

In Valsaviose

## «Caminada so'n dè la nef» A Cevo relax e racchette Triathlon a Cedegolo

Una suggestiva e agevole passeggiata nei boschi con le racchette da neve e una massacrante prova di triathlon invernale. Sono i due volti del fine settimana in Valsaviose. Alle 17.30 di sabato a Cevo è fissata la partenza della «Caminada so'n dè la nef», un itinerario di 11 chilometri con un dislivello di 400 metri, lungo un tracciato che si snoderà dalla Pineta al bait di Cioto, alle località Andovaia e Musna, per poi far ritorno in paese. Le quote di iscrizione vanno dai 10 ai 25 euro a seconda che si noleggino le racchette o si opti per il pacchetto completo comprensivo di cena.

La partecipazione va formalizzata entro mezzogiorno di sabato all'Ufficio della Pro loco Valsaviose che si può contattare allo 0364 644112 o al 349 5235636. Riservata esclusivamente ad atleti ben allenati, è invece la decima edizione del Triathlon invernale proposto dalla Podistica Val Adamè, in calendario per

domenica. Le tre prove su bicicletta, corsa e sci alpinismo potranno essere affrontate da un solo atleta o da una squadra di tre. I partecipanti dovranno pedalare 13 chilometri (da Cedegolo a Valle) e superare un dislivello di 700 metri, correre per otto chilometri e percorre con gli sci con le pelli di foca altri 8 chilometri con un dislivello di 400 metri.

**IL PROGRAMMA?** Dalle 7 iscrizioni al ristorante la Plasa al campo sportivo di Valle (località Rasega), alle 8 trasferimento in bicicletta a Cedegolo dove scatterà la partenza. Alle 13, dopo l'arrivo, pasta party nella palestra di Valle. A seguire spazio alle premiazioni. È possibile iscriversi solo la mattina dell'evento versando 20 euro (60 le squadre); la quota è comprensiva di gadget, ristoro e buono pasto. Gli organizzatori hanno pensato anche agli under 15 con una prova a squadre scandita da due chilometri in bici, 1.500 metri a piedi e altrettanti con gli sci. **L.FEB.**

© RIPRODUZIONE RISERVATA