



DOMENICA DI CORSA IN VAL TRAMONTINA, PRESENTATO OGGI A MANIAGO IL THREE LAKES TRAIL

Descrizione

THREE LAKES TRAIL

Presentato ufficialmente alla Medesy di Maniago l'evento podistico che domenica attraverserà la vallata friulana con due prove agonistiche di 42,5 e 21,5 km. Ospite speciale, l'atleta pordenonese di discipline estreme Alex Camera. Partenza alle 8 a Matan di Tramonti di Sotto

Â

Maniago, 26 settembre 2023 - Pronti, via! I sentieri della Val Tramontina si preparano ad accogliere la quinta edizione del **Three Lakes Trail**, corsa in ambiente naturale che tra pochi giorni, domenica 1° ottobre, porterà gli appassionati del trail running a scoprire il fascino selvaggio della vallata incorniciata dalla Dolomiti Friulane, patrimonio Unesco.

Dopo aver ospitato nel 2021 il **Campionato Europeo Master di corsa in montagna, trail running e nordic walking**, il Three Lakes Trail è tornato ad assumere la sua fisionomia piú tradizionale e quest'anno le gare, aperte a tutti gli appassionati di trail running, saranno addirittura due: una lunga, per veri maratoneti del cielo, di **42,5 km con 2000 metri di dislivello positivo**, e una corta, di **21,5 km con 900 metri di dislivello positivo**. Previste anche **due prove a carattere non competitivo** sulle distanze di 21,5 (900 D+) e 16 km (500 D+).

La manifestazione, organizzata dalla Polisportiva Valtramontina, è stata presentata ufficialmente oggi alla **Medesy** di Maniago, azienda leader nella produzione di strumenti odontoiatrici e attrezzature dentali di qualità e partner del Three Lakes Trail, che ha fatto gli onori di casa con il titolare **Claudio Ghezzi** («Abbiamo l'orgoglio di ospitare la presentazione di un evento così attivo nella promozione del territorio») e i figli **Diego** e **Lisa**.

«La Polisportiva Valtramontina è una piccola realtà che affronta un grande impegno organizzativo»

“ ha commentato il responsabile organizzativo dell’evento, **Giampaolo Bidoli**, affiancato dal presidente della società **Giampaolo Masutti**. *“ Il Three Lakes Trail è un evento che va al di là del rilievo sportivo per assumere significati più profondi: la promozione del territorio, il rispetto e la salvaguardia della natura. Basti pensare all’intensa attività di recupero e sistemazione dei sentieri che da mesi stiamo effettuando con i nostri volontari: un lavoro che rimarrà anche dopo la corsa e andrà a beneficio di chi frequenta la nostra vallata durante l’intero anno.”*

Tra gli intervenuti alla presentazione anche i sindaci del territorio. **Rosetta Facchin** (Tramonti di Sotto): *“Dopo il Campionato Europeo del 2021, la storia continua. E alla grande. Il Three Lakes Trail è una splendida occasione di promozione turistica: chi verrà a correre scoprirà le bellezze della Val Tramontina e potrà promuoverle a sua volta, in Italia e all’estero.”* **Giacomo Urban** (Tramonti di Sopra): *“I percorsi del Three Lakes Trail toccheranno gli angoli più estremi della nostra valle, quelli forse meno conosciuti, ma ugualmente spettacolari. Sarà davvero una vetrina di grande importanza per un territorio che offre tantissime attrattive.”* **Umberto Scarabello** (Maniago): *“Siamo ospiti di Medesy, un’azienda che è un’eccellenza del territorio; sono contento che la collaborazione con il Three Lakes Trail prosegua anche a Maniago, dove si svolgono alcuni eventi collaterali.”* Presente anche **Giorgio Mior**, presidente di Aics Friuli-Venezia Giulia, ente di promozione sportiva sotto la cui egida si svolge il Three Lakes Trail, e fondamentale supporto dell’organizzazione.

Per il Three Lakes Trail sarà l’edizione numero cinque. Una sfida tutta da vivere, che attraverserà il cuore della Val Tramontina, portando gli atleti a correre in luoghi ameni: i tre bacini che ispirano il nome della manifestazione (il **Lago di Redona**, il **Lago di Selva** e il **Lago del Ciul**). E poi antichi borghi, gallerie abbandonate, cime incontaminate e le celebri Pozze Smeraldine, piscine naturali tra i boschi citate da un famoso articolo del giornale inglese **The Guardian** che le posizionò al quarto posto nella lista delle migliori dieci *“wild swimming locations”* d’Italia.

“Il percorso lungo è stato radicalmente rinnovato” ha spiegato il direttore di gara, **Stefano Cassan**. *“Abbiamo condiviso l’auspicio di tutti gli appassionati di trail running che nelle gare cercano più natura e meno asfalto. Per questo, siamo andati a recuperare vecchi sentieri di caccia, ormai abbandonati. È stato un lavoro immenso, ma siamo sicuri che chi correrà in Val Tramontina, indipendentemente dal percorso prescelto, porterà con sé un bellissimo ricordo di queste montagne.”*

La manifestazione scatterà alle **8** dagli **impianti sportivi comunali di Tramonti di Sotto**, in località **Matan**, dove sarà collocato anche l’arrivo e dove, oltre ad essere posti i servizi di gara, si svolgeranno pure il **Pasta Party** e il **Pizza Party**, tradizionali momenti conviviali di chiusura dell’evento.

Circa 300 complessivamente gli iscritti, provenienti un po’ da tutto il Nordest. Con un ospite speciale: l’atleta pordenonese, specialista in discipline estreme, **Alex Camera**. Di recente, ad Azzano Decimo, affiancato dall’olimpionico di ginnastica Igor Cassina, ha trainato un blindato militare storico dell’esercito statunitense del peso di 8 tonnellate.

Altre sue imprese: il traino di due autovetture per 2.500 chili a Montereale Valcellina (Pordenone), il traino di quattro velivoli storici a Nervesa della Battaglia (Treviso), il traino di un vagone ferroviario a Primolano (Vicenza), recentemente si è opposto a due moto da cross da 450 cc una a Valinis



(Pordenone) e ha percorso con le braccia la teleferica sovrastante il lago di Sauris (Udine). Altri record sono stati conseguiti in passato da Alex sul Monte Rosa e sul Monte Bianco con particolari esercizi di resistenza allo sforzo fisico (burpees).^Â Insomma, un atleta da Guinness dei primati che dar^Ã ulteriore lustro al Three Lakes Trail.

Il fascino discreto e selvaggio della Val Tramontina ^Ã pronto a conquistare gli appassionati di trail running in un weekend – ^Ã **sabato 30 settembre**^Â e ^Ã **domenica 1^o ottobre**^Â – che si annuncia da non perdere.