

1° Trofeo Leone di Caprera Trail Running Sardinia

Il 28 febbraio 2014 è stata presentata presso l'ufficio turismo del Comune di La Maddalena la manifestazione “ **1° Trofeo Leone di Caprera**” **Trail Running Sardinia**. Si tratta di una gara di corsa a piedi che si disputerà nell' Isola di Caprera, località conosciuta per il suo meraviglioso paesaggio naturalistico nonché ultima dimora dell' Eroe dei due Mondi.

Grazie all'impegno del Circolo Interparrocchiale Culturale Sportivo “Don Giuseppe RIVA”, dell'ASD Cross Fitness, dell'Amministrazione Comunale di La Maddalena, della Provincia Olbia-Tempio, della Regione Autonoma Sardegna, al contributo di numerosi Sponsor e alla collaborazione tecnica del Centro Sportivo Italiano Sardegna, finalmente la città di La Maddalena avrà la propria gara di *Trail Running* a cui sarà abbinata una corsa, non competitiva, aperta a tutti, sulla distanza di 10 chilometri.

La competizione ha come obiettivi principali: l'importante promozione della Regione Autonoma della Sardegna e, in particolare, del Parco Nazionale dell'Arcipelago di La Maddalena.

Inoltre, destagionalizzerà il turismo sportivo di qualità, con evidenti, positive ricadute economiche per la nostra isola.

Cosa è il Trail Running

Il Trail Running è una variante della corsa che differisce dalla corsa su strada e dalla corsa su pista, in quanto generalmente si svolge su percorsi, di norma utilizzati per l'escursionismo, in particolare, in montagna. Questi percorsi Trail Running si snodano su sentieri e mulattiere, evitando le strade asfaltate fatta eccezione, di solito, per l'inizio e la fine dell'escursione. Attraversano colline, montagne, altopiani, boschi ed in generale remote zone naturali. L'essenza stessa del tracciato, rende il Trail Running particolarmente impegnativo sia per il profilo altimetrico che per la tipologia di terreno sconnesso sul quale si corre. Questa disciplina, che ha avuto origine e larghissima diffusione nel Regno Unito e negli Stati Uniti, sta riscontrando un seguito sempre crescente, sia tra gli atleti professionisti che tra gli amatoriali, anche in Italia.

SCHEMA DELLA GARA

Sintesi del percorso

Lo slogan dell'evento è «*Corri nell'isola dei leoni*», e prevede l'attraversamento, in un susseguirsi di ripidi saliscendi, dei sentieri più belli di Caprera. La partenza stabilita è dal Borgo di Stagnali, con direzione Cala Garibaldi, Cala Napoletana, Candeo, Becco di Vela, Monte Teialone, Cala Coticcio (la famosissima **Tahiti**) e arrivo previsto al Borgo di Stagnali.

Qualifiche

Molti sono coloro che in Italia praticano attività sportiva agonistica, ma ben maggiore è il numero di praticanti amatoriali. Durante la pratica di questo sport, l'organismo è sottoposto ad uno sforzo tale che per la sua compiuta riuscita è necessario un perfetto stato psicofisico, oltre ad una grossa preparazione di base. Per tali motivi, per poter prendere parte a codesti eventi, è obbligatorio essere in possesso del *certificato di idoneità sportiva agonistica*. Alla gara sono ammessi atleti M/F che abbiano compiuto il 18° anno di età.

Accoglienza

Gli organizzatori, per favorire l'accoglienza degli atleti che prenderanno parte all'evento "**1° Trofeo Leone di Caprera Trail Running Sardinia**" e dei loro accompagnatori, hanno creato delle offerte *ad hoc*.

Con la collaborazione della Società **MJ Tours**, specializzata nel turismo sportivo, sono stati messi a punto una serie di pacchetti da 3, 4, o 7 giorni. Soprattutto in quest'ultimo caso, sarà possibile non solo partecipare all'evento, ma approfondire anche la conoscenza storica, culturale, ambientale, naturalistica ed enogastronomica dell'isola di La Maddalena. Inoltre, si offre a tutti gli sportivi, la possibilità di compiere una serie di test e di allenamenti assistiti a Caprera.

Il Comitato organizzatore si è attivato per mettere a disposizione degli accompagnatori - visitatori un servizio navetta che, al costo di 10 €, effettuerà la tratta La Maddalena - Caprera e viceversa.

La partenza da La Maddalena è alle ore 07:00 presso piazza Umberto I (fronte parcheggi delle Poste), mentre il rientro è previsto intorno alle ore 18:30. Le adesioni, preferibilmente cumulative per società, si raccolgono tramite versamento del contributo richiesto a mezzo bonifico bancario:

IBAN **IT53G0760117200001008283119** intestato a "**Circolo Interparrocchiale Culturale Sportivo Don Giuseppe Riva**";

Causale del versamento: *Trasferta Caprera.*

Copia del bonifico e dell'elenco degli aderenti dovranno essere inoltrati all'indirizzo e-mail: info@trailrunningsardinia.com

In caso di un cospicuo numero di richieste saranno prese in considerazione altre sedi di partenza o fermate intermedie.

PROGRAMMA MANIFESTAZIONE

Venerdì 10 ottobre 2014

- | | |
|-----------------|--|
| Ore 11:00/15:00 | Accoglienza degli atleti presso il Centro congressi <i>Ex magazzini Ilva</i> , località Porto; turistico di Cala Gavetta per verifica tessere, certificati medici e degustazione di benvenuto con prodotti enogastronomici locali in collaborazione con il Comune e la Pro Loco di La Maddalena. |
| Ore 15:30/18:30 | Proiezione del Trailer "Medici con l'Africa" film documentario di Carlo Mazzacurati seguiranno gli interventi di diversi testimonial. |
| Ore 19:00 | Consegna dei pacchi gara e pettorali presso ex magazzini Ilva. |
| Ore 20:00 | Cena. |

Sabato 11 ottobre 2014

Ore 06:30	Colazione.
Ore 07:30	Trasferimento in Bus da piazza Umberto I al Borgo di Stagnali.
Ore 08:00	Ritrovo giudici ed atleti presso il Borgo di Stagnali – Caprera.
Ore 08:30	Briefing.
Ore 09:00	Partenza dal Borgo di Stagnali del 1° Trofeo Leone di Caprera Trail Running Sardinia e, a seguire, corsa non competitiva 10 km.
Ore 10:30	Arrivo al Borgo di Stagnali dei primi partecipanti della corsa non competitiva.
Ore 12:00	Arrivo al Borgo di Stagnali dei primi atleti della competizione 1° Trofeo Leone di Caprera Trail Running Sardinia.
Ore 13:30	Pranzo a buffet in collaborazione con il Comune e la Pro Loco di La Maddalena.
Ore 15:00	Premiazione Finale in presenza delle autorità Civili, Militari e Religiose.
Ore 16:00	Visita Guidata presso il Museo del Mare.
Ore 17:00	Trasferimento con bus presso La Maddalena Centro.
Ore 20:00	Cena.

Domenica 12 ottobre 2014

Gita in barca per promozione e valorizzazione dell'Arcipelago di La Maddalena

Ore 07:30	Colazione
Ore 08:30	Ritrovo presso banchina medaglie d'oro – Via Amendola
Ore 09:00	Imbarco sulla MN Vagabondo
Ore 09:15	Partenza per Tour delle Isole con pranzo a bordo
Ore 16:00	Rientro in Porto

Pranzo post gara

Il Comitato organizzatore informa che al termine della manifestazione, versando un contributo di 5 euro, nell'area attrezzata del Borgo di Stagnali, gli accompagnatori degli Atleti potranno consumare un pasto composto da:

- Primo piatto: pennette allo scoglio
- Secondo piatto: grigliata di carne mista
- Contorno
- Pane
- Frutta
- Acqua o bicchiere di vino o birra

I pasti potranno essere prenotati nella segreteria allestita in piazza Umberto I a partire dal venerdì 10 ottobre contestualmente al ritiro dei pettorali.

CONDIZIONI GENERALI DI ISCRIZIONE

Questa corsa nei sentieri storici dell'Isola di Caprera, così particolare per il suggestivo paesaggio naturale necessita di uno specifico allenamento e di una buona autonomia personale.

Non ci sono limitazioni specifiche per l'iscrizione al 1° Trofeo Leone di Caprera Trail Running Sardinia, ma è necessario un certificato medico valido nel proprio paese di residenza per attività sportiva agonistica e nello specifico per le discipline di resistenza.

L'iscrizione avviene on line compilando il [modulo d'iscrizione online](#) in ogni sua parte.

L'iscrizione viene registrata dal nostro sistema informatico che vi invierà una mail di conferma.

Il pagamento dovrà essere effettuato contestualmente alla compilazione del modulo. Saranno considerate valide solo le iscrizioni il cui pagamento andrà a buon fine e confermato dalla banca. L'iscrizione è personale e non sono ammessi scambi di pettorale e/o sostituzioni di nominativi.

Sono ammessi fino a 300 corridori.

COMPLETAMENTO ISCRIZIONE (Certificato)

Per iscriversi al 1° Trofeo Leone di Caprera Trail Running Sardinia sarà necessario effettuare un pagamento a mezzo bonifico di € 40,00 alle seguenti coordinate bancarie: IBAN **IT53G0760117200001008283119** intestato a “**Circolo Interparrocchiale Culturale Sportivo Don Giuseppe Riva**”; **Causale del versamento:** Iscrizione Gara del 11 ottobre

Per concludere l'iscrizione, dovrai inviare esclusivamente al seguente indirizzo e-mail: info@trailrunningsardinia.com il certificato medico di idoneità sportiva agonistica valido nel tuo paese di residenza e la [liberatoria](#).

ACCETTAZIONE DEL REGOLAMENTO

L'iscrizione comporta l'accettazione senza riserve del regolamento pubblicato sul sito www.trailrunningsardinia.com

RIMBORSO QUOTE D'ISCRIZIONE

In caso di annullamento della gara per causa di forza maggiore dell'ultimo momento, verrà restituito il 50% della quota di iscrizione.

In caso di rinuncia per infortunio e/o malattia con certificato medico prima della gara, verrà restituito il 50% della quota versata.

In caso di rinuncia per altri motivi sarà rimborsato al corridore rinunciatario il 50% della quota versata solo se gli subentrerà un nuovo iscritto entro il 6 Ottobre 2014.

Non sono ammessi altri tipi di rimborsi.

Il *General Organizer*
Marco Cuccu