

2 Giugno 2019

La Freccia dell'Appennino

Mediofondo non competitiva organizzata da A.S.D. AUDAX e Cral AMPS.

RITROVO

Ore 7.00 presso Cral AMPS, via Traversetolo 36/A
Parma.

PARTENZA

Alla francese, dalle 7.30 alle 8.30.

ISCRIZIONE

15 euro, con pacco gara e *Pastaparty*.

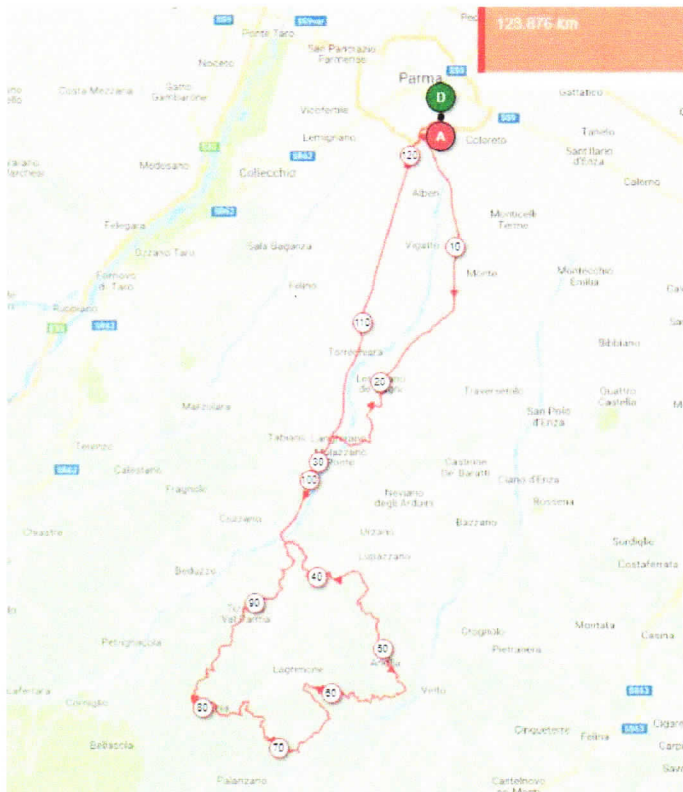
Pre-iscrizioni: giovedì 30 e venerdì 31 Maggio,
dalle 17.00 alle 19.30,
sabato 1 Giugno dalle 8.00
alle 19.00 presso il bar
del Cral AMPS.

**Pacco gara speciale per
i primi 200 iscritti**
Docce e parcheggio a
disposizione.

INFO:

Giorgio Barozzi
345 9028807
Marco Rotelli
347 2294718
Doriano Bia
342 3250445

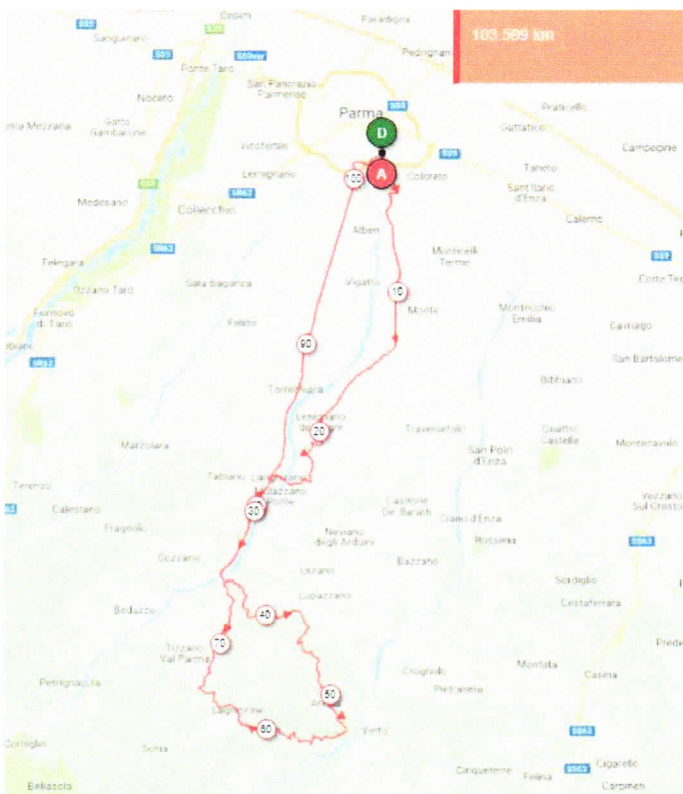




Percorso lungo, 125 km

Parma - Basilicanova -
 Lesignano - Stadirano -
 Langhirano - Capoponte -
 Valtoccana - Ca' Bonaparte **primo
 ristorante** - Sasso - Scurano -
 Bivio Massese strada provinciale
 80 Fuso **secondo ristorante** -
 Ranzano - Capriglio - Casa Gal-
 vana - Schia **terzo ristorante** -
 Musiara - Tizzano - Capoponte
 Langhirano - Corcagnano -
 Parma.

È possibile consultare il percorso on line sul sito: <https://www.openrunner.com/> -> *rechercher un parcours*,
 digitare "Freccia 4 Valtoccana".



Percorso breve, 105 km

Parma - Basilicanova -
 Lesignano - Stadirano -
 Langhirano - Capoponte -
 Valtoccana - Ca' Bonaparte **primo
 ristorante** - Sasso - Scurano -
 Bivio Massese strada provinciale
 80 Fuso **secondo ristorante** -
 Lagrimone - Antoniola -
 Boschetto - Capoponte -
 Langhirano - Corcagnano -
 Parma.

È possibile consultare il percorso on line sul sito: <https://www.openrunner.com/> -> *rechercher un parcours*,
 digitare "Freccia corta 2".

Percorso turistico, 45 km. Iscrizioni dalle 8.00 alle 9.00 : Parma - Basilicanova -
 Langhirano - Capoponte - Valtoccana - Ca' Bonaparte **ristoro** - rientro libero.
Prova valida per il campionato provinciale turistico.