



week end  
**22 e 23 GIUGNO**  
 Due giorni di corse in montagna...  
 e non solo...

WEB  
[www.pragelatoraces.com](http://www.pragelatoraces.com)  
[www.podisticatorino.it](http://www.podisticatorino.it)  
 MAIL  
[pragelatoraces@gmail.com](mailto:pragelatoraces@gmail.com)  
[podisticatorino@gmail.com](mailto:podisticatorino@gmail.com)  
 FACEBOOK Prigelato Races



**PRAGELATO RACES**  
**sabato 22 GIUGNO h15**

**SABATO 22 GIUGNO**  
 Prigelato Running Tour VK 4km 1000d+  
 Mini Prigelato Running Tour corsa  
 camminata bambini da 0 a 12 anni

**DOMENICA 23 GIUGNO**  
 Prigelato Running tour TRAIL 20km 1100d+  
 Prigelato running tour 10k  
 Prigelato running tour DOG ENDURANCE



Sarà inoltre possibile effettuare TEST  
 DELLE SCARPE ALTRA SHOES  
 HOKA  
 DYNAFIT

**SABATO 22 GIUGNO ore 15.00**  
 Partenza da Casa Prigelato  
 Da 0 a 12 anni corsa camminata  
 non competitiva su due percorsi  
 a scelta da 500 mt a circa 1 km.  
**FARÀ DA APRIPISTA IL NOSTRO MARCO OLMO.**  
 e al termine merenda per tutti!  
**COSTO ISCRIZIONE 5 EURO .**  
 L'incasso sarà devoluto alla scuola elementare  
 di Prigelato per attrezzature sportive.

Iscrizioni anche il giorno stesso  
 della manifestazione dalle ore 14,00.



...Sabato ci terrà compagnia **MARCO OLMO**  
 che ci presenterà il suo libro  
**"CORRERE NEL GRANDE VUOTO"**





## week end 22 e 23 GIUGNO

Due giorni di corse in montagna...  
e non solo...

**Pragelato Running Tour** è una manifestazione podistica di Kilometro Verticale, Trail 20 km e 10 km organizzata dall' ASD Pragelato Races e dall' ASD Podistica Torino. Le manifestazioni sono inserite nel Calendario FIDAL Montagna/Trail 2019 con n° di autorizzazione 109/montagna/2019 e 110/trail/2019.

Per il VK iscrizioni direttamente dall'online della propria Società entro le ore 24.00 del 19/06, per gli EPS e i RUNCARD inviare Email a [sigma.piemonte@fidal.it](mailto:sigma.piemonte@fidal.it)

Per il Trail e la 10K ci si potrà iscrivere on-line su MySDAM o direttamente con pagamento in contanti (fino al 20 Giugno), presso:

- la sede della Podistica Torino in C.so Siracusa 10, Torino
- ATL di Pragelato in Piazza Lantelme a Pragelato, TO
- Cuore da Sportivo in via Domodossola 9 a Torino
- Abba Sas - via Rolland Faure 3F a Oulx, TO

### QUOTE D'ISCRIZIONE

#### Pragelato Running Tour VK:

- Dal 1/03 al 1/05/2019 € 12,00
- Dal 2/05 14/06/2019 € 15,00
- Dal 15/06 al 20/06/2019 € 17,00
- Nelle giornate 21-22/06/ 2019 € 20,00

#### Pragelato Running Tour 10K e Dog Endurance:

- Dal 1/03 al 1/05/2019 € 8,00
- Dal 2/05 al 14/06/2019 € 10,00
- Dal 15/06 al 20/06/2019 € 12,00
- Nelle giornate 21-22/06/ 2019 € 15,00

**Buono pasto:** si potrà acquistare facoltativamente il buono pasto per le giornate del 22 e 23/06 in fase di iscrizione a 8 Euro ; il giorno stesso della gara per atleti e accompagnatori a 10 euro.

### PRAGELATO RUNNING TOUR VK

- **Quando:** 22/06/2019 ore 10:00.
- **Dove:** fraz. Soucheres Hautes, Piazza Pragelatesi nel Mondo, Pragelato (TO).
- **Percorso di gara:** gara di corsa in montagna 4 km 1000 D+, arrivo Monte Blegier 2550 mt. Percorso omologato e certificato FIDAL.

### PRAGELATO RUNNING TOUR TRAIL

- **Quando:** 23/06/2019 ore 09:30.
- **Dove:** fraz. Soucheres Hautes, Piazza Pragelatesi nel Mondo, Pragelato (TO).
- **Percorso:** Trail in percorso di alta montagna 20 km 1100D+.



## week end 22 e 23 GIUGNO

Due giorni di corse in montagna...  
e non solo...

### PRAGELATO RUNNING TOUR 10K

- **Quando:** domenica 23/06/2019 ore 09:35.
- **Dove:** Fraz. Soucheres Hautes, Piazza Pragelatesi nel Mondo, Pragelato (TO)
- **Percorso:** Trail in percorso di alta montagna 10 km 550 mt D+.

### PREMIAZIONI

PREMIAZIONE VK: **Il KV assegnerà il titolo di Campione Regionale FIDAL 2019 di Società ed Individuale.**

Verranno premiati con premi in denaro

**i primi 5 atleti assoluti femminili e maschili** per il KV.

- 1° classificato/a: 150 €
- 2° classificato/a: 100 €
- 3° classificato/a: 75 €
- 4° classificato/a: 50 €
- 5° classificato/a: 30 €

PREMIAZIONE TRAIL: verranno premiati con premi in denaro

**i primi 5 atleti assoluti femminili e maschili** per il Trail.

- 1° classificato/a: 200 €
- 2° classificato/a: 150 €
- 3° classificato/a: 100 €
- 4° classificato/a: 75 €
- 5° classificato/a: 50 €

PREMIAZIONE GARE COMBinate: per chi prenderà parte ad entrambe le gare, verrà stilata un'ulteriore classifica che sarà data dalla somma di punteggio di arrivo per atleta. Verranno premiati **i primi 3 atleti maschili e femminili.**

PREMIAZIONE 10 K: verranno premiati con premi in natura **i primi 3 atleti assoluti femminili e maschili.**

### MINI PRAGELATO RUNNING TOUR

Tutti i bambini e ragazzi dai 0 ai 12 anni potranno partecipare Sabato 22 Giugno alle ore 15:00 al Mini Pragelato Running Tour, corsa/camminata non competitiva, con partenza da Casa Pragelato.

Costo dell'iscrizione 5 € che verrà devoluto interamente alla scuola elementare di Pragelato per poter acquistare materiale sportivo.

Sarà possibile iscriversi il giorno stesso della manifestazione ludico motoria dalle ore 14:00.

### PRAGELATO RUNNING TOUR DOG ENDURANCE

Il Pragelato Running Tour Dog Endurance è una manifestazione competitiva affiliata al circuito FISC. Costi e scadenze di iscrizione sono uguali alla 10K. Le iscrizioni on-line saranno gestite direttamente dalla FISC passando tramite il sito [www.pragelatoraces.com](http://www.pragelatoraces.com).

Partenza della manifestazione alle ore 9:45 presso fraz. Soucheres Hautes, Piazza Pragelatesi nel Mondo, Pragelato (TO).

Gli iscritti alla Dog Endurance potranno partecipare se in possesso di tessera FISC e di un'apposita imbragatura alla cinta e linea ammortizzata con la pettorina ad H del cane. Sarà vietato in modo assoluto l'utilizzo del classico collare.

### MARCO OLMO GUEST STAR DEL PRAGELATO RUNNING TOUR

**Sabato 22 giugno Marco Olmo sarà a Pragelato** per parlare di Montagna e Sport e per presentare il suo libro. Avrete la possibilità di sentir parlare direttamente il campione mondiale di ultradistance e di confrontarvi con lui dalle ore 17:00 presso Casa Pragelato!

### TEST MATERIALI

Cogliete l'occasione per provare le migliori scarpe da Trail attualmente in commercio! In occasione del Pragelato Running Tour sabato 22 giugno alle ore 15:30 avrai la possibilità di testare scarpe Hoka, Dynafit, Altra e Topo Athletics. A provare direttamente con voi i materiali ci saranno alcuni dei migliori interpreti della disciplina che vi aiuteranno nella scelta di ciò che fa per voi.