



Il Comando Provinciale Vigili del Fuoco di VERONA  
con la collaborazione del Velo Club Garda  
Nell'ambito della manifestazione

**GRAN FONDO CITTÀ di GARDA**  
Trofeo **PAOLA PEZZO**

organizza il

**14° CAMPIONATO ITALIANO DI MOUNTAIN BIKE**  
**VIGILI DEL FUOCO**

DOMENICA 25 APRILE 2010  
GARDA (VERONA)

**Come arrivare**



Per iscrizioni vedi Lett. Circ. n. 1403 del 08/02/2010  
Per informazioni sulla sistemazione logistica consultare i siti  
[www.nonsologarda.com/](http://www.nonsologarda.com/) oppure [www.europlan.it](http://www.europlan.it)  
Per ulteriori informazioni e-mail: [comando.verona@vigilfuoco.it](mailto:comando.verona@vigilfuoco.it)

S.D.A.C.	Rodolfo Ridolfi	339 3608220
C.Q.E.	Doriano Pasotto	339 3608444
C.Q.E.	Roberto Faccincani	339 3554747
C.S.	Costantino Mannone	339 3462807
C.S.	Nicola Negrini	340 2476400



COMANDO PROVINCIALE  
VIGILI DEL FUOCO  
DI VERONA



**14° CAMPIONATO ITALIANO**  
**DI MOUNTAIN BIKE**  
**VIGILI DEL FUOCO**

DOMENICA 25 APRILE 2010  
GARDA (VERONA)



Con il patrocinio della



Assessorato Sport e Turismo

## Saluto del Dirigente Attività Sportive

Lo svolgimento del 14° Campionato Italiano VV.F. di MTB sulle rive del Lago di Garda mi riporta indietro nel tempo, e precisamente al 1994, quando a Bardolino si tenne il 12° Campionato Mondiale di ciclismo su strada dei Vigili del Fuoco; fu un'edizione che rimase per anni nei ricordi dei partecipanti per l'accoglienza ricevuta e la bellezza dei luoghi. Memore di quella manifestazione, ma anche delle altre organizzate, prima e dopo, in modo sempre scrupoloso e competente dal Comando di Verona (Strada nel 1989 ed MTB Interforze nel 2006), ho accolto con estremo favore la proposta di far correre nuovamente i ciclisti vigili del fuoco nel territorio scaligero, immaginando già che i colleghi veronesi sapranno regalarci ancora una volta una giornata sportiva di alto livello, a maggior ragione essendo riusciti a legare il nostro evento alla Gran Fondo che porta il nome di Paola PEZZO.



Fabrizio SANTANGELO

## Saluto del Comandante Provinciale Vigili del Fuoco - Verona

A distanza di 4 anni il Comando di Verona ha l'onore di ospitare per la seconda volta il Campionato Italiano VV.F. di Mountain Bike giunto alla 14/ma edizione.

Dopo i monti della Lessinia nel 2006 quest'anno si correrà a Garda su un percorso molto tecnico che si snoda fra lago e monti su strade costeggiate da vigneti ed ulivi in uno scenario sicuramente indimenticabile e voglio ringraziare l'Ufficio delle Attività Sportive del Dipartimento Vigili del Fuoco, Soccorso Pubblico e Difesa Civile per averci affidato l'incarico di organizzare la manifestazione.

In qualità di Comandante Provinciale VV.F. di Verona desidero rivolgere un caloroso saluto a tutti i Vigili del Fuoco che da più parti d'Italia raggiungeranno il Lago di Garda per partecipare a questa straordinaria gara sportiva che tanto si addice alla figura del vigile del fuoco perché richiede una grande preparazione fisica ed un giusto equilibrio fra coraggio e capacità tecnica. Sono certo che tutti gli atleti si confronteranno nella competizione con assoluta lealtà e con grande sportività e a loro rivolgo un "in bocca al lupo" con l'augurio che possano raggiungere i migliori risultati non solo in campo agonistico ma soprattutto in quello dell'amicizia e della solidarietà. Come tutti gli appuntamenti sportivi anche questo Campionato costituirà per noi Vigili del Fuoco una occasione per stare insieme, per ritrovarci e per scambiarsi reciproche esperienze ed auguro quindi a tutti i partecipanti e ai loro accompagnatori di trascorrere in piena serenità qualche giorno di vacanza e di svago in riva al Lago di Garda e di portarsi a casa il ricordo indimenticabile di una visione splendida dei monti ancora innevati che si rispecchiano nell'acqua.



Mario SARNO

14° CAMPIONATO ITALIANO DI MOUNTAIN BIKE  
VIGILI DEL FUOCO



Domenica 25 Aprile 2010  
Garda (Verona)



## Programma della manifestazione

Sabato 24 Aprile 2010

ore 8.00 Apertura villaggio espositivo  
ore 14.00-19.00 Accoglienza degli atleti, consegna pacchi gara, microchip e controllo tessere

Domenica 25 Aprile 2010

ore 07.30 - 09,15 Controllo tessere  
ore 8.00 Apertura villaggio espositivo  
ore 9.30 Partenza gara VV.F.  
ore 12.30 Apertura pranzo party  
ore 15.00 Premiazioni VV.F.  
ore 15.30 Premiazioni

## Categorie

Master Sport	anni	nati negli anni dal	anni
Master 1	19/29	1981	1991
Master 2	30/34	1976	1980
Master 3	35/39	1971	1975
Master 4	40/44	1966	1970
Master 5	45/49	1961	1965
Master 6	50/54	1956	1960
Master 7	55/59	1951	1955
Master 8	60/64	1946	1950
Elite	da 64 anni in poi	fino al 1945	
Master Donne	under 23	categoria unica	
	(tutte le età)	categoria unica	

## Descrizione percorso

Come di consueto si sale per Albisano su asfalto, per poi addentrarsi su sterrato ed affrontare la salita per il Monte Luppia.

Pedalando accompagnati dal sempre presente Lago di Garda si scende a Torri del Benaco, per poi passare dalle antiche contrade di Coi e Loncrino e proseguire verso nord fino a Crero. Arrivati qui puntiamo verso San Zeno di Montagna. Qui il panorama diventa davvero emozionante... non più attornati dalla fitta vegetazione mediterranea del Garda, l'omonimo lago si apre offrendo un panorama indimenticabile.

Terminati 3 strappi che le gambe si ricorderanno anche per i prossimi chilometri, si affronta un'inedita discesa verso la Spighetta. Il divertimento è assicurato da single track veloci dove lasciar andare la bici raggiungendo ben presto le abitazioni più a valle della Spighetta.

Da qui si inizia a risalire, prima su asfalto, poi su sterrato per poi proseguire fra saliscendi fino ad Albisano per proseguire lungo la salita del Monte Lenzino. Terminata la discesa, una discesa tutta nuova che la vegetazione aveva catturato per se negli anni precedenti e che ora è stata ripristinata per essere offerta a tutti i biker.

Scesi nella Val Longa la si risale, per poi entrare nella pineta nei pressi di Loc. Zel. Da qui tratti in saliscendi ci conducono velocemente nella Val dei Molini che come di consueto prendiamo in una veloce discesa che riporta tutti quanti a Garda. La fatica non è ancora finita e l'ultima salita della Rocca di Garda attende tutti quanti... via... su per boschi e single track con pendenze più moderate e divertimento garantito!

Tra single track e strade sterrate ben presto si arriva in cima alla Rocca di Garda e da qui la discesa ci porterà in riva al Lago di Garda passando all'interno del Camping La Rocca. Ormai mancano solo 2 km al traguardo, e fra veloci tratti su porfido, ed altri più ostici direttamente sulla spiaggia... ci riconducono nella cittadina di Garda.

