

**Terni 18 - 19 Febbraio 2023**

## **PROGRAMMA EVENTI MARATONA**

### **SABATO 18 FEBBRAIO**

#### **1-Free bus hop on & hop off per visite Valnerina – con raduno dei gruppi c/o Palazzo Spada**

Giorni 18 febbraio da palazzo Spada

Partenza da Municipio Palazzo Spada (zona partenza maratona) di Terni con **bus gratuito** dalle 10.30, ogni ora e mezza circa, di sabato fino alla sera.

Fermate del bus: **Cascata delle Marmore – Arrone - Ferentillo – Montefranco** e ogni hotel lungo il percorso.

#### **CASCATA DELLE MARMORE APERTURA DALLE 12 ALLE 15**

**Ferentillo**-Arrivo presso la piazza del paese dove si può visitare la Chiesa di S. Maria. Segue passeggiata per le vie del paese fino al “Museo delle Mummie” – visitabile a pagamento con guida specifica – costo € 4,00 – Il Museo è la cripta della chiesa sovrastante che sarà visitata con la guida a disposizione dei partecipanti.

**Arrone** -E’ un piccolo centro fortificato che sorge su un colle roccioso alla sinistra del fiume Nera. Una guida accompagnerà nella visita dei luoghi più interessanti; come il castello di Arrone, la chiesa di San Giovanni Battista e la chiesa di Santa Maria Assunta dove ammirerete il dipinto attribuito al **Caravaggio** “**La cena di Emmaus**”.

Gli orari sono dalle 11 alle 13 e dalle 14 alle 17.

**La Cascata delle Marmore** mirabile opera di ingegneria idraulica creata dai Romani nel 271 d.c. che vanta anche il primato di essere la più alta cascata artificiale del mondo. Essa è alimentata dal fiume Velino che, dopo aver attraversato il lago di Piediluco si getta nella valle sottostante del fiume Nera.

Per accedere alla cascata delle Marmore è necessario esibire il pettorale gara.

#### **2-Free bus hop on & hop off per visite guidate a Narni – con raduno dei gruppi c/o Palazzo Spada**

GIORNI 18 FEBBRAIO DA PALAZZO SPADA

Il programma prevede la visita dei luoghi di maggiore interesse della città che vanta un ricco patrimonio artistico acquisito in tre millenni di storia.

1-Arrivo in Piazza Garibaldi dove si potrà visitare tutto il centro storico fino a Piazza dei Priori. Da qui si prosegue per il Museo Erolì, dove le guide addette mostreranno le collezioni archeologiche e medioevali ospitate oltre una pinacoteca nella quale è possibile ammirare un importante dipinto del Ghirlandaio e di Benozzo Gozzoli. 3€

Segue la visita allo storico Palazzo del Beata Lucia con la Sala dei Plenaristi che permette di immergersi nei dipinti e nei paesaggi, e la Terrazza dei Plenaristi da cui si ammira il paesaggio delle Gole del Nera.

2-Altro luogo da non perdere è la visita alla stupenda "Narni Sotterranea", dove guide apposite vi faranno rivivere il periodo dell'Inquisizione, (prenotazione obbligatoria). La visita dura circa un'ora con i seguenti orari: 14.45 In Piazza Garibaldi sarà possibile riprendere il bus per il rientro a Terni ogni ora e mezza circa.

### **3-Dalle ore 10:00 alle ore 18.30**

Giorni 18/02 Palazzo Spada

E' attivo il **TRENINO** che da Palazzo Spada effettua il servizio navetta per la **Basilica di San Valentino**.

### **4-Camminata sportiva in musica**

Gradevole camminata ecologica lungo la greenway del Nera, partenza dal piazzale Cascata delle Marmore ore 15:00 – ore 14.30 registrazione e consegna cuffie. Info 3395956767

### **Dalle ore 10:30 alle ore 21:30 - TRANSFER DA E PER HOTEL**

Il servizio è svolto dagli stessi bus che effettuano le escursioni che raccolgono contemporaneamente anche i passeggeri diretti o provenienti dagli hotel situati lungo la Valnerina, nei dintorni di Narni, o fuori dal centro città.

### **Dalle ore 17 circa – MESSA DEL PODISTA E Benedizione delle Medaglie presso la Basilica di San Valentino. Ore 18.30 Rievocazione Storica del Martirio di San Valentino.**

**Alle ore 19:30 – APERTURA PASTA PARTY** - Il pasta party sarà servito solo ed esclusivamente nella serata di sabato 18 febbraio, presso Hotel Garden via bramante Terni, bus navetta da palazzo Spada dalle ore 19. **MUNIRSI DI COUPON RICEVUTO CON PETTORALE.**

## ***PROGRAMMA MARATHON VILLAGE***

### ***ORE 9.30 APERTURA E CONSEGNA PETTORALI-PACCHI GARA PALASI' PIAZZA DELLA REPUBBLICA***

***ORE 16:00 BCT BIBLIOTECA, PIAZZA DELLA REPUBBLICA INCONTRO CON IL MENTAL COACH ANTONIO DI MARCO ED IL GRANDE ULTRAMARATONETA MARCO OLMO, WORKSHOP ANALISI DEL PIEDE REL. DOTT. TRINCA DAMIANO, TESTIMONIAL G.S. FIAMME ARGENTO CLAUDIO CONTRO.***

### ***ORE 17.30 PRESENTAZIONE DEI TOP RUNNER C/O PIAZZA DELLA REPUBBLICA***



FONDAZIONE  
CASSA DI RISPARMIO  
DI TERNI E NARNI



Camera di Commercio  
Terni



## **DOMENICA 19 FEBBRAIO**

### Dalle ore 07:30 SERVIZIO NAVETTA PER I MARATONETI

Le navette trasferiranno alla zona partenza gli atleti che soggiornano nelle strutture della Valnerina – di Narni e fuori dal centro città.

### Ore 09:00 - INGRESSO NELLE GRIGLIE

**ROSSA TEMPI MIGLIORI – GIALLA TEMPI INTERMEDI – BLU TEMPI MINORI**

### Ore 09:30 – PARTENZA DELLA XII MARATONA DI SAN VALENTINO, DELLA MEZZA

Ore 09:40 – PARTENZA DELLA FAMILY RUN – Percorso non competitivo di 4 km che si snoda lungo le vie della città, al termine dei primi quattro chilometri si può ripetere il giro ed effettuare 8 km.

**ZONA ARRIVO DI PIAZZA EUROPA** spettacoli ed animazione per bambini a cura del gruppo Metamorfosi e gran ristoro di accoglienza per tutti gli atleti.

### Dalle ore 12:30 fino alle ore 16:30 – SERVIZIO NAVETTA PER RIENTRO IN HOTEL **GARDEN E CLASS.**

### **INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI TOUR:**

- <http://www.maratonadisanvalentino.it>
- **SABATO 18 PRESSO INFO POINT DI PALAZZO SPADA** (zona partenza tour)



FONDAZIONE  
CASSA DI RISPARMIO  
DI TERNI E NARNI

**aceq**  
ambiente **IGIA**



Camera di Commercio  
Terni



**Prenota presso Ristorante La Citta' Vecchia**  
**Viale D. Giannelli, 81/83 - tel. 366.2456439**  
**menu' e prezzo convenzionato – prenotare.**



**- PANIFICIO RAMOZZI & FRIENDS** - Largo Frankl 23, 3289152290 – pasti veloci  
, pasticceria, aperitivo. Vicino arco della partenza. Solo sabato.



FONDAZIONE  
CASSA DI RISPARMIO  
DI TERNI E NARNI

acea  
ambiente



Camera di Commercio  
Terni

