

## Calendario Asti-Ticino 2010

21 marzo, Sementina - San Defendente, 4,8 Km +400 m, partenza ore 9.45

5 aprile, Giro Media Blenio, 10 Km, partenza ore 12.00. Mini Giro Media Blenio, partenza ore 16.00

11 aprile, Giro di Giubiasco, 8.6 Km, partenza ore 15.45

18 aprile, Giro di Stabio, 10.5 Km, partenza ore 10.15. Piccolo giro di Stabio, partenza ore 9.30

24 aprile, Military Cross Bellinzona, staffetta polisportiva, 16.5 Km / 4 tratte, partenza ore 14.30, sito internet

1 maggio, Stralosone, 10 Km, partenza ore 10.30. Piccolo giro di Losone, partenza ore 9.35,  
[www.splocarnese.ch](http://www.splocarnese.ch)

5 maggio, 5000 Morbio inferiore, 5 Km, partenza ore 19.30. 2000 m, partenza ore 19.00

8 maggio (sabato), Tesserete - Gola di Lago, 7.2 Km +494 m, partenza ore 17.45

16 maggio, Vacallo - Alpe Cavazza (Bisbino), 6,8 Km +888 m, partenza ore 10.15

21 maggio, Corsa in notturna a Faido, 8 Km, partenza ore 19.30

23 maggio, Corsa Malvagliese, 12 - 6 Km, partenza ore 9.45

28 maggio, Grand Prix Locarno, 8 Km, partenza ore 20.15. Mini Grand Prix Locarno, partenza ore 19.45,  
[www.splocarnese.ch](http://www.splocarnese.ch)

30 maggio, Auressio - Russo, 7.4 Km +300 m, partenza ore 10.15

2 giugno, 5000 Tesserete, 5 Km, partenza ore 19.30

6 giugno, S. Antonino - Cima di Medeglia, 11.3 Km +1050 m, partenza ore 9.30

13 giugno, Corsa del Generoso, 10 Km +900 m, partenza ore 10.00

13 giugno, Lodrino - Lavertezzo, 20 Km +2190 m -1860 m, partenza ore ? [www.lodrino-lavertezzo.ch](http://www.lodrino-lavertezzo.ch)

19 giugno, Strasolduno, 8.4 Km partenza ore 19.00

20 giugno, Orselina - Cardada, 10 Km +947 m, partenza ore 10.00, [www.splocarnese.ch](http://www.splocarnese.ch)

27 giugno, Ticino Ultramarathon, 53 Km +/- 1650 m, [www.tisupermarathon.altervista.org](http://www.tisupermarathon.altervista.org)

4 luglio, Cama - Val Cama, 7.9 Km +920 m, partenza ore 10.00

11 luglio, Dirinella - Alpetto di Caviano, 5.1 Km +1020 m, partenza ore 10.15, [www.runticino.artelanini.org](http://www.runticino.artelanini.org)

17 luglio, Giro di Brione Verzasca, 8.6 Km, partenza ore 16.45. Piccolo giro, partenza ore 16.00

25 luglio, Cronometro del Nara, 5.5 Km +750 m, prima partenza ore 9.30

1 agosto, Caveragno - Foroglio, 6 Km +250 m, partenza ore 9.30

1 agosto, La Pontironese, 5.7 Km +260 m, partenza ore 10.00

15 agosto, Rodi - Tremorgio, 5.5 Km +910 m, partenza ore 10.00

18 agosto, 5000 Tenero, 5 Km, partenza ore 18.30. 2000 m, partenza ore 18.15

?? agosto, Giro di Breno, 9.8 Km, partenza ore 18.00. Minigioco, partenza ore 17.15

22 agosto, San Vittore - Giova, 7.7 Km +700 m, partenza ore 9.30

27 agosto, Bellinzona "Go and run", 8.1 Km, partenza ore 19.45. Piccolo giro, partenza ore 19.15

28 agosto, Cronometro Malcantone a Caslano, 4,65 Km, prima partenza ore 18.00

11 settembre, Marchethon Bellinzona, 5 - 10 Km, partenza ore 14.00

12 settembre, Memorial Crimella a Massagno, 8 Km, partenza ore 9.30. Giro giovanile, partenza ore ???

18 settembre, Giro di Camignolo, 15 - 10 Km, partenza ore 17.00, [www.spc-camignolo.ch](http://www.spc-camignolo.ch)

22 settembre, 5000 Bellinzona, 5 Km, partenza ore 19.30

25 settembre, Corsa della Solidarietà Lugano, 5 Km, partenza ore 18.00

26 settembre, Stralugano, 30 Km +/- 150 m, partenza ore 9.45. 10 Km, partenza ore 10.15,  
[www.stralugano.ch](http://www.stralugano.ch)

17 ottobre, Corsa della briccola a Sessa, 16 Km +/- 300 m, partenza ore 9.30, [www.grappoli.ch](http://www.grappoli.ch)

24 ottobre, Test ASTI a Giubiasco da 5 a 30 Km, partenza ore 9.00

14 novembre, Maratona e Mezza di Tenero, 42 Km, 21 Km, partenza dalle ore 9.15, Minimaratona ore 13.00  
[www.maratona-ticino.ch](http://www.maratona-ticino.ch)

## GARE VALEVOLI PER LA COPPA TICINO DI MONTAGNA 2010

Sementina - San Defendente

Tesserete - Gola di Lago

Vacallo - Alpe Cavazza (Bisbino)

Corsa del Generoso

Orselina - Cardada

Cama - Val Cama

Dirinella - Alpetto di Caviano

Cronometro del Nara

Rodi - Tremorgio

San Vittore - Giova