

## MARATHON TRAIL LAGO DI COMO notizie

### generali

Apertura iscrizioni 18 febbraio 2019

*Strada asfaltata 6% - Strada ciottolata 8% - Strada di montagna con cemento 4% - Mulattiera/Sentiero 82%*

Ubicazione gara Prealpi lago di Como versante occidentale

Località ospitanti:

Menaggio – Plesio

### Partenza:

Mid Distance 60 km - dislivello positivo 4.000 m -

**Partenza da Menaggio piazza lago** (quota m 201 sul livello del mare) Sabato 21 settembre 2019 ore 07:45 - tempo massimo ore 14:30

**Arrivo Menaggio** piazza lago ( quota m 201 sul livello del mare ).

Short Distance 31 km - dislivello positivo 2.200 m

**Partenza da Menaggio piazza lago** (quota m 201 sul livello del mare) sabato 21 settembre 2019 ore 09:30. Tempo massimo 8:30 ore.

**Arrivo Menaggio piazza lago** (quota m 201 sul livello del mare)

### Ritiro pettorali Marathon trail lago di Como

venerdì 20 settembre dalle ore 16:00 alle ore 20:00 e sabato 21 settembre dalle ore 06:15 alle 07:15 (per 31 km dalle 06:30 alle 09:00) Menaggio (CO) piazza lago (piazza Garibaldi).

### Premiazioni - Menaggio:

Mid Distance 55km (60 km) + Short Distance 31 km + Uomo-cane : sabato 21.09.2019 - ore 20:15

### GARA A TAPPA UNICA 2 distanze

55 km (60 km) Mid Distance 60.5 - D + 4000 m

SHORT DISTANCE 31.5 km – D + 2.200 m ( è possibile iscriversi con cane, non si rientra nella classifica)

**55 km - Mid Distance 60 km + 4.000 m** - costo gara € 55,00

*RITIRO PACCO GARA: Menaggio Piazza Garibaldi - venerdì 20 settembre dalle ore 16:00 alle ore 20:00*

*Menaggio Piazza Garibaldi - sabato 21 settembre dalle ore 06:15 alle ore 07:15*

Partenza: Menaggio piazza lago (quota m 201 sul livello del mare) Menaggio piazza lago (quota m 201 sul livello del mare) sabato 21 settembre 2019 ore 07:45. **Tempo massimo 14:30 ore.**

Arrivo: Menaggio Piazza lago (quota m 201 sul livello del mare)

Premiazioni: sabato 21/09/2019 alle ore 20:15

Percorso:

### **Menaggio 201 m**

Plesio 595 m

Breglia 749 m

Sant Amate 1.623 m

Monte Bregagno 2.107 m

Alpe Livea 1.320 m

Alpe Nesdale 1.612 m

Sant Amate 1.623 m

Rif. Menaggio 1.383 m

### **Plesio 595 m**

Barna 563 m

Gonte 390 m

Bene Lario 377 m

Rif. Venini 1.575 m

Bocchette di Nava 850 m

Località Croce 395 m

### **Menaggio 201 m**

#### **Costi gara:**

€ 55,00 fino al 31.07.2019

€ 65,00 dal 01.08.2019 al 31.08.2019

€ 70,00 dal 01.09.2019 al 18.09.2019

#### **SHORT DISTANCE 31.5 km - D + 2.200 m Costo gara € 35,00**

*RITIRO PACCO GARA: Menaggio Piazza Garibaldi - venerdì 20 settembre dalle ore 16:00 alle ore 20:00*

*Menaggio Piazza Garibaldi - sabato 21 settembre dalle ore 06:30 alle ore 09:00*

Partenza: Menaggio piazza lago (quota m 201 sul livello del mare) *Menaggio Piazza Garibaldi - sabato 21 settembre dalle ore 09:30. **Tempo massimo 08:30 ore.***

Arrivo: Menaggio zona Piazza lago (quota m 201 sul livello del mare)

Premiazioni: sabato 21/09/2019 alle ore 20:15

Percorso:

**Menaggio 201 m**

Plesio 595 m

Breglia 749 m

Sant Amate 1.623 m

Monte Bregagno 2.107 m

Sant Amate 1.623 m

Rif. Menaggio 1.383 m

**Plesio 595 m**

Barna 563 m

Località la Chioderia 440 m

Loveno sopra Menaggio 300 m

**Menaggio 201 m**

**Costi gara:**

€ 35,00 fino al 31.08. 2019

€ 45,00 dal 01.09.2019 al 18.09. 2019

**SPECIAL TEAM Uomo + cane 31.5 km - D + 2.200 m Costo gara € 50,00**

*RITIRO PACCO GARA: Menaggio Piazza Garibaldi - venerdì 20 settembre dalle ore 16:00 alle ore 20:00*

*Menaggio Piazza Garibaldi - sabato 21 settembre dalle ore 06:30 alle ore 09:00*

Partenza: Menaggio piazza lago (quota m 201 sul livello del mare) *Menaggio Piazza Garibaldi - sabato 21 settembre dalle ore 09:30. **Tempo massimo 08:30 ore.***

Arrivo: Menaggio Piazza lago (quota m 201 sul livello del mare)

Premiazioni: sabato 21/09/2019 alle ore 20:15

Percorso:

**Menaggio 201 m**

Plesio 595 m

Breglia 749 m

Sant Amate 1.623 m

Monte Bregagno 2.107 m

Sant Amate 1.623 m

Rif. Menaggio 1.383 m

**Plesio 595 m**

Barna 563 m

Località la Chioderia 440 m

Loveno sopra Menaggio 300 m

**Menaggio 201 m**

**Costi gara:**

€ 50,00 fino al 31.08.2019

€ 55,00 dal 01.09.2019 al 18.09.2019