



CAMPIONATO ITALIANO DI CORSA IN MONTAGNA | IL TROFEO CIOLO RADDOPPIA

Descrizione

TROFEO CIOLO RADDOPPIA

Due giorni dedicati al mountain running a picco sul mare della Puglia, oltre 1000 atleti in gara per l'assegnazione di 29 titoli italiani.

La XII edizione del Trofeo Ciolo assegna i titoli tricolore del Campionato Italiano di Corsa in Montagna Cadetti e Cadette per Regioni e del Campionato Italiano di Corsa in Montagna Master Individuale e di Società

*Gagliano del Capo, 14 Giugno 2023_È ormai un rapporto stretto e consolidato quello tra il mare del Salento e la corsa in montagna, tanto che la ormai consueta tappa del **Campionato Italiano di Mountain and Trail Running al Ciolo** quest'anno raddoppia. Da 23 al 25 giugno prossimi **la XII edizione del Trofeo Ciolo, evento nazionale FIDAL e Grande Evento Sportivo della Regione Puglia**, radunerà oltre un migliaio di atleti a gareggiare per le medaglie tricolore sulle falesie scoscese a picco sul mare con il Campionato italiano Cadetti e Cadette per Regioni e il Campionato italiano Master Individuale e di Società, unica tappa in Italia ad assegnare ben giornate **29 titoli italiani** nelle due di gare. Organizzato con la maestria e l'esperienza che gli compete dall'A.S.D. Atletica Capo di Leuca, capitanata da Eleonora d'Amore, la manifestazione ha il supporto della Regione Puglia, Puglia Promozione e il patrocinio del Comune di Gagliano del Capo, del Comune di Ugento, della Provincia di Lecce, del Parco regionale Parco naturale regionale Costa Otranto-Santa Maria di Leuca e Bosco di Tricase.*

Il percorso

La località Ciolo con le sue pareti verticali ha caratteristiche uniche e irripetibili tanto da essere un luogo unico in Puglia per poter organizzare un evento nazionale e internazionale di corsa in montagna. Infatti solo in quel piccolo "spicchio di terra salentino" sul comune di Gagliano del Capo, sia FIDAL che WMRA hanno autorizzato ad ospitare ed organizzare manifestazioni importanti di mountain running,

ricordiamo il “Mondialino” del 2017 e la tappa della Coppa del Mondo nel 2021. I percorsi costruiti per le gare prevedono salite e discese molto tecniche e impegnative, dove la concentrazione deve essere massima per muovere i giusti passi tra scale naturali, ripidi up&down, mulattiere tortuose e tratturi sdrucchiolevoli.

Il tracciato di questa edizione valido per i Master dai 35 ai 90 anni sarà un circuito di 11.650 metri su due giri con partenza e arrivo dal centro storico di Gagliano del Capo e avrà un dislivello di 520 mt positivi e altrettanti 520 mt in negativo, ma con l'introduzione rispetto alle altre edizioni di 500 mt lineari di puro spettacolo sul “**Sentiero delle Cipolliane**”, un “single track” affascinante da poco ripristinato e letteralmente a picco sul mare. Diverso il percorso per i Cadetti e le Cadette, più focalizzato sull’“Up” e quasi tutto in salita: partiranno dal Ponte Ciolo e arriveranno al traguardo in paese, con 3.100 mt per i primi e 2.050 per le seconde.

I team

I team in gara arriveranno da tutta Italia, con le squadre veterane e i big del mountain running pronti a lottare per il tricolore. A difendere il titolo per la classifica a squadre la bresciana **Atletica Paratico** che nel 2022 ha conquistato gli scudetti in campo maschile e femminile, ma la competizione sarà altissima.

Gli uomini da battere, i vincitori del titolo nel 2022, sono Gabriele Del Longo del Gruppo Marciatori Calalzo Atletica Cadore, il mountain runner azzurro Fabio Ruga de La Recastello Radici Group e Moreno Giulio Dalmasso della Podistica Buschese, mentre per le donne bisognerà sfilare la medaglia d'oro a Chiara Bonassi e l'argento a Monica Vagni, entrambe dell'Atletico Paratico, e ad Angela Serena dell'Atletica Montichiari.

Ancora non sono state diramate le formazioni delle rappresentative Cadetti/e, che restano giovani in crescita e che si affacciano sul panorama nazionale per capire se potranno essere i futuri campioni del mountain running azzurro. La rappresentativa pugliese (insieme a un gruppo di Under 18) ha scelto di allenarsi proprio in questi giorni sul percorso di gara dando prova di sé e della propria preparazione atletica, nonché della volontà di confermare l'investimento nella diversificazione delle abilità dei giovani atleti, anche attraverso la corsa in montagna. Favorite naturali, per tradizione e per disponibilità di terreni di allenamento, le rappresentative delle grandi regioni alpine: Lombardia, Piemonte e Veneto in primis. Outsider di lusso: Trentino, Val D'Aosta e – perché no? – Toscana e Liguria.

Il Programma

L'intenso programma vedrà gli arrivi delle rappresentative già dal 23 giugno e prenderà il via sabato 24 giugno con la presentazione delle rappresentative alle 16.00, a cui seguirà alle 17.00 una gara promozionale della categoria Esordienti M/F e in successione Ragazze/i (dal Municipio di Gagliano del Capo). Dopo il trasferimento verso l'insenatura del Ciolo, la linea di partenza per il Campionato Italiano di Corsa in Montagna Cadetti e Cadette per Regioni vedrà lo start alle 18.00 con le Cadette e alle 18.30 per i Cadetti. Alle 19.00 sarà il momento di un importante seminario tecnico, “**Portiamo la montagna al mare: i mezzi di allenamento della corsa in montagna**”, che tratterà proprio delle caratteristiche strategiche dell'allenamento per gli atleti del mountain and trail running, che trovano condizioni favorevolissime in questo tratto di costa esplicitando le connotazioni che un territorio deve avere per diventare terreno di allenamento e gara di questa disciplina e rendendo indissolubile il legame tra due elementi apparentemente opposti, la corsa in montagna e il mare, in un gioco di

ossimori, tutto da testare sulle proprie gambe. La serata si chiuderà con le premiazioni dei tricolori.

Domenica 25 giugno sarà il momento del Campionato Italiano di Corsa in Montagna Master Individuale e di Società con partenze dal Municipio scaglionate. Alle 8.30 partirà la gara per tutte le categorie femminili e per le categorie maschili over 60 (km 7,1 con 1 giro da 1,5 km + 1 giro da 5,6 km); alle 9:30 sarà il momento della partenza delle gare maschili per le categorie SM50 – SM55 e per finire alle 11:00 ci sarà il via per SM35 – SM40 – SM45 entrambe con un percorso di km 11,6 su due 2 giri.

Al termine per tutti l'immane pasta party e alle ore 13.00 le premiazioni con l'assegnazione dei titoli.

Sarà possibile seguire la gara in diretta streaming sul canale **FB** della manifestazione **Trofeo Ciolo** e in diretta radio su **Diffusione Stereo**, scaricando l'app qui per sistemi [Android](#) e per [Apple](#)

Il Sentiero delle Cipolliane e i sentieri del Parco

La natura selvaggia e protetta del **Parco Naturale Regionale Costa Otranto-Santa Maria di Leuca e Bosco di Tricase** farà da sfondo all'iniziativa offrendo spettacolo di sé stessa e delle centinaia di atleti che, come punti colorati, si muoveranno e si battranno nei saliscendi tecnici del fiordo, nei tratturi dell'entroterra e sui sentieri rinnovati. Proprio questi sentieri sono un punto di forza delle meraviglie naturali uniche al mondo, che attraggono sempre più turisti alla scoperta del Salento attraverso l'esperienza escursionistica e la pratica sportiva del trail running. Il più famoso da poco riportato agibile per il pubblico è il **Sentiero delle Cipolliane**, un tragitto di 2,5 km di cui 500 metri inseriti all'interno del tracciato del Campionato, antico camminamento adibito al trasporto delle merci e del sale a picco sulle acque cristalline, che permetteva ai suoi vecchi frequentatori, perlopiù pescatori e raccoglitori di sale appunto, di raggiungere dal centro del paese la spiaggia del Ciolo e poco più a Nord il porticciolo di Novaglie. Esso contiene tutti gli elementi chiave e identificativi della flora del Parco, tra cui splendide orchidee selvagge e piante rare, e annovera un sito di eccezionale interesse storico e archeologico, le "Grotte Cipolliane", chiamate così per l'antica presenza di cipolle selvatiche sul luogo. Tutti questi e più elementi sono tenuti insieme da una passerella di roccia e da un mosaico infinito di tessere, fazzoletti di terreno definiti dai muretti a secco eretti a protezione del vento salso dello scirocco. In un poco più di un'ora si percorre interamente e permette la scoperta di un **paesaggio mozzafiato**. Altri due sono i sentieri del Parco direttamente raggiungibili e collegati e sono il Sentiero del Ciolo, il Sentiero Grotta Azzurra e il Sentiero delle Vie del Sale, tutti piacevolmente adatti all'escursionismo turistico ma anche ai runner più esperti.