

PROGRAMMA DETTAGLIATO DELLA MANIFESTAZIONE "...una Montagna di Benessere"

L'Associazione Podistica proponente, mira, con codesta iniziativa, a creare, coerentemente con la "mission" statutaria, occasioni teoriche e pratiche di approfondimento sui temi del benessere legato alla corretta fruizione dell'ambiente, sia in relazione alle abitudini ad un consapevole consumo alimentare, sia riguardo al rispetto dei giusti equilibri nelle esigenze fisiologiche dell'organismo, in riferimento all'esercizio fisico quotidiano necessario a conservare la corretta funzionalità muscolo-scheletrica .

L'occasione di poter portare sul territorio iniziative pratiche di fruizione dell'ambiente naturale in maniera sostenibile, offre l'occasione appunto per permettere di fermare l'attenzione sulla pratica di una disciplina (la corsa) che raccoglie in sé i valori del miglioramento dello stato fisico, unitamente alla soddisfazione dei bisogni spirituali che vanno ad essere nutriti riscoprendo il contatto tra "uomo" e "mondo della natura" che, non a caso, si esprime meravigliosamente nella fruizione sportiva dell'ambiente montano.

Oltre alla logica connessione delle due tematiche del "movimento fisico all'aria aperta" e delle "sane abitudini alimentari" offerte dalla disponibilità di produzioni di eccellenze alimentari delle aree naturali boscate (il riferimento è alle più note colture del castagno e del noce od all'eccellenza dei prodotti dell'allevamento apistico), l'iniziativa di rifarsi ad una occasione sportiva quale quella del trail in montagna, offre ulteriormente l'opportunità per riscoprire oltre i confini del "campanile", la conoscenza dei luoghi che si attraversano, attribuendo così anche il giusto valore alle antiche vestigia dei nostri antenati (spesso vittime non solo dei segni del tempo, ma anche dell'incuria umana).

A questo proposito, si è immaginato di sviluppare logisticamente e temporalmente la Manifestazione nei seguenti "steps" :

- dalle ore 16.00 del sabato 5 luglio 2014, presso la Chiesa San Giorgio di Novi Velia (SA) si terrà un Convegno dedicato all'approfondimento ed alla divulgazione dell'importanza delle attività nel Comparto Apistico intitolato "I prodotti dell'alveare nella nutrizione umana", curato, organizzativamente, dall'Associazione Apicoltori della Provincia di Salerno, che vedrà quali relatori, professionisti della Medicina della Nutrizione e dello Sport e la partecipazione dei Dirigenti Scolastici degli Istituti Primari e Secondari del territorio di pertinenza : in questa occasione si cercherà di disquisire sulle principali caratteristiche salutistiche dei vari prodotti relativi all'allevamento zootecnico suddetto quali "miele", "polline", "propoli", "pappa reale", con un accento particolare sull'importanza dell'utilizzo degli stessi nell'alimentazione della crescita e dello sportivo;
- con orario fissato alle ore 9.00 della domenica 6 luglio 2014, dal Centro Storico del Comune di Novi Velia (SA) sarà dato il via alla partenza della manifestazione agonistica di corsa in montagna intitolata "Trail del Monte Gelbison" (riservata ad atleti regolarmente tesserati presso la Federazione Italiana di Atletica Leggera od Enti di Promozione Sportiva riconosciuti), dedicata alla peculiare e preziosa risorsa del Monte Sacro o Gelbison, costituita dall' "acqua", quale fonte di benessere mai sufficientemente apprezzata e valorizzata : la Partenza, così come l'Arrivo della stessa, avverranno sul tracciato stradale del Centro Storico di Novi Velia (rispettivamente in Piazza Longobardi e sul tracciato adiacente il locale commerciale "U Trappito"); il percorso dell'intera gara si snoderà quindi, attraverso l'esistente sentieristica dell'area montana prospiciente il

massiccio del Monte Gelbison e disegnando idealmente un anello di Km 17 snodantes, in successione, dalle prossimità del Torrente "Caricaturò", alle Sorgenti di "Fiume Freddo", per risalire ancora fino a toccare, dai 625 m iniziali, una quota altitudinale di circa 1500 m, ridiscendendo poi prossimalmente alla località "Tempa del Lupo" ai fini di rientrare quindi nel Centro abitato (aree interamente comprese nel Comune ospitante di Novi Velia), proponendo quindi agli atleti, durante la faticosa espressione del gesto tecnico, scenari naturali di singolare suggestione (per le iscrizioni alla Manifestazione sportiva e le informazioni generali è possibile consultare il sito web "www.trailcampania.com").

La manifestazione si svolgerà sotto lo stretto controllo dei tecnici volontari dell'Associazione scrivente, in sinergia con lo staff tecnico del Team "Aequa Running" di Vico Equense (NA), il quale ultimo, successivamente all'arrivo di tutti i partecipanti iscritti alla gara, provvederà a stilare la Classifica Generale per gli Atleti giunti al traguardo; lo stesso Organismo procederà in seguito anche alle Premiazioni che saranno effettuate utilizzando esclusivamente, come da Regolamento, emolumenti in natura. Come è consuetudine in questa tipologia di manifestazioni agonistiche, verrà quindi allestito a ristoro degli atleti un pasta-party, in un'area adeguatamente attrezzata all'interno del Locale Commerciale denominato "U Trappito".

A tal riguardo ed a corollario del momento conviviale a servizio di tutti i partecipanti alla Manifestazione, sarà organizzata, stimolata da un gruppo di produttori del settore agro-alimentare del comprensorio locale, una degustazione di un pane ottenuto integralmente da una lavorazione di tipo artigianale e con l'impiego di farine di origine locale ed assolutamente prive di manipolazioni che non siano le tecniche adottate nella tradizione gastronomica locale ; parallelamente a questo sarà offerto l'assaggio di un olio extra vergine di oliva del comprensorio Cilentano, caratterizzato dalla costituzione di un frutto autoctono e proveniente da coltivazioni esenti da pratiche di natura "non biologica". Ciò permetterà agli atleti intervenuti alla manifestazione, così come alle altre eventuali presenze turisticamente richiamate dall'evento, di approfondire la conoscenza dei prodotti sù menzionati ed attraverso di questi ovviamente delle rispettive aree geografiche di produzione.