IL 22 SETTEMBRE SI CORRE IN VAL TRAMONTINA: APERTE LE ISCRIZIONI PER IL THREE LAKES TRAIL

Descrizione

THREE LAKES TRAIL

Laghi, pozze smeraldine, gallerie abbandonate, cime incontaminate: due tracciati di 43,5 e 21,5 km per andare alla scoperta del fascino selvaggio della vallata friulana. L'organizzatore Bidoli: "Due nuovi eventi nel 2025, trail sospeso per un anno"

Tramonti di Sotto (Pordenone), 12 marzo 2024 – Il **Three Lakes Trail** lancia il conto alla rovescia: l'appuntamento con l'edizione 2024 è per **domenica 22 settembre**. Un'occasione imperdibile per andare alla scoperta della **Val Tramontina**, terra d'acqua incorniciata dalle **Dolomiti Friulane**, **patrimonio Unesco**, che per un fine settimana all'anno si trasforma in una palestra a cielo aperto per centinaia di appassionati della corsa in ambiente naturale.

L'edizione 2024, come la precedente, si svilupperà su due percorsi: uno lungo, di **43,5 km con dislivello positivo di 2350 metri**, un tracciato da veri "maratoneti del cielo", e l'altro più corto, di **21,5 km con 900 metri di dislivello positivo**.

La prossima sarà l'edizione numero sei. Una sfida tutta da vivere, che attraverserà le località più suggestive della Val Tramontina, portando i partecipanti a correre in luoghi ameni: i tre bacini che danno il nome alla 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.

Gli organizzatori del Three Lakes Trail sono sempre attenti alle richieste che arrivano dai partecipanti all'evento. Per questo, 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 circa 400 metri**.

"*Il lungo tratto asfaltato che dalla diga da Selva porta all'imbocco della prima galleria* – spiega l'organizzatore **Giampaolo Bidoli** – *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 è però un'altra: eviteremo di passare per la seconda galleria perché, appena usciti dalla prima, imboccheremo 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, ndr) *accompagnati dalla splendida vista sul canale del Meduna, per poi scendere verso la diga del Ciul e riprendere il sentiero che prosegue verso Tramonti di Sopra. Abbiamo voluto accogliere, sin da quest'anno, le richieste arrivate dai partecipanti all'edizione 2023. Anche perché nel 2025 il Three Lakes Trail, così come lo conosciamo, si prenderà un anno di pausa: per la prossima stagione stiamo progettando due nuovi eventi, un vertical che riproporrà la storica corsa in montagna 'Alla conquista della stella alpina' e un trail di 100 km tutto da scoprire e su cui, al momento, preferiamo non fare anticipazioni*. *Invitiamo, insomma, ad iscriversi all'edizione 2024 perché poi il Three Lakes Trail non tornerà prima del 2026*".

Il traguardo del Three Lakes Trail sarà come sempre a Tramonti di Sotto, nei pressi degli impianti sportivi in località Matan, dove saranno posizionati **parcheggi, docce e servizi**. E dove, concluse le gare, si svolgerà il **Pasta** e **Pizza Party** finale.

Tre le **modalità d'iscrizione**: al **negozio Sport 4 Team** (via Principale 10, Meduno); online attraverso la **piattaforma Endu**; oppure inviando la documentazione all'indirizzo e-mail iscrizioni@threelakestrail.it. Obbligatorio aver compiuto 18 anni alla data dell'evento ed essere in possesso di un certificato medico agonistico per l'Atletica Leggera o il Triathlon.

Le iscrizioni rimarranno aperte sino alla mezzanotte dell'**11 settembre**. Ma la prima quota agevolata (30 euro per la prova lunga, 15 per quella corta) resterà in vigore sino al 1° maggio. Previste particolari scontistiche, poi, per chi ha partecipato all'edizione 2023 e per i gruppi a partire da cinque atleti.

Per saperne di più: www.threelakestrail.it. Il fascino discreto e selvaggio della Val Tramontina non mancherà di conquistare ancora una volta gli appassionati di trail running: appuntamento al 22 settembre.