

VAL GARDENA/GRÖDEN MARKETING  
Str. Dursan 80/c  
I-39047 S. Cristina/St. Christina (BZ)  
Tel.: (0039) 0471 777777  
Fax: (0039) 0471 792235  
E-mail: [info@valgardena.it](mailto:info@valgardena.it)  
Homepage: [www.valgardena.it](http://www.valgardena.it)



UNA SFIDA STRAORDINARIA:  
11. VAL GARDENA EXTREM MARATHON  
DA ORTISEI ALLA FORCELLA DEL SASSOLUNGO  
Domenica 6 settembre in Val Gardena

**Domenica 6 settembre l'undicesima edizione di "Val Gardena Extrem – corsa in montagna". Al via atleti d'élite ed amatori per dar vita ad una gara spettacolare e piena di suspense. La meraviglia delle Dolomiti autunnali ed in particolar modo la maestà del Sassolungo fanno di questa competizione un avvenimento indimenticabile.**

**La gara di Nordic Walking, con partenza al Passo Sella ed arrivo alla forcella del Sassolungo, offre per la seconda volta ai partecipanti la possibilità di misurarsi ed avviarsi con gusto e soddisfazione alle prime esperienze competitive.**

Partenza alle ore 10.00 in Piazza Rezia ad Ortisei. Il tracciato porterà al Col de Puciacia (1.400 m, 3 Km), Jänder (1.570 m, 6 Km, punto di ristoro), Ciancel (1.760 m, 9,5 Km), Col Marisana – Strënc (1.740 m, 12 Km, punto di ristoro), Plan de Sosaslonch (1.980 m, 13,6 Km), Rifugio Comici (2.153 m, 14,7 Km, punto di ristoro), Rifugio Passo Sella (2.176 m, 16,8 Km, traguardo per il "short track") fino al traguardo, che si trova presso il Rifugio Toni Demetz (2.685 m, 19,1 Km).  
La lunghezza del tracciato è di 19,1 km con un dislivello di ca. 1.475 m.

Questa gara di corsa in montagna è stata proposta per la prima volta nel lontano anno 1961 a giugno, proprio un anno dopo l'apertura della cabinovia che porta alla Forcella Sassolungo. Le prime edizioni sono state organizzate dal CAI sez. Val Gardena, con il Presidente di allora Zenz Demetz. Oggigiorno la gara è organizzata dal club locale "Atletica Gherdëina" in collaborazione con l'Hockey Club Gardena.

Il tracciato è cambiato rispetto a qualche decennio fa: il cambiamento più importante consiste nel fatto che la corsa ora è interamente in salita, visto che tanti atleti non amano le discese.

Molti specialisti di corsa in montagna hanno già confermato la loro partecipazione, come per esempio il britannico Martin Cox (vincitore nel 2008) e Antonio Molinari (pluri campione del Mondo e vincitore delle ultime due edizioni di Val Gardena Extrem Marathon). Anche in campo femminile saranno presenti le migliori atlete di questa specialità.

Le iscrizioni possono essere effettuate entro le ore 12.00 di sabato 5 settembre presso l'Associazione Turistica S. Cristina (tel. 0471 777800, fax 0471 793198, e-mail [s.cristina@valgardena.it](mailto:s.cristina@valgardena.it)).

Basta compilare il modulo d'iscrizione (che può tra l'altro essere scaricato dal sito [www.valgardena.it](http://www.valgardena.it)), e versare la somma di € 25,00 o € 15,00 (corsa in montagna o nordic walking) sul seguente c/c bancario della Cassa Raiffeisen di Selva Gardena. IBAN IT 30 V 08238 58890 000300004073 intestato a "Extrem Marathon". Chi effettua l'iscrizione appena domenica mattina, dovrà pagare la quota di € 30,00 per la corsa in montagna e € 20,00 per la gara di nordic walking.

Il montepremi supera i 4.000,00 Euro. Premio speciale di 300,00€ per primato di tracciato (attuale maschile 1:32,10, femminile 2:02,45). Come ogni anno i concorrenti saranno suddivisi in più categorie, maschili e femminili. I partecipanti avranno a disposizione un tempo massimo di 2 ore e 30 min. per superare il percorso.

### **LA CORSA IN BREVE:**

Val Gardena Extrem Marathon domenica, 6 settembre 2009.  
Iscrizioni posticipate e distribuzione pettorali, ore 8.00 in Piazza Rezia a Ortisei.  
Ritiro e trasporto indumenti al traguardo ore 9.30.

Partenza:	ore 10.00 in P.zza Rezia ad Ortisei Partenza atleti corda in montagna – Val Gardena Extrem Ore 10.00 al Passo Sella Partenza atleti nordic walking
Arrivo:	ore 10.30 arrivo previsto per primi concorrenti di nordic walking alla forcella del Sassolungo (Rif. Toni Demetz) ore 11.45 arrivo previsto per i primi concorrenti di Val Gardena Extrem alla forcella del Sassolungo
Premiazione:	Domenica, 6 settembre alle ore 14.00 presso il Rifugio Passo Sella

Dopo la gara gli atleti potranno scendere in ovovia, e se avranno bisogno, saranno riportati in pullman ad Ortisei.

VAL GARDENA-GRÖDEN MARKETING  
Irene Delazzer – ufficio stampa

---

**VAL GARDENA-GRÖDEN MARKETING**  
**Ufficio stampa - Pressebüro**  
**Via Dursan Str., 80/c**  
**I-39047 ST. CHRISTINA/S. CRISTINA - SOUTH TYROL - ITALY**  
**Tel. 0039 0471 777721 - Fax 0039 0471 792235**  
[press@valgardena.it](mailto:press@valgardena.it)    [www.valgardena.it](http://www.valgardena.it)