

1° FESTIVAL DEL TRAIL

Trail autogestito "Anello del Ciarbonet"
24 km - disl. 1200 m

ACCEGLIO

9.10 LUGLIO 2011

SUPER valle

3 appuntamenti
con lo sport e la natura
in **valle Maira**

single trail

shoes



saracube design

Coordinamento tecnico a cura dell'a.s.d. "InMairaOutdoor"

Un ricco week-end interamente dedicato al mondo del trail e della corsa in
montagna in compagnia del mitico Campione **MARCO OLMO**

PROSSIMI APPUNTAMENTI :

2° CRONOSCALATA MTB RIFUGIO CARMAGNOLA (2740 m slm)

DOMENICA 11 SETTEMBRE 2011



1° FESTIVAL DEL TRAIL ACCEGLIO 9.10 LUGLIO 2011



ASD "INMAIRAOUTDOOR"
www.inmairaoutdoor.it
info@inmairaoutdoor.it



SABATO 9 LUGLIO

Dal mattino, presso Sala Polivalente in località Frere: ritrovo e primi accrediti
Pranzo libero.

ORE 14.30 lezione di riscaldamento muscolare con il Prof. Massimo Civalleri,
preparatore atletico professionista sett. Giovanile Juventus FC

A seguire corsa di allenamento in gruppo sui sentieri del Vallone di Unerzio
Seconda lezione su tecniche di defaticamento muscolare e stretching a cura del
Prof. Civalleri. Rientro alle strutture ricettive e cena libera

ORE 21.30: proiezione di film-documentario a cura di Marco Olmo
sulle sue grandi imprese (Deserto e Montagna). Commenti ed interventi dalla voce
del campione A seguire serata di festa e musica fino a tarda notte

DOMENICA 10 LUGLIO

ORE 8.00-9.15: ultimi arrivi ed accrediti - Consegna pacco gara

ORE 9,15: Briefing

ORE 9,30: PARTENZA TRAIL AUTOGESTITO

Dalle ore 11,30 primi arrivi

Dalle ore 13,00 Pasta Party ed a seguire estrazione di premi a sorteggio

Durante l'intera giornata possibilità di servizio massaggi sportivi e defaticanti
(a pagamento, prezzo convenzionato)

con Enrico Brondino, Riflessologo Plantare e Massaggiatore Professionista

Servizio docce e spogliatoi presso il campo sportivo di Acceglio

PARTECIPAZIONE GRATUITA

POSSIBILITA' DI PARTECIPARE ANCHE ALLA SINGOLA GIORNATA

INFORMAZIONI:

info@inmairaoutdoor.it

Comune di Acceglio: acceglio@ruparpiemonte.it – Uff. turistico 0171.99424
348.7497939 (Fabrizio inmairaoutdoor)