



# Dolomiti Adventure Race 2023

## Adventure



Sezione	Descrizione	Disciplina	Distanza	Dislivello positivo	Dislivello negativo	Miglior tempo	Lanterne da trovare	Note
1 <b>MAPPA 1</b>	Le vecie miniere e gli sbarramenti de la guera	Run/trek	5,3	460	-460	90'	5	- portare lampada frontale
Transizione 1 --> MTB, materiale calata								
2 <b>MAPPA 2</b>	Do dal croz	Labirinto + Calata	1	80	-80	40'	///	- portare materiale calata (obbligatorio imbraco + casco MTB) - se uno dei due componenti il team non si volesse calare, deve comunque portare con se il materiale della calata dopodichè il compagno si calerà due volte
Transizione 1 --> MTB, materiale calata								
3 <b>MAPPA 3</b>	La vecia segheria	MTB	4,5	300	0	25'	///	- portare scarpe running - lasciare in TA1 il kit della calata
Transizione 2 --> acqua, bar aperto								
4 <b>MAPPA 4</b>	I masi de montagna	Run/trek	5,5	360	-360	60'	4	
Transizione 2 --> acqua, bar aperto								
5 <b>MAPPA 3</b>	Montegar par malghe	MTB	12	820	-80	60'	///	- portare scarpe running - bar aperto
Transizione 3 --> acqua, bar aperto								
6 <b>MAPPA 5</b>	Il paradiso all'improvviso	Run/trek	10	600	-600	120'	3	- lasciare il materiale da MTB in TA3
Transizione 3 --> acqua, bar aperto, MTB								
7 <b>MAPPA 3</b>	Se torna a val	MTB	15	360	-1100	70'	4	- portare lampada frontale - portare scarpe running
Transizione 1 -->								
8	Robin Hood de noaltri	Tiro con l'arco	///	///	///	5'	///	- in base alla precisione si definiranno il numero di punti da trovare nell'orienteering urbano
Transizione 1 -->								
9 <b>MAPPA 6</b>	Tra le canisele	Orienteering urbano	1,5 - 3	80-140	-30	20'	5 - 10	- da trovare un numero di punti proporzionale alla precisione al tiro con l'arco - portare la lampada frontale

55 km      3060 m      8 ore e 10'

Run/trek	21,8	1500
MTB	31,5	1480
Orienteering	1,5-3	80-140