

# HANDOUT PARTECIPANTI

## TAPPE:

- 1: 1/7 Feichten (AT) - Alta via Thomas Penz - partenza al [Quellalpin](#)
- 2: 2/7 Ried i. O. (AT) - Anton Renk Trail - partenza dal [Lago di Ried](#)
- 3: 3/7 Samnaun (CH) - Samnaun Trail - partenza 09:30 [sulla strada del paese](#)
- 4: 4/7 Nauders (AT) - Alta via Nauders - partenza 09:30 [all'ufficio turistico Nauders](#)
- 5: 5/7 Resia (IT) - Resia Trail - partenza 09:30 a Resia alla [stazione a valle del impianto sciistico Belpiano](#)

## LIMITI DI TEMPO: PUNTI DI RISTORO / CHECKPOINTS:

Si prega di notare i limiti di tempo: sono generosamente calcolati:

Tappe 1: V1 Langetsberger Alm 11:30

Tappe 2: V1 Fendels 11:00, V2 Fendler Alm 12:00, V3 Stalanzer Alm 14:00

Tappe 3: CP1 Rossboden 13:00 (Attenzione, nessuna punti di ristoro!)

Tappe 4: V2 Labaun Alm 12:15, V3 Valdafur 15:00

Tappe 5: V1 Stazione a monte di Belpiano 11:00, V2 Haideralm 12:00, V3 Forcella della Muta 13:15

In caso contrario, il concorrente sarà eliminato (DNF) e dovrà tornare alla partenza attraverso le linee di uscita sotto la propria responsabilità

Nei punti di ristoro sono disponibili acqua, bevanda sportiva Hofmann (energizzante), cola, banane e bars.

## INFO:

I percorsi sono segnalati in modo uniforme con cartelli, strisce arancioni e nastro rosso e bianco. I percorsi GPX sono disponibili per il download sulla homepage alla voce "tappe".

L'orario di chiusura / Cut Off è alle 16:00. Ci sarà una piccola cerimonia di premiazione per le tappe 1-4. Dopo la quinta tappa ci sarà la cerimonia di premiazione finale. Dopo la tappa 2: musica dal vivo al lago balneabile.

Nell'ambito del Green Event, il cibo portato in corsa deve essere etichettato con il numero di partenza. I rifiuti possono essere smaltiti solo presso i punti di ristoro. In caso contrario, la gara verrà squalificata.

Nelle tappe 1 e 2 è possibile fare la doccia.

Equipaggiamento obbligatorio: cibo + bevande, contenitore per bere, fischietto, telefono cellulare con numero di emergenza 140, 112 e SOS EU ALP app, giacca da pioggia, coperta di salvataggio. Il soccorso alpino sarà presente in ogni tappa. I bastoni sono ammessi, ma devono essere portati dalla partenza all'arrivo.

## INFO PARCHEGGI - TUTTI GRATUITI:

Feichten: immediatamente prima del punto di partenza a sinistra - [Feichten 110](#)

Ried i. O.: al lago di Ried - [Parcheggio del lago di Ried](#)

Samnaun: Parcheggio 1: [Talstraße](#) / Parcheggio 2: [Musellastraße](#)

Nauders: parcheggio in ghiaia accanto al supermercato SPAR e davanti al parco giochi - [Nauders 368](#)

Resia: alla stazione a valle di Belpiano - [Via Paese Vecchio](#)