



**Maratona del Piccolo Paradiso – 22 marzo 2022 – Aitutaki – Isole Cook
42k, 21k, 10k fun run.**

Il programma base Marathon Express può essere modificato con una ulteriore estensione alle isole Cook oppure possibile realizzare un minigiorno del mondo ed include oltre alla sosta alle Cook anche una a Singapore, Los Angeles ed Auckland oppure tutte e tre.

Il programma a seguire è su base individuale minimo 2 partecipanti. E' possibile modificarlo in base alle vostre esigenze personali. Se siete un piccolo gruppo di amici, un gruppo di runners possibili quotazioni specifiche ad-hoc.

1° GIORNO Domenica 20 Marzo 2022: Italia/Rarotonga

Partenza dalle diverse località italiane per Los Angeles.

Nota bene: possibilità di partire il giorno precedente ed effettuare un pernottamento a Los Angeles per spezzare il viaggio.

Arrivo a Los Angeles e proseguimento per le Isole Cook con il volo serale.

Pasti e pernottamento a bordo.

2° GIORNO Lunedì 21 Marzo 2022: Rarotonga/Aitutaki (- / - / D)

Arrivo a Rarotonga con il volo intercontinentale.

Tipico benvenuto polinesiano con collana di fiori, bottiglia di acqua e consegna del Marathon Welcome pack ed assistenza in lingua italiana.

Il marathon Welcome pack (pettorale) include:

Iscrizione alla gara, pettorale, medaglia di partecipazione, maglietta commemorativa, foto della gara all' arrivo, carboload dinner, celebration dinner.

Gli accompagnatori hanno incluso: maglietta commemorativa carboload dinner, celebration dinner.

Proseguimento per l' Atollo più bello del mondo.

Arrivo e trasferimento in minivan nella sistemazione prescelta.

Per ogni coppia in omaggio il noleggio di uno scooter per due giorni.

Benvenuti a Little Paradise la vostra casa per i prossimi giorni!

Mare relax la magnifica affabilità degli abitanti delle Cook oppure..

kayaking, SUP, vela, windsurfing e Kitesurfing, microciere nella laguna incantata e tanto altro ancora.

Pasta night & introduzione alla gara

A partire dalle ore 17.30 sarà servita una cena a base di pasta per tutti i partecipanti ed i

loro sostenitori. Ci sarà un'introduzione alle modalità di svolgimento dell'evento e l'opportunità di completare le registrazioni.

Giornata a disposizione per dedicarsi all' isola ed al relax.

Aitutaki Il paradiso, quello terreno si raggiunge in soli quarantacinque minuti di volo da Rarotonga.

La sua immensa laguna turchese, i quindici motu (isolette) e l'isola grande color verde smeraldo fanno di Aitutaki i 16 kmq più belli di tutto il Sud Pacifico. La barriera corallina di forma triangolare racchiude grandi formazioni coralline ove abbondano i coloratissimi abitanti del reef mentre, il motu di One Foot Island (Tapuaetai), vanta la spiaggia votata come la più bella del mondo. Non mancate però di abbandonare almeno per una mezzora la sabbia corallina per raggiungere la sommità del Maunga Pu (260 mt), da dove si gode una vista magnifica a 360 gradi su tutta la laguna e i motu.

Arutanga, il punto focale dell'isola va visitata sia per il colorato mercato del sabato e per la sua chiesetta del 1828 (è la più vecchia delle Isole Cook nonché una delle più belle e contiene diversi oggetti di legno intagliato e alcune vetrate policrome).

Qui si odono i canti dei fedeli, un vero soul che intenerisce il cuore. Raggiungete con lo scooter O'otu Beach ideale per nuotare o fare giri in kayak. Da qui salpano molte delle escursioni nella laguna e vi troverete un paio di ristoranti e uno dei migliori Bar dell'isola. I quindici motu che punteggiano la laguna di Aitutaki sono in gran parte disabitati e, trovato il passaggio in barca è possibile anche soggiornare in modo esclusivo per tutto il giorno su di uno di essi. Altrimenti potrete sempre approfittare delle escursioni giornaliere in barca concepite per piccoli gruppi. Il modo migliore per esplorare Aitutaki è il noleggio di uno scooter e, per chi ama dedicarsi ad attività sportive e ricreative, non mancherà l'occasione di partecipare a battute di pesca d'altura, al Bone Fishing, o di effettuare immersioni o snorkeling fra tartarughe marine e mante. Infine kayaking, SUP, vela, windsurfing e Kitesurfing sono impareggiabili nella laguna di Aitutaki.

Aitutaki è la meta ideale per coppie romantiche, dove celebrare matrimoni indimenticabili, legalmente riconosciuti dallo Stato italiano.

3° GIORNO Martedì 22 Marzo 2022: This Is The Day! (B / - / -)

Tutte e tre specialità cominceranno alle ore 6.30 dall' Ootu Point. Autobus gratuiti saranno disponibili a partire dalle ore 5.30 per accompagnare i partecipanti al punto di partenza entro le ore 6.00. Gli orari ed il luogo di raccolta, insieme al numero di

gara, saranno consegnati al vostro arrivo a Rarotonga. Acqua di cocco, frutta tropicale, snack e acqua verranno offerti alla fine della gara a tutti i partecipanti e sostenitori. A partire dalle 17.00 ci incontreremo al Boatshed Bar and Grill per i festeggiamenti di fine maratona!

Disponibili le seguenti specialità:

- 10km
- Mezza maratona
- Maratona

Chi può partecipare:

La categoria Junior viene classificata tra i 12 e 18 anni per la 10 km e tra i 15 e 18 anni per la mezza maratona

Solo i maggiori di 18 anni potranno partecipare alla maratona completa.

Il percorso si svolge tutto a livello del mare con dislivelli minimi e su strada asfaltata oppure corallina (strada battuta)

Partenza per tutti alle ore 06.00

Temperatura min 20 massimo 25

Umidità max 50% dipendente dalle brezze marine

Elevazione minima: 0 m

Elevazione massima: 20 m

Pendenza massima: 7.1%, -8.0%

Finish line per tutti nelle acque della laguna più bella del mondo.

4° GIORNO Mercoledì 23 Marzo 2022 Aitutaki / (B / - / D)

Mattina di riposo e serata di premiazione

Che c'è di meglio di una giornata rilassante nella splendida laguna di Aitutaki dopo una fantastica maratona? Per anni la nostra gente si è immersa nelle acque di questa bellissima laguna per alleviare i dolori di muscoli e articolazioni. Dopo una mattinata rilassante, la serata di premiazione con cena ed intrattenimento avrà inizio alle ore 18.00.

5° GIORNO Giovedì 24 Marzo 2022: Aitutaki /Runway 5km Fun Run (B / - / -)

Runway 5km fun run !!!

Giornata a disposizione per il relax e per le attività individuali.

Questa sera alle ore 18 dopo la partenza dell'ultimo volo per chi lo desidera una sgambata tra amici? Sì ma sulla pista di atterraggio dell'aeroporto - esperienza unica l'avete mai fatta? Questa è una charity vi sarà una piccola donazione.

Al termine della corsa siete tutti invitati a trascorrere la serata in compagnia all'Aitutaki Golf Club

6° GIORNO Venerdì 25 Marzo 2022 Aitutaki (B / - / -)

Giornata dedicata al mare ed al relax.

7° GIORNO Sabato 26 Marzo 2022: Aitutaki/Rarotonga /Los Angeles (B / - / -)

Trasferimento in aeroporto e partenza per Rarotonga.

Volendo possibile prolungare il soggiorno qui o sull'isola di Rarotonga siamo a vostra disposizione.

Per chi rientra in Italia consigliamo di prendere il volo del mattino da Aitutaki a Rarotonga.

Lasciare i bagagli in aeroporto ed esplorare l'isola principale con la sua pittoresca capitale Avarua.

Siamo a vostra disposizione per organizzare con Jacopo il nostro "italiano all'avana" visite od altre attività.

In serata si prosegue per il rientro in Italia.

Rarotonga Rarotonga è il centro delle isole Cook. Di origine vulcanica, offre spiagge sia sabbiose che rocciose. L'interno dell'isola è una splendida foresta che potrete anche attraversare a piedi sino a raggiungere piccole cascate, radure e fiumi in cui tuffarvi per un bagno refrigerante. L'isola è quasi interamente circondata dalla barriera corallina, che racchiude una laguna turchese. Oltre la barriera, il contrasto del blu dell'oceano.

Sul piccolo e luminoso lungomare della cittadina di Avarua, colorati parei, abiti e magliette svolazzano nella brezza distinguendo gli abitanti locali che, così vestiti, conducono in maniera rilassata ed invidiabile i loro affari. Avarua offre possibilità di shopping di ogni tipo, ma un occhio di riguardo va all'artigianato ed alle gioiellerie con le famose perle nere che provengono massimamente da Manihi, uno degli atolli settentrionali delle Cook. Se siete il sabato ad Avarua non mancate di visitare il pittoresco e chiassoso mercato di Punanga Nui.

Visita d'obbligo è la Spiaggia di Muri: la spiaggia di sabbia bianca lunga due chilometri lungo cui ammirare da un lato la barriera corallina ed i quattro motu (isolotti) e dall'altro, lussureggianti colline alberate a completare il panorama.

Sull'isola di Rarotonga la vita è improntata al ritmo lento e tropicale tipico dei mari del Sud. Dopo gli infuocati tramonti la vita continua vivace al ritmo delle danze polinesiane oppure esplorando gli innumerevoli e pittoreschi localini e ristoranti.

Lasciatevi trasportare dal ritmo e dall'anima della sua popolazione e non desidererete più il rientro a casa.

Molte le attività praticabili ma sempre senza essere nella ressa di un luogo turistico:

Scegliete fra andare a vela sulla laguna, uscire in canoa o con il SUP, praticare il kite o il windsurf, fare immersioni, snorkeling, surf, o unirsi ad una crociera sia in laguna che in mare aperto, pescare in mare e passeggiare sulla barriera .

Da Agosto a Settembre si possono osservare le balene megattere dalle spiagge di Rarotonga.

La Exclusive Economic Zone (EEZ) delle Isole Cook è stata formalmente dichiarata santuario delle balene e dal 2012 è il più grande Parco Marino al mondo .

Sono inoltre praticabili escursioni in 4x4 od in Quad per esplorare l'isola oppure si possono effettuare bellissimi trekking con gradi diversi di difficoltà al Takitumu Conservation Area o visitare la valle di Avatiu e la Cascata Papua. Consigliamo anche di noleggiare un'auto o un motorino per poter girovagare liberamente alla ricerca dei luoghi più segreti e nascosti dell'isola, sia all'interno della foresta che lungo le spiagge.

8° GIORNO Domenica 26 Marzo 2022: Los Angeles/Italia

Transito a Los Angeles e proseguimento per l' Italia.

Pasti e pernottamento a bordo.

9° GIORNO Lunedì 27 marzo 2022 Italia

Arrivo in mattinata e termine dei nostri servizi.

NOTE:

*** Prenota ora e versa il primo acconto ad ottobre 2021.**

****Riduzione accompagnatore Eur 90 (l'accompagnatore partecipa a tutte le attività salvo la gara)**

*****Volo dall' Italia a Los Angeles:**

Il volo non è incluso per permettere ai partecipanti di partire dalle diverse località italiane od europee con la massima flessibilità.

Ad oggi aprile 22 il costo indicativo tasse incluse di un volo dall' Italia a Los Angeles e di circa 600 Euro tasse aeroportuali incluse. Questo volo potrà essere prenotato nostro tramite oppure da voi direttamente.

****** Volo Los Angeles/Rarotonga/Los Angeles:**

E' incluso nell' offerta di viaggio ed il costo attuale è di circa 720 euro tasse aeroportuali incluse. tale costo è soggetto a variazioni sino ad emissione del biglietto ed in base alla disponibilità.

Preventivi su misura con personalizzazioni sono possibili.

*Per supplementi Camera singola, quotazioni per piano famiglia e/o gruppi siamo a vostra disposizione

** Vedi anche il nostro programma Maratona di Aitutaki e giro del mondo.

*** Possibile anche raggiungere le isole Cook via Auckland/Nuova Zelanda con soggiorno ad Auckland. Quotazioni a richiesta.

Hotel	Cat	Camera tipo	Sist	P.p
Paradise Cove Lodges	Cat. Budget	beachfront bungalow or garden suite	Cam. quadrupla	1.685 €
Paradise Cove Lodges	Cat. Budget	beachfront bungalow or garden suite	Cam. doppia	1.754 €
Popoara	Cat. Standard	Ocean Breeze Villas selfcontained	Cam. tripla adulti	1.807 €
Popoara	Cat. Standard	Ocean Breeze Villas selfcontained	Cam. doppia	1.857 €
Aitutaki Village	Cat. Standard	Gardenia Bungalow	Cam. quadrupla	1.863 €
Aitutaki Village	Cat. Standard	Tipani Bungalow	Cam. doppia	1.995 €
Rino's beach Bungalow	Cat. Budget	Lagoon View Unit	Cam. tripla adulti	1.868 €
Rino's beach Bungalow	Cat. Budget	Lagoon View Unit	Cam. doppia	1.959 €
Rino's beach Bungalow	Cat. Budget	Delux beachfront bungalow	Cam. doppia	2.393 €
Rino's beach Cat.	Cat. Budget	Bungalow garden unit	Cam. tripla adulti	1.997 €
Etumoana Bech Villas	Cat. Superior	Pool e lagoon View	Cam. tripla adulti	1.969 €
Etumoana Bech Villas	Cat. Superior	Pool e lagoon View	Cam. doppia	2.389 €
Tamanu Beach	Cat. Superior	Garden Bungalow	Cam. tripla adulti	2.221 €
Tamanu Beach	Cat. Superior	Lagoon View Bungalow	Cam. tripla adulti	2.273 €

Tamanu Beach	Cat. Superior	Garden Bungalow	Cam. doppia	2.421 €
Tamanu Beach	Cat. Superior	Lagoon View Bungalow	Cam. doppia	2.498 €
Pacific Resort Aitutaki	Cat. DLX	Premium Beachfront Bungalow	Quattro persone in 2 camere doppie	2.454 €
Pacific Resort Aitutaki	Cat. DLX	Premium Beachfront Bungalow	Cam. doppia	2.810 €

La quota comprende

- Assicurazione che copre l'Assistenza Sanitaria alla Persona e rimborso delle Spese Mediche sostenute in viaggio (sino a 55.000 Euro); danni ai bagagli (sino a 1500 Euro) e la Responsabilità Civile del Passeggero
- Volo d Los Angeles a Rarotonga
- Assistenza in lingua italiana a Rarotonga
- Tutti i trasferimenti da e per gli aeroporti e per la maratona
- Volo interno Rarotonga/Aitutaki/Rarotonga
- Sistemazione in hotel/ guesthouse
- Pasti inclusi come da programma (B= colazione L=pranzo D=cena AI= all inclusive)
- Omaggio noleggio scooter per 2 giorni (per coppia)
- Carboload Dinner per tutti (maratoneti ed accompagnatori)
- Celebration dinner e premiazione con spettacolo di danze polinesiane per tutti (maratoneti ed accompagnatori)
- Maglietta commemorativa della maratona per tutti (maratoneti ed accompagnatori)
- Pettorale e medaglia solo per i runners

La quota non comprende

- Assicurazione facoltativa annullamento viaggio
- Volo dall' Italia a Los Angeles a partire da Eur 600 (vedi note)
- Tassa di imbarco e carburante volo Los Angeles/Rarotonga/Los Angeles Eur 100 circa
- Quanto non indicato nel costo del viaggio od altrove nel programma
- Mance, bevande, extra di carattere personale

Per prenotazioni ed informazioni:

Roberto Chiesa: Go Australia (agente Gen. Per l'Italia) r.chiesa@goworld.it