



GRUPPO ESCURSIONISTICO POLISPORTIVA PRA' PALMARO

UNDICESIMA MARCIA "CAMMINANDO PE' E LISCHE" – 11 OTTOBRE 2009

COMUNICATO STAMPA

Domenica 11 Ottobre si terrà, in località Piani di Pra', l'11^a edizione della marcia "Camminando pe' e Lische", classico appuntamento del Ponente Genovese con la camminata a passo libero su sentieri, abbinata ad un percorso di corsa in montagna molto gradito agli appassionati di questa disciplina sportiva.



Proprio la grande varietà dei percorsi offerti dalla "Camminando pe' e Lische", assieme alla bellezza del territorio in cui essi si snodano, fa sì che il numeroso pubblico, stabilmente attorno ai 500 partecipanti, sia composto da marciatori di tutte le età e di tutte le capacità, dai bambini agli anziani, includendo atleti di livello nazionale.

A tutti i bambini, all'arrivo, offriamo, oltre alla maglietta, un regalo a sorteggio e una medaglia ricordo.

I percorsi della Marcia, a passo libero, sono con partenza e arrivo ai Piani di Pra'.

La Corsa in Montagna ha partenza ai Piani di Pra' e traguardo al Monte Penello.

INFORMAZIONI:

MARCIA SU SENTIERI: DUE PERCORSI:

- km 8 (percorso breve - facile)
- km 15 (percorso lungo – impegnativo - con variante da km 12)

COPPE A GRUPPI E SINGOLI

CORSA IN MONTAGNA AL M.TE PENELLO

(m 990): dislivello 700 m su km 6

MEDAGLIE E PREMI PER I PRIMI CLASSIFICATI

LUNGO I PERCORSI DELLA MARCIA: 3 PUNTI DI RISTORO

DALLE ORE 12 : STAND GASTRONOMICO APERTO A TUTTI

A TUTTI GLI ISCRITTI MAGLIETTA RICORDO

PREMIAZIONE CORSA: ORE 12 ca. alla partenza



COME RAGGIUNGERE I PIANI DI PRA':

in auto: da Genova Voltri, s.s. del Turchino, deviazione per Acquasanta; percorso segnalato fino alla località di iscrizione e partenza

in treno: stazione di Acquasanta (linea Genova-Ovada); chi arriva in treno trova un punto di iscrizione al valico stradale della Colla di Pra'(1 km dalla Stazione), evitando così di scendere al punto di partenza della marcia.



Telefoni per informazioni.: 334 89 88 513 – 010 69 82 374 – 338 12 81 207 – 010 619 62 23

Genova, Settembre 2009

Il Comitato organizzatore