

# 4° Trail "Tra Mare e Cielo"

## Laigueglia (SV) domenica 27 febbraio 2011

### U.C. Laigueglia Triathlon PACAN

organizza manifestazione benefica di Trail Running di Km. 23 e 7 sulle colline di Laigueglia, con il patrocinio del Comune di LAIGUEGLIA.

### Prima prova valevole per il "Circuito Trail dei Monti Liguri"

Gara di Trail running di 23 km competitiva (dislivello + 1000 mt.), e di 7 km aperta a tutti, percorsi su sentieri sterrati con partenza ed arrivo sull'arenile del paese;

Ritrovo ore 8.30 ex deposito SAR, Via dei Glicini, Laigueglia (SV),

partenza gara ore 10.00, ricco pacco gara e ricchissimo pasta party!!!

Tel.: 328 3258951 (Antonio)

E-mail: laigueglia.trail@hotmail.it (Antonello)

facebook: Trail tra Mare e Cielo

Sito internet: [www.laiguegliatrail.jimdo.com](http://www.laiguegliatrail.jimdo.com)



Beneficenza: tutto il ricavato della manifestazione sarà devoluto alla associazione CRESC.i onlus di Savona

# DECATHLON

## Emozioni

## SPORT

## ADRENALINA SPORT

## running & fitness

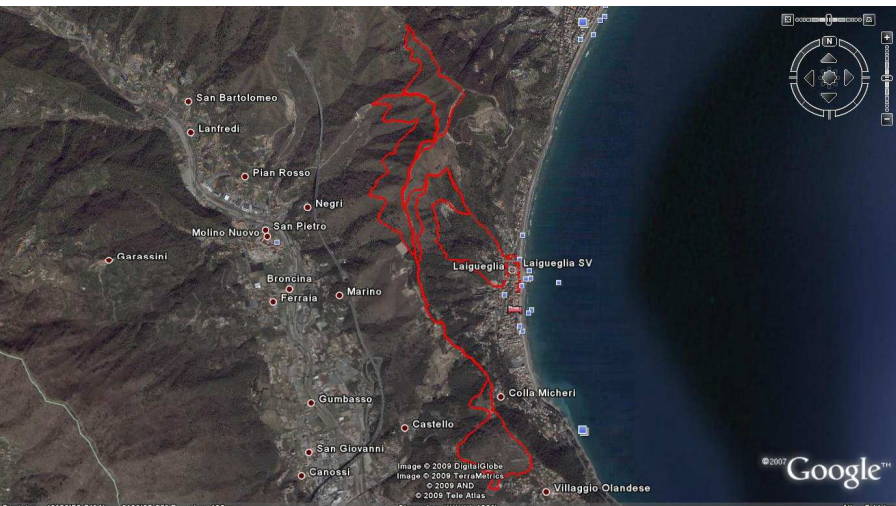


OFFICIAL STORE   
**GARMIN**™



# PACAN

# GARMIN



## **INFO GARA ED ISCRIZIONI**

*Distanze: 23 km competitiva (dislivello + 1000 mt.) e 7 km aperta a tutti, percorsi su sentieri sterrati sulle colline di Laigueglia; Partenza ed arrivo sull'arenile del paese;*

### **PROVA VALIDA PER LA CLASSIFICA DEL "CIRCUITO TRAIL DEI MONTI LIGURI"**

*<http://www.trailmontiliguri.org>    <http://www.laiguegliatrail.jimdo.com>*

*Ritrovo: ore 8.30 ex deposito SAR, via dei Glicini, Laigueglia (SV), grande parcheggio antistante (anche camper) a disposizione. Servizi: spogliatoio con deposito borse al coperto, docce, servizio massaggi, pasta party e premiazione dentro ex deposito SAR.*

*Iscrizioni: Trail 23 km. € 18, miniTrail 7 km. € 12. Si ricevono iscrizioni anche la mattina della gara fino a 30' prima della partenza, termine iscrizioni al raggiungimento di 200 iscritti. Per le iscrizioni inviare dati, copia certificato medico sportivo e copia del bonifico bancario quota iscrizione via mail a: [laigueglia.trail@hotmail.it](mailto:laigueglia.trail@hotmail.it)*

- *IBAN: IT 95G051644942000000134150 intestato a U.c. Laigueglia PACAN - Banco Popolare di Lodi Agenzia di Laigueglia*
- *Online : <http://www.wedosport.net/>*

*Regolamento: Partenza gara ore 10.00, ore 9.45 briefing (riunione tecnica), tempo max del Trail 23 km 4 ore, gara aperta a tutti ma con presentazione di certificato medico agonistico, è obbligatorio un abbigliamento ed un equipaggiamento idoneo con il clima del periodo, saranno predisposti almeno 4 punti di ristoro con rifornimenti idrici, integratori ed alimentari, è consigliato l'uso di camel-bag e borracce da riempire per limitare al massimo l'impatto sull'ambiente dei bicchieri e bottiglie di plastica; sul percorso, tracciato con frecce rosse su campo bianco ad altezza uomo e frecce disegnate sul selciato con nastrature, si troverà personale dell'organizzazione per ogni tipo di evenienza. Per il miniTrail 7 km è sufficiente il certificato di sana e robusta costituzione. Premiazioni e rinfresco: dalle ore 13.00 pasta party presso ex deposito SAR offerto dai Ristoratori di Laigueglia, verranno premiati con premi in natura i primi 5 della classifica maschile e femminile della 23 km ed il primo maschile e femminile della 7 km. Pacco gara ricordo a tutti gli iscritti. Premi ad estrazione. La manifestazione si svolgerà con qualsiasi condizione atmosferica. L'organizzazione declina ogni responsabilità per eventuali danni a persone o a cose, prima, durante e dopo la manifestazione. L'organizzazione si impegna a rispettare le linee guida contenute nel [Manifesto Italiano del Trail](#). All'atto della consegna dei pettorali i partecipanti dovranno dichiarare di aver preso visione del percorso e del regolamento e di manlevare l'organizzazione da eventuali danni causati e/o subiti prima e durante lo svolgimento della manifestazione. Gara organizzata con la collaborazione di:*

***Pizzeria-Ristorante Creperia PACAN***

***Alassio in Salute Running Team -***

***A.S. Aquilia Laigueglia***