

MATERNUM MARATHON 2025 – PIANSANO IN BREVE.....



www.maternummarathon.it – info@maternummarathon.it
[telefono cellulare 3382729578](tel:3382729578) o [3407058730](tel:3407058730)



PARTENZA e ARRIVO **DOMENICA 15 GIUGNO**

PARTENZA ore 7.30 in Via Umberto I nei pressi della chiesa Madonna del Suffragio
ARRIVO comune a tutti i percorsi in Località Valle del Demonio nei pressi della Struttura Polivalente/Palazzetto dello Sport con Pranzo Finale

PACCO PARTECIPAZIONE

Zainetto, maglia tecnica, olio extra vergine d'oliva biologico, formaggio pecorino, braccialetto, gadget e materiale vario



RITIRO PACCO PARTECIPAZIONE

- Giovedì 12 giugno dalle ore 15.00 alle ore 20.00 in Via Umberto I n.93 (nei pressi della chiesa Madonna del Suffragio)
- Venerdì 13 giugno dalle ore 15.00 alle ore 20.00 in Via Umberto I n.93 (nei pressi della chiesa Madonna del Suffragio)
- Sabato 14 giugno dalle ore 10.00 alle ore 13.00 e dalle ore 15.00 alle ore 18.00 in Via Umberto I n.93 (nei pressi della chiesa Madonna del Suffragio)
- Domenica 15 giugno dalle ore 6.30 alle ore 7.15 presso il punto di partenza in Via Umberto I sotto la Torre Civica



BAR

All'arrivo in Località Valle del Demonio nei pressi della Struttura Polivalente/Palazzetto dello Sport, sarà presente un bar rifornito di: birra, vino, prosecco, bevande analcoliche, caffè, amari e digestivi

BAMBINI



Per i bambini è possibile scegliere al momento dell'iscrizione:

1. Pacchetto completo € 20,00 comprende: Pacco Partecipazione, Ristori e Pranzo Finale
2. Pacchetto ridotto € 10,00 per bambini fino a 11 anni di età: Ristori lungo i percorsi e Pranzo con Focaccine ripiene affettato, acqua e dolce



I NOSTRI RISTORI

Presenti ogni 5 km circa e abbondantemente riforniti
prodotti specifici per chi ha allergie e intolleranze alimentari o particolari esigenze

RISTORO "La Loggetta" NR.1

percorso **11 Km** **19 Km** **34 Km**

Caffè tipo moka + caffè espresso
Dolcetti dei forni di Piansano
Cornetti cioccolato e marmellata
Focaccine dei forni di Piansano con mortadella e salame
Frutta fresca (pesche noci, albicocche e banane)
Succhi frutta (pesca, pera, ACE)
Acqua



Per chi ha intolleranze alimentari.... chiedere al personale del ristoro



RISTORO "Don Chiosciotte" NR.2

percorso **19 Km** **34 Km**



Barrette ai cereali e cioccolato
Barrette ai cereali e frutti di bosco
Cioccolatini fondente "NOVI"
Banane
Sali minerali (Gatorade)
Acqua



Per chi ha intolleranze alimentari.... chiedere al personale del ristoro

RISTORO "Festa al Pagliaccio" NR.3/19

percorso **19 Km**

Focaccine dei forni di Piansano con mortadella e salame
Barrette ai cereali e cioccolato
Barrette ai cereali e frutti di bosco
Frutta fresca (pesche noci, albicocche e banane)
Sali minerali (Gatorade)
Succhi frutta (pesca, pera, ACE)
Acqua
BIRRA, COCA COLA E NOCCIOLINE



Per chi ha intolleranze alimentari.... chiedere al personale del ristoro



RISTORO "La lepre e il fagiano" NR.3/34

percorso **34 Km**



Pizza scrocchiarella dei forni di Piansano
Pane e marmellata
Frutta fresca (pesche noci e albicocche)
Succhi frutta (pesca, pera, ACE)
Acqua
COCA COLA E NOCCIOLINE



Per chi ha intolleranze alimentari.... chiedere al personale del ristoro

RISTORO "Power" NR.4

percorso 34 Km

Barrette ai cereali e cioccolato
Barrette ai cereali e frutti di bosco
Cioccolatini fondente "NOVI"
Banane
Sali minerali (Gatorade)
Coca Cola
Succhi frutta (pesca, pera, ACE)
Acqua



Per chi ha intolleranze alimentari... chiedere al personale del ristoro



RISTORO "The End" NR.5

percorso 34 Km

**In collaborazione con il
Comune di VALENTANO**



Focaccine dei forni di Piansano con mortadella e salame
Crostatine cioccolato e marmellata
Banane
Sali minerali (Gatorade)
Succhi frutta (pesca, pera, ACE)
Acqua
BIRRA, COCA COLA E NOCCIOLINE



Per chi ha intolleranze alimentari... chiedere al personale del ristoro

Novità

SOLO PER IL PERCORSO

11 KM

**POCO PRIMA DELL'ARRIVO:
APERITIVO "AL GIARDINO SAN FILIPPO"**

Novità

SOLO PER IL PERCORSO

19 KM

**POCO PRIMA DELL'ARRIVO:
APERITIVO IN "TOMBA"**

PRANZO DEL CAMMINATORE

11 Km 19 Km 34 Km



PRIMO "Riso alla Maternum": insalata di riso con piselli, uovo, prosciutto cotto, sale, pepe, olio EVO

SECONDO "Arrosto alla Maremmana": arrosto di vitella, rucola, pomodorini, sale, pepe, olio EVO

DOLCE "La Crostata del Capitano": crostata dei forni di Piansano con marmellata

PANE E ACQUA

Per chi ha intolleranze alimentari, da segnalare al momento dell'iscrizione,

verrà preparato il seguente menù (valido anche per vegetariani e vegani):

PRIMO "Riso Leggero": insalata di riso con piselli, sale, pepe, olio EVO

SECONDO "Ceciata": ceci, rucola, pomodorini, sale, pepe, olio EVO

DOLCE "Crostata Special": crostata per intolleranti con marmellata

PANE E ACQUA

