



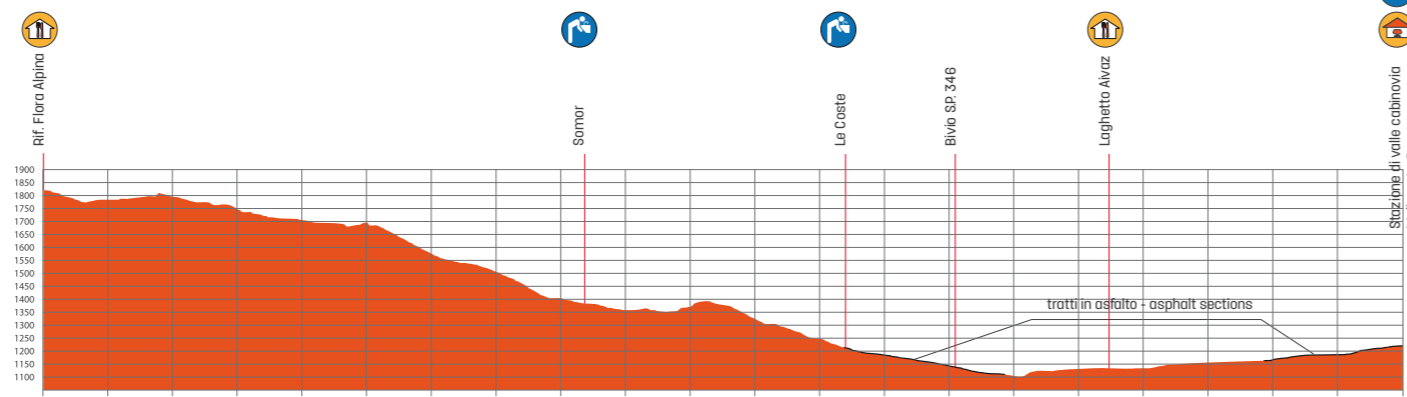
SINGLE TRAILS

Sono tracciati naturali e condivisi con altri utenti per esempio gli escursionisti. Sono percorsi naturali e spesso presentano vari gradi di difficoltà. Si può passare da tratti facili a tratti più difficili e da sezioni in salita a sezioni in discesa. Questi trails sono spesso isolati e lontani da aree particolarmente frequentate. I singletrails richiedono un approccio più "rispettoso" e più naturale, quindi meno competitivo e più rilassato.

Natural trails also used by others, for example hikers. As these are natural trails, they often feature differing degrees of difficulty. They go from easy to more demanding stretches, and include uphill and downhill sections. The trails are often isolated and off the beaten track. Single trails require a more 'respectful' and natural approach and are therefore less competitive and more relaxed.

1 SINGLE TRAIL FALCADE

Dislivello complessivo: 829 mt Grado di difficoltà: facile Chilometri totali: 10,50 Km
Overall altitude gain/loss: 829m Difficulty level: easy Total km: 10,50



Lunghezza: 10,5 km Guadagno/perdita in elevazione: 232 m -829 m pendenza max 32,6% -31,4% pendenza media 5,5% -11,6%



IL FLOW TRAIL È DISEGNATO E REALIZZATO SPECIFICAMENTE PER I BIKERS

Il trails è completamente in discesa e con due percorsi, presenta un livello costante di difficoltà. I bikers possono così concentrarsi unicamente sul trail, sulla velocità, sul ritmo e sui salti.

FLOW TRAIL ARE DESIGNED SPECIFICALLY FOR BIKERS

The trail is entirely downhill and includes two tracks; the degree of difficulty is constant, so bikers can concentrate on riding the trail, controlling their speed, rhythm and jumps.

IL CASCO È OBBLIGATORIO THE HELMET IS MANDATORY

Casco integrale caldamente consigliato
Full face helmet highly recommended

- MASCHERINA o OCCHIALI - MASK or GLASSES
- GOMITIERE - ELBOW PADS
- GUANTI - GLOVES
- GINOCCHIERE - KNEE PADS
- PROTEZIONE CORPO - BODY PROTECTION
- SCARPE DA BICI - BIKE SHOES
- ZAINO meglio con protezione sulla schiena
- BACKPACK preferably with back protection



Molti single trails sono lontani da aree frequentate, lo zaino ti permette perciò di portare con te kit per riparazioni, acqua, cambio vestiti, mappe e altre cose che potrebbero servirti.

Many single trails are off the beaten track so take a backpack with a repair kit, water, change of clothes, maps and anything else you may need.

REGOLAMENTO

- PERCORSI SENTIERI ORGANIZZATI**
Rispetta il sentiero, le indicazioni ed i divieti di accesso. Rispetta la proprietà privata.
- NON LASCIARE TRACCE**
Rispetta il territorio. I sentieri bagnati e fangosi sono più insidiosi di quelli asciutti. Non prendere scorciatoie tagliando le curve. Porta via con te gli eventuali rifiuti.
- GUIDA CON PRUDENZA**
Un attimo di distrazione può mettere in pericolo sia te stesso che gli altri. Rispetta i limiti di velocità e guida in modo da avere sempre il controllo della bicicletta.
- DAI LA PRECEDENZA CORRETTAMENTE**
I ciclisti devono dare la precedenza a tutti gli utenti non motorizzati dei sentieri, a meno che quest'ultimo non sia chiaramente riservato alle bici. I ciclisti che procedono in discesa devono dare precedenza a quelli che stanno salendo, a meno che il sentiero non sia chiaramente segnalato come senso unico e riservato alla discesa.
- NON SPAVENTARE GLI ANIMALI**
Gli animali si spaventano facilmente. Un movimento improvviso o un forte rumore possono creare un grave disturbo. Lascia agli animali che incontri sufficiente spazio e tempo per adattarsi alla tua presenza.
- ORGANIZZA LE USCITE**
Conosci il tuo equipaggiamento, le tue abilità e l'area nella quale ti appresti a pedalare. Mantieni il tuo equipaggiamento in buono stato e porta sempre con te l'occorrente in caso di cambiamenti delle condizioni del meteo. Indossa sempre il casco ed i dispositivi di sicurezza adeguati.

SAN PELLEGRINO BIKE TRAIL



Uffici informazioni e biglietteria info and ticket office

Falcade
Loc. Molino
Tel. (+39) 0437 507044 - 599641
info@impiantiinfalcadecolmargherita.com

Passo San Pellegrino
Seggiovia Costabella
Tel. (+39) 0462 573016
info@catinacciadolomiti.it

Stazione Le Buse
Tel. (+39) 0437 509252

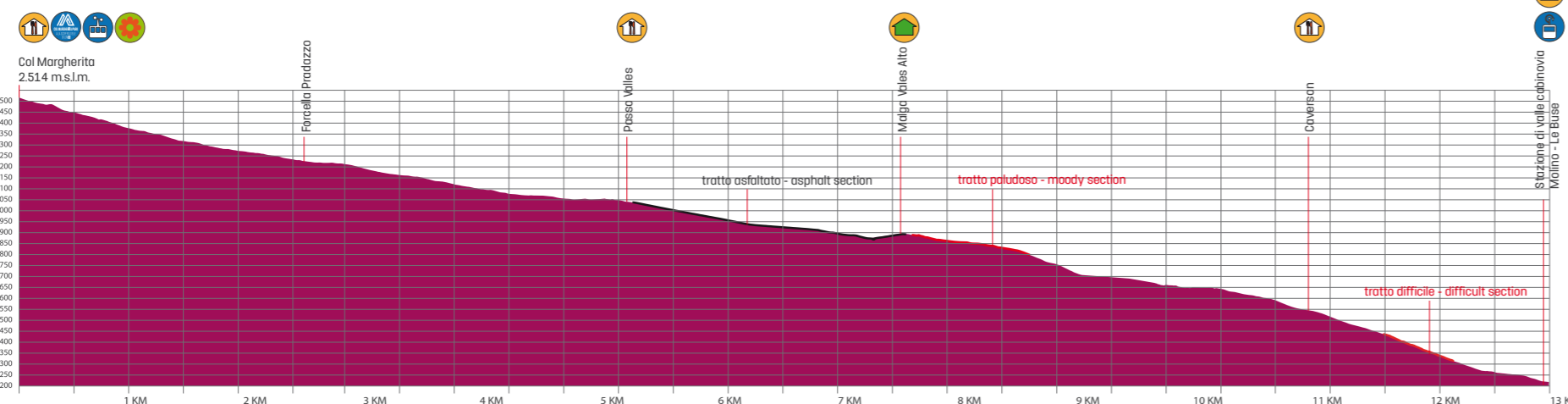
Funivia Col Margherita
Tel. (+39) 0462 573676

www.skiareasanpellegrino.it
www.passosanpellegrino.it
info@skiareasanpellegrino.it



2 SINGLE TRAIL INNAMORATI

Dislivello: 1388mt Grado di difficoltà: media Chilometri totali: 13 km
Altitude gain/loss: 1388m Difficulty level: medium Total km: 13 km



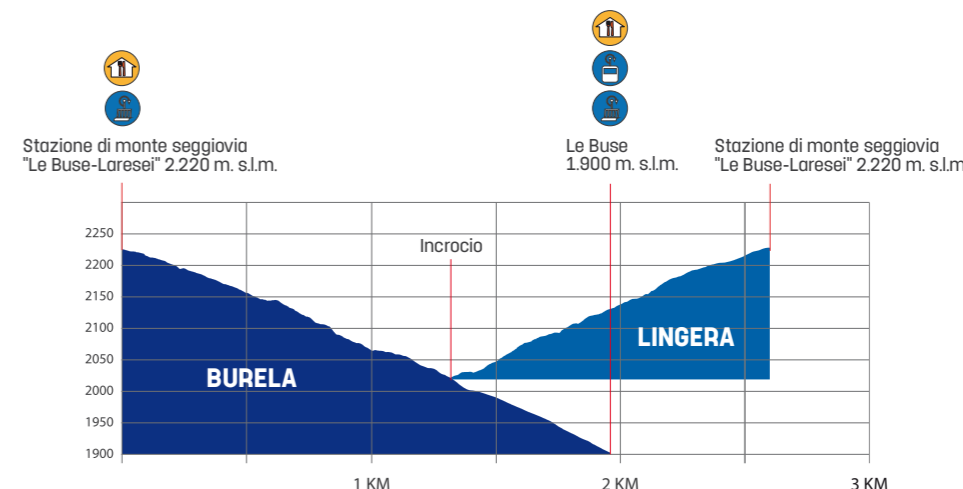
Lunghezza: 13,0 km Guadagno/perdita in elevazione: 113 m -1388 m pendenza max 38,9% -34,3% pendenza media 6,1% -11,5%



4 FLOW TRAIL LE BUSE

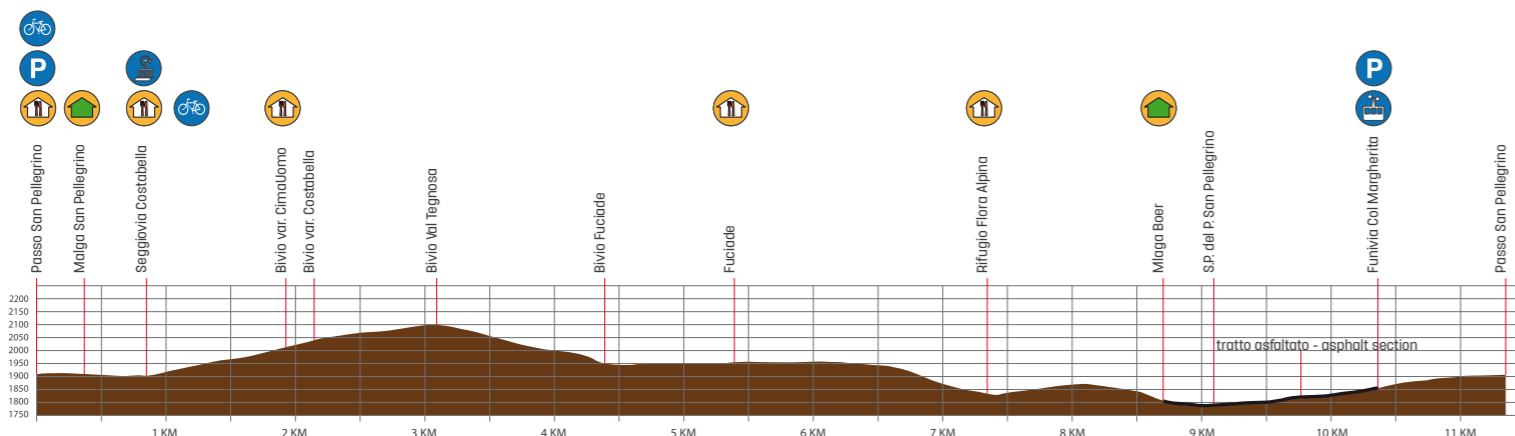
BURELA
Dislivello complessivo: 320 mt
Grado di difficoltà: DIFFICILE
Chilometri totali: 1,9 Km
Overall altitude gain/loss: 320 mt
Difficulty level: DIFFICULT
Total km: 1,9

LINGERA
Dislivello complessivo: 200 mt
Grado di difficoltà: DIFFICILE
Chilometri totali: 1,225 Km
Overall altitude gain/loss: 200 mt
Difficulty level: DIFFICULT
Total km: 1,225



3 SINGLE TRAIL SAN PELLEGRINO

Dislivello: 611 Grado di difficoltà: facile Chilometri totali: 11,6 km
Altitude gain/loss: 611m Difficulty level: easy Total km: 11,6 km



Lunghezza: 11,3 km Guadagno/perdita in elevazione: 611 m -611 m pendenza max 47,4% -51,2% pendenza media 9% -10,9%

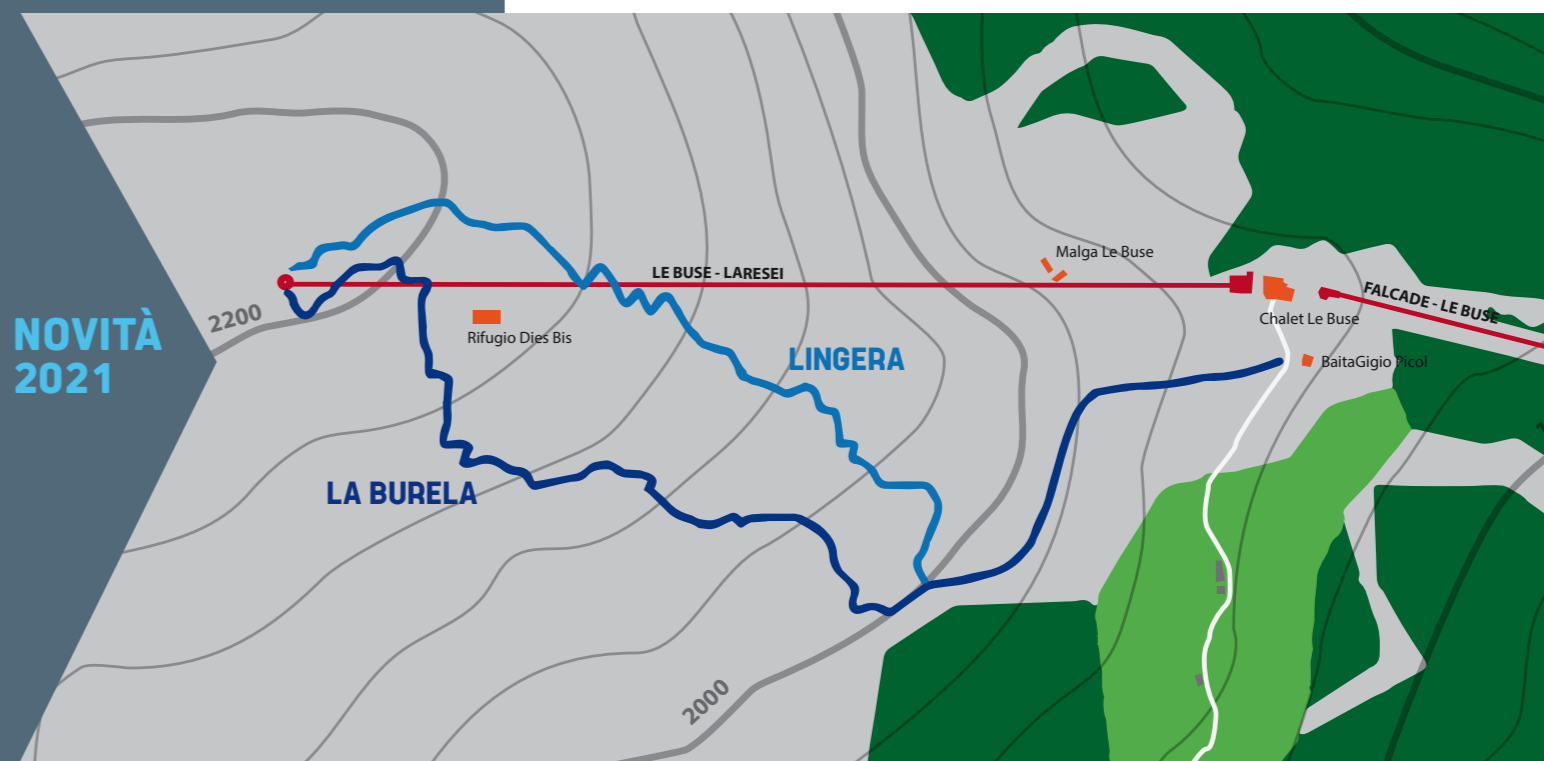
3B VARIANTE CIMAUOMO

Distanza: 1,5 km
Guadagno/perdita in elevazione: 149 m -4,73 m
pendenza max 41,5% -3,4%
pendenza media 10,1% -1,6%

3C VARIANTE COSTABELLA

Distanza: 1,5 km
Guadagno/perdita in elevazione: 182 m -6,16 m
pendenza max 25,7% -15,4%
pendenza media 13% -10,2%

NOVITÀ 2021



REGULATIONS

- STAY ON THE RIGHT TRACK**
Be respectful of the trail and observe indications and no trespassing signs. Do not trespass.
- LEAVE NO TRACE**
Be respectful of the territory. Wet, muddy trails are more hazardous than dry ones. Do not cross bends to take short cuts. Take your rubbish home with you.
- RIDE CAREFULLY**
A moment's distraction can place you and others in danger. Observe speed limits and make sure you always have your bike under control.
- GIVE WAY WHEN REQUIRED**
Cyclists on trails not reserved exclusively for them must give way to any non-motorised users. When riding downhill, cyclists must give way to those riding uphill, unless the trail is clearly marked as a one-way downhill track.
- DO NOT DISTURB ANIMALS**
Animals are easily frightened. Sudden movements or loud noises seriously disturb them. If you encounter animals, give them space and time to adapt to your presence.
- ORGANISE YOUR TRIPS**
Know your gear and capabilities, as well as the area you choose for your trip. Keep your gear in good condition and always take suitable extra clothing. Wear your helmet and personal protective equipment at all times.



**NOLEGGIO
BICICLETTE
BIKE RENT**

RENT AND GO

Piazzale Molino, 10 Falcade
Tel. (+39) 0437 599798

SCUOLA SCI E SNOWBOARD EQUIPE

Corso Roma, 31 Falcade
Tel. (+39) 0437 599616

HOLIDAY SPORT

Corso Roma, 109 Falcade
Tel. (+39) 0437 507108

HOTEL ARNICA

Passo San Pellegrino, 43
Tel. (+39) 0462 573337

HOTEL CRISTALLO

Passo San Pellegrino, 22
Tel. (+39) 0462 573342



**GUIDE ED ISTRUTTORI
GUIDES AND
INSTRUCTORS**

DOLOMITES VERTICAL LIFE

Info e prenotazioni: (+39) 377 3573477
Info Guida: (+39) 349 5707624
Info Bike: (+39) 347 5804956
info@dvtrek.com

AGORDINO BIKES GUIDE

Luca Tel. (+39) 338 9869980
Nicola (+39) 340 7390946
Daniele (+39) 347 7008364
agordinobikeguides@gmail.com

SCOPRI IL BIKE PASS

Utilizza il QR code per avere tutte le informazioni per gli impianti di risalita aperti, i prezzi e gli orari del comprensorio **SAN PELLEGRINO**



Scan the QR code to get information about the **SAN PELLEGRINO** surface lift, opening hours and prices.



- 1** PERCORSO FALCADE MTB FALCADE
- 2** PERCORSO INNAMORATI MTB INNAMORATI
- 3** PERCORSO PASSO SAN PELLEGRINO MTB TOURS PASSO SAN PELLEGRINO
- 3B** VARIANTE CIMA UOMO
- 3C** VARIANTE COSTABELLA
- 4** FLOW TRAIL FLOW TRAIL
- P** PARCHEGGIO PARKING
- F** FONTANA FOUNTAIN
- B** NOLEGGIO BICI BIKE RENT
- H** RIFUGIO HUT
- R** RISTORANTE RESTAURANT
- RS** POSTO DI RISTORO REFRESHMENT ROOM
- M** MALGA
- AI** APERTA SOLO IN INVERNO OPEN ONLY IN WINTER
- CS** SEGGIOVIA COSTABELLA CHAIRLIFT COSTABELLA
- CM** FUNIVIA COL MARGHERITA COL MARGHERITA CABLEWAY
- CB** CABINOVIA FALCADE - LE BUSE GONDOLA FALCADE - LE BUSE
- CL** SEGGIOVIA LE BUSE-LARESEI CHAIRLIFT LE BUSE-LARESEI
- PG** PARCO GEOLOGICO GEOLOGICAL PARK
- B** BIOTOPO LAGO SAN PELLEGRINO BIOTOPE SAN PELLEGRINO LAKE
- BA** PARCO DELLE FORMICHE ANTS PARK
- BA** BOSCO DEGLI ARTISTI FOREST OF THE ARTISTS
- CA** CASA DELLE API HOME OF THE BEES
- A** POSTAZIONE AUSTRO-UNGARICA AUSTRO-HUNGARIAN TRENCHES
- I** POSTAZIONE ITALIANA ITALIAN TRENCHES
- M** MUSEO MURER MURER MUSEUM
- V** PUNTO PANORAMICO VIEWPOINT
- PB** PERCORSO BOTANICO BOTANICAL PATH

112

WHERE ARE U



L'app gratuita che ti permette di chiedere aiuto in caso di incidente. Digitando il numero di emergenza 112, l'operatore avrà automaticamente la tua posizione. A free app to call for help in the event of an accident. Calling emergency number 112 will automatically give the operator your position.

SCARICALA DAL TUO APP STORE
DOWNLOAD FROM YOUR APP STORE

MTB CHECKLIST

**PRIMA DI INIZIARE IL PERCORSO
CONTROLLATE LA VOSTRA
ATTREZZATURA.**

Assicuratevi che il vostro **CASCO** sia in buono stato e regolato correttamente. Ispezionate il **TELAIO** della bicicletta, forcella e altri componenti per vedere se sono rotti o ammaccati. Verificate che le **PASTIGLIE DEI FRENI** siano in buone condizioni. Verificate che i **PERNI ANTERIORI E POSTERIORI** siano ben stretti. **STERZO E ATTACCO MANUBRIO** devono essere ben fissati e senza giochi. Verificare che i **COPERTONI** siano in buono stato, senza tagli o strappi. **MANUBRIO E MANOPOLE** devono essere ben strette e non devono girare. **SELLA E REGGISSELLA** devono essere saldamente fissati.

**BEFORE RIDING
ALWAYS INSPECT YOUR
EQUIPMENT.**

Make sure your **HELMET** is in good condition and properly adjusted. Inspect your **BIKE FRAME**, fork and other parts to check for damage. Check that the **BRAKE PADS** are in good condition. Check that the **FRONT AND REAR PIVOTS** are properly tightened. Check that the **HEADSET AND HANDLEBAR ATTACHMENT** are securely fixed. Check the **TYRES** for cuts or tears. Check that the **HANDLEBAR AND GRIPS** are properly tightened so they do not rotate. Check that the **SEAT AND SEAT POST** are securely fixed.