

## 4° Tappa

### Sambuco - Colle dell'Arpione - Entraque

<b>Altitudine partenza</b>	: m. 1184
<b>Altitudine arrivo</b>	: m. 904
<b>Altezza massima</b>	: m. 1761 (Colle dell'Arpione)
<b>Dislivello complessivo salita</b>	: m 1069
<b>Dislivello complessivo discesa</b>	: m 1349
<b>% ciclabilità salita</b>	: 94,5 %
<b>% ciclabilità discesa</b>	: 96,5 %
<b>Sviluppo percorso indicativo</b>	: Km 39,6
<b>Tempo indicativo</b>	: 7 ore

Da **Sambuco (1184 m)** ci portiamo lungo la statale della valle Stura, attraversando il centro dei paesi Vinadio e Aisone e poco prima (circa un Km) di arrivare a Demonte, prendiamo il bivio sulla nostra destra che attraversa il torrente Stura e ci porta verso Fontan con segnavia P5, marcato sulle cartine ma difficilmente riconoscibile durante il percorso. Anche se su asfalto la salita è molto impegnativa; la strada comunque prosegue arrivando ad una fontana (Praciaba) ove possiamo fare rifornimento, e poco dopo si arriva ad una piccola Chiesa e nei pressi una grossa quercia e da qui svoltiamo a sinistra. La carrareccia di lì a poco prenderà il posto dell' asfalto più adatta alle nostre MTB ma fermo restando che la salita rimane sempre impegnativa e non ci permette di calare l' intensità dello sforzo. Il sentiero attraversa zone boschive aprendosi ogni tanto sulla valle permettendoci così di fare

*il punto della situazione considerando che noi dobbiamo prendere il sentiero sulla destra, marcato P5 sulle cartine ma non sul percorso (che purtroppo per noi è un poco nascosto e che ci costringe a fare attenzione). Questo sentiero non ci permette di pedalare e alzandosi abbastanza in fretta e che dopo circa una mezzora ci porta direttamente al **Colle dell' Arpione ( 1761 m)**. Ora bisogna scendere a valle e lo facciamo non su sentiero ma lungo i prati di fronte a noi, guardando verso valle, piegando un poco verso destra in modo da raggiungere quel sentiero che dall' alto si scorge. Arrivati in fondo riprendiamo il sentiero ed a pedalare lungo alcuni saliscendi nel bosco. Si comincia a scendere definitivamente per arrivare ad una capanna abitata da un pastore. Proseguiamo, sempre su un sentiero che a tratti anche lunghi si fa pietoso e particolarmente impegnativo, per incontrare la carrareccia molto veloce nella valle Desertetto che ci porta dritti a **San Bernardo (1088 m)**. L'asfalto ci conduce a **San Lorenzo (848 m)** incrociando la statale che attraversa la Val di Gesso. La percorriamo giungendo al bivio sulla destra che ci conduce dopo una leggera salita, ad **Entraque (904 m)***