



# Ultra Walking Challenge

L'Ultra Walking Challenge è una prova di cammino di durata studiata ad hoc dal Dipartimento di Scienze Motorie dell'Università di Verona sui percorsi Tricolore che si snodano nel comune di Affi, proposta a camminatori più o meno esperti ma anche a persone che amano il puro e semplice cammino e vogliono confrontarsi in questa nuova sfida. Nell'Ultra Walking Challenge l'attenzione si sposta dalla prestazione e performance alla durata, dalla distanza o velocità al tempo di cammino con soste ridotte all'essenziale.

Il monitoraggio e la ricerca delle variabili fisiologiche nel cammino prolungato a cura del Dipartimento di Scienze Motorie si suddivide in tre prove: 4 ore, 8 ore e 12 ore di cammino no stop (il tempo di sosta consentito è pari ad un max del 5% del tempo totale). I camminatori possono partecipare ad una singola prova o a tutte tre. Il tempo sommato delle 3 prove designerà il vincitore del trofeo UWC 2019.

Elenco delle prove:

- 4 ore - Venerdì 4 Ottobre 2019 16.30-20.30
- 12 ore - Sabato 5 Ottobre 2019 08.00-20.00
- 8 ore - Domenica 6 Ottobre 2019 09.00-17.00

Info e contatti:

Doriana Rudi

Cell.: +39 333 3357425

Mail: [doriana.rudi@univr.it](mailto:doriana.rudi@univr.it)