

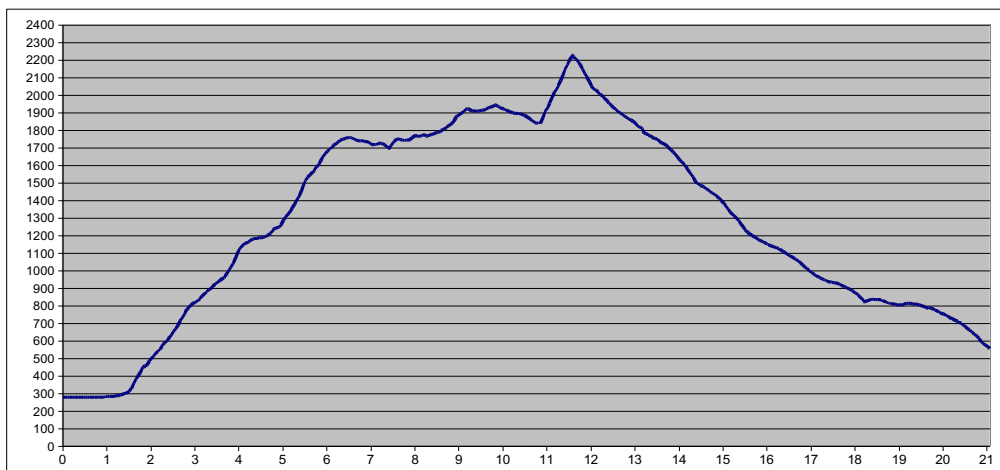
# 25 Mayo 2024

## 14. LODRINO-LAVERTEZZO SKYRACE

La 14. edición de la Lodrino-Lavertezzo Skyrace sale a las **8.00 horas desde las escuelas de Lodrino (scuole medie)** a 262 m.s.n y termina en la plaza de Lavertezzo a 536 m.s.n

El recorrido consiste a una subida empinada en el valle de Lodrino y una bajada mas suave en el valle de Verzasca. El trayecto mide 21 km, y tiene un desnivel de 2190 m de subida y 1860 de bajada.

Despues del primer kilómetro a través del nucleo de Lodrino empieza el camino empinado que se extiende para 5 km hasta llegar al Alpe di Negrös (1750 m.s.n.). Los siguientes 3 km són variados con subidas y bajadas hasta el Alpe Negheisc a 1880 m.s.n. El sendero despues sube otra vez muy empinado y se llega a la meta intermedia, la Forcarella di Lodrino (2236 m.s.n). La bajada empieza por un pendiente pedregoso y lleva al Alpe Corte di mezzo a 1627 m.s.n. Despues de otro kilómetro de fuerte descenso en el valle de Pincascia el camino continua suavemente bajando en dirección Alpe Piancascia-Forno-Cugnera hacia la meta en la plaza de Lavertezzo.



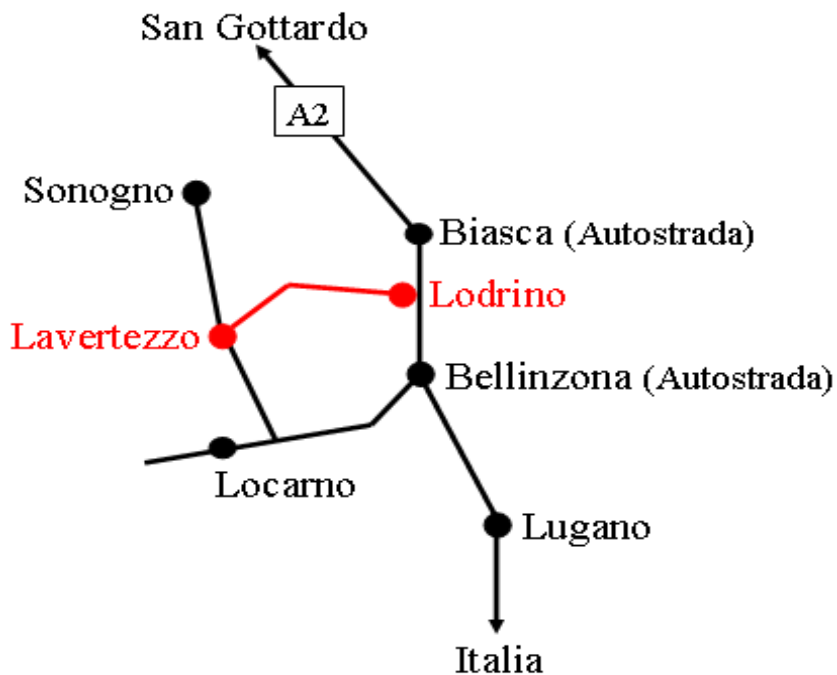
## 7. Lodrino-Alva carrera de montaña

Por la 7 vez ofrecemos la opción de recorrer la carrera solo hasta Alva 1570 m.s.n. Una vez llegado a la cima se puede disfrutar del panorama espectacular y despues bajar a Lodrino caminando tranquilamente. Objetos personales se pueden entregar a la salida y se transportarán a l'alpe Alva.

## TRAVESIA POPULAR

Para quien desee tomarlo con más calma organizamos una Travesia Popular desde Lodrino hasta Lavertezzo. El recorrido es el mismo pero la salida es a las **5.45 horas desde la escuela de Lodrino** . Hay puntos de avituallamiento en el camino. Los números de salida se pueden recojer el sábado en la escuela de lodrino. A los participantes de la Travesia Popular también se les dará el regalo de participación.

**Donde estamos ?**



## Inscripciones :

Inscripciones on-line: [www.lodrino-lavertezzo.ch](http://www.lodrino-lavertezzo.ch)

En la tarifa de inscripción se incluyen el dorsal de salida, el regalo de participación, el almuerzo y la vuelta organizada desde Lavertezzo a Lodrino.

El número de participantes está limitado a 200. Los atletas deben estar equipados con zapatos de Trail-Running o zapatos de montaña y una protección para el viento con mangas largas. Está permitido el uso de bastones mientras se lleven hasta la meta.

En el recorrido se encuentran ca. 80 soccoristas y auxiliares sanitarios provistos con radios para ocuparse de su seguridad. Aún así pedimos a todos los participantes de comportarse de modo responsable.

**La organización declina toda la responsabilidad en caso de un accidente.**

## Puntos de avituallamiento:

Legri	562 m	ca. 2.2 km
Lagua	890 m	ca. 3.3 km
Alva	1560 m	ca. 5.7 km
Stüel	1910 m	ca. 9.5 km
Negeish	1881 m	ca. 10.5 km
Forcarella di Lodrino	2233 m	ca. 11.5 km
Corte di mezzo	1627 m	ca. 14 km
Pincascia	1137 m	ca. 16.2 km

## Límite de tiempo:

**2 horas hasta Monte Alva, 1560 m ca 5.7 km**

**7 horas hasta Lavertezzo**

## **Viernes 24 Mayo 2024:**

**16:00-17.30** Lodrino (escuela): Entrega de los dorsales y regalo de participación

## **Sabato 25 Mayo 2024:**

**05.45** **Lodrino: Salida de la travesia popular**

**06:00-07:00** Lodrino (escuela): Entrega de los dorsales y regalo de participación  
Control del material

**07:00** Entrega de los objetos personales que deben ser transportados  
Lavertezzo/Alva

**08:00** **Lodrino (escuela), Salida de la carrera**

**10:30-11:00** Lavertezzo: llegada prevista del primer atleta

**12:00-14:30** Lavertezzo: programa de entretenimiento en la plaza  
almuerzo para atletas y espectadores

**14.00** **Lavertezzo: entrega de premios**

**ab 15:00** Vuelta a Lodrino (Bus)

## **Información**

E-Mail: [skyrace@lodrino-lavertezzo.ch](mailto:skyrace@lodrino-lavertezzo.ch)

