

COMUNE DI GUBBIO



COMUNE DI PESARO



COMUNE DI SENIGALLIA



COMUNE DI URBINO

Info
info@terradduca.it
T +39 071 9182736

unicacomunicazione.it



PEDALANDO
NELLA TERRA
DEL DUCA
CYCLING
IN THE LAND
DUKE
RADELN
IM LAND
DES HERZOGS



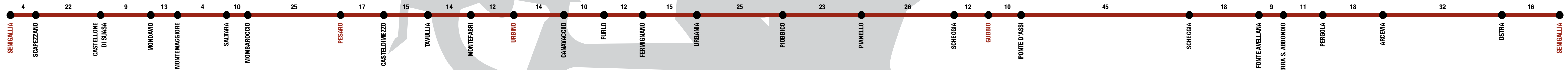
www.terradduca.it



Percorso turistico permanente in bicicletta
Permanent tourist bicycle route
Ständiger touristischer Radrundweg



LA TERRA DEL DUCA
Tutta la bellezza dell'Italia in quattro città



TUTTA L'ITALIA IN UNA SOLA TERRA ALL OF ITALY IN ONE AREA GANZ ITALIEN IN EINER ERDE

Il percorso **"pedalando nella terra del duca"** è un percorso ad anello di 440 km, con partenza da qualsiasi luogo attraversato, da percorrere in senso anti-orario e disegnato su strade a basso traffico. Presenta una dinamicità altimetrica interessante, dovuta alla naturale conformazione geologica del territorio del Centro-Italia, non si raggiungono mai altitudini superiori agli 800 mt. S.l.m. avendo però proprio per sue caratteristiche un dislivello totale di 8.500 mt.

Da sottolineare la spettacolare bellezza su cui si snoda il percorso, e per questo vanno menzionati:

- Il **Parco Naturale San Bartolo** caratteristico per le sue Falesie che si presentano alte e a picco sul Mare; lo si attraversa in direzione sud-nord partendo da Pesaro sulla SP44 raggiungendo la Dantesca "Fiorenzuola di Focara".
- La **Riserva della Gola del Furlo**, trattasi di Riserva Naturale Statale Gola del Furlo in loc. Furlo (PU); appena percorrendo qualche chilometro proprio sopra il Fiume Candigliano, attraversando la Galleria degna di nota, perché fatta costruire nel 76 d.C. dall'imperatore Vespasiano.
- Altra riserva importante è quella del **Parco del Monte Cucco** in territorio Umbro, è un'Area Naturale Protetta.



"Cycling in the land of the Duke" is a 440km circular route along quiet roads. You may join it at any point and cycle in an anti-clockwise direction. It makes an exciting route due to the natural character of the terrain though it never exceeds 800m above sea level, but comprises a total climb of 8500 metres.

The trail passes through stunning countryside including:

- The **Natural Park of San Bartolo**, characteristic for its high cliffs overlooking the sea; crossing it in a south-north direction from Pesaro on the SP44 reaching Dantesca "Fiorenzuola".
- The **Furlo Gorge Reserve** that runs a few miles along the river Candigliano with its noteworthy tunnel built in 76 AD by Emperor Vespasian.
- The **Park of Monte Cucco** in Umbria which is a Protected Natural Area.

Der Weg **"Radeln im Land des Herzogs"** ist ein Rundweg von 440 km, den man von jedem Ort aus, der an diesem Weg liegt, beginnen kann und der gegen den Uhrzeigersinn befahren werden sollte und auf verkehrsarmen Straßen verläuft. Er hat eine interessante Höhendynamik, die durch die natürliche Geologie Mittelitaliens zustande kommt. Man erreicht nie Höhen über 800m über dem Meeresspiegel, aber dennoch, gerade wegen seiner Merkmale, ergibt sich ein Höhenunterschied von insgesamt 8.500m.

Die spektakuläre Schönheit der Landschaft, durch die der Weg führt, ist zu unterstreichen, und dafür müssen erwähnt werden:

- Der **Naturpark San Bartolo**, charakteristisch für seine Klippen, die hochragen und tief zum Meer abfallen; der Naturpark wird in Süd-Nordrichtung von Pesaro auf der SP44 durchquert und man erreicht Dantes "Fiorenzuola di Focara".
- Das Staatliche **Naturschutzgebiet der Furloschlucht liegt um den Ort Furlo (PU)**; nur ein paar Meilen entlang und oberhalb des Flusses Candigliano, durchquert man den Tunnel, der besondere Beachtung verdient, denn er wurde im Jahr 76 n.Chr von Kaiser Vespasian in Auftrag gegeben.
- Ein weiteres wichtiges Naturschutzgebiet ist der **Park von Monte Cucco** auf umbrischem Gebiet.

PEDALANDO NELLA TERRA DEL DUCA CYCLING IN THE LAND DUKE RADELN IM LAND DES HERZOGS

Per una buona fruizione del percorso suggeriamo di avere una condizione di allenamento base, che significa abitudine alla sella per almeno 4 ore al giorno e buone condizioni fisiche. L'itinerario è adatto ad essere percorso con bici da "corsa", "trekking bike", "mountain bike" o "e-bike" con pedalata assistita.

I rapporti consigliati, soprattutto per chi utilizza bici da corsa, sono una doppia moltiplica 34-50, comunemente definita "compact", con pignone 11-28 sulla ruota posteriore. Avere la possibilità di pedalare agile sarà di enorme aiuto su diversi tratti di strada, senza dover scendere, a maggior ragione se la bici viene attrezzata con borse da viaggio che aumentano in generale il peso. Per le bici da trekking e le mountain bike l'aspetto rapporti non dovrebbe essere un problema, visto che solitamente montano "triple" moltipliche.

Un altro aspetto da ricordare riguarda le ruote ed i pneumatici: sono consigliate ruote morbide a vantaggio del comfort con pneumatici di larghezza 23" o superiori; queste sezioni permettono di utilizzare pressioni più basse, intorno ai 6 bar, a tutto vantaggio di comfort e tenuta.

L'utilizzo di valori di pressione più bassi migliora l'effetto ammortizzante, utile a compensare eventuali tratti di strada dove l'asfalto o il fondo presenta crepe o dentellamenti. In generale va osservato il buon senso e verificata la manutenzione del mezzo prima della partenza e costantemente lungo il percorso. Infine, non dimenticate un borsello da bici munito del kit minimo di 1 camera d'aria, strumenti caccia-gomme, pompa, materiale di riparazione. I punti di assistenza tecnica base e specializzati verranno indicati nei supporti idonei.

In order to enjoy this route, it is necessary to have a basic level of fitness, which means being used to cycling for four hours a day. The route is suitable for racing, trekking or mountain bikes or "e-bike" with pedal assistance.

For those using racing bikes, double multiples 34-50 (or "compact") are recommended (wheels 11-28). Being able to pedal easily will help enormously on various stretches of road, without having to dismount, especially if the bike is weighed down with travel bags. For trekking and mountain bikes, "triple" multiples are usually used.

As regards wheels and brakes, Soft wheels are recommended for comfort with wide tyres of 23" or more; These sections allow the use of lower pressures of around 6 bar to the advantage of comfort and grip. Lower pressured tyres increase the cushioning effect where the road may be cracked or damaged.

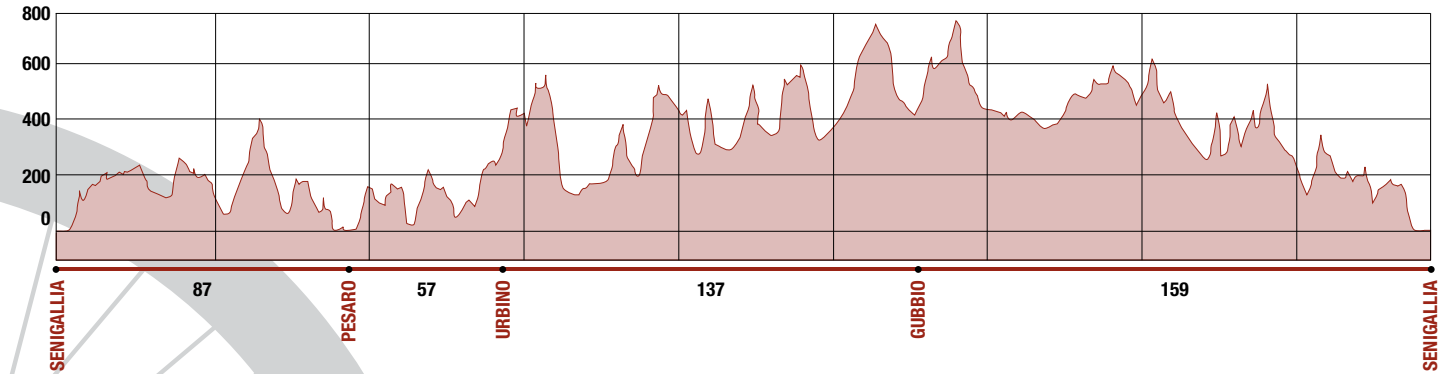
In general, the maintenance of the vehicle is recommended before departure and constantly along the way, and the cyclist should be provided with a repair kit with at least one inner tube, tirehunting tools, pumps, material repairs, etc. The places to find basic and specialized technical assistance will be signed along the route.

Für eine gute Nutzung des Pfades schlagen wir einen Basistrainingszustand vor. Das bedeutet man muss daran gewöhnt sein mindestens 4 Stunden am Tag im Sattel zu sein, eine gute Kondition haben. Die Route eignet sich als Radweg für "Rennräder", "Trekkingbikes" oder "MTB" oder auch für unterstützte Räder "E-Bikes".

Die empfohlenen Übersetzungen, vorallem für diejenigen, die ein Rennrad benutzen, ist eine von 34-50, auch gemeinhin "kompakt" genannt und 2-fach-Ausstattung mit Ritzeln von 11 bis 28. Weich in die Pedale treten zu können, wird an vielen Stellen der Strecke hilfreich sein, ohne dass man absteigen muss, besonders, wenn das Rad mit Reisetaschen bestückt ist, die das Gewicht insgesamt erhöhen. Bei den Trekkingrädern kann normalerweise der Aspekt Übersetzung vernachlässigt werden, wenn eine 3-fach-Kettenblattgarnitur montiert ist.

Ein weiterer Aspekt betrifft die Räder und Reifen: Weichräder werden zur Erhöhung des Komforts mit Breitreifen 23" oder höher empfohlen; Diese Durchschnitte ermöglichen die Verwendung von niedrigerem Luftdruck von ca. 6 bar mit dem Vorteil von mehr Komfort und Griffigkeit.

Der Einsatz niedriger Druckwerte erhöht die stoßdämpfende Wirkung, nützlich, um alle Straßenabschnitte auszugleichen, wo der Asphalt oder der Boden Risse oder Rillen aufweist. Generell ist der gesunde Menschenverstand bei der Wartung des Fahrzeugs vor der Abreise und auf dem Weg immer einzusetzen, und, dass das Radwartungswerkzeug mindestens einen Schlauch, Reifenenfernhel, Pumpe, Reparaturmaterial beinhaltet. Die grundlegenden und fachkundigen Assistenzpunkte werden in den entsprechen Führern angegeben.



PERIODI CONSIGLIATI

Il percorso è permanente ma sicuramente i periodi migliori per godere al meglio dei paesaggi e dei luoghi sono da Maggio a fine Settembre. L'abbigliamento è da considerare in funzione delle condizioni meteo. Nei mesi di Luglio e Agosto si consiglia di evitare le ore più calde della giornata.

SEASONS

The path is open all year round but May to late September are recommended in particular. Clothing is to be considered depending on the weather. In the months of July and August it is best to avoid the hottest hours of the day.

EMPFOHLENE JAHRESZEITEN

Der Weg ist das ganze Jahr über befahrbar, aber die geeignetste Zeit, um die Landschaften und Orte am besten genießen zu können, ist natürlich von Mai bis Ende September. Die Bekleidung ist je nach Witterung auszuwählen. In den Monaten Juli und August wird empfohlen, die heißesten Stunden des Tages zu vermeiden.

