



Partendo da Limone alla volta di Tremosine, si passa da Bassanega (m. 309), Ustecchio (km. 4,6 – m. 490 – **h. 0:46**) e Voltino (km. 5,9 – m. 560 – **h. 1:02**) per arrivare a Vesio. Dalla località Pertica, lungo via Pertica, si punta in direzione sud verso Polzone. Al km. 10,0 si trova a destra l'isola ecologica; superata la sbarra, si pedala in direzione sud parallelamente alla strada provinciale, fino ad una biforcazione. Si prende a sinistra e, in leggera discesa, si arriva al bivio per La Cocca (km. 13,0 – **h. 1:30**). Girando a sinistra, dopo un centinaio di metri, all'incrocio (km. 13,8 – m. 637 – **h. 1:31**) si prende il largo sterrato che porta a destra, in leggera discesa, alla diga di S. Michele (km. 16,8 – m. 635 – **h. 1:37**). Superato il ponte, ci si dirige a sinistra (n. 225); dopo alcune piccole salite intervallate da falsipiani, superati quattro guadi di cui tre naturali, si giunge ad un cancello. Oltrepassato lo, si spinge la mountain-bike per circa 150 m. su una gettata di cemento e si arriva al prato di Malga Negrini (km. 19,5 – m. 748 – **h. 1:57**). Ritornando indietro, fino alla diga di S. Michele (km. 22,2 – m. 635 – **h. 2:07**), si faccia attenzione all'attraversamento dei guadi. Alle case, si prende a sinistra la strada in salita per passo Tremalzo; superata una ex polveriera militare, in prossimità di un tornante si entra su una mulattiera pianeggiante (n. 222) che segue il corso del fiume e, proseguendo sulla principale della Valle delle Nus, si giunge dopo un ponte alla Malga Pra dele Nùs (km. 24,5 – m. 688 – **h. 2:21**). Lungo la strada appena percorsa si fa ritorno alla diga di S. Michele (km. 26,8 – m. 635 – **h. 2:27**), si passa il ponte e si prosegue fino all'incrocio di Polzone (km. 30,2 – m. 632 – **h. 2:40**). Prendendo a sinistra si pedala sull'asfalto verso Vesio (km. 32,4 – m. 618 – **h. 2:45**) e, seguendo la provinciale, si scende a Limone ripercorrendo a ritroso la parte iniziale dell'itinerario (km. 40,6 – m. 100 – **h. 3:00**).



Von Limone geht es in Richtung Tremosine über Bassanega (309 m), Ustecchio (4,6 km – 490 m – **0:46 Std.**) und Voltino (5,9 km – 560 m – **1:02 Std.**) bis nach Vesio. Von der Ortschaft Pertica geht es über die Via Pertica in Richtung Süden nach Polzone. Bei km 10,0 finden Sie auf der rechten Seite eine Reihe von Müllcontainern („isola ecologica“); Sie fahren an der Schranke vorbei und nun parallel zur Landesstraße nach Süden weiter bis zu einer Gabelung. Hier fahren Sie links leicht bergab bis zur Abzweigung nach La Cocca (13,0 km – **1:30 Std.**). Sie biegen nach links ab, finden nach etwa 100 m eine Kreuzung (13,8 km – 637 m – **1:31 Std.**), und schlagen hier den breiten Fahrweg rechts ein, der nach leicht bergab zum Staudamm S. Michele führt (16,8 km – 635 m – **1:37 Std.**). Sie fahren über die Brücke und dann nach links (Weg Nr. 225); nach einigen kurzen Steilstücken, gewellten Ebenen und nach vier Furten, von denen drei naturbelassen sind, gelangen Sie an ein Gatter. Dahinter müssen Sie Ihr Fahrrad für etwa 150 m über eine betonierte Strecke bergauf schieben und gelangen nun auf die Wiese der Malga Negrini (19,5 km – 748 m – **1:57 Std.**). Auf dem Weg zurück zum Staudamm S. Michele (22,2 km – 635 m – **2:07 Std.**) sollten Sie bei der Durchquerung der Furten besonders vorsichtig sein. Bei den Häusern angelangt nehmen Sie die linke Strecke bergauf Richtung Tremalzo-Pass. Es geht an einem alten Pulverlager vorbei; kurz vor der Kehre nehmen Sie den flachen Saumpfad (Weg Nr. 222), der am Fluss entlang verläuft. Sie fahren weiter auf dem Hauptweg durch das Nus-Tal bis zur Malga Pra dele Nùs (24,5 km – 688 m – **2:21 Std.**). Es geht auf dem gleichen Weg schließlich wieder zurück zum Staudamm S. Michele (26,8 km – 635 m – **2:27 Std.**), über die Brücke und weiter bis zur Kreuzung bei Polzone (30,2 km – 632 m – **2:40 Std.**). Hier geht es links über die Asphaltstrecke in Richtung Vesio (32,4 km – 618 m – **2:45 Std.**) und über die Landesstraße bergab, also auf dem gleichen Weg zurück, nach Limone (40,6 km – 100 m – **3:00 Std.**).



Starting out from Limon, head for Tremosine. You'll pass Bassanega (309 m), Ustecchio (km 4.6 – 490 m – **h. 0:46**), Voltino (km 5.9 – 560 m – **h. 1:02**) and arrive in Vesio. In the hamlet of Pertica, head south on Via Pertica for Polzone. At km 10, there will be a nature park to your right. Pass the barrier and head south, riding parallel to the provincial road, until you reach the first fork in the road. Bear left and follow the gently sloping road downhill to the intersection for La Cocca (km 13 – **h. 1:30**). Turn left and after about one hundred meters, at the intersection (km 13.8 – 637 m – **h. 1:31**) take the wide unpaved

road to the right that leads downhill to the S. Michele dam (km 16.8 – 635 m – **h. 1:37**). Pass the bridge and bear left (trail n. 225). After a few uphill stretches alternating with level sections, you'll pass four fords in the stream (three of them natural) and reach a gate. Pass the gate and ride about 150 meters on cement until you reach the meadow of the Negrini alpine farmhouse (km 19.5 – 748 m – **h. 1:57**). Backtrack to the S. Michele dam (km 22.2 – 635 m – **h. 2:07**), taking care as you cross the streams. Reaching the homes, turn left onto the uphill road for the Tremalzo Pass. Pass the old military munitions depot and, in proximity of a hairpin curve, take the level trail (n. 222) that follows the river. Follow the main road of Valle delle Nus: after a bridge you'll reach the Pra dele Nùs alpine farmhouse (km 24.5 – 688 m – **h. 2:21**). Take the road back to the S. Michele dam (km 26.8 – 635 m – **h. 2:27**). Pass the bridge and proceed to the intersection of Polzone (km 30.2 – 632 m – **h. 2:40**). Turn left onto the asphalt road for Vesio (km 32.4 – 618 m – **h. 2:45**). Follow the provincial road down to Limone, retracing back along the initial stretch of the itinerary (km 40.6 – 100 m – **h. 3:00**).

T/B	km			Diff.
B	40,60	683	3:00	★★★

