



## **Trail running in sicurezza tra le bellezze del territorio del Garda Trentino**

*Domani sul Monte Brione primo appuntamento con Garda Lake Demo Tour, iniziativa organizzata da Salomon, Garda Dolomiti Azienda per il Turismo S.p.A. e Outdoor Safety First. Un team di esperti trasmetterà ai partecipanti le buone pratiche per affrontare in sicurezza un trail*

Territorio particolarmente votato allo **sport**, grazie alla sua conformazione geografica e soprattutto al suo **clima particolarmente mite** nella **stagione invernale**, il comprensorio di **Garda Dolomiti** offre lo scenario ideale per praticare attività outdoor tutto l'anno e con oltre **1000 km** di itinerari si rivela terreno fertile anche per il **trail running**, la pratica della corsa in natura.

Lo confermano gli annuali eventi dedicati alla disciplina, dalle gare di trail running tra il Garda, Ledro, Tenno e Comano in primavera, a quella in versione invernale, svoltasi pochi giorni or sono tra i comuni di Nago-Torbole, Riva del Garda ed Arco.

**Domani, sabato 17 dicembre**, si terrà il primo appuntamento di **Garda Lake Demo Tour By Salomon**, iniziativa organizzata dal marchio sportivo **Salomon** in collaborazione con **Garda Dolomiti Azienda per il Turismo S.p.A.** e **Outdoor Safety First**, che prevede un totale di **cinque sessioni di corsa** alla scoperta delle bellezze paesaggistiche del territorio con una specifica attenzione al tema della **sicurezza**.

Ogni incontro infatti sarà accompagnato da **sessioni di yoga** in preparazione alla corsa con la Salomon Ambassador **Benedetta Moccia** e dai **consigli tecnici** del coach **Maurizio Benedetti**. **Sergio Pederzoli** di BioTekna Plus e **Mauro Girardi** di Mmove affronteranno invece i temi specifici della **prevenzione** e della **mitigazione del rischio**, oltre a fornire importanti consigli per migliorare la propria **performance psico-fisica**.

La **prima tappa** prevede una distanza di **11,9 km** e un dislivello di **357 metri**. Il ritrovo è fissato alle **ore 9:30** presso l'**Agritur Madonna delle Vittorie a Linfano**.

Il tracciato presenta un primo tratto in ciclabile a sbalzo sul lago prima di salire sul **Monte Brione**, tra fortificazioni e trincee con il Garda a fare da sfondo. Raggiunto il punto panoramico a 357 metri, comincia la discesa tra ulivi e vigneti fino a costeggiare il fiume Sarca e con ritorno al punto di partenza per un ristoro a base di prodotti locali.

Le **prossime tappe** per scoprire il mondo del trail running nel comprensorio sono:

- **Sabato 14 gennaio 2023:** Lago di Tenno e il Borgo di Canale
- **Sabato 11 febbraio 2023:** Santa Massenza e Lago di Toblino
- **Sabato 11 marzo 2023:** Lago di Cavedine e Biotopo delle Marocche
- **Sabato 15 aprile 2023:** Lago di Ledro e Spiaggia di Pur

Ogni appuntamento è aperto ad un massimo di **quaranta partecipanti con iscrizione gratuita**. Per iscrizioni e informazioni clicca qui: [www.gardatrentino.it/salomon](http://www.gardatrentino.it/salomon)



**PER INFORMAZIONI**

**Garda Dolomiti Azienda per il Turismo S.p.A.**

Largo Medaglie d'Oro al Valore Militare, 5 – 38066 Riva del Garda (TN)

**DIRETTORE** Oskar Schwazer

+39 0464 554 444 - [info@gardatrentino.it](mailto:info@gardatrentino.it)

**CORPORATE COMMUNICATION** Alessandra Odorizzi

+39 0465 894 665 - [Alessandra.odorizzi@gardatrentino.it](mailto:Alessandra.odorizzi@gardatrentino.it)

**UFFICIO STAMPA GARDA DOLOMITI S.P.A.** Vitesse

+39 0461 186 3053 - [gardatrentino@vitesseonline.it](mailto:gardatrentino@vitesseonline.it) - [www.vitesseonline.it](http://www.vitesseonline.it)

Follow us:   [gardatrentino](#) [#gardatrentino](#)

[partner.gardatrentino.it](http://partner.gardatrentino.it)