

MONTEROSA SKYMARATHON

“La corsa del secolo!”

23 giugno, 2018
Alagna Valsesia, ITALIA



ALAGNA- MONTEROSA- ALAGNA

IL PERCORSO



ALAGNA- MONTEROSA- ALAGNA

IL PERCORSO



- **35 km con 7,000m di dislivello +/-**
- Il percorso segue il tracciato della funivia da **Alagna, 1,200m**, a Indren, 3,260m. Prosegue costeggiando il Rifugio Gnifetti, il Colle del Lys, culminando alla **Capanna Margherita, 4,554m** e ritorno
- Il percorso comprende tratti di **morene, creste, nevai e ghiacciai**

MONTE ROSA SKYMARATHON



THE COURSE

Distance 35 km

Vertical climb 7,000m +/-

○ CHECK POINTS & AID STATIONS

AID	Bocchetta delle Pisse - 2,396m
CP1+AID	Indren - 3,260m
CP2	Gnifetti Hut - 3,647m
CP3+AID	Colle del Lys - 4,250m
CP4+AID	Margherita Hut - 4,554m

ATTREZZATURA ED EQUIPAGGIAMENTO



- **scarpe da trail running con ghetta** antineve (integrata o separata)
- **calza termica**
- **fuseaux lungo** (o abbigliamenti da sci alpinismo)
- **maglia tecnica manica lunga** (o abbigliamenti da sci alpinismo)
- **gilet o giacca antivento con cappuccio** al seguito
- **occhiali da sole**
- **guanti**
- **copricapo**
- **micro ramponi**

SCARPE DA TRAIL CON
GHETTA



FUSEAX LUNGO E
MAGLIA TECNICA
MANICHE LUNGHE
(o tuta scialpinismo)



GIACCA (O GILET)
ANTIVENTO CON
CAPPuccio



MICRO RAMPONI



MICRO RAMPONI



ASSETTO DA CORDATA



Lo **zainetto** contenente ramponi, pantaloni antivento, giacca manica lunga e telo termico, borraccia/zainetto da 1lt deve essere portato **dalla partenza**

- **imbragatura** a norma UIAA 105
- **corda** dinamica a norma UIAA 101 diametro 8 mm lunghezza 10m
- **longe** norma UIAA 128 con **due moschettoni**
- **micro ramponi metallici calzati**
- **bastoncini** da sci o da fondo (utilizzati per tutta la durata della corsa)

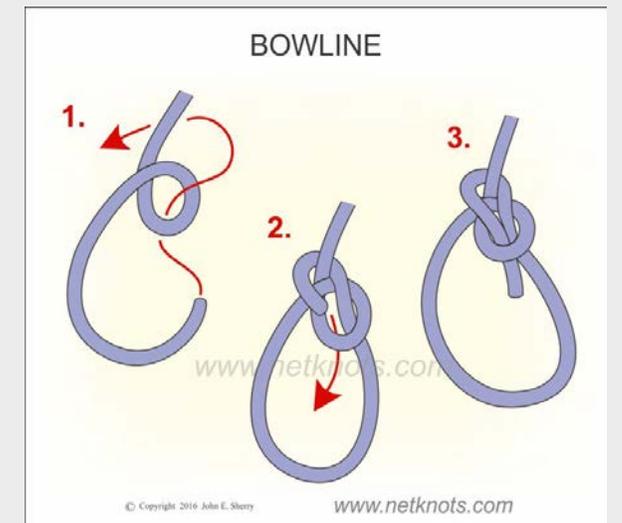
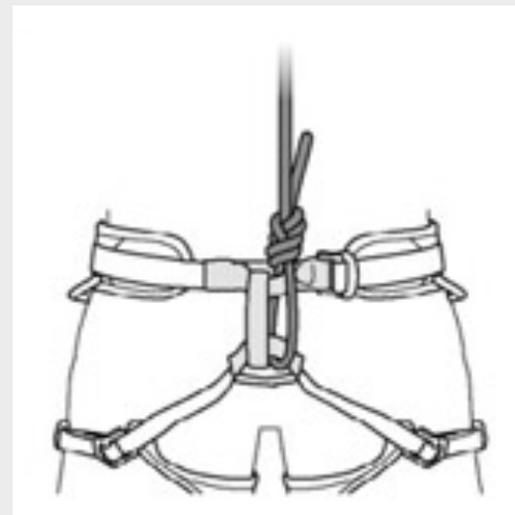
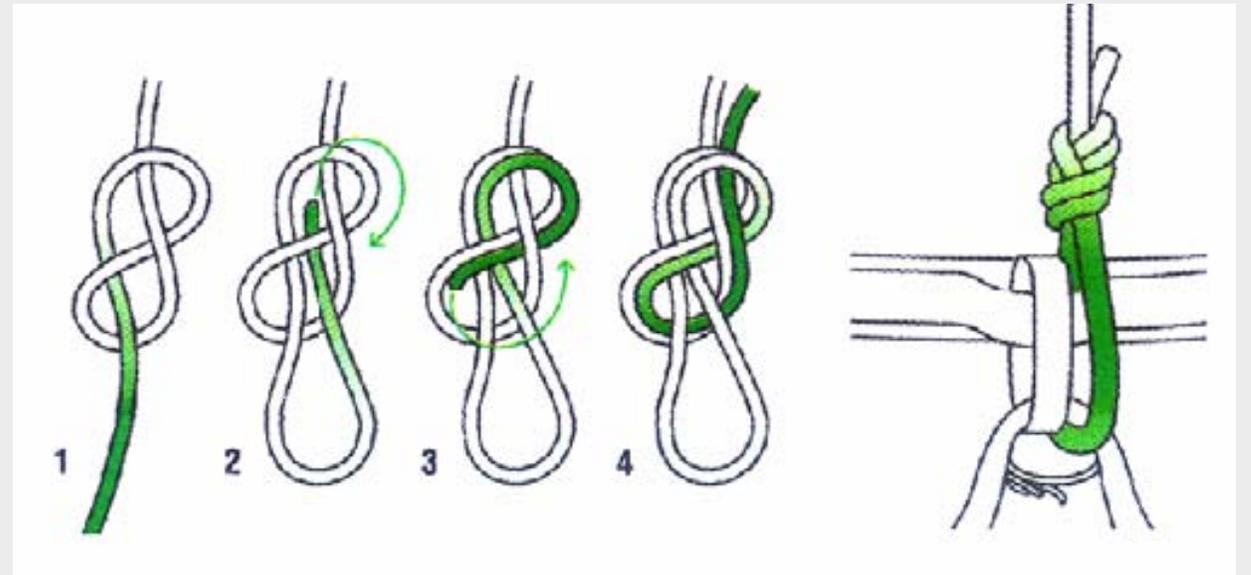
L'utilizzo non conforme dell'attrezzatura e qualunque comportamento che pregiudichi la sicurezza della cordata o degli altri concorrenti in gara, comportano la squalifica del team.

IMBRAGATURA
norma UIAA 105

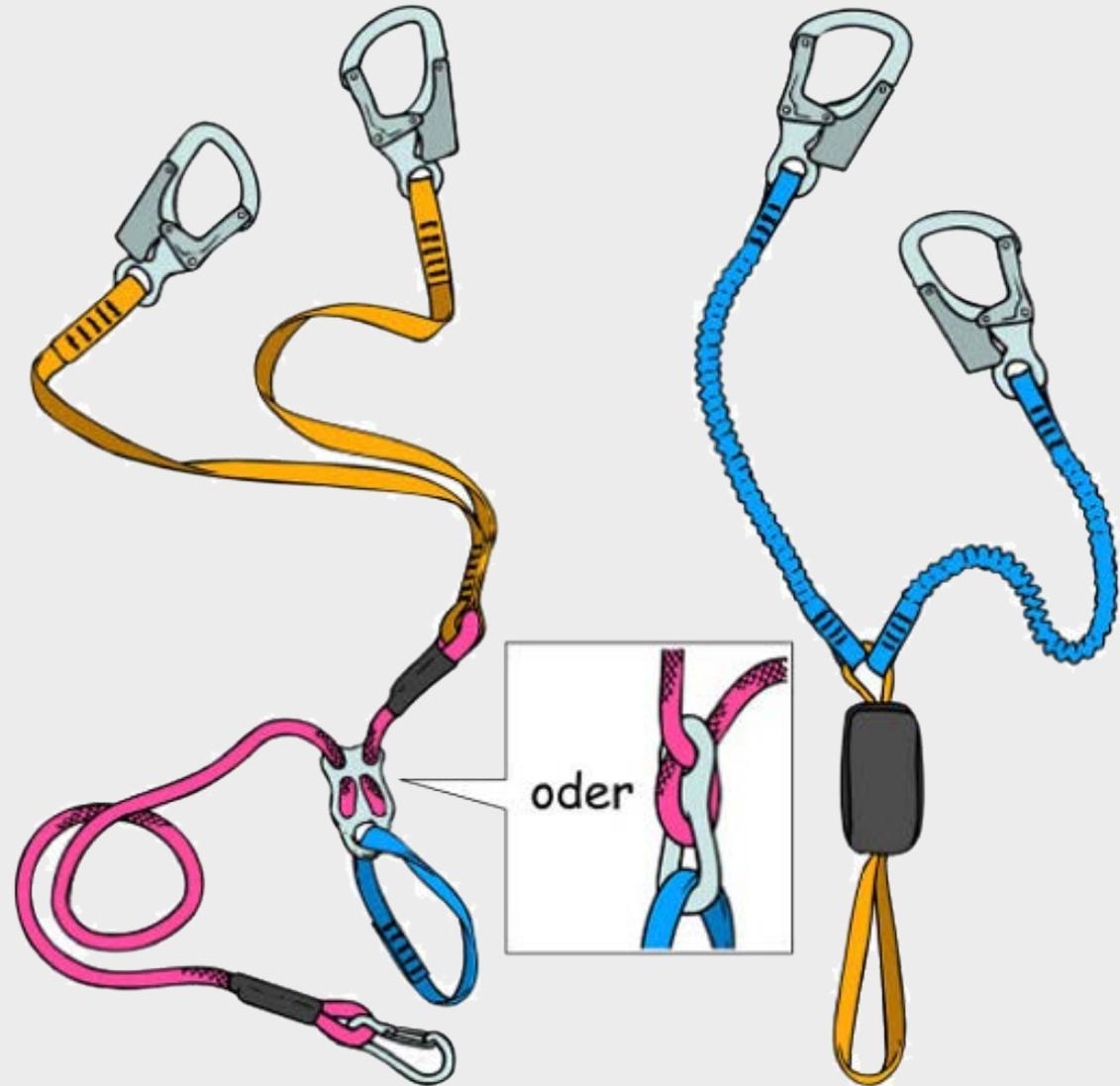


ASSETTO IN CORDATA:
10m CORDA, 8mm Ø

NODO OTTO o BOLINA



LONGE
norma UIAA 128



CANCELLI ORARI

- **Stazione Indren (CP1):** 1h30'* dopo il primo atleta (tempo indicativo max 4h)
- **Rifugio Gnifetti (CP2):** 2h dopo il primo passaggio (tempo indicativo max 4h30')
- **Colle del Lys (CP3):** 2h dopo il primo passaggio (tempo indicativo max 5h)
- **Capanna Margherita (CP4):** 2h* dopo il primo arrivo (tempo indicativo max 6h30')
- Tempo massimo discesa Stazione Indren: 7h30' (previsto rientro in funivia)
- Tempo massimo complessivo: 9h

* In condizioni meteo ottimali i cancelli Indren e Capanna Margherita saranno ampliati di 30', fermo restando la facoltà del direttore di percorso di modificarli in base alle condizioni meteo



RISTORI

- Bocchetta delle Pisse (2396m)
- (CP1) Stazione Indren (3260m)
- Al (CP3) Colle del Lys (4250m) e (CP4) Capanna Margherita (4554m) saranno disponibili inoltre tende di emergenza, rifornimenti liquidi e barrette energetiche/gel.

Non sono consentiti rifornimenti e assistenza fuori dai punti ristoro e in vetta.







INTERNATIONAL
SKYRUNNING
FEDERATION

Unisciti a noi per la gara del secolo!

23 giugno, 2018
Alagna Valsesia, ITALIA

