

## Nasce la 10%=1000 Km, evento unico in Italia

Scritto da Denise Quintieri - Ufficio Stampa Evento

Sabato 17 Settembre 2011 19:21 - Ultimo aggiornamento Sabato 17 Settembre 2011 22:03

---

E' sicuramente l'evento dell'anno in Italia e forse uno dei più grandi d'Europa. Mai in Italia una competizione di siffatta portata, perchè significa spostare il limite concettuale, biologico, fisico, morale, sportivo molto più in là del normale!

Il nuovo evento non è una 24 ore, nè una 48 ore, nè una corsa a tappe, nè in linea. Pensate ad una 100 km, immaginatevi di essere lì sulla linea di partenza, emozionati, frementi, ansiosi, poi via, verso quel 50esimo che rappresenta il giro di boa, poi 70, 80 km, poi finalmente eccolo il tanto sospirato traguardo! Ora pensate di compiere questo rito per dieci giorni di seguito! Ebbene sì, carissimi amici maratoneti e ultramaratoneti, vi presentiamo la 10%=1000 Km. Correre 100 km al giorno per 10 giorni consecutivi con l'intento molto preciso e di rigore, di effettuare uno studio medico-scientifico sul comportamento del corpo umano soggetto a sforzi prolungati, come appunto una ultramaratona, che sia esso a ore o a giorni. In questo caso come abbinare la ricerca scientifica al piacere di provare l'ebbrezza spostando i limiti del proprio corpo. Ma non siete obbligati!

Solo l'atleta che lo desidera potrà partecipare allo studio medico-scientifico che prevede la raccolta dati sui consumi energetici e sull'impiego del macchinario da impiegare per migliorare/facilitare il recupero fisico. Infatti sarà una equipe medica del CNR, insieme al Dottor Roberto Citarella (Direttore Sanitario CTR Reggio Emilia), che effettuerà il prelievo del sangue, la pesatura dei liquidi, dei solidi consumati e la misura del peso corporeo dell'atleta.

Per tutti gli altri che vorranno provare l'ebbrezza di spostare il proprio limite o vedere solo dove arriva la propria capacità fisica e mentale, possono lo stesso iscriversi dopo aver comunque preso nota del regolamento.

L'evento dell'anno, senza precedenti in Italia, di questa portata, si svolgerà da venerdì 21 ottobre con inizio alle ore 08.00 per concludersi alle ore 24 di domenica 30 ottobre 2011, con inizio giornaliero dalle ore 8.00 alle ore 24.00.

Gare collaterali

Alla 100 km al dì sarà affiancata con partenza sempre alle ore 8.00 di ogni mattina in

## Nasce la 10%=1000 Km, evento unico in Italia

Scritto da Denise Quintieri - Ufficio Stampa Evento

Sabato 17 Settembre 2011 19:21 - Ultimo aggiornamento Sabato 17 Settembre 2011 22:03

---

contemporanea, anche la 12 ore.

Nel pomeriggio con partenze dalle ore 15.00 ogni giorno è prevista la partecipazioni di tutti gli atleti che vorranno partecipare, con percorsi da 21 e 42 km, ovvero la distanza della mezza maratona e della maratona.

Autore, ideatore, colui che sfida l'impossibile, è l'azzurro di 24H Antonio Tallarita, vincitore a giugno della Torino-Roma No Stop altro evento di rilevanza e quasi unico nel panorama dell'ultramaratona italiana, con i suoi 720 km circa ad unire le due capitali. Tallarita impiegò 6 giorni per arrivare a Roma in un'unica tappa e tra molte difficoltà (come del resto gli altri 8 concorrenti che sono giunti al termine della estenuante prova).

### Omologazione e percorso

Il circuito è lungo 1.028 metri completamente chiuso al traffico e omologato FIDAL, all'interno del Centro d'avviamento al ciclismo, Via Marro n.2 a Reggio Emilia, nei pressi dell'aeroporto dove quest'estate s'e' svolto il mega concerto di Ligabue. La competizione si svolgerà sotto l'egida della UISP e FIDAL. Si prega di prendere nota del regolamento seguente dove sono forniti tutti i dettagli dell'evento.

### REGOLAMENTO

**OBIETTIVO** della 10% =1.000 km è correre 100 km al giorno per 10 giorni consecutivi per effettuare uno studio medico-scientifico sul corpo umano soggetto a sforzi prolungati. L'atleta che lo desidera potrà partecipare allo studio medico-scientifico che prevede la raccolta dati sui consumi energetici e sull'impiego del macchinario da impiegare per migliorare/facilitare il recupero fisico. Una equipe medica del CNR, insieme al Dottor Roberto Citarella (Direttore Sanitario CTR Reggio Emilia), effettuerà il prelievo del sangue, la pesatura dei liquidi, dei solidi consumati e la misura del peso corporeo dell'atleta.

Eventi collegati: mattino, staffette con studenti delle scuole Superiore di 1° e 2° grado; pomeriggio, 1/2 maratone e maratone. L'evento 10%= 1.000 km non è una competizione tra

## Nasce la 10%=1000 Km, evento unico in Italia

Scritto da Denise Quintieri - Ufficio Stampa Evento

Sabato 17 Settembre 2011 19:21 - Ultimo aggiornamento Sabato 17 Settembre 2011 22:03

---

atleti. Non ci sono vincitori, l'uno rispetto all'altro, ma solo atleti che vogliono misurarsi con se stessi per superare i propri limiti. Ciascun atleta potrà partecipare all'evento completo (10 giorni) o a parte dell'evento (uno o più giorni consecutivi e non).

### PARTECIPAZIONE

Atleti nati nel 1991 e data antecedente e tesserati con gli Enti di promozione convenzionati con la Fidal ed in regola con la certificazione di idoneità agonistica per l'atletica leggera e della copertura assicurativa.

**LUOGO DI SVOLGIMENTO:** Pista del "Centro di Avviamento al Ciclismo" Giannetto Cimurri, via Morra 2 Reggio Emilia. Vicino aeroporto.

**ISCRIZIONE ENTRO IL 15 OTTOBRE 2011** L'iscrizione sarà ritenuta completa al ricevimento, via e-mail (atallarita@libero.it) o via fax al n 0522.389266 dei: - Dati personali. - Fotocopia del pagamento della quota di iscrizione. - Breve curriculum sportivo possibilmente con fotografia da mettere nel sito. - Copia del certificato medico agonistico

**QUOTA DI ISCRIZIONE E MODALITA' DI PAGAMENTO** a) Fino al 31 settembre: per chi partecipa a tutta la durata dell'evento: € 200.00 b) Per chi sceglie di partecipare a frazioni dell'evento (distanza o tempo): € 25,00 al giorno. c) Dal 1 al 15 ottobre: l'iscrizione salirà rispettivamente a € 300.00 per l'evento completo ed € 35,00 giorno singolo d) Il versamento della quota di partecipazione deve essere eseguito entro e non oltre il 15 ottobre. c/bancario presso banca Credem, IBAN: IT 25 S 0303212810010000002787 intestato ad Antonio Tallarita via J F Kennedy 25 42124 R

**RITIRO PACCO GARA E MATERIALE TECNICO** Tutti i giorni ore 7.00 - 7.45 oppure ore 14.00 -14.45 del 21 ottobre 2011 presso il luogo di svolgimento dell'evento. Il pacco gara contiene, medaglia e maglietta ricordo e, se disponibili, gadget.

**PASTA PARTY:** 20 ottobre h 20.00, via JF Kennedy 25 RE, abitaz. Antonio e Gabri Tallarita. Obbligo prenotaz. 348 3318016

## **Nasce la 10%=1000 Km, evento unico in Italia**

Scritto da Denise Quintieri - Ufficio Stampa Evento

Sabato 17 Settembre 2011 19:21 - Ultimo aggiornamento Sabato 17 Settembre 2011 22:03

---

**REGOLE VARIE:** Valgono le Normative IAAF, FIDAL ed i regolamenti di Ultramaratona IUTA.

**ASSISTENZA:** Medico, massaggiatore, rifornimenti con prodotti solidi e liquidi.

**SERVIZI DURANTE LA 10 % = 1.000 km.** - rilievo dati con transponder e microchip e Giudici di Gara Fidal e UISP. - rifornimenti personali (in apposita area separata dal rifornimento dell'organizzazione) - rifornimenti dell'organizzazione con prodotti solidi e liquidi.

**PREMIAZIONI** L'evento 10%=1.000 km non è una competizione quindi non sono previsti né classifica, né premi speciali. I Km percorsi dagli atleti saranno ufficiali in quanto il rilievo è fatto con microchip e Giudici di Gara Fidal -Uisp Ai soli atleti che partecipano a più giorni, sarà donato un quadretto contenente una pergamena riportante il logo dell'evento, la data, i giorni di partecipazione ed i km percorsi nel tempo. A tutti Medaglia di partecipazione.

**COMITATO ORGANIZZATIVO** Giuliano Mainini (Pod. Biasola), Valentino Iotti (Ass. Cicl. Cooperatori-Scott), Dott Roberto Citarella (CTR, Reggio Emilia), Marco Fantini (Assessore Provinciale RE), Gabriella Arecco (Avis Comunale RE), Cristian Mainini (UISP Reggio Emilia).  
Responsabile: Antonio Tallarita, e-mail: [atallarita@libero.it](mailto:atallarita@libero.it) ., cell 348 3318016, abitaz. 0522 302269, fax 0522 389266