



## Presentata la 6<sup>a</sup> Corsa dei Castelli

### Descrizione

## ***Corsa dei Castelli***

L'azzurro Andrew Howe testimonial: "Trieste" splendida, Corsa dei Castelli per il benessere e il sorriso

*Domenica 16 ottobre la 6<sup>a</sup> Corsa dei Castelli di Trieste tra sport, solidarietà, turismo, ambiente, territorio e progetto scuole, un patrimonio Trieste.*

*Al via il neo-quadrangolare "1st edition of the International Road Race Running Match" sfida tra nazioni confinanti*

La manifestazione "un gioiello che dà lustro alla città ed accoglie atleti di calibro mondiale, al via la stella ugandese Oscar Chelimo

Solidarietà, progetto scuole e rispetto per l'ambiente i temi più caldi

### TRIESTE

È stata presentata oggi mercoledì 14 settembre presso il **Salotto Azzurro del Municipio di Trieste** la 6<sup>a</sup> Corsa dei Castelli, manifestazione in programma domenica 16 ottobre, nata da un'idea dell'Assessore allo Sport del Comune di Trieste **Giorgio Rossi** e organizzata da **ASD Promorun**, in collaborazione con il comune di Trieste e la Regione Friuli-Venezia Giulia. Un progetto di sport che in pochi anni ha saputo trasformarsi in un vero e proprio **evento**, grazie al contributo di diverse Istituzioni che hanno collaborato con Promorun per creare delle ricadute sociali, economico-promozionali, turistiche e culturali sull'intero territorio.

### LE GARE

La 6<sup>a</sup> edizione della Corsa dei Castelli Ã una gara di 10 km su strada, inserita in calendario nazionale **FIDAL**, che si sviluppa su un percorso omologato costituito da un giro unico.

Si parte dal **Castello di Miramare**, affacciato a spiovente sul Golfo di Trieste ed immerso in un parco caratterizzato da una straordinaria variet di piante provenienti da tutto il mondo e si va attraverso un percorso molto filante dove gli atleti avranno il contatto visivo con il blu dell'**Adriatico**.

Il tracciato corre lungo Viale Miramare prima di rivolgere lo sguardo alla strabiliante **Piazza Unit**. Testa, gambe e cuore per affrontare le ultime centinaia di metri con un'elevata pendenza che gli Ã valsa l'appellativo de **Il Muro**, per poi tagliare il traguardo nel **Castello di San Giusto**, antica fortezza edificata sul Colle del patrono della citt. Un percorso che permette di correre nella **storia** di una citt che Ã stata teatro di innumerevoli culture.

Quest'anno la Corsa dei Castelli si Ã inserita nel nuovo circuito podistico **Fai Poker 10k e 21k** che unisce le citt di Udine, Trieste, Verona e Palmanova.

Quattro manifestazioni, **due sulla distanza di mezza maratona 21,097km e due su quella da 10 km**, quattro emozionanti gare rinomate nel panorama internazionale.

Con oltre 250 atleti, si pu<sup>2</sup> certamente affermare che la prima edizione della **Non Competitiva Ten** a ottobre 2021 Ã stato un grande successo, tale da riproporla, sullo stesso percorso della manifestazione principale. Gli atleti potranno correre e divertirsi senza necessit di tesseramento e certificato medico agonistico.

Riflettori accesi sulla **Family Run 8 km** il cui scopo Ã quello di diffondere la **cultura dello sport** come abitudine fondamentale per il benessere psico-fisico.

Una occasione per gustare le bellezze della citt e allo stesso tempo rinnovare l'obiettivo di solidariet nei confronti dell'**Ospedale Burlo Garofolo**.

Presente il **Sindaco di Trieste Roberto Dipiazza**: *Ã **Mi fa molto piacere presenziare a questo evento sportivo, Trieste Ã una citt divertente e brillante grazie a questi eventi come La Corsa dei Castelli.***

*Arriva cosÃ esternamente una immagine straordinaria della citt ed Ã tutto vero, siamo tra i primi come qualit della vita. Corsa dei Castelli giunge al sesto anno, cresce sempre pi<sup>1</sup>, i miei pi<sup>1</sup> sinceri complimenti agli organizzatori di PromoRun e un forte ringraziamento.*

Questo il pensiero dell'Assessore alle Politiche della Cultura e del Turismo di Trieste **Giorgio Rossi**: *Ã **Sono sempre molto felice quando si avvicina la Corsa dei Castelli, manifestazione che sento un po' come una mia figlia che ho visto crescere negli anni.***

*Avere questa gara in citt significa poter vedere dal vivo lo spettacolo che regalano atleti di altissimo livello, come il campione olimpico **Ezekiel Kemboi**, che ha fatto da apripista scrivendo il primo nome dell'albo d'oro e l'altra stella olimpica **Hagos Gebrhiwet**, il pi<sup>1</sup> veloce su questo percorso.*

Quest'anno il carattere dell'evento " ancora pi<sup>1</sup> internazionale grazie al "1st **International Road Race Running Match**, un quadrangolare che vede coinvolte **Austria**, **Croazia** e **Slovenia** e a cui Trieste ha l'onore di dare il via. Sono certo che questa nuova direzione far<sup>1</sup> crescere l'evento e vi saranno ricadute sul turismo. In bocca al lupo a tutti, istituzioni, atleti ed organizzatori. Ad maiora semper.

Con Sindaco Dipiazza e Assessore Rossi ci sono i vertici di ASD Promorun, cos' la Presidente **Silvia Gianardi**: "Guardando indietro, noi di Promorun siamo emozionatissimi nel realizzare quanto la Corsa dei Castelli sia cresciuta negli anni. Quest'anno abbiamo tante novit<sup>1</sup>, la nascita di un circuito che coinvolge le citt<sup>1</sup> di Udine, Palmanova e Verona, e del quadrangolare "1st International Road Race Running Match" di respiro internazionale.

A questi nuovi progetti abbiamo affiancato le **collaborazioni storiche** con la **Fondazione CRTrieste**, il cui contributo rende possibile la partecipazione di tutti i ragazzi in et<sup>1</sup> scolare, e il programma di **tutela dell'ambiente** e il cammino di solidariet<sup>1</sup> nei confronti dell'**Ospedale Burlo Garofolo**, nato lo scorso anno e il cui successo ci ha spinti a riproporre.

Per mantenere alto il prestigio della manifestazione, anche per quest'edizione avremo atleti di grosso calibro che tenteranno di polverizzare il primato di gara.

Grazie a quanti hanno collaborato e continuano a farlo, non vediamo l'ora di accogliere i partecipanti nelle splendidi cornici del Castello di Miramare, in partenza, e del Castello di San Giusto, all'arrivo.

Vicepresidente di ASD Promorun **Rita Giancrisofaro**: "Da sempre la volont<sup>1</sup> della nostra organizzazione " quella di costruire un intreccio di collaborazioni sul territorio, a livello sportivo ma anche sociale e culturale.

Tra le altre, una " novit<sup>1</sup> rivolta alla realizzazione di questo obiettivo " la collaborazione con le scuole, un progetto di alternanza scuola-lavoro che ci permette di integrare i ragazzi nel tessuto sportivo della citt<sup>1</sup>.

Siamo fiduciosi che si tratti di un primo passo da cui nasceranno grandi soddisfazioni da ambo le parti e cui seguiranno tanti altri.

Presente anche l'Assessore Regionale alla difesa dell'ambiente, energia e sviluppo sostenibile **Fabio Scoccimarro**: "Lo sport e la corsa sono la base per il rispetto dell'ambiente.

In futuro potremo anche sviluppare altri progetti importanti come ad esempio il plogging.

Corsa dei Castelli abbraccia anche la cultura, si parla e si respira la storia di Trieste anche solo frequentando per la partenza il Castello di Miramare e per l'arrivo il Castello di San Giusto.

Testimonial dell'evento l'azzurro **Andrew Howe, primatista italiano di salto in lungo, oro europeo e argento mondiale nel 2007**: "Me l'avevano detto, ma Trieste " davvero splendida, non c'ero mai stato, una prima occasione per vederla, non vedo l'ora di tornarci il 15 e 16 ottobre in occasione della Corsa dei Castelli. Muoversi, camminare, correre, uscire e fare una passeggiata dal Castello di Miramare fino in centro, fare sport con la propria famiglia, stare all'aria aperta, divertirsi insieme, pensare al benessere e rilassarsi. A tutto questo serve esserci, per s<sup>1</sup> stessi e per regalare un sorriso a Trieste.

## IL QUADRANGOLARE

Alla già buona partecipazione straniera, si aggiunge una nuova **linfa di internazionalità**. Grazie alla collaborazione con FIDAL, da quest'anno la Corsa dei Castelli dà il via al circuito **1st edition of the International Road Race Running Match**, un quadrangolare che vede coinvolte le squadre nazionali categoria under 23 di **Austria, Croazia e Slovenia e Italia**.

Grande qualità degli atleti che renderanno la gara ancora più affascinante e competitiva.

Ciascuna nazione schiererà 4 uomini e 4 donne appartenenti alla rosa della squadra nazionale che si daranno battaglia sulle strade del capoluogo giuliano.

La **cerimonia di apertura** dell'evento si terrà nel pomeriggio di sabato 15 ottobre in Piazza Unità, stessa splendida **location** nella quale si svolgeranno le **premiazioni** domenica 16 ottobre a partire dalle ore 11:15.

## SOLIDARIETA'

Family Run 8 km è anche una occasione per gustare le bellezze della città e allo stesso tempo rinnovare l'obiettivo di **solidarietà nei confronti dell'Ospedale Burlo Garofolo**. L'intesa, nata lo scorso anno, ha permesso di dotare la **Terapia Intensiva Neonatale** di uno speciale dispositivo per le operazioni di nursery dei bambini prematuri.

Quest'anno la raccolta fondi, destinati al **Pronto Soccorso Pediatrico**, ha come obiettivo di rendere meno traumatico il viaggio dei piccoli pazienti sottoposti a manovre terapeutiche dolorose.

Si vuole rendere meno traumatico l'ingresso dei bambini nel Pronto Soccorso Pediatrico sia ripristinando le **aree di accoglienza e giochi** destinate ai più piccoli, rimaneggiate in era Covid, attraverso decorazione delle pareti, che acquistando speciali **tablet interattivi**, da utilizzarsi per alleviare il trauma psico-fisico legato all'invasività di alcune procedure.

La raccolta fondi sosterrà anche l'acquisto di uno speciale **database necessario in caso di avvelenamenti**, uno strumento a causa dell'elevato numero di sostanze tossiche con cui possono venire a contatto i bambini anche tra le mura domestiche.

Proprio attraverso le donazioni di **parte del ricavato della Family Run** sommate a quelle spontanee da parte degli atleti sarà possibile ottenere questo risultato, la cui utilità è per l'intera comunità locale.

Gli atleti potranno donare al momento dell'iscrizione o attraverso bonifico bancario sull'iban IT12B0306909606100000157822 intestato a Fondazione Burlo Garofolo indicando nella causale **Corsa dei Castelli per il Burlo Garofalo** oppure al ritiro del pettorale.

## SOC Pediatria d'urgenza e pronto soccorso pediatrico

IRCCS Burlo Garofolo **Dr. Alessandro Amaddeo**: *«Negli ultimi due anni la pandemia ci ha costretti a riorganizzare profondamente il nostro lavoro. Anche il Pronto Soccorso Pediatrico ha subito un cambiamento in conseguenza del quale sono stati modificati i percorsi di accesso e di attesa destinati ai più piccoli. Essere un ospedale "a misura di bambino" è sempre stato un obiettivo del nostro istituto e purtroppo questi interventi, necessari e mirati a far fronte a una condizione di emergenza, hanno avuto un forte impatto sull'accoglienza. Grazie a questa iniziativa, alla volontà da parte degli organizzatori delle Corsa dei Castelli di aiutare ancora una volta il nostro ospedale pediatrico, potremo tornare ad accogliere i bambini e le loro famiglie in uno spazio adattato alle loro esigenze, riducendo lo stress e l'ansia legati all'ingresso in pronto soccorso. Allo stesso modo l'utilizzo di tablet permetterà di*

*utilizzare tecniche di distrazione personalizzate, migliorando l'esperienza in occasione di procedure traumatiche come, ad esempio, i prelievi di sangue o le suture di ferite. Grazie a questa iniziativa ritroveremo finalmente un ambiente ancora piÃ¹ accogliente per i nostri pazienti, per le loro famiglie e anche per il personale."*

## LA STORIA

C'Ã¨ commozione nel ricordare la prima edizione dell'autunno **2017**, 300 partecipanti e un livello tecnico subito altissimo grazie al keniano **Ezekiel Kemboi**, un atleta straordinario capace di vincere due medaglie d'oro olimpiche e ben quattro campionati mondiali.

L'anno successivo sono stati azzurro **Ahmed El Mazoury** (Atletica Casone Noceto) e la pugliese trapiantata a Trieste Teresa Montrone (Alteratletica) a scrivere il proprio nome nell'albo d'oro, sebbene l'edizione venga ricordata soprattutto perchÃ© tutti i triestini siano diventati protagonisti dell'evento grazie all'**Introduzione della Family Run**.

La terza edizione **del 2019** ha visto segnare il primato di **Sammy Kipngetich** (Atl. Saluzzo) in un velocissimo 29'59" e dell'azzurra **Joyce Mattagliano** (Esercito) in 37'36" ma a catturare l'attenzione Ã¨ stato il record di partecipanti, oltre 2.500 presenze.

Nel 2020, anno del Covid19, **Asd Promorun Ã¨ stata bravissima a organizzare l'evento in piena sicurezza sanitaria**, con un numero chiuso e limitato a soli 400 iscritti con il solo fine di dare un segnale che bisognava andare avanti.

Gradino piÃ¹ alto del podio per **Hagos Gebrhiwet** in 29'49" e nuovo record del percorso.

Lo scorso anno la vittoria Ã¨ andata al keniano **Peter Njeru Mwaniki** in 29'57" e **Teresa Montrone** (Alteratletica) ma piÃ¹ significativa Ã¨ stata la nascita della **Non Competitiva Ten**, manifestazione non competitiva sullo stesso percorso della gara ufficiale, oltre che della collaborazione con l'Ospedale Burlo Garofolo.

## QUEST'ANNO

Siamo arrivati al 2022, un evento in cui si assisterÃ  a due prime, la nascita del quadrangolare **1st edition of the International Road Race Running Match** e del circuito **Fai Poker 10 e 21k**, che include gare di cittÃ  limitrofe.

Al via della manifestazione la stella ugandese **Oscar Chelimo** che potrebbe far segnare il nuovo primato del percorso, essendo capace di 28'06" sulla distanza, primato conseguito proprio in Italia.

Chelimo ha un palmarÃ¨s nel quale, tra le altre, brillano **due medaglie di bronzo**, una ai Campionati del Mondo di Cross U20 e lo scorso luglio ai mondiali di atletica a Eugene nei 5000m.

## LA T-SHIRT

Tutti gli iscritti alla manifestazione riceveranno una **T-shirt tecnica firmata da Luanvi**, partner consolidato delle manifestazioni Promorun.

Un capo di alta qualitÃ  che coniuga le caratteristiche tecniche con lo stile.

**Nera e rossa**, in pendant con i colori di ASD Promorun, sul fronte racconta il percorso attraverso le icone stilizzate dei due Castelli e riporta il nome della gara.

## LA MEDAGLIA

ASD Promorun rinnova l'attenzione per l'**ambiente** scegliendo una medaglia **IfeelWood**, ottenuta da **legno riciclato**, ricavato da alberi caduti o da materiale raccolto durante la pulizia dei boschi o da processi biologici e rotativi di taglio degli alberi.

Ne Ã prova il fatto che il legno usato abbia i certificati FSC e PEFCÂ®, i quali garantiscono che provenga da **piantagioni controllate** e approvate seguendo determinate norme di taglio e ricrescita, non essendo dunque causa di disboscamento illegale che sta distruggendo il nostro pianeta. In accordo con questa filosofia, anche il colore Ã stampato a **emissioni zero**. La medaglia ecosostenibile, che sarÃ consegnata a tutti i finisher, Ã abbinata alla T-shirt che rievoca i colori di ASD Promorun.

Elegantissima, **nera con il cordino rosso**, presenta un intaglio che racconta le icone stilizzate dei due Castelli, idealmente congiunti tra loro da una linea sottile che rievoca il percorso.

Completano i decori il nome della gara e la scritta **Finisher**.

## LA FONDAZIONE CRTRIESTE

La **Fondazione CRTrieste** opera sul territorio per promuovere lo sviluppo economico, culturale, scientifico e sociale di Trieste e limitrofo.

L'Ente si rivolge ai settori della cultura, dell'arte e dell'istruzione, dell'assistenza, del turismo e dello sport, della ricerca scientifica e della sanitÃ impegnandosi a consolidare il proprio ruolo per lo sviluppo socio-economico della cittÃ di Trieste e il suo territorio, sempre nell'ottica di farsi strumento per il benessere dell'intera collettivitÃ.

In tema di cooperazione tra sport e cultura, la **Fondazione CRTrieste** da diversi anni Ã vicina alla Corsa dei Castelli, attraverso l'erogazione di un contributo di cui Ã destinataria la **Family Run** e grazie al quale Ã resa possibile la partecipazione di tutti i ragazzi in etÃ scolare.

Presidente della Fondazione CRTrieste, **avv. Tiziana Benussi**: *La Fondazione CRTrieste ha individuato tra i propri settori di intervento sia l'attivitÃ sportiva sia la crescita e la formazione giovanile proprio per l'importante ruolo educativo che l'attivitÃ sportiva ricopre nei confronti delle giovani generazioni. La Fondazione si impegna con convinzione, nel sostenere lo sport giovanile, a maggior ragione in questo particolare periodo, che ha visto i ragazzi costretti all'isolamento e alla sedentarietÃ.*

## AMBIENTE

ASD Promorun lavora per ridurre l'impatto ambientale della manifestazione attraverso diverse strategie: materiale promozionale dell'evento, striscioni TNT, vele gadget quasi completamente in materiale ecosostenibile, per la mobilità si organizza il **trasporto gratuito** degli atleti alla partenza mediante navetta, riducendo le emissioni di un numero consistente di vetture; lo smaltimento dei **rifiuti** viene operato in maniera differenziata; si privilegiano **fornitori di beni e servizi** locali e **prodotti sostenibili**, realizzati con materiali riciclati o prodotti ecologici certificati – come il **pacco gara** gestito con imballaggi riciclabili.

I partner dell'evento sono stati selezionati tenendo conto anche del loro impegno ambientale e etico/sociale.

## PROGETTO SCUOLA

ASD Promorun lavora per coinvolgere le scuole perché lo sport e i suoi valori entrino a far parte della cultura dei giovani.

In quest'ottica, quest'anno le **iscrizioni alla Family Run saranno gratuite per tutti i bambini e i ragazzi fino ai 18 anni e per un accompagnatore** e per incentivare la partecipazione di massa le scuole più numerose parteciperanno gratuitamente ad un laboratorio didattico all'interno del Castello di Miramare.

## ISCRIZIONI

Le iscrizioni sono aperte sul sito, [CLICCA QUI](#). Promo società con minimo 10 partecipanti. Le iscrizioni alle manifestazioni non competitive saranno possibili in Piazza Sant'Antonio mercoledì e giovedì 12 e 13 ottobre dalle 16 alle 19. Ci si potrà iscrivere nella stessa sede a tutte le manifestazioni venerdì e sabato dalle 10 alle 19 mentre la mattina della gara dalle 7.30 alle 9.00 presso le scuderie del castello di Miramare

## ALTRI INTERVENTI – HANNO DETTO

Presidente CONI FVG **Giorgio Brandolin**: *«Con immenso piacere sono qui a portare un saluto di benvenuto da parte del Comitato Olimpico del Friuli-Venezia Giulia e mio personale a quanti prenderanno parte alla 6ª Corsa dei Castelli, che vede anche l'esordio della 1ª International Road Race Running Match «Corsa dei Castelli».*

È un grande onore per la Nostra Regione poter ospitare manifestazioni a carattere transfrontaliero, che coinvolgono atleti provenienti non solo dall'Italia ma anche dalle vicine Austria, Croazia e Slovenia, promuovendo la bellezza dei nostri territori ma soprattutto la nostra passione per lo sport senza confini.

Agli atleti e alle atlete che si misureranno in occasione di queste manifestazioni faccio i miei migliori auguri, certo che sapranno beneficiare di tutto ciò che di positivo deriva da esperienze sportive come queste, che vanno ad arricchire non soltanto la sfera legata alla pratica sportiva ma l'intero bagaglio di esperienze personali.

Agli organizzatori, agli arbitri e ai volontari impegnati nell'organizzazione di questi importanti eventi vada invece il mio plauso più grande per il costante e prezioso contributo che con il loro impegno portano alla promozione della pratica sportiva, di importanza fondamentale per la crescita sana delle

---

nostre future generazioni.â€•

Assessore Regionale alle Attività produttive e Turismo **Sergio Emidio Bini**: â€œArrivata alla sesta edizione, la â€œCorsa dei Castelliâ€• Ã¨ ormai un appuntamento di forte richiamo, che dÃ l lustro al capoluogo regionale grazie ad un percorso suggestivo, che esalta le bellezze naturalistiche e architettoniche di Trieste.

Attraversare di corsa piazza UnitÃ dÃ™Italia, la piazza affacciata sul mare piÃ¹ estesa dÃ™Europa, Ã¨ unâ€™emozione che poche gare podistiche possono offrire.

La â€œCorsa dei Castelliâ€• merita un plauso non soltanto per la grande visibilitÃ che darÃ al territorio giuliano, ma anche per lâ€™importante impegno nel campo della solidarietÃ : il ricavato della Family Run andrÃ allâ€™Ospedale Burlo Garofolo per rendere piÃ¹ accoglienti le aree del pronto soccorso pediatrico.

Un ringraziamento sentito quindi agli organizzatori della Asd Promorun e alla presidente Silvia Gianardi e benvenuti a tutti i podisti in arrivo a Trieste!Ã».

Video partenza [QUI](#)

Video del percorso [QUI](#)

**Video RAI Sport [QUI](#)**

**Info:** [silviagianardi@promorun.it](mailto:silviagianardi@promorun.it); [info@promorun.it](mailto:info@promorun.it); [andreagiurgiovich@promorun.it](mailto:andreagiurgiovich@promorun.it)