

NEWS:: 24 Novembre 2009

Abbiamo il piacere di informarvi che l' **1 e 2 maggio 2010** avrà luogo la **3°edizione di "THE ABBOTS WAY ULTRATRAIL"** gara di corsa in appennino vinta nelle passate edizioni da Lorenzo "Altavia" Piccardo (2008) e Remo Lavarda (2009) per la maschile, Nicole Lasagna (2008) e Lorenza "Dinaleone" Visentin (2009).

Data di svolgimento: **Sabato 1 e Domenica 2 Maggio 2010**

Luogo svolgimento: **Da Pontremoli (MS) a Bobbio (PC) in linea**

Caratteristiche Tecniche **KM: 125 Dislivello: 5500m D+**

COME CORRERE THE ABBOTS WAY NEL 2010

- CLASSICA: Partecipante Singolo in Due Tappe 63km + 62km (Max 200 iscritti compreso formula TwinTeam)
- TAPPA UNICA: Partecipante Singolo in Tappa Unica (num.max iscritti 100).
- TWIN TEAM: Partecipanti In Coppia, in 2 tappe, con la formula 31.5/31.5km (circa) a testa al giorno.

PUNTEGGIO AMMISSIONE

- CLASSICA: almeno una ecomaratonata o maratona ufficiali 2008/2009
- TAPPA UNICA: almeno una 65 km Trail ufficiale 2008/2009
- TWIN TEAM: iscrizione libera

LA TAPPA UNICA

La partenza sarà in contemporanea con la AW di 2 giorni.

Parteciperanno max 100 atleti che per la prima volta correranno il tracciato in tappa unica.

Ritrovo pettorali e pacco gara venerdì pomeriggio 30/4 a Pontremoli 13,00-18,00

Briefing venerdì sera Teatro della Rosa di Pontremoli(MS) ore 21,00

La Partenza a Pontremoli sarà alle ore 06.00 del 1 Maggio 2010 PER TUTTI. Vigerà l'obbligo della lampada frontale nello zaino per i partecipanti alla Tappa Unica.

Tutti i dettagli saranno disponibili ONLINE sul nostro sito.

VARIAZIONI DEL PERCORSO

Vengono tolti 10 km di asfalto da Bardi al P.sso del Linguadà.

Verranno inseriti in luogo dell'asfalto tolto i sentieri CAI 801 ad 1 km in uscita da Bardi. Si toccheranno dapprima i 1250m. (sfiorando M.te Coloreti e M.te Crodolo) raggiungendo il M.te Castellaccio e, subito dopo un tratto in discesa, si salirà al M.te Lama a 1327slm. (già sede del passaggio della Ecomaratonata dei Dragoni a Ferragosto).

Il dislivello positivo raggiungerà i quasi 5500 m totali.

PARTENZA GARA PONTREMOLI

1 Maggio 2010

Orario di partenza PER TUTTI i concorrenti alle ore 06.00 a.m.

ISCRIZIONI

NON verranno effettuate pre-iscrizioni come lo scorso anno (2009).

Le informazioni sono suscettibili di possibili cambiamenti dovuti a motivi organizzativi e

verranno messe on-line sul sito a partire da dicembre 2009 assieme al form di iscrizione 2010.

Non ci resta che augurarvi una buona preparazione !!!