



AVIS BRICHERASIO



PODISTICA NONE



Approv.n.91/cross/2014



Comune di BRICHERASIO

1943 - 1945
a 70



UISP sportper tutti



2013 - 2015

anni dalla Resistenza alla Liberazione
memorie in movimento



Città: Camminare

Promossa dall'AVIS Comunale ed organizzata dall'Atletica Val Pellice (To183) con la collaborazione della Podistica None e l'appoggio delle locali Ass.ni BrikeBike, Motoclub Edelweiss ed Atl. I.C.Caffaro si terrà la

3^a EDIZIONE CAMPESTRE di BRICHERASIO

CORSA CAMPESTRE Regionale GIOVANILE e Prova Coppa UISP Regionale (Es.i, R.i, C.i M e F) e **PER TUTTI** campestre **NON AGONISTICA** collinare con sezione di **Cross Walking, Nordic Walking e Camminata** tra meli, actinidia, ulivi e viti della Cascina RONCAGLIA, dell'Agriturismo TURINA e dell'Azienda SALFRUTTA confinanti con la **STRADA DELLE MELE** Prova del circuito ANPI/Uisp per il 70° della Liberazione (app n.20-2014 LEGA PIEM.)

DONARE SANGUE È DONARE VITA

SABATO 19 APRILE 2014

DONATORI DI SANGUE CAMPIONI DI VITA

RITROVO ORE 8 presso **CASCINA RONCAGLIA**
Strada Roncaglia, 25 - (650 mt dopo impianti sportivi)

PARTENZE: Non competitiva (due partenze uomini ed una donne, unica per i camminatori m/f) I NON TESSERATI DEVONO AUTOCERTIFICARE IL POSSESSO DEL CERTIFICATO MEDICO DI IDONEITÀ NON AGONISTICO D.M. 28/2/83

- Ore 9,15 **UOMINI over 50** (nati dal 1964 e prima) **Km 5 c.a.** (2 giri grandi)
- Ore 9,50 **UOMINI da 16 a 49 anni** (nati dal 1998 al 1963) **Km 5 c.a.** (2 giri grandi)
- Ore 10,25 **DONNE Tutte** (nate dal 1998 e prima) **Km 3,5** (1 giro piccolo e 1 grande)
- Ore 10,30 **CAMMINATA** ludico ricreativa e **WALKING (M/F) Km 3,5**
i camminatori che desiderano fare 5 km possono partire alle 9,50
- Ore 11,05 **PER I BIMBI/E** fino a 5 anni percorso ludico motorio di **mt 100/150** o ludico ginnico al coperto
- Ore 11,10 **CAMPESTRE REGIONALE GIOVANILE** (Valevole come prova **coppa UISP giovanile**)
Es. C mt 300, Es. A e B mt.600 R.ile mt 1.200, C.ile mt 2.000 con partenze a seguire



Agli adulti si sconsigliano le scarpe chiodate, la non competitiva parte dal piazzale in cemento della cascina

ISCRIZIONI: Entro il 17 Aprile (Tassativo per premi Società e Gruppi numerosi) *indicando: Nominativo, Gruppo, Corsa o Camminata, Walking, Anno di nascita per uomini e Giovanili, al Tel/fax 0121.598403, merlo_claudio@yahoo.it (anche per info) o presso il tavolo presente in diversi eventi ed a Pinerolo presso MC Running Via Lequio, 62 Tel 0121.377478 (omaggio extra ai primi 150 preiscritti), per i singoli possibili anche sul posto fino 30 minuti prima delle partenze (salvo chiusura anticipata, adulti max 300). Per i GIOVANILI UISP ISCRIZIONI in formato Excel anche presso BERI Domenico domenicoberi@tiscali.it Tel 347.930649 e per CC a merlo_claudio@yahoo.it* **Adulti € 5 Giovanili € 3.**

ATTENZIONE IMPORTANTE: I PARTECIPANTI CON L'ADESIONE DICHIARANO DI ESSERE IN BUONA SALUTE ED IN REGOLA CON LE VIGENTI NORME PREVISTE PER L'ATTIVITÀ SPORTIVA NON AGONISTICA E SOLLEVANO GLI ORGANIZZATORI DA OGNI RESPONSABILITÀ PER EVENTUALI DANNI FISICI E MATERIALI SUBITI OD ARRECATI CHE DOVESSERO VERIFICARSI PRIMA, DURANTE E DOPO LA MANIFESTAZIONE (PER I MINORI SONO RESPONSABILI I GENITORI O GLI ACCOMPAGNATORI). SI RICORDA CHE PER I PASSAGGI SULLE STRADE COMUNALI ESSE NON SONO CHIUSE AL TRAFFICO ED OCCORRE RISPETTARE IL CODICE DELLA STRADA, PUR ESSENDO IL PERCORSO PRESIDATO.

NON È UNA GARA MA UN RADUNO CAMPESTRE PER STARE IN CAMPAGNIA E GODERSI LA TRANQUILLITÀ' AGRESTE

OMAGGI AI PARTECIPANTI: (La campestre non prevede premi di merito possibili riconoscimenti su indicazioni di eventuali sponsor) **Per TUTTI:** Pacco gara con generi vari + bottiglia di vino + bottiglia succo da frutta biologica cl 750 Az. RONCAGLIA + Fettine INALPI **RISTORO per tutti con rinfresco** (bevande, biscotti, frutta, dolci). **Per GIOVANILI** Stesso pacco-gara senza Vino + gadgets **GRUPPI ed ASSOCIAZIONI con almeno 10 iscritti:** coppe o premi in natura (almeno 5). **Punteggio squadre giovanili: 5 premi.**

SI RINGRAZIANO PER LA COLLABORAZIONE:

Video Edizione 2012 su: <http://www.youtube.com/watch?v=QXFNfRe9NIA>

SANBIOLO INVEST
CARLA MAURINO
Private Banker
338.9833747

RoncagliaSerabial
Azienda Agricola
BRICHERASIO
www.roncagliabio.com

Turina Agriturismo
BRICHERASIO Tel 012159257
www.agriturismoturina.it

SALFRUTTA Agrialpi
BRICHERASIO
Tel. 0121.59216
www.agrialpi.com

coop
Novacoop

Tel. 0121 377 478
Via Lequio, 62
Pinerolo
MC running

LATTERIE inalpi
OGNI GIORNO DAL BUON LATTE

equilibra
Essere Donna
www.equilibra.com/essere donna

Kleenex
in ogni momento

MANGIAR SANO
www.mangiarсанogeminal.com

NATURA NUOVA
UN MONDO PIÙ BUONO

BONIFANTI

Pranzo del podista: € 9 (primo, secondo, contorno e bibita)
Ristorante "0115" Str. Torre Pellice, 115 - Tel 0121.59640
Gradite le prenotazioni, possibili anche sul posto fino alle ore 10

VALMORA
ACQUA MINERALE

LA DAVIL s.r.l.
deposito bevande, liquori, vini, catering
Str. Europa, 49 - BRICHERASIO (To)
info@ladavil.it Tel. 0121.349290

Nonna Lucia
dolcezze dal 1920
www.nonnalucia.com

in collaborazione con
VSSP
Centro Servizi Volontariato
www.vssp.it

SEGUONO MAPPE PERCORSI

Campestre di Bricherasio percorso Non Agonistico Adulti con descrizione



Descrizione percorso Adulti: Amatoriale non agonistico e Walking-camminata ludico ricreativa(Giro grande)

Il tracciato, molto panoramico, ha un tratto iniziale (Mt 150) non sterrato e due attraversamenti stradali (per complessivi Mt.8) pertanto si sconsiglia l'uso delle scarpe chiodate.

Poiché il giro si snoda tra filari di frutta la larghezza media è di 2/3 mt.

Guardando la mappa la parte a destra di Strada Roncaglia è pressoché pianeggiante la parte a sinistra è collinare con saliscendi ed una rampetta iniziale lunga c.a 140 mt. e prima della discesa al Km 1,5 ca vi è un anello piano di circa 400 mt . (Dislivello max mt 45 ca)

Descrizione completa : Partenza 50 mt in leggera salita seguiti da 650 mt piani con giro attorno ad un frutteto di kiwi, attraversamento strada, rampetta poi salita per mt 250 (tra ulivi), diagonale tra kiwi in falso piano per mt. 300, leggera salita di mt 150, breve discesa 60 Mt (tra kiwi e mirtili), curva e destra in leggera salita panoramica per 100 mt (punto più alto), seguono 400 mt piani attorno ad altro frutteto di Kiwi poi discesa (non ripida) di 350 mt tra Kiwi ed ulivi, 2° attraversamento strada e ritorno nella zona pianeggiante tra vigne, kivi e meli, per mt 340 poi 60 mt piani di raccordo portano al secondo giro, quando si arriva invece si svolta a sinistra per il traguardo posto dopo circa 200 mt..

Uomini due giri per complessivi Km 5,2, donne un giro piccolo pianeggiante attorno ad un frutteto poi quello grande per complessivi Km 3,4, idem per walkers e camminatori, per i giovani percorsi pianeggianti da 400 a 1.500 mt in base all'età e sul lato destra della strada.

Strada Roncaglia inizia dal Campo Sportivo di Bricherasio la Cascina Roncaglia al n 25 si trova a 650 mt dal Campo.

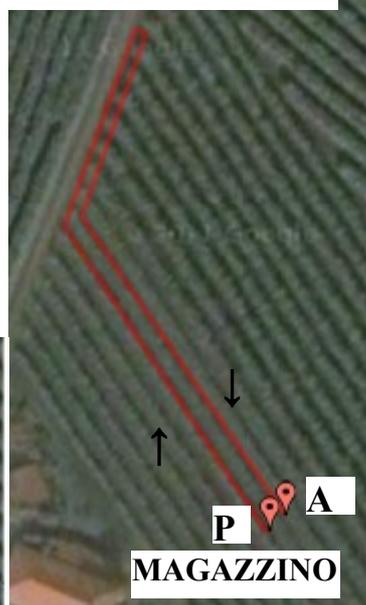
Seguono percorsi giovanili

PERCORSI GIOVANILI

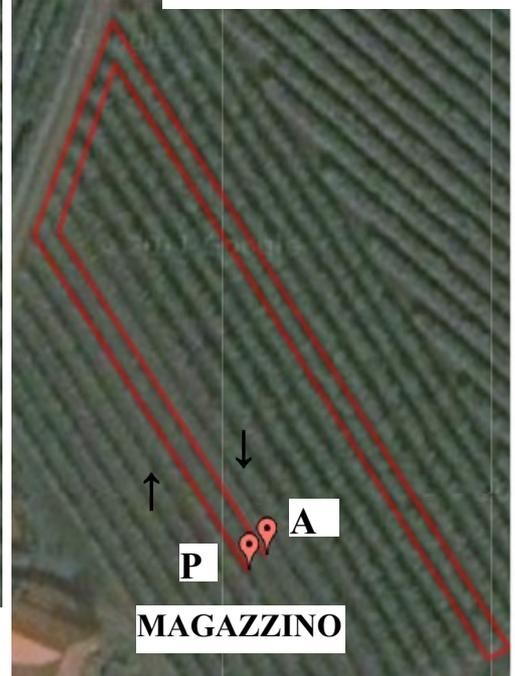
PARTENZE DALLE 11,10 CON I MINI ESORDIENTI ALTRE A SEGUIRE

**MINI/ESORDIENTI PERCORSO
LUDICO/MOTORIO MT 150
CON PARTENZA DAL
FILARE PERALLELO
ALL'ARRIVO ED ARRIVO
SOTTO IL GONFIABILE
OPPURE PERCORSO LUDICO
GINNICO AL COPERTO**

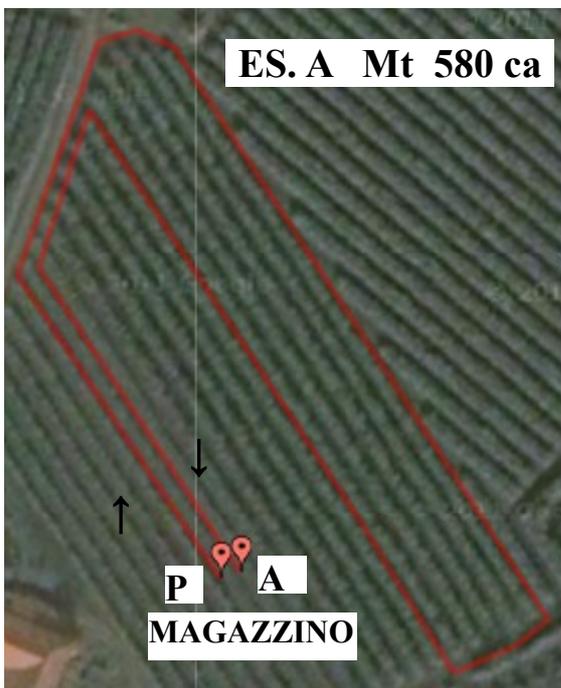
ES. C Mt 240 ca



ES B Mt 510 ca



ES. A Mt 580 ca



**PERCORSO RAGAZZI
CADETTI (a lato)**

**RAGAZZI MT 1.150 CA
(TRATTO INIZIALE E FINALE E
1 GIRO DA MT.600)**

**CADETTI MT 1.750 CA
(TRATTO INIZIALE E FINALE
E 2 GIRI DA**

**Ragazzi e Cadetti
Tratto iniziale e finale
mt 550 c.a
+ Anello di mt 600 c.a
1 volta per i RAGAZZI
totale mt 1.150,
2 volte per i CADETTI
totale mt 1.750**

