

#UISPTrailer

MADDALENA BRADASCIO
SALES MANAGER
TEL: 338/2198760
MadEnPlace

FitLine

SPA & FITNESS

Afrodite
Salus per aquam

www.AFRODITESPA.it @VIGNOLA (MO) 059-767089

- Area SPA 1000mq
- Piscina a 32°C
- Crioterapia
- Sauna & Calidarium
- Massaggi & Estetica
- Personal Trainer
- Area KINESIS FIT

GINETTO

BOSSCO DI SCANDIANO

MUD SNOW
CARSONA DI MARRANO

URBAN URBAN TRAIL

ROGAINING è un'avventurosa variante del trail running con elementi di orienteering: è un trail a squadre da 2 a 5 componenti che in totale auto-sufficienza entro un tempo predefinito devono raggiungere il maggior n° di check-point distribuiti nel territorio di gara con l'aiuto della bussola e di una dettagliata mappa topografica fornita dall'organizzazione. Ogni check-point assegna un punteggio diverso in base alla sua distanza e ogni team è completamente libero di seguire l'ordine di ricerca, il percorso e quanti check-point raggiungere con il solo unico vincolo del tempo massimo. Si aggiudica la prova chi consegue il punteggio maggiore. Spirito di squadra, senso dell'avventura, capacità di autogestione, voglia di divertirsi praticando sport in ambiente naturale sono i principali componenti di questo sport che si sta propagando rapidamente in tutto il mondo. UISP Trail ER vuole farlo conoscere a voi amici trail per il vostro divertimento.

"Trail is the new running; rogaining is the new trail" (cit. Francesco Montanari)

"Il Rogaining è come un Trail Autogestito unito ad una Caccia al Tesoro condotto da una sana competizione... in pratica è divertimento allo stato puro!" (cit. Alessio Parada Kappadocio)

Tutti i contenuti della pubblicazione "Cartina Trail Uisp Emilia-Romagna" autore: Uisp Emilia-Romagna, salvo diverse indicazioni, sono disponibili sotto licenza Creative Commons Attribuzione-Non commerciale-Condividi allo stesso modo 2.5. Ciò vuol dire che la loro riproduzione è autorizzata a patto di citare la fonte, per scopi non commerciali e previa condivisione con la stessa licenza. Quest'opera è derivata dalla cartina geografica "REI-Friscopolitica 250K" fornita dal Servizio Statistica e Informazione Geografica, Archivio cartografico della Regione Emilia-Romagna e PIANO Telematico dell'Emilia-Romagna.

SEGNI CONVENZIONALI	
	Autostada, casello (1), numero di autostada (2)
	Barriera di pagamento (1), area di servizio (2)
	Distanza in chilometri totali (1) e parziali (2)
	Galleria (1), strada in costruzione (2)
	Strada a quattro corsie
	Strada di grande comunicazione
	Strada di interesse regionale
	Strada di interesse provinciale
	Strada non asfaltata
	Numero di strada statale
	Distanza stradale totali (1) e parziali (2)
	Galleria (1), strada in costruzione (2)
	Ponte di barche (1), traghetto fluviale (2)
	Passo, colle e quota (metri)
	Ferrovia a due binari, stazione (1)
	Ferrovia a binario, stazione (1)
	Galleria ferroviaria
	Confine di Stato
	Confine di regione
	Confine di provincia
	Confine di comune
	Confine lungo fiume (1)
	Popolazione: <1000, 1000-5000, 5000-10000, 10000-25000, 25000-50000, >50000
	Area urbanizzata
	Tipologia: Frazioni, località
	Comuni: Comune di Stato, Comune di regione, Comune di provincia, Comune di comune, Comune lungo fiume (1)
	Ambiente: Parco nazionale o regionale, Riserva naturale o zona protetta
	Altri segni: Castello, villa, Chiesa, abbazia, santuario, Rovine e ruderi, area archeologica, Monumento isolato, obelisco, mausoleo, Curiosità naturale, Albergo isolato, rifugio, Aeroporto civile, aeroporto turistico, Porto turistico, fero, Impianto di risalita, Coordinate geografiche (Roma 1940), Proiezione conforme di Gauss-Bogota
	Altimetria/Batimetria: 0, 100m, 200m, 300m, 400m, 500m, 600m, 700m, 800m, 900m, 1000m, 1100m, 1200m, 1300m, 1400m, 1500m, 1600m, 1700m, 1800m, 1900m, 2000m, 2100m, 2200m, 2300m, 2400m, 2500m, 2600m, 2700m, 2800m, 2900m, 3000m, 3100m, 3200m, 3300m, 3400m, 3500m, 3600m, 3700m, 3800m, 3900m, 4000m, 4100m, 4200m, 4300m, 4400m, 4500m, 4600m, 4700m, 4800m, 4900m, 5000m, 5100m, 5200m, 5300m, 5400m, 5500m, 5600m, 5700m, 5800m, 5900m, 6000m, 6100m, 6200m, 6300m, 6400m, 6500m, 6600m, 6700m, 6800m, 6900m, 7000m, 7100m, 7200m, 7300m, 7400m, 7500m, 7600m, 7700m, 7800m, 7900m, 8000m, 8100m, 8200m, 8300m, 8400m, 8500m, 8600m, 8700m, 8800m, 8900m, 9000m, 9100m, 9200m, 9300m, 9400m, 9500m, 9600m, 9700m, 9800m, 9900m, 10000m

CORRO PERCHÉ HO MIDOLLO
SE HAI TRA I 18 E I 35 ANNI DIVENTA ANCHE TU DONATORE DI MIDOLLO OSSEO
ADMO
ASSOCIAZIONE DONATORI MIDOLLO OSSEO
Emilia Romagna

UISP
sportpertutti
Lega Atletica Leggera - Emilia-Romagna

EMILIA-ROMAGNA
TRAIL UISP

2016

CALENDARIO TRAIL UISP REGIONE EMILIA-ROMAGNA

Seguici!
Trail UISP Emilia-Romagna

Tutte le foto in questo calendario sono per gentile concessione di MODENACORRE.IT e sono di: Teida Seghedoni - Italo Spina - Graziano Annovi - Fausto Ferrari - Francesco Montanari - Gaetano Perricone - Tetyana Bilotserkovska

CALENDARIO CRONOLOGICO TRAIL UISP 2016 REGIONE EMILIA-ROMAGNA

- 10 GENNAIO San Michele di Morfasso (PC) Winter Trail del Parco 18km 9000+
- 10 GENNAIO Casola Valseno (RA) Winter Trail del Poggio IX Mem. Conti Gianluca 21km 12000+
- 17 GENNAIO Sala Baganza (PR) Winter Trail "Golf Club la Rocca" 23km 5800+
- 24 GENNAIO Borgo Val di Taro (PR) Winter Trail del Borgo 20km 10000+
- 21 FEBBRAIO Riolo Terme (RA) Trail di Riolo Terme 21km 10000+
- 13 MARZO Casola Valseno (RA) Trail di Casola Valseno 21km 11000+
- 20 MARZO Riolo Terme (RA) Gessi Wild Trail 20km 11500+
- 2 APRILE Pazzano di Sopra, Serramazzoni (MO) Rogaining di Zebio 4 ore Altezza max: 850m

- 10 APRILE San Savino di Predappio (FC) La Caminada Trail 30km 20000+
- 16 APRILE Roccamalatina (MO) Trail della Riva 32km 17000+
- 23-24 APRILE Bobbio (BO) The Abbotts Way Ultratrail 125km 55000+
- 30 APRILE Serramazzoni (MO) Zebio Run Moonlight 13km 7000+
- 1 MAGGIO Brisighella (RA) Krash Trail Brisighella-Faenza 40km 20000+
- 8 MAGGIO Forlì (FC) Urban Trail Forlì City Trail 9,8km 5,5km
- 8 MAGGIO Dozza (BO) Dozza Wine Trail 14km 5500+
- 8 MAGGIO Scurano (BO) Strafuso Trail Running 21km 9000+
- 14 MAGGIO Iano, Scandiano (RE) Formation Night Trail a Coppie 21km 10000+
- 15 MAGGIO Cervia (RA) Ecomaratona del Sale 42km 00+
- 22 MAGGIO Ospitale Fanano (MO) Marcia dei Tori 13km 7000+

- 22 MAGGIO Borzano d'Albinea (RE) Un Gir per Bursan 21km 7000+
- 28 MAGGIO Terme di Riolo (RA) Kids Trail 1500m 500+
- 29 MAGGIO San Michele Tiorre (PR) Trail del Salame 36km 19000+
- 30 MAGGIO Cusercoli (FC) Nespoli Trail 30km 18000+
- 4 GIUGNO Febbio (BO) Cusna Vertical 4km 10000+
- 5 GIUGNO Pellegrino Parmense (PR) Pan e Formai - Alta Val Stiroe 42km 15000+
- 5 GIUGNO Villa Minozzo (RE) Monte Prampa Trail 21km 13000+
- 12 GIUGNO Lizzano in Belvedere (BO) Lizzano Extreme Skyrace 22km 21000+ 24000-
- 12 GIUGNO Rocca San Casciano (FC) Trail della Margherita 50km 26000+
- 12 GIUGNO Targone (PR) CCT Croci Trail 33km 20500+
- 19 GIUGNO Frassinoro (MO) Trail dei Pifonchi 24km 11000+

- 19 GIUGNO Loc. Montecoronaro, Vergheto (FC) Monte Fumaiolo e delle Sorgenti del Tevere 30km 14000+
- 19 GIUGNO Passo Pianazze (PC) Farini Vivo Trail 27km 12600+
- 26 GIUGNO Castiglione dei Pepoli (BO) Trail del Cervo 20° edizione 16,2km 9000+
- 3 LUGLIO Parco Auv. Esploratoria, Serramazzoni (MO) Adventure Trail Esploratoria 16km 10100+
- 3 LUGLIO Giardini Pubblici, Ravenna (RA) URBAN TRAIL Ravenna Città d'Acque 7,5km e 16km
- 10 LUGLIO Campina (FC) Trail della Campina 19,5km 7000+
- 10 LUGLIO Busana (RE) Ecomaratona del Ventasso 42km 23000+
- 17 LUGLIO Centro Fondo Boscareale, Pandelagotti (MO) Alpica Trail 24km 13000+
- 17 LUGLIO Carpaneto Piacentino (PC) Scuron Night Trail Marathon 42km 11000+
- 17 LUGLIO Fanano (MO) Cima Tauffi Trail 60km 40000+
- 30 LUGLIO Piane di Mocogno (MO) Maratona del Monte Cantiere 16km 6000+

- 31 LUGLIO Bore (PR) Trail della Val Cenedola 22km 11490+
- 6 AGOSTO Ventasso Laggi, Ramiseto (RE) Trail del Fojnco 33km 20000+
- 15 AGOSTO Morfasso (PC) Ecomaratona della Val d'Arda 42km 20000+
- 21 AGOSTO Zocca (MO) Trail Esploratoria 9,8km 7200+
- 28 AGOSTO Cigovo di Villa Minozzo (RE) Forbici Trail 25km 15000+
- 4 SETTEMBRE Schia (PR) Monte Caio Trail Running 21km 12600+
- 10 SETTEMBRE Serramazzoni (MO) Alla Ricerca di Zebio 6 ore Altezza max: 850m
- 11 SETTEMBRE Zola Predosa (BO) Trail dell'Abbadia 4700+
- 11 SETTEMBRE Salvarano di IV Castella (RE) Trail Matildico - Vertical 12,5km 4960+
- 18 SETTEMBRE Castelnuovo Ne' Monti (RE) Trail della Pietra 22km 12000+

- 18 SETTEMBRE Verucchio (RN) Mastino Rock Trail 15km 4000+
- 25 SETTEMBRE Brisighella (RA) Trail in Vena Km 29 13500+
- 25 SETTEMBRE Serramazzoni (MO) Cascate del Bucamante Wild Trail 26km 12500+
- 2 OTTOBRE Polinago (MO) Panoramica Trail 27km 10500+
- 2 OTTOBRE Rivoce (BO) Trail di Monte Sole 18km 3500+
- 16 OTTOBRE Castell'Arquato (PC) Arquato Trail 21km 9000+
- 16 OTTOBRE Comacchio (FE) Comacchio Valley Trail 20km 00+
- 5 NOVEMBRE Vezzano sul Crostolo (RE) San Martino trail gara a coppie notturna 14km 8500+
- 6 NOVEMBRE Brisighella (RA) Trail dell'Ulivo 45km 4900+
- 26 NOVEMBRE Casola Valseno (RA) Trail del Cinghiale 60km 40000+

