

5-6-7

2024 LOANO (SV)
XIII EDIZIONE

APRILE



MARE
MONTANA

VIBRAM MAREMONTANA TRAIL

MEMORIAL BATTISTA E
CENCIN DE FRANCESCO

K55 D+ 3130
K37 D+ 2292
K24 D+ 1268
K14 D+ 575

CAMMINATA
K8 D+ 230



MAREMONTANA.IT



MARE MONTANA



Vi aspettiamo a Loano, dal 5 al 7 aprile 2024, per un weekend pieno di energia e divertimento: gare competitive, camminate, conferenze, presentazioni e un intero villaggio con stand per tutti gli appassionati di trail.

NOVITÀ 2024 Maremontana è il **PRIMO FESTIVAL NAZIONALE DEL TRAIL**, con **30 organizzatori presenti al villaggio!**

Siete tutti invitati a partecipare e a divertirvi con noi!

LOANO (SV)
5-6-7 APRILE
2024



**Per gli atleti
e gli accompagnatori**

VENERDÌ dalle 15:00 alle 19:00

SABATO dalle 10:00 alle 19:00

DOMENICA dalle 9:00 alle 18:00

SPAZIO ORTO MACCAGLI PASSEGGIATA A MARE
(Corso Roma, davanti al civico 148-150)

Saranno presenti stand espositivi con i materiali e i prodotti più innovativi dai principali specialisti del settore (Vibram, Altra, Topo, New Balance, Kailas, Cimalp, Otso, Instinct, i-eXe.it, Euprana). Parteciperanno anche negozi specializzati (Cantieri Sportivi, Quadrettoni, Art&Award, Libreria del Conte) oltre a specialisti della nutrizione (So Food) e accessori.





Stand VIBRAM



Vieni a scoprire le tecnologie Vibram sviluppate per il Trail Running: ti aspettiamo nel nostro stand!

Avrai la possibilità di usufruire del servizio di riparazione e risuolatura delle scarpe da trail e diventare tester:

registrati su vibram.testerplace.com

1

Le scarpe verranno ritirate allo stand, risuolate presso il Vibram Innovation Lab di Albizzate Vibram Headquarter e rispediti direttamente a casa tua.

*Servizio gratuito, posti limitati!
Prenota la tua risuolatura!*

2

Venerdì 5 aprile | ore 20.30

Vibram Mountain Sessions

con **Andrea Lanfri** "Everest with three fingers"
presso il Residence Hotel Loano2 Village

3

Sabato 6 aprile | ore 11.00

Running Session con gli atleti del Team Vibram

Alla scoperta del Vibram Maremontana Running Park ritrovo presso lo stand Vibram

Stand ALTRA RUNNING

The ALTRA logo is displayed in a stylized, italicized red font with a white outline, set against a white background.

Altra Running è stata fondata nel 2009 con l'obiettivo di liberare il potenziale umano ispirando il mondo a muoversi in modo naturale.

La piattaforma unica di Altra include una forma anatomica **Footshape™** che permette alle dita dei piedi di rilassarsi e distendersi, migliorando la stabilità e incoraggiando una corsa naturale.

Le scarpe da corsa Altra sono caratterizzate da un drop minimo o pari a zero, per permettere una postura più naturale del corpo durante la corsa.

1 **Expo-vendita** di scarpe Altra Running

2 **Test scarpe Altra**, tra cui il nuovo modello **Timp 5**

3 **Sabato 6 aprile | ore 11.00**

Easy Community Run Altra
con **Francesco Cucco** atleta elite
e aperitivo con **Menabrea**

Posti limitati!

Prenotazioni scarpe presso lo stand





Stand TOPO ATHLETIC



Topo Athletic sarà presente con tutti i modelli di alta gamma per il Trail Running, Road, Recovery e Hike. Presso lo stand, supportati dall'esperienza di **Giacomo Fornelli** si potranno ottenere tutte le informazioni e provare le scarpe.

Sabato 6 aprile | pomeriggio

Prova modello di scarpe su percorso di circa 8 km accompagnati dal nostro staff

Aperitivo offerto allo stand dopo il test

Posti limitati!

(prenotazioni presso lo stand)

Stand NEW BALANCE



“Crediamo in qualcosa che va oltre le sneaker. Sosteniamo coloro che sono spinti dalle loro passioni. Noi nobilitiamo lo sport. Lo facciamo, nel rispetto delle persone e del pianeta. Insieme, portiamo un cambiamento nelle comunità di tutto il mondo.”

Allo stand si potranno provare scarpe per battere il proprio record personale, correre la loro prima maratona da 5K o semplicemente persone che vogliono seguire uno stile di vita più sano e attivo.

Stand SPRINT COMMERCE

Sprint Commerce
Distribution

KAILAS • 361 • CEP

Questi i marchi dei prodotti che potrai trovare nello stand Sprint Commerce. Prodotti raccontati e fatti provare da personale qualificato e atleti di livello internazionale. **Franco Collè** vi aiuterà a scegliere!

Stand CIMALP

Dal trekking all'alpinismo, dal trailrunning allo sci, Cimalp equipaggia e sostiene gli avventurieri, gli sportivi e gli alpinisti per poter conoscere e soddisfare le esigenze dei professionisti. In questo modo, siamo in grado di offrire attrezzature innovative e high performance.

Cimalp realizza abbigliamento tecnico da trail running **leggero, impermeabile e traspirante**, pensato su misura per gli atleti più esigenti e caratterizzato da membrane e tessuti di ultima generazione brevettati internamente.



Stand CR8 RESPIRA CR8

CR8 RESPIRA è il cerotto nasale innovativo che facilita la respirazione e favorisce la concentrazione: non perdere l'occasione di scoprirlo in anteprima italiana a Maremontana 2024!

CR8 RESPIRA è unico perché la sua azione agisce sulla punta del naso sollevandola e portando all'apertura completa delle narici: questo determina un aumento reale dello spazio per l'aria inspirata, senza ricorrere a inserti in materiale plastico o a principi attivi dannosi per le terminazioni nervose del naso. Più aria, e respirata in modo corretto, significa molto per uno sportivo: più resistenza alla fatica e, quindi, sforzi sostenibili più a lungo e più energia, tutti benefici fondamentali per il miglioramento della performance in modo naturale.

Stand SO FOOD *SoFood* SoGood

Lo stand ospita una startup fondata da due giovani fratelli determinati nel realizzare alimenti per sportivi di ogni livello.

La loro mission: proporre prodotti efficaci e salutari abbattendo le problematiche alimentari.

“Crediamo nello sport e in uno stile di vita sano ed equilibrato. Nelle nostre ricette utilizziamo solo ingredienti selezionati e di alta qualità. L'assenza di lattosio e derivati animali, l'assenza di zuccheri aggiunti, l'assenza di glutine e conservanti rendono i nostri prodotti adatti a tutti.”

Efficacia e benessere in un solo prodotto! Le barrette SoFood sono la carica giusta per affrontare ogni tua sfida! Un'azienda giovane e dinamica che ha saputo trasformare ingredienti di alta qualità in prodotti genuini e performanti. Visita il loro stand per scoprire e assaggiare le loro novità. Scegli di essere il migliore, scegli SoFood.

Stand QUADRETTONI



Quadrettoni si è sempre reso protagonista nel mondo dell'abbigliamento outdoor con una linea completa di capi tecnici per tutte le attività outdoor. Quadrettoni è alla costante ricerca e sviluppo nel perfezionare la produzione di capi, per **rendere confortevole l'esperienza sportiva in ogni ambiente e in ogni condizione atmosferica**. In estate o in inverno, dalla passeggiata in famiglia alle vette più alte, dallo scialpinismo all'arrampicata, Quadrettoni propone capi ideali per l'utilizzo specifico in ogni ambiente.

Le caratteristiche tecniche e il design moderno assicurano ottima vestibilità, comfort nei movimenti, protezione termica, impermeabilità e leggerezza.

Stand ART&AWARD

Art&Award progetta e realizza premi e medaglie su misura per eventi sportivi di ogni genere. Il nostro lavoro è caratterizzato nella ricerca dei dettagli, creando un prodotto che ricordi inequivocabilmente l'evento con un design unico.

Un lavoro fatto di tanta manualità e passione.

La nostra azienda offre anche abbigliamento per ogni tipo di evento, con stampe personalizzate e anche ricami. Offriamo inoltre un'ampia gamma di gadget personalizzati.





Stand CANTIERI SPORTIVI



Renzo e Massimo vi aiuteranno a scegliere prodotti di abbigliamento, scarpe e accessori dei migliori marchi, **HOKA • KAILAS • DKB • KILPI** e molti altri!

“Cantieri Sportivi da sempre con gli sportivi come consulenti, spesso come amici e poi commercianti.”

Stand OTSO



Il Brand nasce ad Andorra, in mezzo alle montagne degli alti Pirenei, un piccolo ma grande paese che offre scenari eccellenti a migliaia di atleti provenienti da diverse parti del mondo, che ogni anno lo visitano attratti da le sue innumerevoli attrazioni naturali.

In Otso ci siamo specializzati nell'integrare il miglior design e le migliori tecnologie per realizzare **prodotti personalizzati specifici**, edizioni limitate, collezioni uniche ed esclusive per gare mitiche ed eventi sportivi in diversi luoghi del mondo.

Stand I-EXE

Gli indumenti sportivi i-eXe sono confortevoli e possono essere indossati non solo durante le performance atletiche. Il nostro sito web, vero e proprio negozio online di abbigliamento tecnico, mette a disposizione una vasta gamma di articoli. Scopri pantaloncini, canotte, tute e **scegli la comodità e lo stile versatile di i-eXe.**

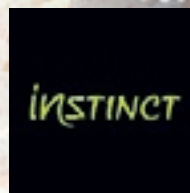


Stand INSTINCT

Una seconda pelle che si adatta, nessun rimbalzo, nessuno sfregamento e respirazione libera. **È lo zaino dalle dimensioni ideali per la distanza che stai correndo.**

Più che un marchio tecnico con una missione, Instinct ha un modello di business unico in sintonia con il mercato:

- Nessun cambio di colore stagionale
- Prodotti di qualità che durano
- Produzione europea di abbigliamento
- Una strategia di marchio stabile, equa e a lungo termine
- Nessuna sovrapproduzione = nessuna riduzione delle scorte, NO Black Friday e nessun consumo eccessivo



Stand FIND THE CURE

I volontari di Find The Cure vi aspettano per offrirvi tutto il merchandising più solidale del mondo! Il vostro acquisto contribuirà alla realizzazione del Progetto 2024!

HOME SWEET HOME, fondo per il sostegno alla messa in sicurezza abitativa di Mararal, Kenya

“Quello che ci prefiggiamo per il 2024 è di costruire delle unità abitative sicure. Il budget è in evoluzione: più raccoglieremo più saremo in grado di aiutare. Al momento abbiamo evidenziato 3 famiglie particolarmente bisognose, sono famiglie numerose e con bambini piccoli nel proprio nucleo familiare.”

Tutto il ricavato della camminata organizzata con Maremontana asd, “Alla scoperta della antica Lodanum”, andrà a sostegno del progetto. I partecipanti alla camminata, a fine percorso, potranno ritirare la medaglia ricordo e i gadget allo stand Find The Cure!



Stand LIBRERIA DEL CONTE

**LIBRERIA
DEL CONTE**

Nello stand trovate libri, guide, carte tecniche per ogni passione outdoor.

Sabato 6 aprile

Presso lo spazio conferenze presentazione del libro **Tra i giganti del Tor des Geants** Nicoletta Ghilino intervista l'autore **Luca Dalmaso** moderatore **Stefano Sancio**, libreria del Conte Loano

Luca Dalmaso nel 2018 corre il Tor des Geants, gara di Endurance Trail unica, conosciuta in tutto il mondo e in grado di attirare per una settimana, in Valle d'Aosta, atleti e spettatori da decine di Paesi. È la regina di tutte le competizioni in montagna.

Stand CDL FISIOTERAPIA



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI
DI GENOVA

Domenica 7 aprile | dalle 12.00 alle 18.00

Gli studenti del Corso di Laurea in Fisioterapia dell'Università di Genova, Polo Formativo di Pietra Ligure, offriranno il servizio di massaggio sportivo post gara decongestionante o defaticante.

Stand del Mare



Circolo Nautico di Loano sarà presente con il proprio stand dedicato alle attività outdoor dei suoi corsi riconosciuti dalla **Federazione Italiana Vela (FIV)**.

Lo staff del circolo sarà presente per dare informazioni sulle attività di vela e windsurf per ragazzi ed adulti.

Il programma dell'attività velica si divide tra ore di **teoria e pratica in mare, assistiti costantemente da istruttori qualificati FIV**.

La sede del Circolo Nautico di Loano si trova a levante del porto di Marina di Loano, dove le attività pratiche vengono svolte sia in mare aperto (vela e windsurf) che nella sicura laguna interna del porto (windsurf).

Loano Zona porto ingresso di Levante
Coordinate GPS: 44° 8' 14" = 8° 16' 3"
www.circolonauticolano.it



E siamo a... 30 organizzatori presenti al villaggio!

- Trail Del Mottarone
- Piosasco Trail Runners
- Cai Loano
- Doppiaw Tirano
- Runners For Autism
- Podistica Valle Grana
- Trail Del Moscato
- Valle Varaita Trail
- Terres Monviso
- Etna Trail
- Trail Del Marchesato
- Barbaresco Barolo Ultratrail
- Maremontana Asd
- Ecomaraton Del Collio Brda
- Cro_sunset Race
- Trail Monte Soglio
- Orsa Pravello Trail
- Bisalta Trail
- Circolo Nautico Loano
- Trail Del Ciapa'
- Trail Della Pietra
- Run Riviera Run
- Run Fast
- Ferriere Trail Festival
- Finale Outdoor Region
- Corsa Dei 5 Laghi
- Trail Dei Castelli Bruciati
- Oasi Zegna
- Alvi Trail
- Marguareis Ultra Tour



PRIMO FESTIVAL NAZIONALE DEL TRAIL!





Birra ufficiale
della manifestazione



Acqua ufficiale
della manifestazione



Pasta Party Restaurant
della manifestazione



Fornitore ufficiale
ristori atleti



Fornitore ufficiale
della manifestazione



Residence & Meeting point
della manifestazione



Radio ufficiale
della manifestazione



Musica dal vivo a cura di
Melisma aps





da Venerdì 5 Aprile
a Domenica 7 Aprile

PER GLI ATLETI E GLI ACCOMPAGNATORI

Loano c/o Spazio
Orto Maccagli

Passeggiata a mare
Corso Roma (davanti
ai numeri civici 146-148)

dalle 14.00
alle 19.00

Spazio Orto Maccagli

Saranno presenti stand espositivi con i materiali e i prodotti più innovativi dai principali specialisti del settore (**Vibram, Altra, Topo, New Balance, Kailas, Cimalp, Otso, Instinct, i-eXe.it, Euprana**).

Parteciperanno anche negozi specializzati (**Cantieri Sportivi, Quadrettoni, Art&Award, Libreria del Conte**) oltre a specialisti della nutrizione (**So Food**) e accessori.



Venerdì 5 Aprile

Maremontana ASD

**Loano 2 Village
Residence & Hotel**

Via degli Alpini, 6

**dalle 20.30
alle 20.40**

L'associazione Maremontana asd e Vibram spa, faranno il punto sul progetto **Running Park** che coinvolge i **Comuni del territorio**. Saranno presenti i rappresentanti e gli enti locali, autorità politiche, rappresentanti della comunità outdoor/turistica, stampa ecc. Verranno presentate nuove iniziative che andranno ad arricchire il progetto:

- **Percorso sensoriale**
- **Segnaletica turistica interattiva**
- **Percorsi family bike**



Comune
di Loano



Comune
di Ceriale



Comune
di Boissano



Comune
di Balestrino



Comune
di Toirano



terres
MONVISO

Venerdì 5 Aprile

Loano 2 Village
Residence & Hotel

Via degli Alpini, 6

dalle 20.40
alle 20.50

Terres Monviso

L'assessore della Città di Saluzzo **Andrea Momberto**, la Consigliera della Fondazione Amleto Bertoni **Chiara Canavese** e **Alberto Dellacroce** presentano tutte le novità del Vibram Terres Monviso Running Park. Accompagna la presentazione **Luca Dalmasso**, con la proiezione delle immagini dei primi percorsi realizzati.

"CASA È DOVE SI TROVA IL CUORE"

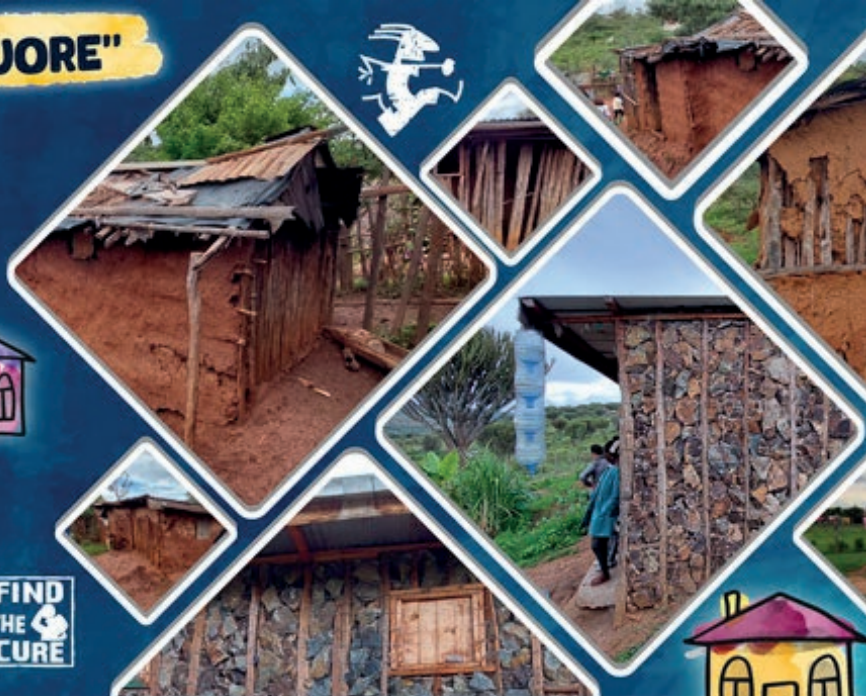
Costruzione di unità abitative sicure

#FIRSTSTEP #HOMESWEETHOME
Messa in sicurezza abitativa
di Mararal, Kenya



FIND
THE
CURE

PER 365 GIORNI #SEMPREDRITTO



Venerdì 5 Aprile

**Loano 2 Village
Residence & Hotel**

Via degli Alpini, 6

**dalle 20.50
alle 21.00**

Associazione Find The Cure

Silvia Ferraris, presidente di Find The Cure, spiegherà brevemente il Progetto del 2024 **"Home Sweet Home, fondo per il sostegno alla messa in sicurezza abitativa di Mararal, Kenya"**

e darà le anticipazioni della camminata solidale che si svolgerà domenica 7 aprile alle 9.45.

Dalle 21.00 alle 21.05 **Presentazione degli atleti del Trailrunning Team Vibram. Jerome Bernard**, Experienced Global Marketing Manager, presenta il team internazionale degli atleti presenti alla Maremontana.



Venerdì 5 Aprile

VIBRAM MOUNTAIN SESSIONS

III Edizione *Outdoor Film Festival* by Vibram

Proiezione docufilm tratto da

Everest with three fingers

con **Andrea Lanfri**

**Loano 2 Village
Residence & Hotel**

Via degli Alpini, 6

**dalle 21.05
alle 21.50**

“L’Everest è la metafora perfetta, niente è impossibile”.

Andrea Lanfri, campione paralimpico e oggi alpinista ed esploratore del Team Vibram, all’età di 29 anni è vittima di una meningite fulminante che stravolge la sua vita in modo permanente, privandolo delle gambe e di sette dita. Si riabilita da solo e si allena senza sosta fino a diventare il primo uomo pluriamputato nella storia a conquistare la vetta più alta al mondo!

Un serata straordinaria con Andrea che, attraverso un docufilm, ripercorrerà la sua impresa sull’Everest. Dopo la proiezione Andrea dialogherà con il pubblico presente per raccontare e rispondere alle domande.

Sabato 6 Aprile

PER GLI ATLETI E GLI ACCOMPAGNATORI

Viaggi alla scoperta del Running Park

**Loano c/o Spazio
Orto Maccagli**

Passeggiata a mare
Corso Roma (davanti
ai numeri civici 146-148)

**dalle 10.00
alle 13.00**

Passeggiate e camminate brevi con accompagnatori sui percorsi del territorio del parco (Borghetto S.S.: nel parco pineta del castello Borelli..., Ceriale: dal bastione al dente di mammut..., Toirano: dal paleolitico al borgo medievale..., Balestrino: il castello, le fontane i laghetti..., Boissano: le borgate, San Pietrino, il profumo degli uliveti...)

A cura del **CAI Loano** e dell'**Istituto Falcone Borsellino Loano**, passeggiate accompagnate sui percorsi del Vibram Maremontana Running Park.

I partecipanti potranno aderire all'iniziativa
Green Team di Vibram.

**GREEN
TEAM
VIBRAM**

Il nostro **Title Sponsor Vibram** è da sempre sensibile all'aspetto *green* ed alla sostenibilità ambientale, al punto da far nascere l'importante progetto dei **Green Team Vibram** per sensibilizzare e promuovere il ripristino, la sistemazione e la pulizia dei sentieri. Quelli del nostro Running Park sono tra i primi a rientrare nell'applicazione del progetto. Comportamenti "responsabili" (rispetto della natura, dei luoghi e delle regolamentazioni locali), sensibilizzazione dell'etica ecologica e salvaguardia dell'ambiente sono tra le linee guida che caratterizzeranno i Team e Vibram mette a loro disposizione il materiale adatto (guanti da lavoro e t-shirt).



Sabato 6 Aprile

PER GLI ATLETI

Loano c/o Spazio
Orto Maccagli

Stand Altra Running

dalle 11.00
alle 12.30

ALTRA + VIBRAM EASY COMMUNITY RUN

A cura dei Team Vibram e Altra Running.
Con **Francesco Cucco**, atleta elite, si potrà provare un
modello di scarpe ed effettuare prova percorso di 8 km.
A seguire, aperitivo con Menabrea.

Posti limitati!

Prenotazioni scarpe presso lo stand

ALTRA





Sabato 6 Aprile

PER GLI ATLETI

**Loano c/o Spazio
Orto Maccagli**

Passeggiata a mare
Corso Roma (davanti
ai numeri civici 146-148)

**dalle 14.00
alle 19.00**

Welcome!

Accoglienza con tavolo di benvenuto a cura delle associazioni **Maremontana** e **Ballacoicinghiali**.

- **Ritiro pettorali e pacchi gara**
- **Acquisto buoni pasto**
- **Consegna e ritiro borse**
- **Iscrizioni alla camminata non competitiva**

MARE
MONTANA





Sabato 6 Aprile

PER GLI ATLETI

**Loano c/o Spazio
Orto Maccagli**

Stand Topo Athletic

**dalle 14.30
alle 15.30**

Test with Topo Athletic

Accompagnati da **Luca Dalmasso**, tester ufficiale del brand, si potrà provare un modello di scarpe ed effettuare una prova su un percorso di circa 8 km nel primo entroterra.

Aperitivo offerto allo stand al termine del test.

Posti limitati!

Prenotazioni scarpe presso lo stand



Sabato 6 Aprile

HEART&BRAIN PER MAREMONTANA

a cura dei medici: Dott.ssa Anna Maria Nicolino, Dott.ssa Paola Ghione,
Dott. Gianluca Stennardo, Dott. Angelo Buscaglia

Loano c/o Spazio
Orto Maccagli

Padiglione
Conferenze

dalle 15.00
alle 16.00

Conferenza divulgativa

L'evento avrà una parte teorica
ed una dimostrazione pratica

- Emergenze Cardiache
- Emergenze Neurologiche
- Emergenze Traumatologiche
- La Catena del Soccorso



Sport e Medicina vanno di pari passo, ma hanno una comunicazione difficile. Il nostro progetto si prefigge il compito di accorciare le distanze tra gli atleti ed i professionisti del settore, che cercheranno di spiegare in modo semplice e con alcuni accorgimenti pratici i benefici ed eventuali rischi della pratica sportiva del trail running.

Un Cardiologo, un Neurologo, uno Specialista di Medicina di emergenza e un infermiere di urgenza faranno luce su aspetti di questa disciplina che non sempre sono conosciuti da atleti ed organizzatori di eventi. Un incontro formativo non solo per gli atleti che saranno presenti, ma anche per i docenti che apriranno tavole di discussione aperte al pubblico, per avvicinare le esperienze di due mondi.

Sabato 6 Aprile

PROGETTO MI VOGLIO BENE

**Loano c/o Spazio
Orto Maccagli**

**Padiglione
Conferenze**

**dalle 16.00
alle 16.45**

Presentazione

a cura della dott.ssa Tiziana Tassinari

**L'associazione per la Lotta all'Ictus
Tassinari Grassi presenterà un
progetto di osservazione medica
su tracciati e percorsi
urbani e extraurbani.**

Tracciati e cartografia di rilievo dei dati
di percorrenza in collaborazione con
Maremontana asd.



ASSOCIAZIONE ETS ODV
**PER LA LOTTA ALL'ICTUS
"E.TASSINARI - B.GRASSI"**

A breve partirà uno studio, per ora su 30 candidati e sarà condotto dai neurologi dell'Ospedale Santa Corona di Pietra Ligure. I soggetti verranno valutati all'inizio con il sistema Sarfrail e una serie di test atti a valutare la fragilità e gli iniziali segni di "invecchiamento" cognitivo e poi saranno ricontrollati a 6 e 12 mesi. Lo studio si prefigge di valutare scientificamente l'utilità della attività di camminata all'aria aperta per la prevenzione del deterioramento cognitivo e vuole quantizzare il miglioramento registrato ai controlli successivi rispetto all'attività effettuata.

La demenza è una patologia età correlata ed è ormai noto che, se interveniamo sui fattori di rischio modificabili, possiamo ridurre il rischio di malattia del 40% che sicuramente è un valore significativo.

Con il Patrocinio di:





Sabato 6 Aprile

CR8 RESPIRA

Solleva la punta del naso e rivoluziona il tuo respiro

**Loano c/o Spazio
Orto Maccagli**

**Padiglione
Conferenze**

**dalle 16.45
alle 17.00**

a cura di Federica Piccoli

È davvero possibile rivoluzionare il respiro e migliorare la performance? Con una breve spiegazione e alcuni esercizi pratici, Federica Piccoli ci mostra in anteprima italiana come CR8 RESPIRA può aiutare gli sportivi di ogni età.

CR8 RESPIRA è il cerotto nasale innovativo e brevettato che permette di inspirare più ossigeno, sentire meno la fatica e aumentare la durata dello sforzo durante la pratica sportiva.

Sabato 6 Aprile

TRA I GIGANTI DEL TOR DES GEANTS

a cura dell'autore **Luca Dalmasso**



**Loano c/o Spazio
Orto Maccagli**

**Padiglione
Conferenze**

**dalle 17.00
alle 17.40**

Presentazione libro

Presso lo spazio conferenze presentazione del libro **Tra i giganti del Tor des Geants**
Nicoletta Ghilino intervista l'autore **Luca Dalmasso**
moderatore **Stefano Sancio**, libreria del Conte Loano

Luca Dalmasso nel 2018 corre il Tor des Geants, gara di Endurance Trail unica, conosciuta in tutto il mondo e in grado di attirare per una settimana, in Valle d'Aosta, atleti e spettatori da decine di Paesi. È la regina di tutte le competizioni in montagna.

**LIBRERIA
DEL CONTE**



Sabato 6 Aprile

Campionati Europei di Mountain and Trail Running 2024

Loano c/o Spazio
Orto Maccagli

Padiglione
Conferenze

dalle 17.40
alle 18.00

Obiettivo Anancy passando per Maremontana

- **Paolo Germanetto**, Coordinatore Tecnico Corsa in Montagna, Trail e Ultradistanze
- **Fulvio Massa**, Tecnico Federale di riferimento per il Trail



A photograph of three men in outdoor gear, including jackets, caps, and sunglasses, smiling and talking outdoors. The man on the left is gesturing with his hand. The background shows palm trees and a bright, sunny environment.

Sabato 6 Aprile

PER GLI ATLETI delle gare competitive

**Loano c/o Spazio
Orto Maccagli**

**Padiglione
Conferenze**

**dalle 18.00
alle 18.15**

Briefing gare

Briefing tecnico con **ultimi consigli e informazioni di carattere meteorologico, del terreno e della sicurezza e soccorso.**

Presenti il direttore di gara, i giudici federali, i responsabili del soccorso, sicurezza e delle comunicazioni.

Domenica 7 Aprile

PER GLI ATLETI delle gare competitive

GARA TRAIL K55



D+ 3130

dalle 5.00 alle 5.30

Ritiro pettorali e pacco gara,
acquisto buoni pasto consegna
e ritiro borse

alle 5.45

Briefing e controllo materiali
a campione

alle 6.00

Partenza

ARRIVI PREVISTI DALLE 11.00 ALLE 17.30



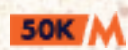
MARE
MONTANA



Domenica 7 Aprile

PER GLI ATLETI delle gare competitive

GARA TRAIL K37



D+ 2292

dalle 5.00 alle 7.30

Ritiro pettorali e pacco gara,
acquisto buoni pasto consegna
e ritiro borse

alle 7.45

Briefing e controllo materiali
a campione

alle 8.00

Partenza

ARRIVI PREVISTI DALLE 11.30 ALLE 16.00



MARE
MONTANA

Domenica 7 Aprile

PER GLI ATLETI delle gare competitive

GARA TRAIL K24

20K 

D+ 1268

dalle 7.30 alle 9.00

Ritiro pettorali e pacco gara,
acquisto buoni pasto consegna
e ritiro borse

alle 9.15

Briefing e controllo materiali
a campione

alle 9.30

Partenza

ARRIVI PREVISTI DALLE 11.40 ALLE 15.00



MARE
MONTANA 

Domenica 7 Aprile

PER GLI ATLETI delle gare competitive

GARA TRAIL K14

20K 

D+ 575

dalle 7.30 alle 9.00

Ritiro pettorali e pacco gara,
acquisto buoni pasto consegna
e ritiro borse

alle 9.15

Briefing e controllo materiali
a campione

alle 9.30

Partenza

ARRIVI PREVISTI DALLE 10.35 ALLE 12.10



MARE
MONTANA 

Domenica 7 Aprile

PER GLI ATLETI amatori delle camminate

CAMMINATA K8

D+ 230



dalle 8.30 alle 9.30

Ritiro pettorali e pacco gara,
acquisto buoni pasto consegna
e ritiro borse

alle 9.35

Briefing

alle 9.45

Partenza

ARRIVI PREVISTI DALLE 10.25 ALLE 13.40



MARE
MONTANA



Domenica 7 Aprile

PER GLI ATLETI

**Loano c/o Spazio
Orto Maccagli**

**Padiglione
Conferenze**

**dalle 12.00
alle 18.00**

Fisioterapia post gara

Gli studenti del Corso di Laurea in Fisioterapia dell'Università di Genova, Polo Formativo di Pietra Ligure, offriranno il servizio di massaggio sportivo post gara decongestionante o defaticante.



**UNIVERSITÀ DEGLI STUDI
DI GENOVA**



Domenica 7 Aprile

PER GLI ATLETI E GLI ACCOMPAGNATORI

**Loano c/o Spazio
Orto Maccagli**

**dalle 10.00
alle 12.00**

Vela! Regata di allenamento

Nel tratto di mare antistante la zona Expo, a cura del Circolo Nautico Loano, regata velica di allenamento varie classi derive.





Domenica 7 Aprile

PER GLI ATLETI E GLI ACCOMPAGNATORI

Intrattenimento musicale

**Chiesa dei Santi
Cosma e Damiano**

**dalle 10.00
alle 14.00**

**Loano c/o Spazio
Orto Maccagli**

**Padiglione
Organizzazione**

A cura di Melisma Aps, Dj-set e live Sax con Mauro Sax Daddy.



Intrattenimento musicale e interviste a cura di
Radio 104 Savona Sound.

RADIO104TV
RAI - RADIOTELEVISIONE ITALIANA

Informazioni generali

- Partenza e arrivo di tutte le gare competitive e non, premiazioni:

SPAZIO ORTO MACCAGLI PASSEGGIATA A MARE
(Corso Roma, davanti al civico 148-150)

- Controllo materiali, ritiro pettorali e pacco gara, acquisto buoni pasto, consegna e ritiro borse:

SPAZIO ORTO MACCAGLI PASSEGGIATA A MARE
(Corso Roma, davanti al civico 148-150)



CARTA DELLA CITTÀ

....

CARTA PARCHEGGI, PARTENZA/ARRIVO E CONSEGNA BORSE

....

POLIZIA LOCALE Via dei Gazzi, 7 -Loano (SV)
email comando@comuneloano.it
tel. +39 019.667021

ASSESSORATO SPORT E CULTURA
Palazzo Doria - Piazza Italia, 2 -Loano (SV)
email sport@comuneloano.it
tel. +39 019.675694 int. 234
tel. +39 019.675694 int. 255

**UFFICIO INFORMAZIONI TURISTICHE
E PRENOTAZIONI ALBERGHIERE**
Corso Roma, 9 -Loano (SV)
email infoturismo@comuneloano.it
tel. 019.677827 - sito web www.visitloano.it
mar - sab: 9:00/12:30; 14:30/18:00; dom e lun: chiuso



MARE
MONTANA



Come arrivare

IN AUTO

- da Torino Milano Genova, autostrada A10 uscita Pietra Ligure
- da Ventimiglia, autostrada A10 uscita Borghetto S.S.

IN TRENO

Stazione ferroviaria Loano (oppure Finale Ligure e Albenga e autobus fino a Loano)

IN AUTOBUS

Fermata autobus centrale via Aurelia

Con Kombo puoi prenotare e ricevere i tuoi biglietti del treno(SNCF,TGV, Inoui...), autobus (Flixbus,Marino,Blablabus...) o aereo di tutte le compagnie (Air France, Easyjet, Ryanair...).

Risparmia 10€ sul tuo primo viaggio con il codice P-MAREMONTANA23 >>> kombo.co/it

Condizioni: valido per viaggi dal 4 all'8 aprile 2024 per un primo acquisto.

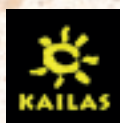
Book your train (Trenitalia,SNCF, OuiGo,...), bus (Flixbus, BlaBlaBus, Alsa...) and flight (easyJet, Air France,Ryanair...)

10€ discount for coming to the show with the code P-MAREMONTANA23 >>> kombo.co

Conditions: valid for a first purchase and on trips to or from Loano between the 04/04/2024 and 08/04/2024.



MARE
MONTANA



Cantieri Sportivi CR8 RESPIRA



LIBRERIA DEL CONTE



sezione di Loano



Un particolare ringraziamento a chi ci sostiene, agli atleti e ai volontari



MARE MONTANA