

RW Consiglia

73 KM IN 4 GIORNI

Vacanza africana

Un'inedita gara a tappe sugli altipiani del Kenya alla scoperta di un popolo che ha la corsa nel sangue

PER MOLTI POTREBBE ESSERE LA REALIZZAZIONE di un sogno: correre nell'Africa vera, lontano dalle frequentate mete turistiche, sui famosi altipiani del Kenya da cui provengono tanti grandi campioni. Prima ancora di una gara, la Kenya Highlands Race è un viaggio-corsa-avventura. Nasce sotto l'egida della Uisp (Unione Italiana Sportiva Per tutti), da un'idea di un tour operator con la passione dell'Africa e della corsa, Patrizio Bogni, responsabile della sezione atletica della Polisportiva Busto Arsizio e tecnico istruttore Fidal, e di sua moglie Rosella. Saranno loro a guidarti, dal 9 al 16 agosto, alla scoperta di quest'angolo del Continente Nero e del suo popolo che ha la corsa nel sangue. L'evento è articolato su 4 tappe. Nella prima, di 13 km, si attraversa la foresta del monte Kenya accompagnati da scimmie e uccelli e si procede, tra i campi coltivati, fino a Nanyuki, città situata sull'Equatore a quasi 2.000 metri. Nella seconda, di 24 km, ci si addentra nella savana con la possibilità di incrociare i primi animali africani (zebre, gazzelle, giraffe). Nella terza si avanza per 15 km sul percorso collinare che collega il villaggio Maasai di Ngarenyiro alla piana di Elephant Ridge, nel cuore della savana. Nella quarta e ultima tappa di 21 km si parte dal villaggio Kikuyu di Kinguka per salire a Nyahururu, la città natale del campione olimpico di maratona Samuel Wanjiru, e alle Thompson Falls, bellissime cascate a 2.400 metri. Nel tempo libero

sono previste escursioni nella foresta, nei parchi, nei villaggi Maasai e un entusiasmante safari nel Lake Nakuru National Park. Per chi poi volesse prolungare il proprio soggiorno, in collaborazione con African Explorer si può scegliere di continuare a scoprire la maestosa natura del Kenya visitandone i più bei parchi, come il Maasai Mara alle falde del Kikimanjaro, oppure concedersi qualche giorno di relax sulle magnifiche spiagge dell'Oceano Indiano. Se stai pensando a una vacanza da sogno...



Kenya Highlands Race

QUANDO Dal 9 al 16 agosto 2009

DOVE Kenya

DISTANZA Corsa a tappe (quattro, da 13, 24, 15 e 21 km).

PERCORSO Su strade sterrate o secondarie.

ISCRIZIONI Ai partecipanti alla gara è richiesto il certificato medico d'idoneità agonistica. La quota di partecipazione per gli atleti è di 2.180 euro.

DA SAPERE I tempi di ciascun concorrente saranno cronometrati. La somma dei tempi per ogni frazione determinerà la classifica finale. Nel caso di ritiro in una delle prove, al concorrente verrà imposto il tempo massimo di tappa, più una penalizzazione di 30'. Il concorrente potrà ripartire per le tappe successive e rientrare nella classifica generale.

INFORMAZIONI A.S.D. Run&Travel, via Venezia 3, 21013 Gallarate (Va) tel. 347.3233916; 349.8315243 e-mail: info@runandtravel.it.

ONLINE www.runandtravel.it

