

Istruzioni 3. Gara Nazionale A / 9. Stadt OL Cup Sabato 6 giugno 2009

Organizzatori	C.O. AGET Lugano e ASCO Lugano
Capo gara	Luciano Hochstrasser
Tracciatore	Stefano Castelli
Controllo	Giovanni Carbonetti
Delegato Tecnico	Tulla Spinelli
Media	Lidia Nembrini, Via Pronuovo, 6965 Cadro, Tel. +41 91 943 46 37, lidia.nembrini@bluewin.ch
Informazioni	Claudia Giopelli, Via Monte Boglia, 6965 Cadro, Tel: +41 91 943 47 56, e-mail: info@som2009.ch
Annullamento gara	Un eventuale annullamento viene comunicato a partire da venerdì 05.06.2009 ore 18:00 per telefono al numero 1600 e sul sito www.som2009.ch
Centro Gara	Ex Caserma Tesserete, a partire dalle 14.30, spogliatoi e docce a disposizione al Centro Sportivo Tesserete (per le donne) e alle scuole elementari (per gli uomini). Informazioni presso il centro gara (CG): <ul style="list-style-type: none"> - Mutazioni numeri SI Card - Iscrizioni Categorie Open (popolari) dalle ore 14:30 alle ore 16:00 - Iscrizioni Categoria Troll (sCOOL) dalle ore 15:00 alle ore 18:00 - Noleggio SI-Card (CHF 2.-) - Firma della dichiarazione antidoping - → le descrizioni punti vengono consegnate tra la partenza e la partenza
Buvette	Al centro gara, fornitissima, aperta dalle 14:30
Trasporti pubblici	<u>Sabato, 6 giugno 2009</u> <i>Bern / Basel / Zürich / Luzern - Lugano</i> Lugano Arr 13:45 Arr 14:46 Lugano Stazione - Tesserete Lugano Pza 14:10 - Arr 14:27 Pza 15:10 - Arr 15:27 Tesserete - Lugano Stazione Tesserete Pza 19:32 Pza 20:32 Pza 22:00 <i>Corsa speciale non sull'orario</i> Pza 23.02

Orari dettagliati www.ffs.ch e www.arlsa.ch



Repubblica e Cantone Ticino
DECS

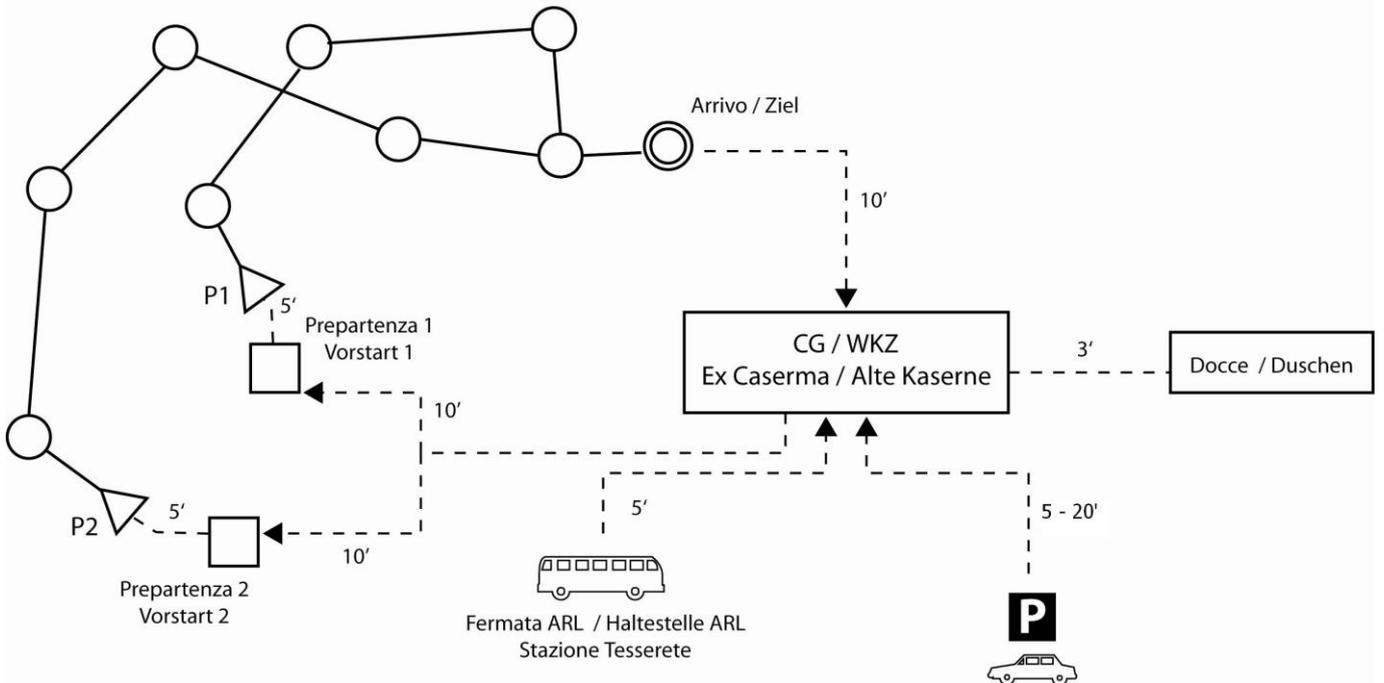


- Posteggi** Segnalati da Tesserete, seguire le indicazioni degli addetti, 5-20 min. a piedi agli spogliatoi e al centro gara.
E' assolutamente proibito posteggiare a Vaglio o Sala Capriasca pena la multa e la squalifica del concorrente (controlli di polizia!)
- Carta** Lugaggia-Cagiallo, scala 1:4'000, equidistanza 2.5 m, stato gennaio 2009, formato A4. Rilievi e disegno: Fausto Tettamanti. Percorsi stampati per tutte le categorie
- Tipo di gara** Gara sprint in paese per tutte le categorie.
- Prima partenza** Alle ore 16:00 (liste di partenza vedi www.swiss-orienteing.ch.)
- WC** Solo al centro gara.
- Trasporto vestiti** Non è previsto nessun trasporto vestiti.
- Spostamento alla partenza** **Partenza 1:** 1 Km, 0 m disl., ca. 10 minuti, per categorie: D/H10, D/H12, D/H14, D/HAK, D/H60, D/H65, D/H70, H75, H80, D/HB, OK, OM
Partenza 2: 800 m, 20 m disl., ca 10 minuti, per categorie: D/H16, D/H18, D/H20, D/HE, D/HAL, HAM, D/H35, D/H40, D/H45, D/H50, D/H55, OL
- Prepartenza** 4 minuti prima della partenza: i corridori devono accedere al primo cancello, dove dovranno effettuare "clear" e "check" della propria SI-Card (responsabilità del singolo concorrente!).
3 minuti prima della partenza: self service della descrizione punti.
2 minuti prima della partenza: a disposizione cartina vuota per visione.
1 minuto prima della partenza: punzonare la scatoletta di verifica e prepararsi dietro alla scatola della propria categoria. Le scatole si trovano ordinate per categoria. Prendere la cartina solo dopo il segnale del via (self service). Ogni corridore è responsabile di prendere la cartina della giusta categoria.
- Partenza 1 + 2** Dopo la partenza percorso segnalato di 20 metri fino al punto di partenza segnato sia sulla cartina che sul terreno.
- Descrizione dei punti** con simboli IOF, dimensioni massime 18 x 6 cm. Le descrizioni dei punti sono stampate anche sulle cartine.
- Punti SPORTident** Ogni lanterna è munita di una unità SPORTident e di una pinza. In caso di mancato funzionamento dell'unità SPORTident (nessun segnale acustico o visivo) è obbligatorio punzonare sulla cartina e mostrare la punzonatura al momento dello scarico della SI-Card. I punti devono essere raggiunti nell'ordine prestabilito.

Descrizione del terreno	Nucleo di villaggi ticinesi, con stradine strette e angoli. Prestare la massima attenzione agli altri concorrenti e alla popolazione locale. Rispettare le proprietà private marcate sulla cartina.
Traffico	In paese traffico moderato e locale, attenzione a eventuali veicoli in movimento. E' vietato correre lungo la strada cantonale.
Rifornimento intermedio	Non è previsto. Non c'è acqua a disposizione alle partenze.
Arrivo	La tratta dall'ultimo punto all'arrivo è marcata sul terreno. I corridori devono punzonare sulla linea d'arrivo con la SI-Card. La lettura delle SI-Card avviene al centro gara. I corridori che abbandonano la gara devono annunciarsi comunque al centro gara e leggere la loro SI-Card. I corridori che hanno terminato la gara non devono mostrare la cartina di gara a nessun altro concorrente non ancora partito, <u>Crediamo nel vostro Fairplay</u> .
Arrivo-Centro gara	800 m, 10 m disl., ca 10 minuti.
Rifornimento	Rivella, all'arrivo.
Servizio sanitario	Al centro gara.
Chiusura arrivo	1 ½ ore (tempo massimo) dopo la partenza dell'ultimo concorrente.
Ricorsi	Sono da trasmettere in forma scritta entro un'ora dalla chiusura dell'arrivo al CG, all'informazione.
Giuria	Tulla Spinelli (DT), Luciano Hochstrasser (capo gara), Daniel Leibundgut (Swiss Orienteering)
AntiDoping	Nelle categorie DE/HE/D20/H20 può gareggiare solo chi ha sottoscritto la dichiarazione sullo statuto del Doping di Swiss Olympic. I formulari possono essere ritirati presso l'informazione oppure scaricati dal sito www.swiss-orienteing.ch Controlli antidoping sono possibili in tutte le categorie
Classifiche	Saranno appese al centro gara. Le classifiche complete saranno pubblicate su internet nel sito www.swiss-orienteing.ch
Premiazione	Presso il centro gara, alle 19:00. Premi per i primi tre delle categorie HE/DE, H/D20 e per le categorie giovanili; nelle altre categorie solo per il vincitore. I premi vengono consegnati solo ai corridori presenti.
Piscina	Dopo la gara entrata gratuita in piscina fino alle 19:00 con buono distribuito allo scarico della SI-Card.
Asilo nido	Alle scuole elementari, annunciarsi all'info almeno con una settimana di anticipo.
Assicurazione	Ogni partecipante è responsabile della propria assicurazione. L'organizzatore declina ogni responsabilità per sé e per i suoi collaboratori verso i concorrenti.
Cena	Alla sera, a partire dalle ore 18:45 grande Pasta Party con musica al Centro gara; vendita buoni presso l'informazione.

Piano della situazione

GARA NAZIONALE SPRINT - CAGIALLO-LUGAGGIA
6 GIUGNO 2009



CAPRIASCA 6-7 GIUGNO

2SOOM9

C.O. AGET - LUGANO - ASCO

CAMPIONATI SVIZZERI DI CORSA D'ORIENTAMENTO A STAFFETTA
GARA NAZIONALE SPRINT



3° Naz Sprint - Cagiallo - Lugaggia 06.06.2009

Categoria	km	m disl.	N.Punti	PARTENZA
D10	0.600	30	8	P1
D12	0.900	50	11	P1
D14	1.200	70	12	P1
D16	1.900	95	16	P2
D18	2.100	120	18	P2
D20	2.100	110	16	P2
DE	2.200	115	18	P2
DAK	1.300	90	13	P1
DAL	2.000	110	16	P2
DB	0.800	50	10	P1
D35	2.000	110	15	P2
D40	1.900	95	15	P2
D45	1.800	90	15	P2
D50	1.600	80	15	P2
D55	1.400	70	11	P2
D60	1.200	70	10	P1
D65	1.100	70	10	P1
D70	1.000	60	10	P1
<hr/>				
H10	0.600	30	9	P1
H12	0.900	55	11	P1
H14	1.200	85	12	P1
H16	2.000	120	16	P2
H18	2.500	110	18	P2
H20	2.600	135	18	P2
HE	2.800	140	19	P2
HAK	1.600	90	14	P1
HAM	1.900	115	15	P2
HAL	2.200	120	18	P2
HB	0.800	50	8	P1
H35	2.500	150	18	P2
H40	2.100	100	17	P2
H45	2.000	110	16	P2
H50	1.700	80	17	P2
H55	1.600	75	14	P2
H60	1.300	75	13	P1
H65	1.200	70	11	P1
H70	1.200	60	11	P1
H75	1.100	55	11	P1
H80	1.000	50	9	P1

OK	0.600	20	8	P1
OM	1.100	60	12	P1
OL	1.600	70	14	P2



Repubblica e Cantone Ticino
DECS

