

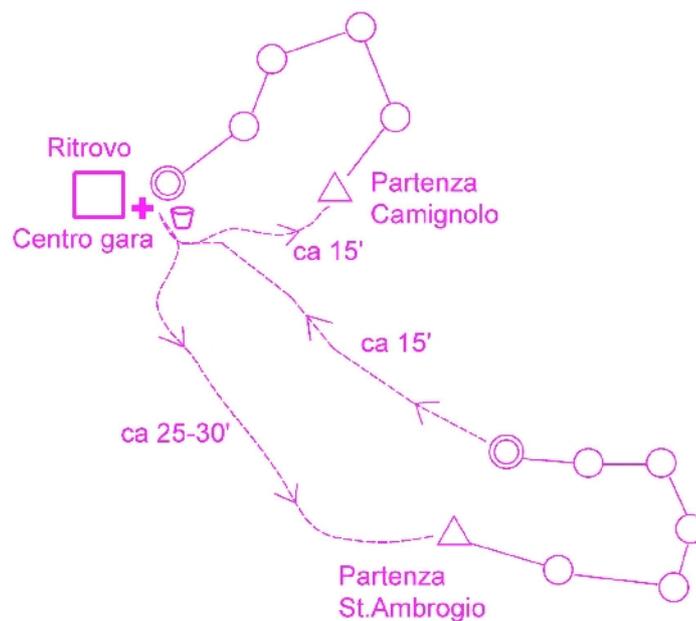
1. TMO GOLD: WEISUNGEN

Besammlung: Scuole Medie Camignolo (Schulhaus) ab 8:00. Markiert ab Bironico, Kreuzung nach Isona. Parkplätze vorhanden. Garderobe mit WC und Duschen.

Laufform: 2 Sprint-OL im Wald
Achtung: die Sequenz der zwei Etappen ist unterschiedlich je nach Kategorie. Jeder Läufer ist Verantwortlich zum richtigen Start der ersten Etappe zu gehen. Erste Etappe mit Startliste, zweite Etappe freier Start (jedoch innerhalb 45 Minuten vom ersten Zieleinlauf).
Nach jeder Etappe SI-Card auslesen.

Karte: Camignolo, 1:5'000, Eq, 5 m, 2008
Sant'Ambrogio, 1:5'000, Eq, 5 m, 2008

Anmarschwege: WKZ – Vorstart Camignolo: ca. 15 Min. (0.6 km, 75 m)
WKZ – Vorstart St.Ambrogio: ca. 25-30 Min. (2 km, 75 m)
Ziel Camignolo - WKZ: 1 Min.
Ziel St.Ambrogio - WKZ: ca. 15 Min. (1.3 km, 10 m)



Anmeldungen: am Lauftag von 8h30 bis 9h45, beschränkt durch Anzahl freier Plätze.
Zuschlag 5.- (ausser DB, HB, OK Kategorien)

Strassenüberquerung: unter eure Verantwortung, bitte Vorsicht, auch wenn wenig Verkehr!

Posten: Posten nahe beieinander, Nummer kontrollieren! Einige Bahnen haben Kreuzungen oder Schmetterlinge, auf Postensequenz gut achten!

Start: Erster Start erster Etappe um 10:00 (nach Startliste). Aufruf 3 Min. im voraus. Start zweiter Etappe frei (sich melden um Startzeit nach Kategorie zu erhalten).

Ziel: Laufkarte der ersten Etappe wird eingesammelt, und ist kurz vor der Rangverkündigung im WKZ erhältlich (auf persönliche Etikette achten!).
Laufkarte zweiter Etappe kann behalten werden (nicht zeigen an noch nicht gestarteten Läufer, fair-play!).

SI-Card nach jeder Etappe auslesen (Verantwortung des Läufers)!

Verpflegung: im WKZ

Rangverkündigung: beim WKZ ca. um 13:30

Info: Daniela Guglielmetti, dguglielmetti@bluewin.ch, Tel. 091 605 1553

Buvette: wie üblich im Tessin, alles vorhanden... (inkl. hot-dog und pizza!)

Verschiedenes:

- Kinderhort beim WKZ
- **Samaritern: nur beim WKZ**
- Eingedruckte Bahnen für alle Kategorien

Bahneigenschaften					
	Etappe Camignolo		Etappe St.Ambrogio		
	Länge	Steigung	Länge	Steigung	
D10	1	10	0.9	30	erste Etappe in Camignolo
D14	1.2	35	1.3	40	erste Etappe in Camignolo
D18	1.6	80	1.8	75	erste Etappe in Camignolo
DAK	1.6	40	1.7	65	erste Etappe in Camignolo
DB	1.3	30	1.5	50	erste Etappe in Camignolo
D40	1.6	60	1.8	70	erste Etappe in Camignolo
H12	1.2	25	1.2	35	erste Etappe in Camignolo
H16	1.6	65	1.8	70	erste Etappe in Camignolo
H40	1.9	80	2.1	80	erste Etappe in Camignolo
HAM	1.9	80	2.1	85	erste Etappe in Camignolo
HB	1.4	40	1.3	60	erste Etappe in Camignolo
OK	1.3	25	1.2	35	erste Etappe in Camignolo
D12	1.1	25	1.1	35	erste Etappe St.Ambrogio
D16	1.4	40	1.3	60	erste Etappe St.Ambrogio
DAL	1.9	75	2	80	erste Etappe St.Ambrogio
D50	1.6	40	1.7	65	erste Etappe St.Ambrogio
H10	1	15	1	30	erste Etappe St.Ambrogio
H14	1.2	40	1.3	45	erste Etappe St.Ambrogio
H18	1.9	80	2.1	85	erste Etappe St.Ambrogio
H50	1.6	80	1.8	75	erste Etappe St.Ambrogio
H60	1.4	50	1.4	55	erste Etappe St.Ambrogio
HAL	2.3	95	2.3	95	erste Etappe St.Ambrogio
HAK	1.6	60	1.8	70	erste Etappe St.Ambrogio