

PROGETTO VIGOLANA TRAIL 2014

Il programma di ricerche che sarà condotto rappresenta un'evoluzione degli studi già compiuti dall'Università degli Studi di Verona e dal CeRiSM durante le quattro edizioni del Tor des Geants. Partendo da questa proficua esperienza sono stati costruiti quattro protocolli di ricerca al fine di determinare ancora meglio quelli che possono essere i cambiamenti fisiologici e biomeccanici a seguito dell'insorgenza di fatica causata da gare come il Vigolana Trail (definite dalla letteratura scientifica come 'mountain ultramarathon').

1) **Progetto energetica.** Col primo progetto l'obiettivo è quello di indagare i possibili cambiamenti sia a livello del costo energetico che della biomeccanica del gesto durante corsa in piano, in salita ed in discesa. Questi tre tipi di corsa si caratterizzano per un diverso intervento di tipo metabolico e meccanico; da cui, la necessità di capire quale di queste tipologie è maggiormente influenzata a seguito del trail.

2) **Progetto trekking poles.** Col secondo progetto l'obiettivo è quello di caratterizzare il lavoro con i trekking poles. I trekking poles sono utilizzati in maniera consistente durante ultra trail di montagna e l'obiettivo è quello di capire in che modo essi vengono utilizzati e quando.

3) **Progetto ematico.** Il terzo progetto riguarda l'eziologia del danno muscolare e di alcuni parametri legati all'infiammazione. Questi parametri sono già stati analizzati dalla letteratura su ultra trail di montagna di media (Ultra Trail du Mont Blanc) o lunga (Tor des Geants) distanza. Confrontando i dati ottenuti con quelli pubblicati, l'obiettivo è quello di capire come i suddetti parametri variano al variare della distanza percorsa.

4) **Progetto psicologico.** Il quarto ed ultimo protocollo, in collaborazione con il Prof. Pietro Trabucchi, riguarda l'analisi della variazione di determinati parametri psicologici a seguito della fatica.