



PORDENONE, PRESENTATO UFFICIALMENTE IL THREE LAKES TRAIL: AL VIA ANCHE IL LEGGENDARIO MARCO OLMO

Descrizione

Presentata ufficialmente oggi, alla concessionaria Sina di Pordenone, la sesta edizione dello spettacolare evento di corsa in ambiente naturale che andrà in scena tra dieci giorni esatti: due rinnovati percorsi di 43,5 e 21,5 km per scoprire il fascino selvaggio della Val Tramontina. Circa 250 gli iscritti in rappresentanza di 9 nazioni

À

Pordenone, 12 settembre 2024 – Pronti, via! Inizia il conto alla rovescia per la sesta edizione del **Three Lakes Trail**, corsa in ambiente naturale che tra dieci giorni esatti, **domenica 22 settembre**, porterà gli appassionati di trail running a scoprire il fascino selvaggio e incontaminato della **Val Tramontina**, splendida vallata incorniciata dalla **Dolomiti Friulane**, patrimonio **Unesco**.

Nel 2021, con le sue montagne dal fascino selvaggio, la Val Tramontina ha ospitato il Campionato Europeo Master di corsa in montagna, trail running e nordic walking. Dal 2022, però, il **Three Lakes Trail** – organizzato dalla Polisportiva Valtramontina e presentato ufficialmente oggi, giovedì 12 settembre, alla concessionaria Sina di Pordenone – è tornato ad assumere la sua fisionomia più tradizionale con due gare – una di **43,5 km** con dislivello positivo di 2350 metri e l'altra di **21,5 km** con 900 metri di dislivello positivo – aperte a tutti gli appassionati di trail running.

Una sfida appassionante, che attraverserà le località più suggestive della Val Tramontina, portando gli atleti a correre in luoghi unici: 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 e le celebri Pozze Smeraldine, piscine naturali tra i boschi citate da un articolo del giornale inglese *The Guardian* che le posizionò al quarto posto nella lista delle migliori dieci **wild swimming locations** in Italia.

Gli organizzatori del **Three Lakes Trail** sono sempre attenti alle richieste che arrivano dai partecipanti all'evento. L'edizione 2024 sarà caratterizzata da una significativa modifica al percorso lungo che, rispetto al 2023, verrà incrementato di **1,9 km** e presenterà un **dislivello accresciuto di 400 metri**

L'obiettivo? Meno strade e più sentieri. Per questo, il lungo tratto asfaltato che dalla diga da Selva porta all'imbocco della prima galleria sarà sostituito con un tratto di sentiero che scorre più in alto garantendo agli atleti uno scorcio mozzafiato sul lago di Selva. La modifica più importante al percorso sarà un'altra: verrà evitato il passaggio per la seconda galleria perché, appena usciti dalla prima, gli atleti imboccheranno il sentiero che porta alla Forcella Dodismala – nota per i moti risorgimentali friulani del 1864 e in particolare per le vicende del patriota Antonio Andreuzzi – per poi scendere verso la diga del Ciul e riprendere il sentiero che prosegue verso Tramonti di Sopra.

«L'evento sportivo» ha commentato l'organizzatore **Giampaolo Bidoli**, che è anche sindaco di Tramonti di Sotto, accompagnato da **Giampaolo Masutti**, presidente della Polisportiva Valtramontina, e da **Marco Milan**, assessore del Comune di Tramonti di Sopra «diventerà l'occasione per il recupero e la valorizzazione di sentieri a volte poco conosciuti anche dagli stessi abitanti della valle. Grazie al Three Lakes Trail, i sentieri potranno essere pienamente percorribili, anche da chi non corre, per gran parte dell'anno. Gli iscritti sono in crescita. Abbiamo runner da varie parti d'Italia, persino dalla Sardegna, a dimostrazione che l'evento è ormai uscito non solo dai confini della Val Tramontina, ma anche del Friuli Venezia Giulia. Poi, nel 2025, ci prenderemo un anno di pausa per organizzare due nuove manifestazioni, un vertical e una 100 km».

Alla presentazione del Trail Lake Trail è intervenuto anche **Giorgio Mior**, presidente di AICS Friuli Venezia Giulia, tradizionale partner dell'evento, che ha sottolineato la valenza promozionale dell'evento, non solo sotto l'aspetto sportivo, ma anche turistico e ambientale.

Il Trail Lake Trail 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.

Le iscrizioni, chiuse da oggi, giovedì 12 settembre, hanno raggiunto la **quota 250**. Le nazioni rappresentate al via saranno ben nove (Albania, Austria, Danimarca, Germania, Romania, Slovenia, Ucraina e Stati Uniti, oltre ovviamente all'Italia). Tra gli iscritti anche la pordenonese **Cristina Chieu**, vincitrice delle edizioni 2022 e 2023, e l'udinese **Yari Boezio**, esperto di ultramaratone in quota, argento al Three Lakes Trail nella prova lunga dell'edizione 2023.

La parte agonistica del Three Lakes Trail sarà anticipata quest'anno da due importanti eventi collaterali: gli incontri con **Cristina Noacco**, che venerdì 13 settembre a Spilimbergo (Casa della Musica, ore 18) presenterà il libro «Dolomiti. Alte vie per l'anima», e con il leggendario ultratrail **Marco Olmo**, che sabato 21 settembre a Montereale Valcellina (Palazzo Toffoli, ore 18) dialogherà con **Michele Roveredo**.

Settantacinque anni, cuneese di Robilante, Olmo è una leggenda nel mondo dell'ultratrail, l'unico in grado di vincere non una, ma ben due edizioni di seguito dell'**Ultra Trail du Mont Blanc**, la popolare UTMB. Successe nel 2006 e 2007, quando Olmo aveva già 58 e 59 anni. Un'impresa – non unica – che ha proiettato nel mito. Tanto che a Olmo, e alla sua filosofia di vita, sono stati dedicati libri, film, spettacoli teatrali, canzoni.

Dopo un periodo passato a gareggiare nella corsa in montagna e nello scialpinismo, Olmo aveva già 40 anni quando ha iniziato ad affrontare competizioni estreme: la **Marathon des Sables** (230 km in



autosufficienza alimentare nel deserto marocchino), la **Desert Cup** (168 km nel deserto giordano), la **Maratona dei 10 Comandamenti** (156 km sul Monte Sinai). E poi ancora la **Badwater Ultramarathon** nel deserto della California, attraverso la Valle della Morte, e l'**Ultra Bolivia Race**, 170 km a 4 mila metri di quota. Imprese che hanno fatto diventare una leggenda per il mondo dell'ultramaratona. All'indomani dell'incontro con Roveredo, Olmo si presenterà al via della prova corta. Un motivo in più per non mancare in un'edizione del Three Lakes Trail che sarà indimenticabile. Per saperne di più: www.threelakestrail.it.