

DESCRIZIONE PERCORSI TRAIL DEL DIAMANTE – MEMORIAL CRISTIANO CAPELLI

Ultra del Diamante 45k (Comuni di Genova, Montoggio, Sant'Olcese e Davagna)

Gara competitiva.

Si tratta di una gara di *trail running*, con un percorso ad anello di circa 45 km e 2500 metri di dislivello positivo, da concludere in un tempo massimo di 11 ore e 30 minuti.

La partenza e l'arrivo sono previsti direttamente dalla zona eliporto del Righi (parcheggio di Via del Peralto).

La gara prevede un primo tratto in salita, passando per il Forte Sperone, Forte Puin, Forte Fratello Maggiore (salendo la cd. "direttissima"), la discesa sino alla sella del Diamante, nuovamente in salita sino alla cima del Forte, per poi ridiscendere sino alla Baita del Diamante (km 5) dove è previsto il primo punto di ristoro (liquidi e solidi). Da qui si prosegue in direzione di Pino attraverso il sentiero sterrato del Monte Bastia, si percorre poi la cd. pista Noci verso la "presa dell'acqua", si sale al Colle del Canile (km 12), ove si trova un secondo punto di ristoro (liquidi e solidi). Si prosegue verso Creto e il sentiero dell'Alta Via che passa sotto l'Alpesisa. Al km 18 - dove c'è il primo cancello orario (ore 11,15 – 4 ore e 15 minuti di gara) -, si prende il sentiero che porta a Capenardo e poi a Marsiglia (km 22 – terzo punto di ristoro liquidi e solidi). Da qui si sale a Canate di Marsiglia, borgo risalente al XII secolo (km 25) per poi ritornare al bivio precedente, ove è posto anche il secondo cancello orario (km 26 – ore 14,00 – 7 ore di gara). Il tracciato, a questo punto, procede per il Monte Lago (942 mt. s.l.m.) e la cima del Monte Alpesisa (984 mt. s.l.m.), per poi tornare sull'Alta Via e al Colle del Canile (km 32 – quarto ristoro di liquidi e solidi). Si sale, dunque, al Monte Alpe, km. 33.50 (800 mt. s.l.m.) per poi percorrere tutto il sentiero delle Fornaci sino a Pino. Passando nuovamente sulla cima del Monte Bastia, si arriva alla Baita del Diamante (39k – quinto ristoro liquidi e solidi), si va per il sentiero in piano dell'acquedotto, per salire, da Passo Gandino, alla Sella del Diamante e prendere così l'ultima discesa che porta al sentiero delle Pecore, poi all'Ostaia de Baracche e, quindi, all'arrivo.

Trail del Diamante 24k (Comuni di Genova, Montoggio, Sant'Olcese).

Gara competitiva e Marcia dei Forti.

E' una gara di *trail running* che si può svolgere anche in modalità marcia, con un percorso ad anello di circa 24 km e 1300 metri di dislivello positivo, da concludere in un tempo massimo di 6 ore e trenta minuti.

La partenza e l'arrivo sono previsti dalla zona eliporto del Righi (parcheggio di Via del Peralto).

La gara prevede un primo tratto in salita, passando per il Forte Sperone, Forte Puin, Forte Fratello Maggiore (salendo la cd. "direttissima"), la discesa sino alla sella del Diamante, nuovamente in salita sino alla cima del Forte, per poi ridiscendere sino alla Baita del Diamante (km 5) dove è previsto il primo punto di ristoro (liquidi e solidi). Da qui si prosegue in direzione di Pino attraverso il sentiero sterrato del Monte Bastia, si percorre poi la cd. pista Noci verso la "presa dell'acqua", si sale al Colle del Canile (km 12), ove si trova un secondo punto di ristoro (liquidi e solidi) ed il cancello orario delle ore 12,00 (3 ore di gara). Si sale, dunque, al Monte Alpe (800 mt. s.l.m.) per poi percorrere tutto il sentiero delle Fornaci sino a Pino. Passando nuovamente sulla cima del Monte Bastia, si arriva alla Baita del Diamante (km 18– terzo ristoro liquidi e solidi), si va per il sentiero in piano dell'acquedotto, per salire, da Passo Gandino, alla Sella del Diamante e prendere così l'ultima discesa che porta al sentiero delle pecore, poi all'Ostaia de Baracche e, quindi, all'arrivo.