---

<b>8</b> <b>CERF</b> PONTE DI LEGNO / VALBIONE / MARALISINA / CASOLA / PESO / FUCINE / VERMIGLIO / PASSO TONALE / PONTE DI LEGNO 14 km 2:30 h best bike 663 mt 663 mt	<b>9</b> <b>LEOR</b> PONTE DI LEGNO / PRECAGGIOLA / ANSEN / PRECAGGIOLA / PEZZO / VALS / PONTE DI LEGNO 16 km 1:30 h best bike 563 mt 563 mt	<b>11</b> <b>STAMBECCO</b> PONTE DI LEGNO / VILLA DALEGGIO / VAL DI CANE / PREMIA / VIONE / LEGNANO / VILLA DALEGGIO / PONTE DI LEGNO 24 km 2:50 h best bike 1002 mt 1002 mt	<b>12</b> <b>SGHIRLAT</b> PONTE DI LEGNO / PONTAGNA / VAL D'AVIO / PONTE DI LEGNO 13 km 1:40 h best bike 327 mt 330 mt	<b>58</b> <b>AQUILA</b> PONTE DI LEGNO / PRECAGGIOLA / PAS DE VES / PRECAGGIOLA / PRISOLA / SORVALDIZIO / S. APOLLONIA / CASE DI VISO / PONTE DEI BUIO / PONTE DI LEGNO 30 km 2:30 h best bike 1424 mt 1424 mt	<b>59</b> <b>CORF</b> PONTE DI LEGNO / VILLA DALEGGIO / CANE / PREMIA / S. CLEMENTE / GRANO / STADOLINA / TEMU / PONTE DI LEGNO 31 km 3:30 h best bike 1076 mt 1076 mt	<b>60</b> <b>GARDENA</b> VEZZA D'OGGIO / RIF. ALLA CASCIATA / PORNINA / VAL VALLARO / VEZZA D'OGGIO 16 km 3:00 h best bike 790 mt 788 mt	<b>61</b> <b>GIPETO</b> VEZZA D'OGGIO / ROSMINA / PASARDO / PAS DE L'ISEN / ACQUA CRUDA / GUSSANINO / VEZZA D'OGGIO 24 km 3:30 h best bike 1021 mt 1024 mt	<b>62</b> <b>BENOLA</b> VEZZA D'OGGIO / INCUDINE / CAVALLO / PIAZZA / VEZZA D'OGGIO 18 km 2:30 h best bike 805 mt 805 mt	<b>63</b> <b>TOUR DEL MORTIROLO</b> MORNO / MORTIROLO / PANACCO / CARET / MORNO 25 km 3:30 h best bike 1111 mt 1111 mt
---	--	--	--	--	--	--	--	--	--

<b>68</b> <b>GRAN TOUR DEL MONTAZZO</b> PONTE DI LEGNO / CASE DI VISO / RIF. BOZZO / PESO / FUCINE / VERMIGLIO / PASSO TONALE / PONTE DI LEGNO 65 km 6:30 h best bike 2500 mt 2500 mt	<b>69</b> <b>GRAN TOUR DEL MORTIROLO</b> PONTE DI LEGNO / INCUDINE / MOIA / MORTIROLO / PANACCO / S. CLEMENTE / STADOLINA / PONTE DI LEGNO 70 km 6:00 h best bike 2042 mt 2042 mt	<b>70</b> <b>TOUR PIZ TRI</b> EDOLO / P. FLETA / BIGNO / VENE / C. LANGO / PIZ TRI / S. TERRETO / EDOLO 33 km 6:30 h best bike 1721 mt 1721 mt	<b>71</b> <b>TOUR MOLA</b> EDOLO / S. CLEMENTE / RESTONE / RIF. MALGA MOIA / OGLI / EDOLO 17,5 km 3:50 h best bike 1032 mt 1032 mt
---	---	--	--

**EASY**

**Pista Ciclabile**  
Un modo light per vivere la bici e andare alla scoperta del nostro meraviglioso territorio è quello di percorrere le piste ciclabili. Sono immesse nella natura e particolarmente adatte alle famiglie, che possono trovare tanti interessanti spunti per scoprire la cultura. Esistono più possibilità di 150 km di piste ciclabili: Val di Sole lungo il fiume Noce oppure 22 km da Ponte di Legno a Edölo lungo il fiume Oglio, con la possibilità di proseguire lungo la Cisaia dell'Oglio per 200 km fino al fiume Po.

**TRAIL & SKILL PARK**  
Una nuova sfida per i trial biker più appassionati ed esperti: mettersi a dura prova sul tracciato del Mortirolo di Trail Zone a Vermiglio dove si sono sfidati i migliori rider del mondo.

**SEGNALI BIKE PARK**  
STOP Fine percorso  
STOP Fermata obbligatoria  
DIVIETO Accesso vietato ai pedoni  
ATTENZIONE Zona impegnativa  
SLOW RALLENTARE Zona a curva pericolosa  
JUMP SALTO Salto a poca distanza  
DIREZIONE Indicazione di direzione  
INCROCIO Intersezione con sentieri-strade

**LEGENDA MAPPA**  
Strada Strada sterrata  
Tracciati Facile Medio Difficile  
Lunghezza Partenza impianto Partenza tracciato Dislivello in discesa Impianto  
Impianti Cabinovia Seggiovia Cabinovia senza trasporto bici Punto di partenza Punto di arrivo  
Servizi Punto ristoro Servizi bike Parcheggio  
Punti di ricarica E-bike Punti di ricarica e tool station

**IMPIANTI DI RISALITA**  
VALBIOLO Passo Tonale 1.930m s.l.m. Malga Valbio 2.200m s.l.m.  
PONTILEGGIO - TONALE Ponte di Legno 1.255m s.l.m. Passo Tonale 1.930m s.l.m.  
VALBIONE Ponte di Legno 1.255m s.l.m. Valbione 1.930m s.l.m.  
ROCCOLO VENTURA Temo 1.930 m slm. Roccolo Ventura 1.730m s.l.m.

**GRAVITY - BIKE PARK**

**UPPER WAY**  
2,6 km 325 mt STAZIONE ARRIVO

**TONALE EASY RYDER**  
3,2 km 325 mt STAZIONE ARRIVO

**RACE LINE**  
2,1 km 325 mt STAZIONE ARRIVO

**PEGRA EASY RYDER**  
3,2 km 280 mt STAZIONE ARRIVO

**PEGRA FLOW TRAIL**  
2,0 km 300 mt STAZIONE INTERMEDIA

**VALBIONE SNAKE**  
1,2 km 220 mt STAZIONE ARRIVO

**CASOLA TREES PARADISE**  
2,2 km 220 mt STAZIONE ARRIVO

**TEMU VERTICAL**  
1,8 km 230 mt STAZIONE ARRIVO

# BIKE HOTEL

PONTEDELEGNO  
TONALE

Un territorio in cui il mondo bike trova la sua massima espressione, caratterizzata da un insieme di bike hotel e strutture ricettive certificate, che offrono ai rider servizi esclusivi a loro dedicati: dal noleggio di ogni tipologia di bike ai servizi di riparazione e assistenza, dagli spazi adibiti a deposito e spogliatoio, alla ristorazione dedicata alle esigenze dello sportivo e molto altro.

### 112 PUNTI DELL'ECCELLENZA

- DEPOSITO CUSTODITO
- SPAGLIATOIO E LAVABIANCA
- MANUTENZIONE ORDINARIA
- GUIDE E MATERIALI SPECIALISTICI
- ASSISTENZA MEDICA E FORTIFICAZIONE
- MECCANO E RIPARAZIONE
- PONTE BICARICA E BIKE
- BIKE WASH
- BIKE WASH
- ANGOLI FITNESS E MASSAGGI
- RESTAURAZIONE CUCINA
- RECUPERO E ASSISTENZA
- OFFERTA CONNESSIONE

### IMPIANTI DI RISALITA

#### BIKE PASS

IL BIKE PASS PERMETTE AI BIKER DI PORTARE IN QUOTA LA LORO BICI

IL Bike Pass giornaliero e settimanale possono essere acquistati presso le biglietterie dei singoli impianti, l'acquisto dello stagionale è invece possibile esclusivamente presso la biglietteria della cabinovia Paradiso al Passo Tonale.

DISPONIBILE IN TRE VERSIONI: giornaliero, settimanale (6 giorni), stagionale.

#### GLI IMPIANTI

- ROCCOLO VENTURA
- PONTEDELEGNO-TONALE
- VALBIONE
- VALBOLO

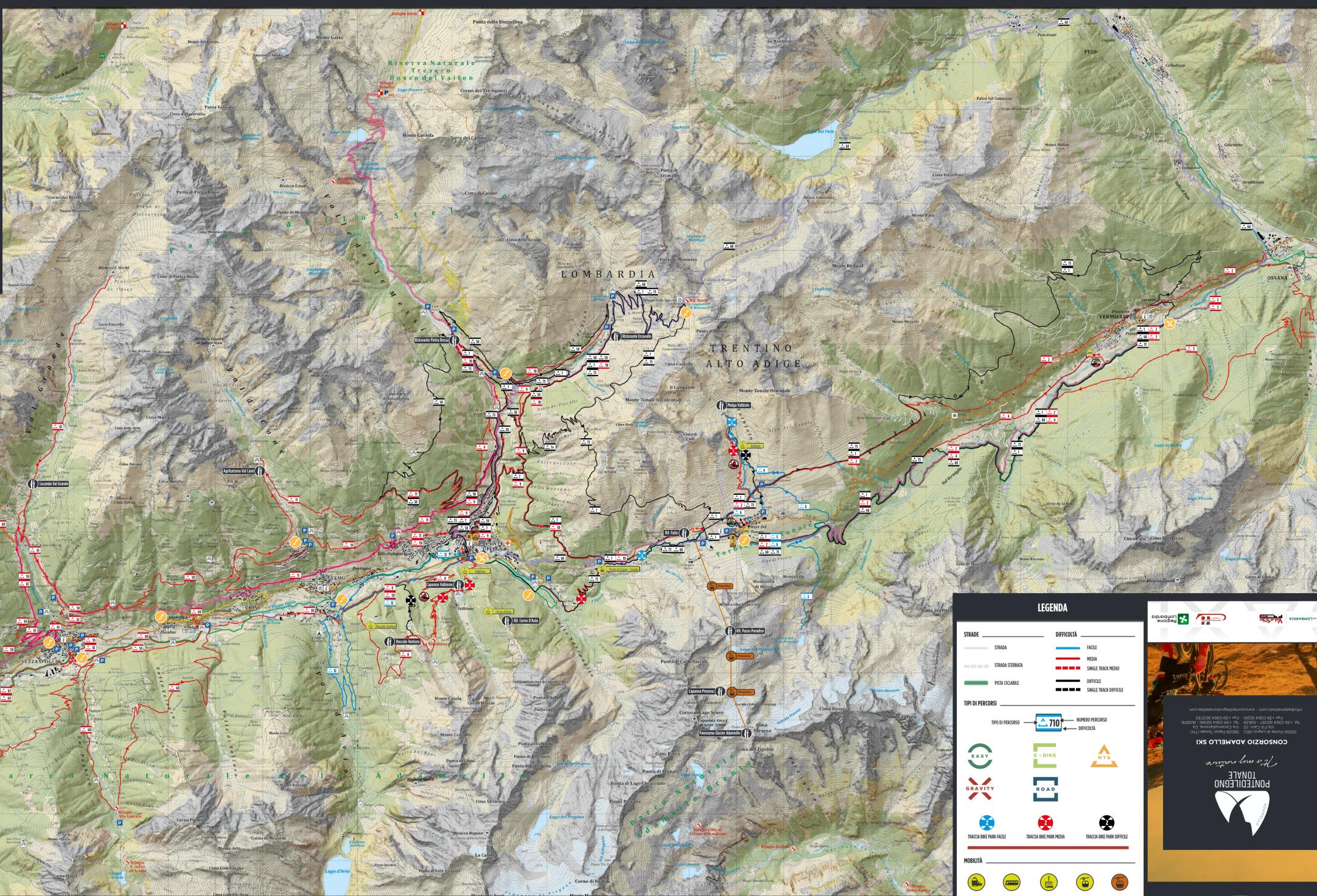
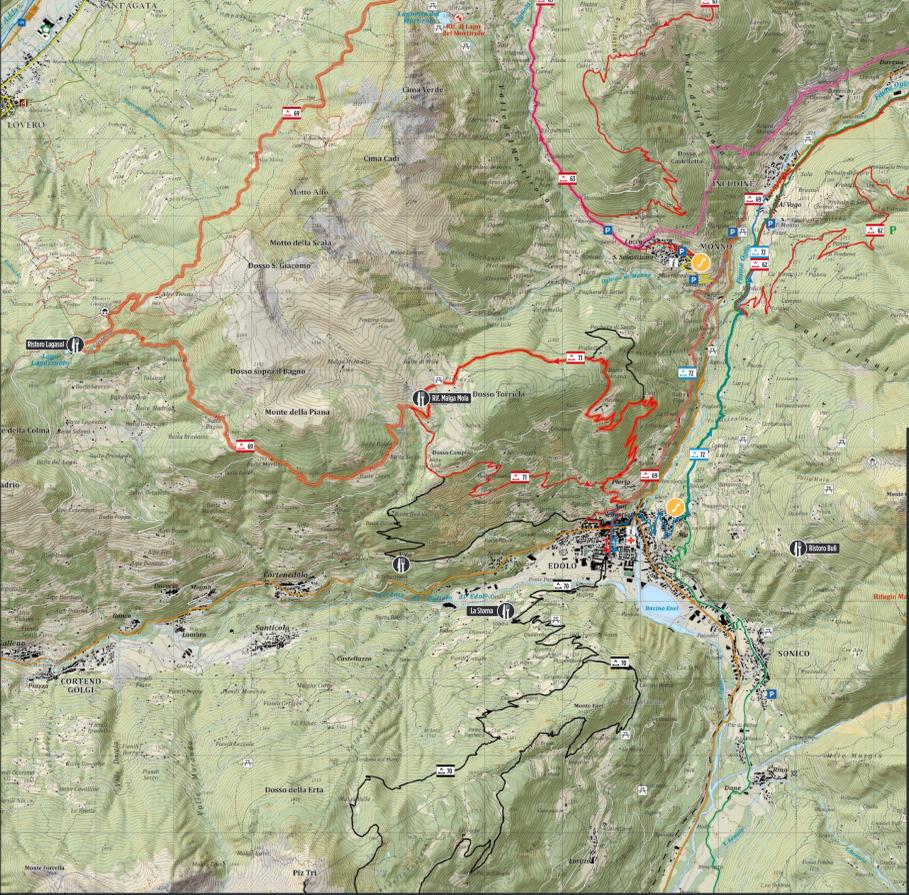
### SCOPRI TUTTI I NOSTRI BIKE HOTEL

### BIKE RENT, SERVICE, SHOP & SCHOOL

- BIKE RENT
- SERVICE
- SHOP
- SCHOOL

- SCUOLA ITALIANA MTR ADAMELLO BIKE**  
PARCHEGGIO CABANOVA PONTEDELEGNO - TONALE  
Mob. +39 320 195641 | E-mail info@bikeparkpontedilegno.it | W. www.bikeparkpontedilegno.it
- CENTRO BIKE VAL DI SOLE**  
VIA CIRCONVALLAZIONE 23, PASSO TONALE  
Mob. +39 354 95209 | E-mail info@bikeparktonale.com | W. www.bikeparktonale.com
- PONTE TONALE BIKE**  
VIA NAZIONALE 4 PASSO DEL TONALE, VERMIGLIO (TN)  
Tel. +39 0564 910501 | Mob. +39 320 8140962 | Mob. +39 320 027553  
E-mail noleggio@pontetonalebike.it | W. www.pontetonalebike.it
- PONTE DI LEGNO BIKE RENT**  
PIAZZALE EUROPA, 62 PONTE DI LEGNO (BS)  
Tel. +39 0564 91923 | E-mail. info@pontedilegno.com | W. www.videogeggo.pontedilegno.it
- MOLEGGIO DEL PERO SNC**  
VIA NAZIONALE S.V. PASSO TONALE  
Tel. +39 0864 40208 | Mob. +39 335 3484070  
E-mail info@moledelpero.com | W. www.moledelpero.com
- GAVIA BIKE HOLIDAYS**  
CIVILTÀ SICCA, VIA NAZIONALE 11, PONTE DI LEGNO  
Mob. +39 347 518088 | E-mail info@gaviabikeholidays.com | W. www.gaviabikeholidays.com
- GUIDE FREELANCE - PONTEDELEGNOTRAILS**  
Mob. +39 338 305851 | E-mail mail@pontedilegnotrails.it | W. www.pontedilegnotrails.com

WWW.PONTEDELEGNOTONALEBIKE.COM



### PUNTI DI RICARICA E-BIKE & TOOL STATION

Il comprensorio Pontedilegno-Tonale ora è davvero accessibile a tutti. La rete di ricarica Zeus è composta da 12 colonnine di ricarica e-bike a servizio dei bikers, adatte a ricaricare non solo la bicicletta a pedale assistita, ma anche qualsiasi altro dispositivo elettronico, garantendo inoltre un deposito sicuro con codice personale.

Composto da 4 box e 4 rastrelliere, i punti di ricarica sono installati in zone strategiche lungo il percorso.

Le colonnine installate a Vermiglio e alla partenza della telecabina di Ponte di Legno, sono inoltre dotate di Tool Station, un kit di manutenzione e riparazione a disposizione di tutti i ciclisti.

### COME ARRIVARE

#### IN AUTO

Dalla Lombardia si percorre l'autostrada A4 per uscire a Brescia Ovest oppure a Dossolaio proseguendo sulla SS209 Strada Orientale e poi sulla SS42 in direzione Passo Tonale. Dal Trentino lungo l'A22 del Brennero in entrambi le direzioni si esce a San Michele, per poi imboccare la SS45 fino a Cles proseguendo poi sulla SS42 fino al Passo Tonale, alla Val Camonica e a Ponte di Legno.

#### IN BUS

In autobus ci si può servire della linea Milano-Ponte di Legno/Tonale di Sab Autotrasporti, che fa tappa anche all'aeroporto di Bergamo Orio al Serio (info: www.airno.it).

Si può arrivare anche dalla linea Male-Passo Tonale di Trentino Trasporti (info: www.tretrasporti.it).

#### IN TRENO

Da Brescia, arrivando con la linea Verona-Brescia, si prosegue con la Ferrovia Trento-Male-Fino a Mezzana e da lì si sale con l'altobus fino al Passo Tonale per poi scendere fino a Ponte di Legno (info: www.tretrasporti.it).

#### IN AEREO

I principali scali per raggiungere Pontedilegno-Tonale sono: Bergamo-Orio al Serio (h. 2.00) - Verona-Villfranca (h. 2.30) - Milano-Linate (h. 2.30) - Milano-Malpensa (h. 3.30)

Dagli aeroporti è possibile raggiungere la Bike Area noleggiando un'auto, o con i trasporti pubblici e aziendali.

### CONSIGLI

- Informarsi sulle previsioni meteorologiche e consultare le cartine sia prima che durante il percorso.
- Preparazione fisica ed equipaggiamento idoneo sono fondamentali. Scegliere una bike adatta alle proprie capacità e il tipo di tracciato che si intende percorrere.
- Casco indossato e ben allacciato, abbigliamento per le varie situazioni, funzionali, antiverdine e antipioggia.
- Portare barrette energetiche e bevande in abbondanza.
- Prestare attenzione alle discese, avere sempre il controllo della bicicletta, moderare la velocità in base alle capacità, al tipo di terreno e alle condizioni del tempo.
- Informarsi sulla pericolosità dei traccianti e consultare le cartine sia prima che durante il percorso.
- Riceverli i pedoni, che al di fuori dei bike park, hanno sempre la precedenza sui sentieri ed essere in grado di fermarsi per lasciarli passare.
- Rispettare la natura ed evitare di uscire dai sentieri. Evitare l'uso di bruciole e manovre che possono accentrare l'erosione dei traccianti.
- Non abbandonare mai i rifiuti, ma gettarli negli appositi cassonetti.

### TRASPORTI

#### INFO TRASPORTI

#### TRENI E BICI BUS LOMBARDIA

#### TRENI E BIKE BUS TRENTO

TRENI + BIKE BUS VAL DI SOLE DA MOSTICIZIO A MEZZANA: servizio di trasporto biciclette senza prenotazione.

BIKE BUS VAL DI SOLE

- Linea MEZZANA - OSIOLO e ritorno (da stazione bene Mezzana)
- Linea MEZZANA - PASSO TONALE e ritorno (da stazione Trento Mezzana)
- Linea DIMARCO - MADONNA DI CAMPIELLO - CARDOLO e ritorno (da stazione bene Dimarco)

Info: Tel. +39 0463 901280

### LEGENDA

#### STRADE

- STRADA
- STRADA STERZIATA
- PISTA CICLABILE

#### DIFFICOLTÀ

- FACILE
- MEDIA
- SINGLE TRACK MEDIO
- DIFFICILE
- SINGLE TRACK DIFFICILE

#### TIPDI PERCORSI

TIPO DI PERCORSO | NUMERO PERCORSO | DIFFICOLTÀ

- EASY
- E-BIKE
- MTR
- GRAVITY
- ROAD

#### MOBILITÀ

- TRENO
- BICI BUS
- SEGGIOVIA
- CABANOVA
- CABANOVA SENZA TRASPORTO BICI

### CONSORZIO AVALLETTI SKI

#### PONTEDELEGNO TONALE

LOMBARDIA • TRENTO

### MAPPA MTR

#### TRAIL - TOUR - PARK

WELCOME BIKERS