

---

InBici

# InBici

Rivista per ciclisti, InBici Magazine, Passione sui Pedali

## ISTRIA, TERRA DI SFIDE SPORTIVE

Maurizio Rocchi · Tuesday, April 5th, 2022

**Dalla 100 miglia dell'Istria (trail) alla maratona MTB Helter Skelter, dall'arrampicata sui fiordi all'Ironman di Parenzo (a ottobre), in questo 2022 la penisola croata si prepara ad accogliere legioni di sportivi.**

Correre tra i boschi respirando l'aria dell'Adriatico, cimentarsi nell'arrampicata libera mentre si ammira il paesaggio nordico del Canale di Leme o lanciarsi in bike sulla costa orientale dell'Istria: sono solo alcune delle avventure possibili, in questo 2022, per gli amanti dello sport che decidono di mettere alla prova fiato e gambe nella penisola istriana.

### **100 miglia dell'Istria (trail), dal 7 aprile**

La stagione sportiva si aprirà tra pochi giorni, dal **7 aprile, quando andrà in scena la “100 miglia dell'Istria – Istria 100 by UTMB®”, la più grande corsa trail di carattere internazionale in Croazia, parte dell'Ultra Trail World Tour.** L'evento si articola in diverse gare, che si snodano lungo i magnifici percorsi escursionistici dell'Istria, tra cittadine medievali, macchia mediterranea, radure, sentieri di terra rossa e percorsi costieri. **La corsa più impegnativa è la “rossa” di 168 km, che prenderà il via l'8 aprile da Labin/Albona per terminare a Umag/Umago,** passando per cittadine incantevoli dell'entroterra come Buzet/Pinguente, Grožnjan/Grisignana e Buje/Buie.

Il percorso “blu” (128 km) inizia invece con un'impegnativa salita dal borgo costiero di Lovran/Laurana su fino alla cima del monte U?ka a 1.400 metri di altitudine, il tutto in soli 8 km (per poi fondersi con il percorso rosso e seguirlo fino alla fine a Umag/Umago). E poi ancora il percorso “verde” di 68 km, incentrato sui paesaggi bucolici dell'Istria centrale, il “giallo” per principianti (40 km), con partenza da Motovun/Montona e infine il percorso bianco, soli 20 km (tempo massimo di 4 ore, con partenza da Grožnjan/Grisignana la domenica mattina) per chi vuole dedicare mezza giornata allo sport e godersi l'arrivo a Umag/Umago.

Altre informazioni, regolamento e iscrizioni al sito ufficiale [www.istria100.com](http://www.istria100.com)



Bike costa orientale © ET Istria-G Nacinovic

### **Dal 7 all'8 maggio, riflettori puntati sulla Lim Bay Challenge (a Vrsar/Orsera)**

Sesta edizione per questa grande avventura “multi-sport” che ruota intorno allo scenografico Canale di Leme, fiordo istriano circondato da fitti boschi. Oltre alla gara classica (categorie Ultra di 65-70 km e Light di 35-40 km) e al Trekking Challenger (25 km), la Lim Bay Challenge aggiunge quest'anno nuove proposte per gli amanti dello sport, tra cui workshop di arrampicata libera e camminata nordica. La competizione tradizionale prenderà il via da un luogo sconosciuto, e i concorrenti, con l'aiuto di una bussola e una mappa, si dovranno muovere attraverso le bellezze dell'arcipelago di Orsera, del Canale di Leme e del suo entroterra. **La prova lunga di 60 km sarà un'alternanza tra corsa, MTB, canottaggio, discesa in corda doppia e orienteering.** Per tutti gli amanti dell'avventura, ma non del tutto pronti per un'attività che dura tutto il giorno, c'è anche la categoria Light.

Per info dettagliate, percorsi e iscrizioni: [limbaychallenge.com/en](http://limbaychallenge.com/en)

### **Helter Skelter 2022. Maratona MTB, il 7 maggio**

Rabac/Porto Albona, suggestivo borgo di pescatori nella parte sud-orientale dell'Istria, è una delle destinazioni MTB più famose e amate della costa adriatica orientale: qui è stato costruito il primo bike park in Croazia, mentre i club MTB di tutta Europa vengono in questa regione per allenarsi. E qui, il 7 maggio 2022, andrà in scena la **quarta edizione della Maratona MTB Helter Skelter**: i partecipanti gareggeranno in sei categorie (Uomini 16-29 anni, Uomini Young Masters 30-39 anni, Uomini Masters 40-49 anni, Uomini Grand Masters oltre i 50 anni, Donne e E-MTB) e si cimenteranno in una gara unica, che attraversa aspri paesaggi costieri per autentiche scariche di adrenalina.

Il numero dei partecipanti è limitato, per iscrizioni [www.adriabike.hr/en](http://www.adriabike.hr/en)

## Plava Laguna Half Marathon, 14-15 maggio

Dopo due anni di stop causa pandemia, torna anche la tradizionale **mezza maratona di Plava Laguna, in programma presso lo Zelena Resort di Poreč/Parenzo il 14 e 15 maggio**. Oltre ai runner, sono attese in città anche tantissime famiglie con bambini, che potranno partecipare parallelamente alle gare **Kids Run e Family Run**. La distanza della mezza maratona (solo per maggiori di 18 anni) è di 21 chilometri. Il percorso parte dall'hotel Parentium Plava Laguna, attraversa il Plava Resort e il centro di Parenzo per tornare indietro in direzione di Funtana fino all'hotel Parentium. I partecipanti possono scegliere la distanza più breve di 10 km. Per informazioni: [www.plavalaguna.com/it/istria/parenzo/eventi/plava-laguna-mezza-maratona](http://www.plavalaguna.com/it/istria/parenzo/eventi/plava-laguna-mezza-maratona)

**E infine, a ottobre, altri due grandi appuntamenti per amanti dello sport, a Poreč/Parenzo**

- **8.10: gara ciclistica Istria300** – Ride your Limits! Per info [www.istria300.com/it/](http://www.istria300.com/it/)

**16.10: il più grande triathlon in Croazia** e in questa parte d'Europa, il **Plava Laguna Ironman 70.3 Poreč**. Un giorno prima dell'evento principale si svolgerà la competizione IronKids. Per info [www.ironman.com/im703-croatia](http://www.ironman.com/im703-croatia)



Trekking Canale di Leme © Lim Bay Challenge

Copyright© InBici Magazine ©Riproduzione riservata

This entry was posted on Tuesday, April 5th, 2022 at 12:17 pm and is filed under **News, TURISMO**. You can follow any responses to this entry through the **Comments (RSS)** feed. You can skip to the end and leave a response. Pinging is currently not allowed.

