



torna la non competitiva denominata:

# Ú gir dèla madona

sottotitolata “In culo alla straberghem e al gran Premio di Monza”

**8<sup>^</sup> edizione – Valbrembo**  
**domenica, 12 settembre 2010 - ore 8 00**

organizzata da

## **A.S.D. fo' di pe**

manifestazione podistica a passo concordato, gestita e caratterizzata dai partecipanti  
partecipazione libera ai soci asd fo' di pe e su richiesta (o su invito) ai non soci

- itinerario A – denominato: **an tira zo quater Madone** - percorribile in circa due ore e ergotina (indicativamente **22 km**)
- itinerario B – denominato: **an tira zo tri Madone** – percorribile in circa una ora e trenta (indicativamente **17 km**)
- itinerario C – denominato: **an tira zo du Madone** – percorribile in circa una ora e quindici (indicativamente **13 km**)
- e, per entrambi i percorsi, per chi gradisce, **ol purcù final**

**RITROVO:** alle ore 7 45 a Valbrembo, via Polo Civico 2 – presso la Palestra sede dell' asd fo' di pe

**ISCRIZIONE:** quota gratuita (portate qualcosa per il rinfresco finale, del buon umore, della tolleranza e della civiltà)

**PARTENZA:** alle 8 00 / 8 15 partenza di tutti i partecipanti in contemporanea

**SVILUPPO:** l'andatura prevista per tutti è equivalente a quella accessibile al/alla meno preparato/a (almeno all'inizio, poi ci si auto organizza ... in base al gruppo dei vari itinerari)

**PERCORSI:** i percorsi non sono segnati, ai partecipanti sono però fornite le indicazioni principali. Gli itinerari si snodano su percorsi con fondo e difficoltà altimetriche impegnative ma non eccessive. Le parti iniziali e finali dei tre percorsi coincidono. L'itinerario B e C sono completamente su asfalto mentre l'itinerario A si snoda in parte su sentieri nel bosco.

**ASSISTENZA:** guida e coda di entrambi i gruppi saranno organizzatori che guideranno e accompagneranno il tragitto di tutti (cercasi volontari capo e coda gruppo).

**RISTORI:** acqua emessa da fontane rinvenute lungo il tragitto

**ARRIVO:** rientro dei partecipanti al luogo di partenza entro le ore 10 45.

**APERITIVO/RINFRESCO:** somministrazione di sostanze solide e liquide (anche alcoliche) a mò di aperitivo a conclusione della manifestazione presso il locale della sede asd fo' di pe (chel che passa ol convent).

Alcuni punti toccati dai due itinerari:

**Itinerario A** – Valbrembo – via Sombreno - via **Madonna del bosco** – via Astino – via Sudorno – colle aperto – via Beltrami – via Cavagnis – **Madonna Caravaggio** – via Castagneta – sentieri nei boschi – fino alla **Madonna di Sombreno** – **Madonna della Castagna** – ol purcù (facoltativo) – Valbrembo (sede)

**Itinerario B** - Valbrembo – via Sombreno - via **Madonna del bosco** – via Astino – via Sudorno – colle aperto – via Beltrami – via Cavagnis – **Madonna Caravaggio** – via monte Bastia – via Orsarola – via colle Roccoli – via Fontana – ol purcù (facoltativo) - **Madonna della Castagna** – Valbrembo (sede)

**Itinerario C** - Valbrembo – via Sombreno - via **Madonna del bosco** – via Astino – via dei Torni – via Gen Marieni – via San Sebastiano – via Fontana – ol purcù (facoltativo) - **Madonna della Castagna** – Valbrembo (sede)

Fotocopiato in proprio – Valbrembo 12 agosto 2010

[www.fodipe.it](http://www.fodipe.it) info@fodipe.it