

# 1° FESTIVAL DEL TRAIL ACCEGLIO 9.10 LUGLIO 2011



ASD "INMAIRAOUTDOOR"  
[www.inmairaoutdoor.it](http://www.inmairaoutdoor.it)  
[info@inmairaoutdoor.it](mailto:info@inmairaoutdoor.it)



## SABATO 9 LUGLIO

Dal mattino, presso Sala Polivalente in località Frere: ritrovo e primi accrediti  
Pranzo libero.

**ORE 14.30** lezione di riscaldamento muscolare con il Prof. Massimo Civalleri,  
preparatore atletico professionista sett. Giovanile Juventus FC

A seguire corsa di allenamento in gruppo sui sentieri del Vallone di Unerzio  
Seconda lezione su tecniche di defaticamento muscolare e stretching a cura del  
Prof. Civalleri. Rientro alle strutture ricettive e cena libera

**ORE 21.30:** proiezione di film-documentario a cura di Marco Olmo  
sulle sue grandi imprese (Deserto e Montagna). Commenti ed interventi dalla voce  
del campione A seguire serata di festa e musica fino a tarda notte

## DOMENICA 10 LUGLIO

**ORE 8.00-9.15:** ultimi arrivi ed accrediti - Consegna pacco gara

**ORE 9,15:** Briefing

**ORE 9,30: PARTENZA TRAIL AUTOGESTITO**

Dalle ore 11,30 primi arrivi

**Dalle ore 13,00 Pasta Party ed a seguire estrazione di premi a sorteggio**

Durante l'intera giornata possibilità di servizio massaggi sportivi e defaticanti  
(a pagamento, prezzo convenzionato)

con Enrico Brondino, Riflessologo Plantare e Massaggiatore Professionista

Servizio docce e spogliatoi presso il campo sportivo di Acceglio

**PARTECIPAZIONE GRATUITA**

**POSSIBILITA' DI PARTECIPARE ANCHE ALLA SINGOLA GIORNATA**

**INFORMAZIONI:**

[info@inmairaoutdoor.it](mailto:info@inmairaoutdoor.it)

Comune di Acceglio: [acceglio@ruparpiemonte.it](mailto:acceglio@ruparpiemonte.it) – Uff. turistico 0171.99424  
348.7497939 (Fabrizio inmairaoutdoor)