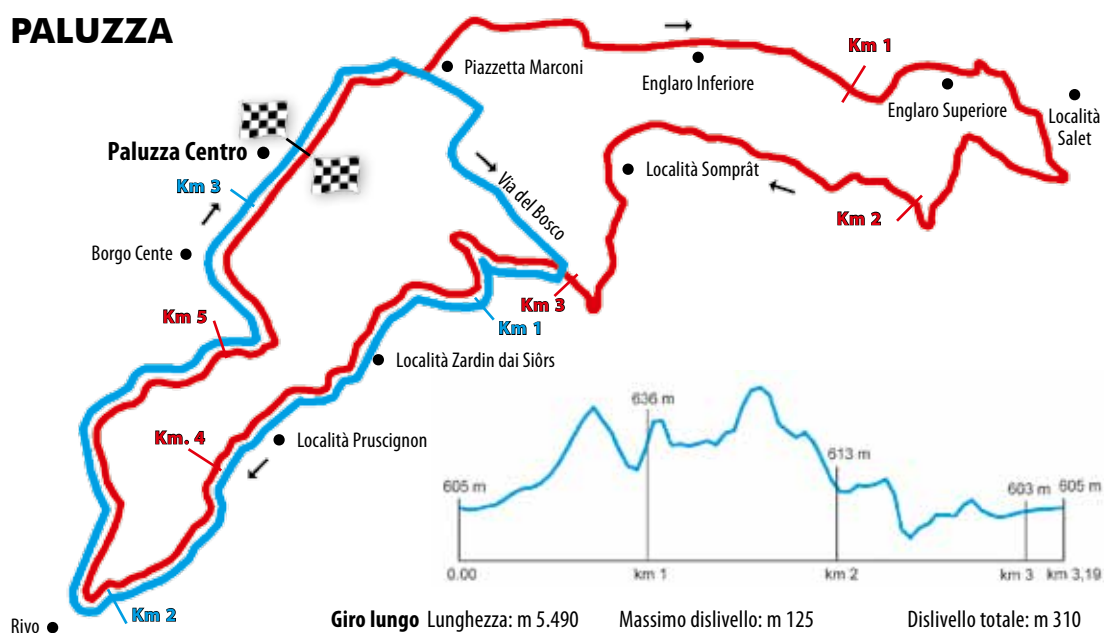


11th WMRA/WMA World Masters Mountain Running Championships Paluzza (Italy) 17.9.2011

PALUZZA



Giro lungo Lunghezza: m 5.490
Giro corto Lunghezza: m 3.190
 Categorie Femminili/Maschili
 Categorie Femminili/Maschili

Massimo dislivello: m 125

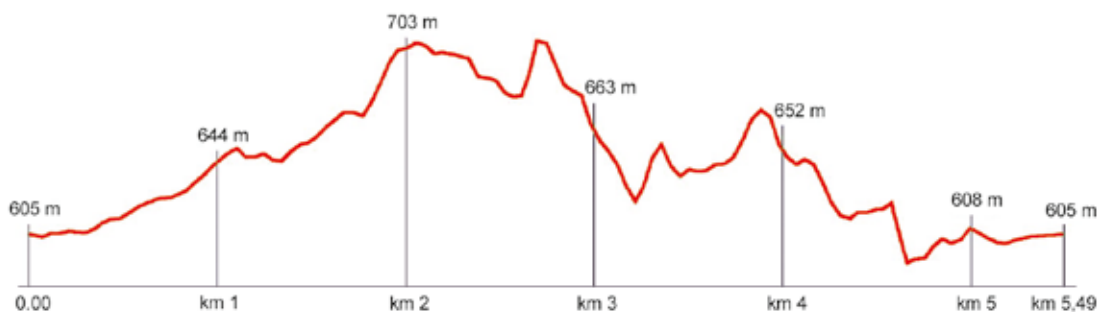
Massimo dislivello: m 87

fino a MF/MM 50: **2 Giri lunghi**

da MF/MM 55: **1 Giro corto + 1 Giro lungo**

Dislivello totale: m 310

Dislivello totale: m 183



Long round Length: m 5.490 Max height difference: m 125

Short round Length: m 3.190 Max height difference: m 87

Up to MF/MM 50 Female/Male cat.: **2 Long rounds**

Total height difference: m 310

Total height difference: m 183

From MF/MM 55 Female/Male cat.: **1 Short + 1 Long round**

LOCAL ORGANISING COMMITTEE

President: *Manuela Di Centa*

Vice President: *Elia Vezzi*

Vice President: *Andrea Di Centa*

Vice President: *Ferdinando Di Centa*

General Secretary: *Marco Flora*

Members: *Federica Fasano, Aulo Maieron, Sergio Matiz, Venanzio Ortis, Angelo Rovere, Gian Carlo Silverio*

info@wmmrc2011.org

www.wmmrc2011.org



Unione Sportiva Aldo Moro A.S.D.

Via Nazionale, 1

33026 PALUZZA (UD) - ITALY

www.aldomoropaluzza.it



Per prenotazioni alberghiere

For booking and travel information

CARNIA WELCOME

Via Divisione Garibaldi, 6

33028 TOLMEZZO (UD) - ITALY

Tel. +39 0433 466220

Fax +39 0433 494892

info@carnia.it - www.carnia.it



PROGRAMMA

DAL 1 GIUGNO AL 16 SETTEMBRE 2011

Percorso disponibile per ricognizione

LUNEDÌ 12 SETTEMBRE 2011

Ore 24.00 Chiusura iscrizioni

VENERDÌ 16 SETTEMBRE 2011

Ore 10.00-20.00 Conferma iscrizioni e distribuzione pettorali gara

Ore 18.00 Cerimonia di apertura

Ore 19.30 Cena presso gli alberghi

Ore 21.00 Serata folcloristica

SABATO 17 SETTEMBRE 2011

Ore 8.30 Ritrovo concorrenti e distribuzione pettorali gara

Ore 9.45 Partenza MM35/MM40 (2 giri lunghi)

Ore 10.00 Partenza MF35/MF40 (2 giri lunghi)

Ore 11.45 Partenza MM45/MM50 (2 giri lunghi)

Ore 12.00 Partenza MF45/MF50 (2 giri lunghi)

Ore 13.50 Partenza MM55/MM60 (1 giro corto + 1 giro lungo)

Ore 14.00 Partenza MF55/MF60 (1 giro corto + 1 giro lungo)

Ore 15.50 Partenza MM65/70/75/80 (1 giro corto + 1 giro lungo)

Ore 16.00 Partenza MF65/70/75/80 (1 giro corto + 1 giro lungo)

Ore 12.00-18.00 Pasta Party

Ore 19.00 Premiazioni

Ore 20.30 Cerimonia di chiusura - Serata folcloristica

PROGRAMME

FROM 1st JUNE TO 16th SEPTEMBER 2011

Race route available for inspection and training by the competitors

MONDAY 12th SEPTEMBER 2011

24.00 Registrations' closure

FRIDAY 16th SEPTEMBER 2011

10.00-20.00 Confirmation of the registrations and issue of race numbers

18.00 Opening Ceremony

19.30 Dinner at the hotel

21.00 Folk evening

SATURDAY 17th SEPTEMBER 2011

8.30 Meeting of the runners and issue of race numbers

9.45 Start MM35/MM40 (2 long rounds)

10.00 Start MF35/MF40 (2 long rounds)

11.45 Start MM45/MM50 (2 long rounds)

12.00 Start MF45/MF50 (2 long rounds)

13.50 Start MM55/MM60 (1 short+1 long round)

14.00 Start MF55/MF60 (1 short+1 long round)

15.50 Start MM65/70/75/80 (1 short+1 long round)

16.00 Start MF65/70/75/80 (1 short+1 long round)

12.00-18.00 "Pasta Party" lunch

19.00 Awards presentation

20.30 Closing Ceremony - Folk evening



Paluzza è situata in Italia, nella parte montuosa della regione Friuli Venezia Giulia, e si distende dalle Prealpi Carniche, al confine con l'Austria, in direzione di Arta Terme e della conca Tolmezzina sulle rive del torrente Bût.

Il Comune è incastonato tra stupende cime e ricchi boschi ed è percorso dalle antiche e moderne vie di collegamento tra l'Adriatico ed il nord Europa.

È stato ed è crocevia di passaggio di molti popoli e culture che hanno lasciato il segno nei costumi e nelle tradizioni delle popolazioni residenti con tracce ancora visibili sul territorio.

Grazie alla radicata presenza di una cultura dello sport, la Carnia e Paluzza in particolare hanno dato i natali a grandi campioni nazionali, europei ed olimpici: nel recente periodo si ricordano Manuela Di Centa, con le 5 medaglie conquistate nelle discipline dello sci di fondo alle olimpiadi invernali di Lillehammer 1994; Giorgio Di Centa, medaglia d'oro nella staffetta 4x10 km e nella 50 km di fondo alle olimpiadi di Torino 2006 e Alessandro Pittin, prima medaglia italiana di tutti i tempi nella combinata nordica conquistata alle recenti olimpiadi invernali di Vancouver.

Paluzza si trova alla quota di 600 metri sul livello del mare, in ottima posizione per praticare tutte le discipline sportive invernali ed estive.

È posta ai piedi dello Zoncolan, importante polo sciistico per le discipline alpine che in primavera ospita la famosa tappa del giro ciclistico d'Italia con la salita più dura d'Europa al "Mostro dello Zoncolan".

Paluzza is located in Carnia in the north-eastern Italian region of Friuli Venezia Giulia, stretching from the Carnic Prealps to the Austrian border towards Arta Terme and Tolmezzo.

This charming village is surrounded by huge mountains and wide forests and it is connected to the Adriatic area and northern Europe through old and new road links.

As a matter of fact, in the past this area was crossed by a variety of different people and cultures which influenced the habits and traditions of the local people still living there.

Thanks to a well established sports culture, famous national, european and olympic champions were born in Paluzza like Manuela Di Centa, with her 5 olympic medals in cross-country skiing at the 1994 Lillehammer Olympic Games; Giorgio Di Centa, gold medalist in the Men's 4x10 km and in the Men's 50 km at the 2006 Winter Olympic games in Turin and Alessandro Pittin, first Italian medallist of all time in the Nordic combined at the recent winter Olympic Games in Vancouver.

600 meters above sea level, Paluzza's geographical position is optimal in order to practice any kind of winter and summer sports.

It is not far from Monte Zoncolan, well known ski resort in winter and stage of Giro d'Italia with the toughest "Zoncolan monster" climb in Europe in spring.