



RUNNER IN SICUREZZA

Regole e consigli per la strada, i sentieri e la montagna

La sicurezza corre con noi: non lasciare nulla al caso.

GIOVEDÌ 29 GENNAIO 2026 Ore 21:00

Auditorium di Gaglianico (Via XX Settembre 10)

Una serata informativa fondamentale per chi ama correre e camminare all'aria aperta. Scopriremo insieme come vivere la passione per lo sport riducendo al minimo i rischi, dalla strada cittadina alle vette più impervie.

SICUREZZA SU STRADA & CODICE DELLA STRADA

Conoscere l'**Art. 190 del CdS**: i doveri dei pedoni.

L'importanza della visibilità: dispositivi riflettenti e segnaletica.

Prevenire gli incidenti: le corrette norme di comportamento.

TRAIL RUNNING & AMBIENTE MONTANO

Pianificazione dell'itinerario e lettura del meteo.

Orientamento fuori dai tracciati battuti.

Scelta dell'attrezzatura corretta e gestione delle emergenze.

Rispetto della montagna e dei propri limiti.

INTERVERRANNO:

Esperti del settore per la sicurezza in montagna e trail running.

Rappresentanti dell'**Arma dei Carabinieri** per un approfondimento autorevole sulle norme stradali.

Evento organizzato da: Tapa Run Biella *Salute, Solidarietà e Sport sul territorio Biellese*

Con il Patrocinio di: Comune di Gaglianico

Contatti e Info: Mario De Nile: 389.8058947 Email: mariodenile@icloud.com

