

# TRAIL MASSA BRUCIATA 2023

Il Trail Massa Bruciata 2023 si terrà domenica 2 aprile ad Omegna (VB) ed avrà 2 distanze: la 32 km con 1.900 d+ e la 15 Km con 800 d+.

## REQUISITI OBBLIGATORI:

aver compiuto 18 anni d'età per la distanza di 32Km

essere in possesso di certificato medico sportivo per attività agonistica con dicitura "atletica leggera", in corso di validità il giorno della gara.

## SCHEDA TECNICA 32 km

Giorno partenza 2 aprile

Distanza 32 km

Orario partenza ore 08.30

Ritrovo c/o Forum nel parco Maulini ad Omegna

Dislivello positivo 1.900 mt.

Tempo massimo 8 ore ( cancello baita cai Mottarone dopo 3 ore)

Ristori:3 (Baita Cai Mottarone, Alpe Selviana, Alpe Mastrolino)

## SERVIZI

Pasta party post gara

Ristori sul percorso alimenti solidi, liquidi, acqua e Sali.

Assistenza medica

Assistenza sul percorso

## Equipaggiamento consigliato:

Zaino

Telefono cellulare con inserito numero di emergenza dell'organizzazione e batteria carica

Bicchieri personale

Borracce o camelbag con riserva d'acqua di almeno 1lt.

Telo termico

Riserva alimentare

Benda elastica

Bastoncini

## Iscrizioni su WEDOSPORT

Costo Iscrizione: dal 01/02/23 al 15/03/23 € 30,00

dal 16/03/23 al 31/03/23 € 35,00

Chiusura iscrizioni 31/03/23 a mezzanotte.

Possibilità di iscrizioni il giorno della gara a € 40,00

## PREMIAZIONI:

Saranno premiate le prime 5 donne e i primi 5 uomini classificati sulla gara da 32Km

Gran Premio della Montagna al passaggio della prima Donna e primo Uomo alla BAITA CAI

MOTTARONE

SCHEDA TECNICA 15 km:

Giorno partenza 02 aprile

Distanza 15 km

Orario partenza ore 09.00

Ritrovo c/o Forum nel parco Maulini ad Omegna

Dislivello positivo 800 mt.

Tempo massimo 5 ore ( cancello all'Alpe Mastrolino dopo 3 ore)

Ristori: 1 (Alpe Mastrolino)

SERVIZI

Pasta party post gara

Ristori sul percorso alimenti solidi, liquidi acqua e Sali.

Assistenza medica

Assistenza sul percorso

Equipaggiamento consigliato:

Zaino

Telefono cellulare con inserito numero di emergenza dell'organizzazione e batteria carica

Bicchieri personale

Borracce o camelbag con riserva d'acqua di almeno 500ml.

Telo termico

Riserva alimentare

Benda elastica

Bastoncini

Iscrizioni su WEDOSPORT

Costo Iscrizione: dal 01/02/23 al 15/03/23 € 15,00

dal 16/03/23 al 31/03/23 € 18,00

Chiusura iscrizioni 31/03/23 a mezzanotte.

Possibilità di iscrizioni il giorno della gara a € 20,00

PREMIAZIONI:

Saranno premiate le prime 3 donne e i primi 3 uomini classificati sulla gara da 15Km

Sia per la gara di 32Km che per la 15Km verrà premiato il primo classificato femminile e maschile di ogni categoria, escludendo i concorrenti del podio nelle rispettive distanze.

Per informazioni

Sesiani Maddalena tel. 335 6833151

Knutti Massimo tel.339 5924089

Mail: [massimoknutti@gmail.com](mailto:massimoknutti@gmail.com)

[maddalenasesiani@libero.it](mailto:maddalenasesiani@libero.it)

[francuri@tin.it](mailto:francuri@tin.it)