



A.S.D. ATLETICA VERBANO

con il patrocinio dell'Amministrazione Comunale
organizza a Cittiglio (Varese) per



Domenica 5 Settembre 2010

37° Trofeo Mauro e Severino
Traversi a.m.

Cittiglio - Vararo

Corsa in salita di 6,750km

- Gara competitiva Fidal inserita nel Calendario Regionale A Fidal Lombardia;
- Camminata non competitiva "Insieme verso Vararo";
- Insieme a Vararo: una giornata da trascorrere in compagnia

Ore 8.00 ritrovo presso stabilimenti Galbar (Via Prolampo- Cittiglio)

Ore 9.30 partenza "Insieme verso Vararo", camminata non competitiva

Ore 10.00 Partenza Cittiglio-Vararo 2010 – Gara competitiva Fidal

Ore 12.00: inizio Pasta-Party a Vararo

Ore 13.30: premiazioni Cittiglio-Vararo presso il Bar Alpino.

Ore 15.00: Corsa promozionale per bambini/e e ragazzi/e attraverso le vie del paese

Per informazioni: Marco 335-7453447/ Stefano 347/9736270
info@atleticaverbano.it

Iscrizione on line su www.atleticaverbano.it

seguirà opuscolo ufficiale della manifestazione

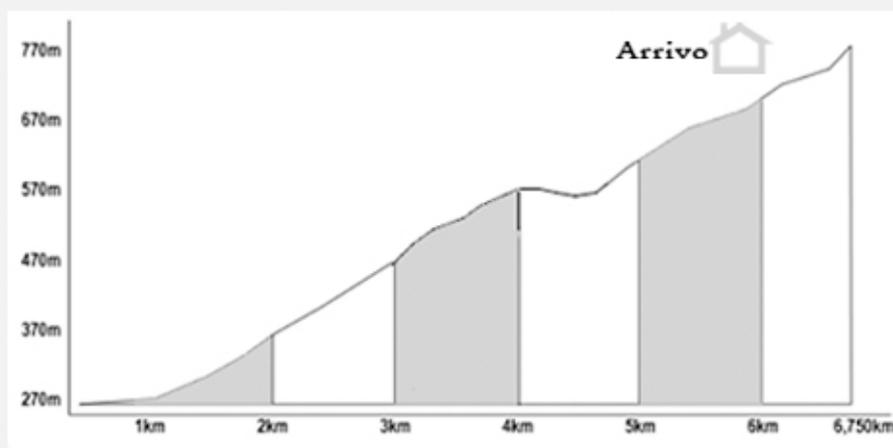
ALTIMETRIA DEL PERCORSO

Partenza: 270m.s.l.m.

Arrivo: 760m.s.l.m.

Dislivello: +500m

95% di asfalto



Record percorso 2001: Severino Bernardini 25'55"
2004: Iozzia Ivana 29'56"

**CITTIGLIO-VARARO 37° Trofeo Mauro e Severino Traversi a.m.
GARA COMPETITIVA FIDAL**

1) Alla Cittiglio-Vararo competitiva possono partecipare:

- gli atleti delle categorie Junior, Promesse, Senior, Amatori e Master tesserati per l'anno 2010 per Società Fidal
- gli atleti/e tesserati per Società Fidal del Canton Ticino e per Società KLV dei Grigioni
- atleti italiani tesserati per Enti di Promozione Sportiva che hanno sottoscritto la convenzione con la Fidal e nel rispetto delle regole in essa contenute (solo atleti nelle fasce di età master/Fidal)

2) **Iscrizioni:**

-€5,00 CON ISCRIZIONE ON-LINE SUL SITO www.atleticaverbano.it ENTRO LE ORE 22.00 DI VENERDÌ 03 SETTEMBRE.

-€8,00 CON ISCRIZIONE NEL GIORNO DELLA GARA ENTRO LE ORE 9.30.

-LA QUOTA DI ISCRIZIONE COMPRENDE: SERVIZIO MEDICO, TRASPORTO BAGAGLI ALL'ARRIVO, RISTORI E BUONO PASTO DA CONSUMARE A VARARO DALLE 12.00.

3) **Premiazioni:**

Categoria individuale maschile

1° class: B.V € 120 +medaglia d'oro "Mauro Traversi a.m."

2° class: B.V.€ 80

3° class: B.V € 50

4° class: B.V.€ 30

5° class : B.V € 20

Dal 6° al 10°class: cesto alimentare

Categoria individuale femminile:

1^ class: B.V € 120 +medaglia d'oro "Severino Traversi a.m."

2^ class: B.V.€ 80

3 ^class: B.V € 50

4^ class: B.V.€ 30

5^ class : B.V. € 20

Dalla 6^ alla 10^class: cesto alimentare

Verranno premiati i primi 5 arrivati delle categorie MM 35-40-45-50

Verranno premiati i primi 3 arrivati delle categorie MF 35-40-45-50-55-60 e oltre e MM55-60 e oltre

Premi non cumulabili

Verrà attribuito anche il "37° TROFEO MAURO E SEVERINO TRAVERSI a.m." alla Società prima arrivata in una speciale classifica a punti

**CITTIGLIO- VARARO CAMMINATA NON COMPETITIVA
"insieme verso Vararo"**

"Insieme verso Vararo":camminata non competitiva aperta a tutti.

1) Iscrizione entro le ore 9.15 presso la zona partenza

2) Orario di partenza: ore 9.30

4) La quota d'iscrizione di € 3.00 comprende ristori, trasporto bagagli e buono pasto.

5) Premi ad estrazione per tutti i partecipanti

La camminata non competitiva non è coperta da assicurazione l'organizzazione considera l'idoneità fisica di ogni concorrente all'atto dell'iscrizione, perciò declina ogni responsabilità civile e penale per danni eventuali a persone e cose, prima, durante e dopo la manifestazione (normativa di legge prevista dal D.M. 28.02.1983 sulla Tutela sanitaria dell'attività non agonistica).I partecipanti sono tenuti ad osservare le norme del codice della strada.

**CITTIGLIO-VARARO 2010:INSIEME A VARARO
Una giornata da trascorrere insieme alla scoperta di vararo**

Natura, tradizione e gastronomia alla Cittiglio-Vararo. Gli abitanti di Vararo ci invitano a conoscere uno degli angoli più affascinanti della nostra Provincia.

DURANTE LA MATTINATA:

Dalle 11.00 alle 12.00 : Possibilità di visitare una tipica abitazione rurale e la "gra"(il locale dove venivano essiccate le castagne)e dimostrazione della lavorazione manuale della lana delle pecore di Vararo

Ore 11.30: aperitivo presso il Bar Alpino a Vararo.

DALLE 14.30 DEL POMERIGGIO;

- visita di una casa atelier di una pittrice residente con esposizione delle opere

-visita dello splendido roseto con illustrazione delle diverse varietà di rose

-vista dell'Azienda agricola "Capre e Cavoli"

ORE 15.00

Corsa promozionale per bambini/e e ragazzi/e attraverso le vie di Vararo.