

ALBERGO RISTORANTE  
MARIANELLA  
BARDINETO

CASEIFICIO FRASCHERI  
BARDINETO

ALBERGO  
SAN NICOLO'  
BARDINETO

RIFUGIO LE COLLETTE  
BARDINETO

SUPERMERCATI  
DELBALZO LOANO

ACQUE MINERALI  
FONTE BAUDA  
CALIZZANO

BAR DE NEI  
RISTORANTE PIZZERIA  
BARDINETO

AGRITURISMO ODDONE  
BARDINETO

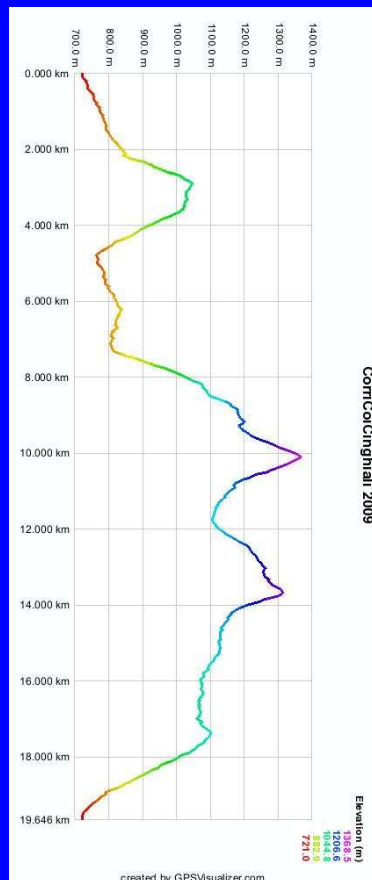


*CORRICOICINGHIALI*  
*trail non competitivo*  
*nei boschi di Bardinetto*  
*1<sup>a</sup> edizione*  
*Km. 20*

*22 agosto 2009*  
*Partenza ore 9.30*  
*Piazzale Bar – De – Nei*

Info e iscrizioni:  
Stefano Ghilino 346/0279697  
s.ghilino@gmail.com  
www.facebook.com/stefanoghilino

#### ALTIMETRIA



#### Trail non competitivo **CORRICOICINGHIALI** 22 agosto

bardenei, pianfieno, principi, giogo di toirano, m.carmo, giogo di  
giustenice, bric agnellino, catalano,  
cascina cormore, bardenei.

informazioni sul percorso e l'organizzazione:  
<http://www.ballacoicinghiali.it/it/il-festival/attivitaristicoricreative-2009.php>  
Massimiliano Ferraro [mixi.ferraro@libero.it](mailto:mixi.ferraro@libero.it) — Paolo Ponso  
[info@paoloponso.com](mailto:info@paoloponso.com) — Mauro Mattiauda [mauro.mattiauda@tiscali.it](mailto:mauro.mattiauda@tiscali.it)  
Paolo Mattiauda [mattiaudap@tin.it](mailto:mattiaudap@tin.it)  
Antonio Ghilino [antonio@ballacoicinghiali.it](mailto:antonio@ballacoicinghiali.it)  
Pino Rasetto [pinorasetto@yahoo.it](mailto:pinorasetto@yahoo.it)  
Andrea Balbis

La manifestazione nasce con l'intento di condividere le bellezze naturali del meraviglioso paesaggio dell'alta valle Bormida così vicina al mare ma così diversa. Prati, boschi di castagni, foreste di abeti e faggi ne fanno un paesaggio ed un ecosistema di cui tutti dovrebbero godere. I promotori da anni pensano ad un percorso che possa unire idealmente il mare e l'alta valle passando dal M.Carmo che rappresenta il riferimento geografico delle genti di entrambi i versanti. Per questa prima edizione si è organizzato un trail mini eco-maratona di circa 20Km pensando già alla prossima edizione con diversi percorsi adatti ai differenti livelli di capacità ed andatura, per dare modo a tutti di godere appieno della natura con la quale si viene a contatto.

Il percorso parte in piano per circa un km e si inerpica nel bosco di faggi fino ai prati di Pianfieno, poi discende lungo il pendio fino alla borgata Principi, da lì per poderali e prati fino al giogo di Toirano. Inizia dal passo la parte più impegnativa e di maggiore soddisfazione; il panorama spazia dalle alpi al mare fino alla vetta del M.Carmo. Discesa impegnativa fino al giogo di Giustenice e poi in un susseguirsi di saliscendi si attraversa una meravigliosa foresta di faggi e abeti. Si perde rapidamente quota fino alla cascina Cormore e poi gli ultimi tre km fino all'arrivo al piazzale del Bar-De-Nei. Per i più tranquilli passeggiata ecologica di circa Km 8 con accompagnatori.

**Trail non competitivo CORRICOICINGHIALI**  
22 agosto

bardenei, pianfieno, principi, giogo di toirano, m.carmo, giogo di giustenice, catalano, cascina cormore, bardenei.

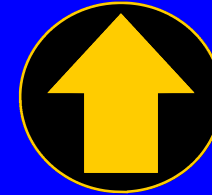


L'ASSOCIAZIONE BALLACOICINGHIALI  
ORGANIZZA CON IL PATROCINIO DEL  
COMUNE DI BARDINETO  
*CORRICOICINGHIALI*  
*trail non competitivo*  
*nei boschi di Bardineto*  
*1^ edizione*

ISCRIZIONI TRAIL O PASSEGGIATA ECOLOGICA  
EURO 8

Ufficio Turistico Comune di Bardinetto  
Tel. Fax: 019-7907228  
E-mail: info@inforiviera.it

La sicurezza sarà garantita dai volontari delle associazioni Alpini, Croce Verde, Bardinetto Outdoor, Pro Loco, ASD Bardinetto e Cacciatori che saranno presenti sul percorso, in particolare nei bivvi e nei punti di ristoro. Il tracciato sarà anche segnalato con frecce dedicate.



Programma:  
Dalle ore 8,00 alle 9,15 iscrizioni alla partenza  
Ore 9,30 partenza trail Km 20  
Ore 9,35 partenza passeggiata ecologica Km 8  
Arrivo previsto ore 12,00-13,30  
Pasta party 13,30-14,30  
Ore 15,00 consegna magliette ricordo saluti e bicchiere della staffa



**LA MANIFESTAZIONE E' ORGANIZZATA IN COLLABORAZIONE CON LA A.S. RUNNERS LOANO**

MODULO D'ISCRIZIONE

Da inviare compilato in tutte le sue parti a s.ghilino@gmail.com o consegnare alla partenza

CON LA PRESENTE RICHIEDO IL PETTORALE PER POTER GAREGGIARE ALLA  
1^ EDIZIONE DI "CORRICOICINGHIALI"  
DEL 22/08/2009

TRAIL NON COMPETITIVO KM.20

PASSEGGIATA ECOLOGICA KM.8

NEI BOSCHI DI BARDINETO

(mettere una spunta vicino al percorso scelto)

NOME \_\_\_\_\_

COGNOME \_\_\_\_\_

DATA DI NASCITA \_\_\_\_\_

RESIDENTE A \_\_\_\_\_

IN VIA \_\_\_\_\_

TELEFONO \_\_\_\_\_

INDIRIZZO MAIL \_\_\_\_\_

DICHIARO DI ESSERE A CONOSCENZA CHE LA MIA VOLONTARIA ISCRIZIONE E PARTECIPAZIONE ALLA MARCIA E' CONSIDERATA DICHIARAZIONE ED AUTOCERTIFICAZIONE DI IDONEITA' FISICA PER QUESTA ATTIVITA' SPORTIVA AMATORIALE NON COMPETITIVA. DICHIARO PERTANTO DI ESONERARE GLI ORGANIZZATORI, CHE IN BASE ALLE VIGENTI NORMATIVE, (LEGGE SETTORE NON AGONISTICO D.M. 28.2.83, TUTELA SANITARIA), NON SONO TENUTI A RICHIEDERE OBBLIGATORIAMENTE IL CERTIFICATO MEDICO DI BUONA SALUTE, DA OGNI RESPONSABILITA' CIVILE PER OGNI EVENTO CHE POSSA ACCADERE PRIMA, DURANTE E DOPO LA MANIFESTAZIONE. IN PARTICOLARE DICHIARO DI ESSERE A CONOSCENZA CHE NON POTRANNO ESSERE PRESI IN CONSIDERAZIONE RECLAMI O INFORTUNI CAUSATI DAL MANCATO RISPETTO DELLE NORME, DALLA INOSSERVANZA DEL CODICE DELLA STRADA, DA PARTENZE ANTICIPATE O DA DEVIAZIONI DAL TRACCIATO DISEGNATO DAGLI ORGANIZZATORI. DICHIARO INOLTRE DI AVER PRESO VISIONE DEL REGOLAMENTO ED DI AVERNE ACCETTATO LE CONDIZIONI.

FIRMA \_\_\_\_\_

AUTORIZZO IL TRATTAMENTO DEI MIEI DATI PERSONALI LIMITATAMENTE AI MOTIVI IN OGGETTO, AI SENSI DELLA LEGGE 196/2003

FIRMA \_\_\_\_\_

L' ISCRIZIONE SARA' CONVALIDATA AL MOMENTO DEL PAGAMENTO PRESSO LA SEGRETERIA ALLA PARTENZA DELLA GARA.