

REGOLAMENTO VALGEROLA CIRCUIT

1. INFORMAZIONI GENERALI

L'Associazione Sportiva Dilettantistica GS Valgerola, in collaborazione con Ecomuseo Valgerola, le Pro Loco di Fenile, Gerola, Pedesina, Rasura-Mellarolo, Sacco, Pro Loco Bema e le Associazioni senza scopo di lucro dei Comuni interessati, organizza la 4ª edizione del "Valgerola Circuit" che si svolgerà nei mesi estivi di giugno, luglio ed agosto 2023.

Il "Valgerola Circuit" vuole essere una manifestazione di intrattenimento sportivo, volta alla promozione del territorio del comprensorio della Valle del Bitto e della pratica dell'attività podistica non competitiva in ambienti naturali. La manifestazione si compone di otto corse-camminate non competitive che si svolgono su itinerari di media montagna, principalmente costituiti da mulattiere, sentieri e tratti di strade comunali, che non presentano particolari difficoltà di percorrenza.

Per affrontare in modo adeguato i percorsi è importante e necessario conoscere al meglio la propria condizione fisica. Al riguardo, si raccomandano le seguenti semplici considerazioni:

- essere coscienti delle caratteristiche e della lunghezza del percorso;
- essere sufficientemente allenati per affrontarlo;
- aver acquisito, prima della corsa-camminata, una capacità di autonomia personale per potere gestire al meglio i problemi derivanti da eventuali o improvvise condizioni meteo avverse (vento, nebbia, pioggia, freddo);
- saper gestire i problemi fisici provocati dall'affaticamento, come piccoli dolori muscolari o delle articolazioni, ecc.

2. ISCRIZIONI

L'Associazione/ProLoco organizzatrice di ogni corsa-camminata dovrà raccogliere le relative iscrizioni e provvedere a fornire i cartellini precompilati ed eventuali pettorali ai partecipanti. Tale iscrizione, senza altro onere, determina anche l'inserimento del partecipante nella graduatoria del "Valgerola Circuit", per i premi finali.

25/06 Pedesina

02/07 Gerola

09/07 Fenile

23/07 Rifugio della Corte

30/07 Sacco

15/08 Mellarolo

20/08 Bema

27/08 Rasura
Memorial Sassella con chiusura al Polifinale di Rasura

3. PREMIAZIONI E CLASSIFICHE

Per il "Valgerola Circuit" saranno previste le seguenti tipologie di premi e classifiche:

Premiazione giornaliera

- classifiche e premi di tappa - a cura dell'Organizzazione della manifestazione, al termine di ogni giornata in calendario, saranno predisposte classifiche e assegnati premi ai partecipanti alla corsa-camminata in programma, sia per il percorso lungo che per il percorso corto. Inoltre, la stessa Organizzazione dovrà inviare, con urgenza al GS Valgerola (mail: info@gsvalgerola.it), le classifiche e gli elenchi nominativi di tutti i partecipanti, per l'assegnazione dei premi finali.

Premiazione finale

Al termine dell'ultima manifestazione in programma (Rasura - 27 agosto 2023), a cura del GS Valgerola, saranno effettuate le premiazioni finali della manifestazione "Valgerola Circuit", secondo le modalità sotto indicate:

- **PREMIO A PARTECIPAZIONE** - assegnazione di un premio, a tutti i concorrenti che avranno partecipato e terminato almeno *cinque tappe* sulle otto in programma, sia sul percorso lungo che corto.
- **PREMIO FEDELTA'** - assegnato a tutti i concorrenti maschili e femminili che avranno partecipato e concluso, tutte le *otto tappe* in programma, con premi omaggio, che incentivino il ritorno nella valle, come pernottamenti in strutture ricettive, buoni pasto, buoni spesa, ecc.
- **PREMIO SPECIALE** - assegnazione di premi a punti, ai primi 10 concorrenti maschili ed alle prime 10 concorrenti femminili, secondo distinte classifiche ottenute dalla somma dei punteggi relativi ai cinque migliori piazzamenti conseguiti nelle corse-camminate concluse, anche non consecutive sul percorso lungo.

Un ulteriore premio ai primi tre classificati M/F sarà un orologio offerto dalla **OREFICERIA BARLASCINI** e orologi **FESTINA**.

Per la formazione della citata classifica, verrà usato il seguente sistema di punteggio:

| | |
|----------------------------------|-----------------------|
| 30 punti al primo classificato/a | 19 punti al sesto/a |
| 27 punti al secondo/a | 17 punti al settimo/a |
| 25 punti al terzo/a | 15 punti all'ottavo/a |
| 23 punti al quarto/a | 14 punti al nono/a |
| 21 punti al quinto/a | |

poi a scalare di uno fino al ventiduesimo/a che prenderà un punto come tutti i restanti classificati.

In caso di parità nel punteggio finale si terranno in considerazione i migliori scarti di punti conseguiti da ciascun concorrente nelle ulteriori prove effettuate, sino ad esaurimento.

L'organizzazione si riserva di apportare variazioni al programma della manifestazione ed all'assegnazione del montepremi, per qualsiasi motivo ritenuto opportuno.

WWW.GSVALGEROLA.IT



PEDESINA



GEROLA ALTA



FENILE



RIFUGIO CORTE



SACCO



MELLAROLO



BEMA



RASURA



Associazione Sportiva Dilettantistica
GS VALGEROLA

Info: Maurizio Piganzoli,
cell.339 4034813 - info@gsvalgerola.it
Silvia Buzzetti,
cell. 347 4683060 - s.buzzetti@gsvalgerola.it

WWW.GSVALGEROLA.IT



Pro Loco
Rasura
Mellarolo



VALGEROLA CIRCUIT
8 CORSE-CAMMINE NON COMPETITIVE



FESTINA

BIM

LA CAMMINATA DI PEDESINA
SGAMBATA GEROLESE
CAMMINATA PRO FENILE
CAMMINATA AL RIFUGIO DELLA CORTE
CAMMINATA A SACCO
CAMMINATA AL DOSS DE S. ANTONI
CAMMINATA AL DOSSO DEL SOLE
MEMORIAL BRUNO SASSELLA

VALGEROLA

VALGEROLA CIRCUIT



FENILE
09.07.2023

GEROLA ALTA
02.07.2023

PEDESINA
25.06.2023

RASURA
27.08.2023

COSIO - RIF. CORTE
23.07.2023

MELLAROLO
15.08.2023

SACCO
30.07.2023

BEMA
20.08.2023

25 GIUGNO 2023 Pedesina

1 17^A LA CAMMINATA DI PEDESINA

Partenza percorso ore 10,00
lungo km 5
corto km 3

www.prolocodipedesina.it

02 LUGLIO 2023 Gerola Alta

2 40^A SGAMBATA GEROLESE

Partenza percorso ore 10,00
lungo km 6
corto km 3

www.valgerolaonline.it

09 LUGLIO 2023 Fenile

3 11^A CAMMINATA PRO FENILE

Partenza percorso ore 10,00
lungo km 5
corto km 2,5

www.profenilevalgerola.it

23 LUGLIO 2023 Cosio Valt.no

4 19^A CAMMINATA AL RIFUGIO DELLA CORTE

Partenza percorso ore 10,00
lungo km 5
corto km 2,5

www.gsvaigerola.it

30 LUGLIO 2023 Sacco

5 6^A CAMMINATA DI SACCO

Partenza percorso ore 9,45
lungo km 5,5
corto km 2,5

www.insiemepersacco.it [#insiemepersacco](https://www.instagram.com/insiemepersacco)

15 AGOSTO 2023 Mellarolo

6 39^A CAMMINATA AL DOSS DE S. ANTONI

Partenza percorso ore 15,00
lungo km 5
corto km 3

www.gsvaigerola.it

PEDESINA

GEROLA

FENILE

È il più piccolo comune della provincia, ma nel '500 era più popolato di Rasura. Il calo demografico è avvenuto nel secolo scorso. Il paese conserva la bella chiesa dedicata a S. Croce e S. Antonio del XVI secolo dove si possono ammirare sculture e tele del Seicento. Pedesina è posta in posizione panoramica, particolarmente significativa è la visita ai maggenghi e alpeggi dove sorgono costruzioni isolate realizzate con travi di legno e piode locali da raggiungere tramite stretti sentieri che si inerpicano con pietre disposte a scalini.

È per estensione il terzo comune più grande della Bassa Valle. Secondo la tradizione orale Gerola sarebbe sorta come insediamento di immigrati dalla Val Brembana e Valsassina, attratti da un territorio che offriva svariate opportunità economiche dall'estrazione e lavorazione del ferro, allevamento, commercio attraverso i valichi orobici. La presenza di notai e l'emigrazione qualificata hanno reso il paese culturalmente aperto. Sono note le migrazioni a Verona, Ancona, Livorno, Napoli che, non dimenticando il paese, hanno abbellito le chiese. Tutto il territorio comunale merita di essere percorso alla ricerca di bellezze naturali e paesaggistiche, il centro molto ben conservato è racchiuso attorno alla chiesa di San Bartolomeo costruita alla fine del '700 affiancata da un'imponente torre campanaria. Assieme all'attiguo oratorio dei Confratelli è ricca di tele, argenterie, opere in legno intagliato.

Questa frazione di Gerola, ultimo insediamento della valle, prima della costruzione di seconde case e insediamenti turistici del dopoguerra a Pescegallo, ha seguito la storia del comune di Gerola. Era molto popolato prima della guerra, poi i destini dei comuni di montagna hanno seguito il corso degli eventi. I nativi però non hanno mai abbandonato il paese e d'estate si anima di iniziative e ultimamente anche a ricerche storiche generando ad esempio un piccolo museo etnografico o ritrovamenti di reperti interessanti come un maglio del 1700.

20 AGOSTO 2023 Bema

7 36^A CAMMINATA AL DOSSO DEL SOLE

Partenza percorso ore 10,00
lungo km 5
corto km 2,5

www.prolocobema.it

27 AGOSTO 2023 Rasura

8 11[°] MEMORIAL BRUNO SASSELLA

Partenza Percorso ore 10,00
lungo km 6,5
corto km 3

www.prolocorasura.it

Ogni corsa-camminata è aperta a tutti e si svolge in una sola tappa, a velocità libera, in tempo limitato ed è disciplinata da uno specifico "Regolamento", predisposto dalla singola Associazione/ProLoco che ne cura l'organizzazione.

COSIO
LOC. CORTE

SACCO

MELLAROLO

BEMA

RASURA

È una località a 5 km da Rasura adibita ad alpeggio, con alcune case che erano un tempo di allevatori che portavano le mucche al pascolo alpino. A qualificare la località come meta turistica c'è il rifugio della Corte, un antico riparo alpino con annessa cappella, situato a 1250 m. di altitudine. È in un posto incantevole dalla vista mozzafiato. È un punto di partenza per escursioni nella bella Valgerola.

Sacco oggi frazione del comune di Cosio Valtellino è una vera perla della valle, denominato anche "Riviera della Valgerola" per la sua posizione sempre soletta, è uno scrigno di molti tesori, uno fra i tanti che caratterizza la valle e non solo è la pluristudiata camera picta dove si può ammirare il dipinto dell'HOMO SALVADEGO. Inoltre possiamo ammirare la chiesa di San Lorenzo dove sono custoditi parecchi dipinti di rilievo.

Mellarolo è una frazione del comune di Cosio Valtellino ancora oggi abitato da circa 100 persone, a 815 m. s.l.m. La vista che si gode dal paese è splendida sulla valle, gli abitanti sono particolarmente attaccati al paese e alle tradizioni animandolo per tutta l'estate. Percorrere le strade del ridente paesino è un tuffo nel passato dove tutto è meravigliosamente conservato. Nella piazzetta mediante un porticato che si apre a sinistra della facciata sorge la graziosa chiesa di Mellarolo dedicata all'Assunta: una chiesa semplicissima, a capanna con una sola navata.

Su un assolato terrazzo alle pendici del Pizzo Berro, sorge il comune di Bema (m. 800), nel cuore della Valle del Bitto. Oltre alla felice posizione panoramica, il luogo offre la serenità dell'antico paese e la cordialità del folklore bemino. Apprezzabili dal punto di vista artistico sono la Chiesa Parrocchiale di San Bartolomeo e la chiesetta di San Rocco con i suoi affreschi del '500. Consolidato appuntamento di festa e gastronomico è la 'Sagra dei Funghi' fissato per il secondo weekend di settembre, in quell'occasione tutto il paese si mobilita per accogliere al meglio i visitatori. I dintorni di Bema, con i suoi alpeggi, rappresentano un territorio ricco di luoghi da scoprire e ammirare, ideali per gli amanti delle escursioni e delle passeggiate: punto di riferimento il Rifugio Ronchi e meta impegnativa la salita al Pizzo Berro.

Per la sua posizione panoramica sulla valle del Bitto, è testimoniata già dal XIII secolo e a quel tempo già esisteva una chiesa dedicata a S. Giacomo, oggi parrocchiale consacrata agli inizi del Seicento tra cui spicca una grande tela, il Martirio di San Giacomo, di pregevole fattura. Numerosi sono gli affreschi murali che s'incontrano lungo le vie del paese e nelle baite attorno. A Rasura troviamo oltre alla chiesa, un museo etnografico e un polifunzionale che da gennaio a dicembre ospita numerosissime manifestazioni.

