



13[^] Ultra K Marathon (dal sito ufficiale)

Il monte Canate si può identificare come la Montagna Emblematica della Ultra K Marathon.

Questa gara di corsa a piedi di 50 Km, si snoda da Salsomaggiore a Pellegrino P.se e ritorno a Salsomaggiore descrivendo il perimetro del monte che si eleva sino a 850 m. slm , prima asperità che s'innalza dalla pianura padana divenendo un balcone naturale con una visuale magnifica su di essa.

Non è un caso che la vetta sia stata presa di mira da tantissime emittenti radiotelevisive che lì si sono installate per meglio diffondere i loro programmi.

Tornando all'itinerario di gara , si può senz'altro affermare che la strada che fuoriesce da Salsomaggiore la Salsediana e porta oltre il Ponte di Scipine devia a sn. appena attraversato il Torrente Stirone, nella parte piacentina, sulla Costa Lame poi si ritorna sulla pedemontana e via a Vigoleno su al castello e giù dalla ripida discesa con posti e panorami mozzafiato.

Poi a Trinità Pellegrino, su per il S. Antonio e giù a Pontegrosso, ancora su a grotta e Casalino per discendere da Cangelasio sino alla Ville d'eau dove dinnanzi al Berzieri è posto il traguardo.

Sullo stesso tragitto senza la variante di Costa Lame e Vigoleno si può correre anche la Salso-Pellegrino di 23 Km.

La natura incontaminata, il passaggio nel cuore di Vigoleno, altri luoghi selvaggi uniti ai colori dell'autunno fanno vivere ai corridori emozioni continue che fanno di questa gara un'esperienza unica ed inimitabile. Provare per credere!!!

DOMENICA 17 NOVEMBRE 2019

Ciao Runners Bergamo,

Il prossimo 17 Novembre si terrà a Salsomaggiore Terme (Pr) la 13a edizione della Ultra K Marathon sulla distanza dei 50 Km e quest'anno più che mai vogliamo essere presenti numerosi per dire la nostra e per vivere una giornata sportiva in compagnia.

Verrà quindi organizzato un pullman che ci permetterà di essere presenti in Gruppo e di pensare solo a correre e divertirci.

La gara è valida per il Campionato Sociale sulla distanza 50 km (vedere regolamento RB)

Questa è una ottima opportunità per raggruppare gli Ultra RB amanti della strada ma, vista la particolarità dei paesaggi e la tipologia organizzativa, è una corsa che sarà di sicuro interesse anche per gli amanti dello sterrato (nonostante comunque il percorso sia unicamente su asfalto).

C'è inoltre la possibilità di partecipare alla competitiva di 23 km, che permetterà anche a chi non vorrà affrontare la 50 km, di potere stare in compagnia e perché no, respirare quell'aria che poi magari farà scoppiare la scintilla per partecipare il prossimo anno alla lunga. Sul sito della corsa ci sono tutte le spiegazioni per la Logistica che sarà messa a disposizione dall'organizzazione per chi affronterà al 23 km.

Le iscrizioni alla gara sono aperte e da oggi anche quelle per il Bus.

Questo è il programma per la trasferta:

- H. 4.50 partenza da Osio Sotto con ritrovo al parcheggio dello Stadio direzione Malpensata
- h. 5.15 partenza da Bergamo con ritrovo al parcheggio della Malpensata
- h. 7.15 circa arrivo a Salsomaggiore
- h. 8.45 inizio gara in linea

- h. 16.30 partenza da Salso per Bergamo (orario indicativo, si aspetterà l'ultimo dei nostri)
- h. 18.30 circa arrivo a Bergamo e a seguire a Osio Sotto

Come tutti gli anni è previsto anche un pasta-party offerto dagli organizzatori al termine della corsa, ma quest'anno anche noi organizzeremo qualcosa, non un ristoro personalizzato RB predefinito, ma in auto gestione, ovvero ognuno di noi se lo vorrà potrà portare qualcosa da bere e mangiare da condividere poi insieme in uno spazio a noi dedicato (l'ultima volta siamo stati invidiati praticamente da tutti per la ricchezza del ns ristoro!!!!!!).

Il costo della trasferta è:

- 1) Tesserati RB € 10,00 a persona (da pagare sul bus)
- 2) Atleti o accompagnatori non tesserati RB € 15,00 a persona (da pagare sul bus)
- 3) Fino a Settembre precedenza ai tesserati RB

Per qualsiasi informazione relativa all'iscrizione gare rivolgersi al nostro incaricato Marco Boschini maratone-iscrizioni@runnersbergamo.it

Per qualsiasi informazione relativa all'iscrizione al bus rivolgersi a Nicola Greggia nicolagreggia@yahoo.it e/o Fratus Rosario michel.fratus@alice.it e/o Marco Boschini maratone-iscrizioni@runnersbergamo.it

Il Gruppo RB Ultra 2.0 Vi aspetta numerosi

Rosario (Capitano)

Marco (Mister)

Nicola (Vice)

**CUORE
DOMANI**
ONLUS PER LA RICERCA
www.cuoredomani.org
DONA CON SMS AL 45537

13ª edizione
UltraK
marathon 50km
Memorial Mino Bricoli

**Salso
Pellegrino**
Km. 23.000
Memorial Eugenio Tambini



Salsomaggiore Terme
17 NOVEMBRE 2019



*A FINE GARA
bagno rigenerante a pochi passi
dall'arrivo nella
Piscina Termale Coperta
di Salsomaggiore*

Partenza ore 8,45 - Piazza Libertà - Salsomaggiore Terme (PR)



SALUMI
VILLANI



GAZZETTA DI PARMA

www.ultrakmarathon.it
info: pietrospino@virgilio.it

