



PROGRAMMA 2025

Morissolo Vertikal

IMPORTANTE

- **Divise:** se siete tesserati FISky e pensate di arrivare a podio - assoluto o di categoria - dovete indossare la divisa societaria in gara e in premiazione, come da regolamento. Per gli altri nessun vincolo
- **Percorso:** piccola deviazione tra la chiesa e l'imbocco della mulattiera. Qualche metro in più ma filante. Stesso crono. Evita imbuto in piazza degli affreschi
- **Ritiro pettorali:** sabato dalle 15.00 alle 18.00 e domenica 8.00-9.30
- **Iscrizioni:** ci si può iscrivere anche sabato 15.00-18.00 e domenica 8.00-9.30 fino a esaurimento pettorali. NON aspettate l'ultimo secondo
- **2 ristori finali.** Ronno = torte e birra. Spiaggia = pasta party by Protezione Civile
- **Parcheggi riservati.** Gli altri sono a pagamento. Vedi sotto

N.B.

- La gara è nata per ricordare un amico, canottiere e alpino.
Chi viene a tifare col cappello da alpino è molto gradito
- Accompagnatori e tifosi **NON devono ostacolare i concorrenti**
- **Pasta party** gestito dalla Protezione Civile e sarà servito **parallelamente al pranzo + castagnata aperte a tutti**, accompagnatori compresi
- Tutto quello che viene raccolto, al netto dei costi, sarà devoluto in beneficenza.

PROGRAMMA

Sabato 18 ottobre:

- ore 16.00-18.00: distribuzione pettorali presso Canottieri Cannero Sportiva

Domenica 19 ottobre:

- 8.00-9.30 race office, presso Canottieri Cannero Sportiva
Consigliamo di arrivare con buon anticipo



- 9.30
 - termine tassativo iscrizioni e chiusura segreteria
 - termine consegna zaini x Ronno e cima
 - briefing
- **10.00 partenza (mass start) tutte le categorie (compresi Youth)**
- 14.00 **premiazioni** davanti alle Scuole Medie (100 mt dalla canottieri lato spiaggia)

ISTRUZIONI DI GIORNATA

RACE OFFICE

Presso la spiaggia di Cannero, sul terrazzo della **Canottieri Cannero Sportiva / Bar SoleLuna**. In loco troverete:

- ritiro pettorali e pacco gara
- consegna degli zaini da portare a Ronno e sotto la cima.
- il **Bar SoleLuna**, per qualsiasi necessità pre e post gara
- servizi igienici: **5 in zona** (1 cimitero, 1 bar, 3 bagni pubblici di fronte all'edificio delle scuole medie) più altri 3 pubblici in località stazione corriere, bocciodromo e lungolago/imbarcadere
- docce calde

ristoro intermedio a Ronno e finale. In caso di brutto tempo si sposta tutto in Sala Multiuso a Cannero (zona Lido)

pasta party e premiazioni davanti alle Scuole Media

PERCORSO GARA MORISSOLO VERTIKAL

Il percorso comincia su una facile mulattiera da Cannero a Oggiogno. Traversa il paese e risale il sentiero per Ronno, per poi entrare nella deviazione ripida che porta dritta ai prati di Ronno. 200 metri di corsa. Da lì si prende la direttissima del Morissolo e il tragitto, da inclinato, si fa anche tecnico, fino al ripidissimo prato finale. L'arrivo è in mezzo a due faggi. **Nessun tratto esposto**. Ci saranno volontari lungo il percorso che, nel tratto più tecnico hanno istruzione di aiutare chiunque abbia bisogno. Ristoro a Ronno e acqua al ritiro zaini.

PERCORSO CORTO YOUTH E NON COMPETITIVA

Uguale con arrivo all'alpe di Ronno.

Arrivo 20 mt ripidi a sinistra del ristoro, in mezzo a due remi

Gli zaini vanno consegnati a un furgone diverso rispetto a quello della gara lunga

MATERIALI

obbligatori

- Kway / antivento
- Maglietta o canotta (è vietato gareggiare a dorso nudo)
- Scarpe adatte alla corsa in montagna

facoltativi

- Bastoncini



ZONA ARRIVO E PERCORSO DI RIENTRO

È vietato tornare dal percorso gara dalla cima fino a Ronno

L'arrivo è sulla cima del Monte Morissolo. Una volta oltrepassato il traguardo, si verrà indirizzati verso la strada Cadorna, all'inizio della quale troverete gli zaini e una bottiglia d'acqua. Da lì, si scende passando dall'alpe Morissolo e si rientra a Ronno per poi rifare il percorso gara sino alla spiaggia.

ALPE RONNO

Ristoro di salita.

Ristoro di discesa – the caldo + birra/bibite e torte (NO PRANZO).

Chiediamo a tutti i concorrenti di brindare velocemente e lasciare l'alpe appena possibile per poter mangiare alla partenza e partecipare alle premiazioni delle 14.00.

PREMIAZIONI

Ore 14.00 terrazzo della Canottieri. I premi sono CUMULATIVI

- Campionato Italiano Assoluto e Categorie. Primi 3 di ciascuna
- Youth. Primi 3 A e B
- Classifica Generale (primi 5)
- Atleta più giovane e atleta meno giovane
- TUTTI gli Alpini. **GRADITO IL CAPPELLO IN PREMIAZIONE**
- Canottieri

TEMPO MASSIMO

Solo in caso di brutto tempo: 1 ora all'alpe Ronno, 2 ore sulla cima.

PACCO GARA

- A SCELTA Maglia tecnica lana OPPURE zaino impermeabile + barrette/integratori ai primi 230 iscritti del Vertikal
- Scaldacollo Morissolo Vk agli iscritti della gara Youth
- fotografie
- Trasporto zaini all'arrivo
- Ristori sul percorso
- Ristoro finale
- Docce calde

AVVERTENZE FINALI

L'organizzazione ha provveduto al piano di sicurezza. Tutti i volontari saranno dotati dei dispositivi di sicurezza richiesti.

INDIRIZZO E RIFERIMENTI

Canottieri Cannero Sportiva / Bar SoleLuna, Via M. G. Lombardi, 28821 Cannero Riviera (VB).

Mail: morissolovertikal@gmail.com

Cell: Adriano 3474694259

PARCHEGGI - riservati e gratuiti V. mappa NON CE NE SONO TANTISSIMI PER CUI RACCOMANDIAMO DI OTTIMIZZARE LE AUTO

- **tutti i parcheggi a sinistra del fiume – zona lido** (spalle al lago); attenzione ai pochi a disco orario (es. grotta)
- **multipiano di via dante 35/31** (500 mt dalla partenza)
- **nuovo parcheggio in fondo a via opifici**. Tra fiume, Residence Hamipag e parco giovani
- Gli altri sono a pagamento

In azzurro le zona con parcheggi gratuiti. Attenzione a quelli con disco orario

