



3 - 9 settembre 2016
25.000 m D+ 200 miles – 350 km

AL VIA DOMANI I 4Ktalk

Mentre la gara è nel suo pieno svolgimento, a Casa 4K – in piazza Chanoux a Cogne, sede del 4K Village - prenderà il via il ciclo **4Ktalk**, quattro incontri di approfondimento dedicati allo sport, in particolare all'ultra trail, ma anche ai grandi eventi e ai personaggi della Valle d'Aosta.

Da domani 6 settembre a venerdì 9 settembre, tutti i giorni alle ore 18.00, il pubblico potrà assistere con accesso libero ai seguenti appuntamenti condotti da *Gabriele Accornero* – Direzione organizzazione 4K e Consigliere Delegato del Forte di Bard:

- martedì 6 settembre. *La performance atletica*
Interverranno: Ismael Mrani Alaoui, preparatore atletico, osteopata e personal trainer e il Dott. Dario Silvestri, Osteopata, Direttore dell'Accademia d'Osteopatia ASOMI e Vice Presidente di Confosteopatia.
- mercoledì 7 settembre. *Alimentazione, integrazione e doping*
Interverrà: Giovanni De Paolini, Amministratore Delegato Velferd - ADOACTA Sport
- giovedì 8 settembre. *I grandi eventi del Forte di Bard*
- venerdì 9 settembre. *Presentazione libro Bruno Brunod: Skyrunner, il corridore del cielo (prefazione Kilian Jornet Burghada, cover Steve Mc Curry).*

4K Alpine Endurance Trail Valle d'Aosta

Press Office Equipe International

Phone: +39 0234538354

Maria Grazia Vernuccio, mariagrazia.vernuccio@equipemilano.com mob. +39 335 1282864

Caterina Gianoli, caterina.gianoli@equipemilano.com mob. +39 347 2310112

Agnese Paris, agnese.paris@equipemilano.com mob. +39 320 3506955

Amelio Ambrosi, press@4kvda.com