

# AVIS MARATHON VERBANIA

sportevent



Comune di Cossogno



Gruppo Sportivo Cossognese



Borgo Antico Cossogno



Col patrocinio della Provincia del VCO

e in collaborazione con Associazione Alpe Rugno



157/MONTAGNA/2013



# KILOMETRO VERTICALE

GARA DI CORSA IN MONTAGNA, CAMPIONATO NAZIONALE

COSSOGNO - VB



**ORE**  
**09.00**  
parco Ramolno  
(centrale Idroelettrica)

**CRONOSCALATA di 1000 metri di dislivello**  
**ARRIVO AL MONTE TODUM**  
**7° edizione**



[www.avismarathonverbania.it](http://www.avismarathonverbania.it)

# regolamento

L'Associazione Sportiva Dilettantistica **Avis Marathon Verbania** in collaborazione con il **Comune di Cossogno**, sotto l'egida della **VB040 Fidal** con il patrocinio della Provincia del VCO, organizzano per **mercoledì 1° maggio alle ore 9.00 il 1000 Verticale di Cossogno**, Km 5,840(m 1000 di dislivello). La competizione è aperta a tutti gli atleti da 18 anni compiuti in possesso della tessera Fidal.

La partenza avverrà al **Parco Ramolino** a cronometro per 15" in base al numero assegnato con l'iscrizione on-line. Il percorso sarà opportunamente segnalato con bandelle, cartelle e bandierine, oltre ai segnavia permanenti del tracciato. L'arrivo è posto alla cima del **Todum** (Colma di Cossogno) dove saranno portati gli effetti personali raccolti alla partenza entro le h 9.00 con un volo di elicottero.

Sono previsti 4 ristori:

1° all'Alpe Rugno - 2° alpe Aurelio - 3° all'arrivo - 4° di ritorno all'Alpe Rugno.

Si raccomanda ai partecipanti di utilizzare gli appositi contenitori, posti nei ristori, per depositare bicchieri, plastica varia, spugne ed altro, mantenendo con estremo rispetto l'ambiente pulito, pena la squalifica.

Il Comitato Organizzatore si riserva di apportare modifiche al presente regolamento nel caso si ritenesse necessario, atte a migliorare la manifestazione, dandone comunicazione attraverso il proprio sito: [www.avismarathonverbania.it](http://www.avismarathonverbania.it).

Con l'iscrizione l'atleta solleva gli Organizzatori e le Federazioni da responsabilità civili e penali a persone e cose, prima durante e dopo la gara.

Possono partecipare gli atleti Fidal in regola con il tesseramento 2013 nati fra 1993 e 1949

# programma

- ore 7.00** Ritrovo piazza Circolo Cossogno
- ore 7.30** Consegna pacco gara al Circolo di Cossogno
- ore 8.30** Termine ultimo per la consegna sacco personale alla partenza dell'elicottero
- ore 9.00** Partenza gara a cronometro ogni 15"
- ore 12.30** Pranzo convenzionato a Inoca o all'Alpe Rugno
- ore 14.00** Premiazioni  
(I premi verranno consegnati **solo** ai vincitori presenti)

# iscrizioni

Le iscrizioni possono essere effettuate on line su [www.avismarathonverbania.it](http://www.avismarathonverbania.it) oppure via fax al n. 0323 343391 o presso il Comune di Cossogno al n. 0323468186 oppure presso i negozi **"AlPiede Sport"** via Rigola 5 Verbania Intra e **Sportway** a Gravellona Toce presso il Parco Commerciale Laghi indicando: NOME - COGNOME - DATA DI NASCITA - INDIRIZZO DI RESIDENZA - RECAPITO TELEFONICO - INDIRIZZO E-MAIL - SOCIETA' DI APPARTENENZA e n. di TESSERA.

## Quota e modalità di iscrizione

a) **10 Euro** per le iscrizioni pervenute entro **lunedì 29 aprile** convalidate dal relativo versamento dell'importo da effettuare o direttamente presso i negozi convenzionati oppure tramite Bonifico Bancario intestato a:

**AVIS MARATHON VERBANIA**

**IBAN: IT93S0521622401000000002058**

b) **15 Euro** per le iscrizioni effettuate il giorno della gara.

## La quota di iscrizione comprende:

Trasporto degli effetti personali all'arrivo della cronoscalata, assistenza medica, buono pasto.

Pranzo convenzionato per gli accompagnatori: **10 Euro**

# percorso



## Come arrivarci

Percorrere la A26 fino a Gravellona Toce, Proseguire S.S. 33 del Sempione uscita Gravellona Toce, seguire direzione Verbania - Cossogno

## Informazioni turistiche

[www.cossogno.com](http://www.cossogno.com) - [www.avismarathonverbania.it](http://www.avismarathonverbania.it)

## Informazioni e prenotazioni

Fax n. 0323 501383 - Tel. 0323 438108  
e-mail: [silvia.marchionini@gmail.com](mailto:silvia.marchionini@gmail.com)  
Cell.: 3406927262