




 Tappa
04
 cronotabella

CATANZARO - COSENZA
km 138

martedì 12 maggio 2026

D = 1800 m

Quota			DISTANZE			ORA DI PASSAGGIO			
			par- ziali	per- corse	da per- correre	media km/ora			
						45	43	41	
PROVINCIA DI CATANZARO						>>>>>			
	373	CATANZARO	↑	Start Village	12.0		13.40	13.40	13.40
	82	CATANZARO	↑	km 0	0.0	0.0	138.0	14.00	14.00
	258	Marcellinara	↑	sp.168/1	5.5	5.5	132.5	14.07	14.08
	72	Z.I. Pianopoli	↑	sp.170/2	9.1	14.6	123.4	14.18	14.18
	40	Svinc. ss.280 "Lamezia Terme Sud"	↑	sp.110	9.2	23.8	114.2	14.28	14.30
	16	Sovrappasso Rotatoria Aeroporto "Sant'Eufemia"	↑	ss.18	5.0	28.8	109.2	14.34	14.36
	6	Gizzeria Lido	↑	ss.18	4.1	32.9	105.1	14.39	14.41
	4	Falerna Marina	↑	ss.18	8.3	41.2	96.8	14.49	14.51
	4	Nocera Terinese	↑	ss.18	6.0	47.2	90.8	14.56	14.59
PROVINCIA DI COSENZA									
	13	Campora San Giovanni	↑	ss.18	6.6	53.8	84.2	15.05	15.07
	27	galleria	↑	978m	2.9	56.7	81.3	15.08	15.11
	6	Amantea	↑	ss.18	4.6	61.3	76.7	15.14	15.17
	15	n.4 gallerie	↑	50m, 64m, 48m, 60m	4.4	65.7	72.3	15.19	15.23
	27	Fiumefreddo Marina	↑	ss.18	8.1	73.8	64.2	15.30	15.33
	22	galleria	↑	76m	0.3	74.1	63.9	15.30	15.34
	67	San Lucido	↔	sp.38	6.4	80.5	57.5	15.38	15.42
	921	Cozzo Tunno	↑	sp.38	14.5	95.0	43.0	16.11	16.18
	942	La Crocetta	↔	sp.35	3.2	98.2	39.8	16.15	16.22
	554	San Fili	↔	sp.94	6.0	104.2	33.8	16.23	16.30
	480	San Vincenzo la Costa	↑	sp.94-sp.91	6.1	110.3	27.7	16.30	16.38
	168	Ins. sp.241	↑	sp.241	8.5	118.8	19.2	16.40	16.48
	162	Petrozza	↔	sp.247	3.2	122.0	16.0	16.44	16.52
	138	Bv. di Rose	↔	sp.234	2.0	124.0	14.0	16.46	16.55
	144	Red Bull km	↑	sp.234	2.4	126.4	11.6	16.49	16.58
	174	Bv. di Castiglione Cosentino	↔	sp.234	4.0	130.4	7.6	16.54	17.03
	207	Svinc. ss.107	↑	v.Beato Francesco Marino	4.8	135.2	2.8	17.00	17.09
	222	Ponte S. Francesco di Paola	↔	v.Popilia	1.6	136.8	1.2	17.02	17.11
	248	COSENZA	↑	v.Trieste	1.2	138.0	0.0	17.03	17.13

NOTE:

Red Bull km

km 125.4 - 126.4


Traguardi Volanti / Intermediate Sprints:

km 80.5 - San Lucido


Gran Premio della Montagna:

km 95 - Cozzo Tunno - m 921 (2ª cat.)



Feed/Litter zone: km - - -



Bidon/Litter zone: km - -



Litter zone: km



Galleria/Tunnel: km 56.7 - 65.7 - 74.1



Passaggio a Livello/Level Crossing: km


 Tappa
 04
 cronotabella

CATANZARO - COSENZA
martedì 12 maggio 2026
km 138

Prov/com	Distanza	Località	DIR	via	km
CATANZARO					
Catanzaro					
		CATANZARO	↑	Start Village	
			↑	via Scuola Agraria	
			↻	Piazza Montenero	
			↻	via Giuseppe Schiavi	
			↑	via Giuseppe Schiavi	
			↖	via Giuseppe Cantafio	
			↑	via Giuseppe Cantafio	
			↑	via Aldo Barbaro	
			↑	Piazza Montegrappa	
			↻	Piazza Montegrappa	
			↑	via Piave	
			↻	via Mario Greco	
			↑	via Mario Greco	
			↗	via Giovanni Vercillo	
			↑	via Giovanni Vercillo	
			↑	via Indipendenza	
			↑	Piazza Giacomo Matteotti	
			↖	Piazza Giacomo Matteotti	
			↻	corso Giuseppe Mazzini	
			↑	corso Giuseppe Mazzini	
			↑	Piazza Giuseppe Garibaldi	
			↑	corso Giuseppe Mazzini	
			↖	discesa Cavour	
			↑	discesa Cavour	
			↗	via Italia	
			↑	via Italia	
			↖	via D. Milelli	
			↑	via D. Milelli	
			↑	via Francesco Acri	
			↑	via Antonio Pelaggi	
			↖	via Antonio Pelaggi, strada per Siano CONTROMANO	
			↑	strada per Siano	
			↑	GALLERIA Falcone Lucifero	
			↑	via M.E. Pignatelli / Alessandro Turco	
			↑	viadotto Fausto Bisantis	
			↑	via Gioacchino da Fiore	
			↖	ss.109 bis	
			↑	ss.109 bis	
			↑	viale Vincenzo de Filippis	
			↑	svincolo verso ss.280	
			↑	ss.280	
			↑	strada statale dei Due Mari	
			↑	GALLERIA	
			↑	ss.280	
Tiriolo					
			↑	ss.280	
			↑	sottopasso ss.280dir	
			↑	ss.280	
			↑	Ponte Fiume Corace	
			↑	ss.280	
Settingiano					
			↑	ss.280	
			↑	ss.280	
			↗	strada statale dei Due Mari	
			↗	uscita da ss.280 verso Sarrotrino	
			↑		
Tiriolo					
			↑	ss.280	
		CATANZARO	↑	km 0	
			↑		
Settingiano					
			↑		

Tappa
04
cronotabella

CATANZARO - COSENZA

martedì 12 maggio 2026

km 138

Prov/com	Distanza	Località	DIR	via	
			↩	via Aldo Moro	
			↑	via Aldo Moro	
			↑	sottopasso ss.280	
			↗	sp.168/1	rotatoria
			↑	sp.168/1	
			↑	sp.168/1	sottopasso ss.280
			↑	sp.168/1	
Marcellinara					
			↑	sp.168/1	
		Marcellinara	↑	sp.168/1	
			↖	sp.168/1	rotatoria
			↑	sp.168/1	
			↑	sp.168/1	sottopasso ss.280
			↑	sp.168/1	
Maida					
			↑	sp.168/1	
			↗	ss.19	rotatoria >> ss.19dir
			↑	ss.19dir	
			↩	ss.19dir	svincolo, direzione Catanzaro
			↑	ss.19dir	
			↖	sp.169/2	
			↑	sp.169/2	
Pianopoli					
			↑	sp.169/2	
		Z.I. Pianopoli	↑	sp.170/2	rotatoria
			↑	sp.170/2	
			↑	sp.170/2	
Feroletto Antico					
			↑	sp.170/2	
			↑	sp.170/2	
			↑	sp.170/2	rotatoria >> sp.170/1
			↑	sp.170/1	
Lamezia Terme					
			↑	sp.170/1	
			↑	sp.170/1	
			↩	sp.110	
		Svinc. ss.280 "Lamezia Terme Sud"	↑	sp.110	sovrappasso sopra ss.280
			↑	sp.110	
			↑	sp.110	sottopasso A2
			↑	sp.110	
			↑	sp.110	sottopasso ferroviario
			↑	sp.110	
			↗	ss.18	
			↑	ss.18	
		Sovrappasso Rotatoria Aeroporto "S"	↑	ss.18	sovrappasso rotatoria Aeroporto Sant'Eufemia
			↑	ss.18	
			↑	ss.18	via Alida Nucifero
			↑	ss.18	
Gizzeria					
			↑	ss.18	
		Gizzeria Lido	↑	ss.18	
			↑	ss.18	
			↑	ss.18	Lungomare Amerigo Vespucci
Falerna Marina					
			↑	ss.18	
		Falerna Marina	↑	ss.18	
			↑	ss.18	
Nocera Terinese					
			↑	ss.18	


 Tappa
 04
 cronotabella

CATANZARO - COSENZA
martedì 12 maggio 2026
km 138

Prov/com	Distanza	Località	DIR	via	
		Nocera Terinese	↑	ss.18	
			↑	ss.18	
COSENZA					
Amantea					
			↑	ss.18	
			↑	ss.18	sovrappasso ferrovia
			↑	ss.18	
		Campora San Giovanni	↖	ss.18	
			↑	ss.18	
		galleria	↑	ss.18	galleria 978m
			↑	ss.18	
			↑	ss.18	rotatoria
		Amantea	↑	ss.18	
			↑	ss.18	
Belmonte Calabro					
			↑	ss.18	
			↑	ss.18	stazione ferroviaria Belmonte
		n.4 gallerie	↑	ss.18	galleria 50m
			↑	ss.18	galleria 64m
			↑	ss.18	galleria 48m
			↑	ss.18	
Longobardi					
			↑	ss.18	
			↑	ss.18	galleria 60m
			↑	ss.18	
Fiumefreddo Bruzio					
		Fiumefreddo Marina	↑	ss.18	
			↑	ss.18	
		galleria	↑	ss.18	galleria 76m
			↑	ss.18	
Falconara Albanese					
			↑	ss.18	
			↑	ss.18	
San Lucido					
		San Lucido	↑	ss.18	
			↗	sp.38	uscita per sp.38
			↗	sp.38	
			↑	sp.38	
Falconara Albanese					
			↑	sp.38	
			↖	sp.38	
		Cozzo Tunno	↑	sp.38	
			↑	sp.38	
			↑	sp.38	
San Lucido					
			↑	sp.38	
San Fili					
		La Crocetta	↑	sp.38	
			↗	sp.35	
			↑	sp.35	
			↑	sp.35	via Piano Ghiande
			↑	sp.35	

Tappa
 04
 cronotabella

CATANZARO - COSENZA
martedì 12 maggio 2026
km 138

Prov/com	Distanza	Località	DIR	via	
		San Fili	↶	sp.94	via della Resistenza
			↑	sp.94	
			↗	sp.94	
			↑	sp.94	
San Vincenzo la Costa					
			↑	sp.94	
			↑	sp.94	corso Vittorio Emanuele III, loc.Gesuiti
			↑	sp.94	
			↗	sp.94	
		San Vincenzo la Costa	↑	sp.94	via Municipio
			↑	sp.94	via Municipio
			↗	sp.91	via Municipio
			↑	sp.91	via Municipio
			↑	sp.91	via San Francesco
			↑	sp.91	via Prioli
Montalto Uffugo					
			↑	sp.91	via Santa Maria di Settimo
Rende / Montalto Uffugo					
			↑	sp.91	via Santa Maria di Settimo breve tratto confine comunale
Montalto Uffugo					
			↑	sp.91	via Santa Maria di Settimo
			↶	sp.91	
			↑	sp.91	sovrappasso ferroria
			↶	sp.91	
		Ins. sp.241	↑	sp.91	via Santa Maria di Settimo
			↑	sp.241	rotatoria >> viale Trieste
			↑	sp.241	viale Trieste
			↑	sp.241	rotatoria >> via Benedetto Croce
			↑	sp.241	via Benedetto Croce
		Petrozza	↶	sp.247	via Sila
			↑	sp.247	via Sila
			↑	sp.247	sovrappasso A2
			↑	sp.247	
			↑	sp.247	rotatoria
			↑	sp.247	
Rose					
		Bv. di Rose	↑	sp.247	
			↶	sp.234	rotatoria
			↑	sp.234	
Rende					
			↑	sp.234	
Rose					
			↑	sp.234	
Castiglione Cosentino					
			↑	sp.234	
Rende					
			↑	sp.234	
Castiglione Cosentino					
			↑	sp.234	
			↶	sp.229	
			↑	sp.229	
San Pietro in Guarano					
		Bv. di Castiglione Cosentino	↑	sp.229	
			↶	sp.234	rotatoria
			↑	sp.234	
Rende / San Pietro in Guarano					
					tratto sul confine comunale


 Tappa
 04
 cronotabella

CATANZARO - COSENZA
martedì 12 maggio 2026

Prov/com	Distanza	Località	DIR	via	km 138
			↑	sp.234	
Zumpano					
			↑	sp.234	
			↑	sp.234	rotatoria
		Svinc. ss.107	↑	sp.234	rotatoria >> via Beato Francesco Marino
			↑		via Beato Francesco Marino
Cosenza					
			↑		via Beato Francesco Marino
			↑		via Lungo Crati Gergeri
		Ponte S. Francesco di Paola	↗		Ponte S. Francesco di Paola
			↗		Ponte S. Francesco di Paola
			↑		Ponte S. Francesco di Paola
			↑		rotatoria >> via A. de Fiore
			↑		via A. de Fiore
			↖		rotatoria >> via Popilia
			↑		via Popilia
			↑		rotatoria >> via Cesare Bacelli
			↑		via Cesare Bacelli
			↗		Piazza Giacomo Mancini
			↖		Piazza Giacomo Mancini
			↗		viale Trieste
		COSENZA	↑		viale Trieste