

## Istruzioni ai concorrenti

### 42. Campionato Svizzero di Corsa d'Orientamento a Staffetta (SOM) Domenica, 7 giugno 2009

<b>Organizzatori</b>	C.O. AGET Lugano e ASCO Lugano
<b>Capo gara</b>	Luciano Hochstrasser
<b>Tracciatore</b>	Vincenzo Jacomella
<b>Controllo</b>	Gianni Pettinari
<b>TD</b>	Daniel Leibundgut
<b>Media</b>	Lidia Nembrini, Via Pronuovo, 6965 Cadro, Tel. +41 91 943 46 37, <a href="mailto:lidia.nembrini@bluewin.ch">lidia.nembrini@bluewin.ch</a>
<b>Informazioni</b>	Claudia Giopelli, Via Monte Boglia 1, 6965 Cadro, Tel. 091 943 47 56, <a href="mailto:info@som2009.ch">info@som2009.ch</a>
<b>Annullamento gara</b>	Un eventuale annullamento viene comunicato a partire da venerdì 05.06.2009 ore 1800 per telefono al numero 1600 e sul sito <a href="http://www.som2009.ch">www.som2009.ch</a>
<b>Centro gara (CG)</b>	Fattoria Protetta La Fonte a Vaglio; seguire le indicazioni dal posteggio e dalla fermata del bus (20-25' ca. km 1.5, m 50)
<b>Spogliatoi</b>	Al centro gara, all'aperto, portare le tende di società. WC a disposizione al CG. Possibilità di fare la doccia al centro sportivo di Tesserete (donne) e alle scuole elementari di Tesserete (uomini).
<b>Buvette</b>	Al Centro gara, nel tendone con ampia offerta, aperta dalle 0830.
<b>Trasporti pubblici</b>	<b><u>Domenica 7 giugno 2009</u></b>

#### **Lugano Stazione - Tesserete**

Lugano Pza 08:10 - Arr 08:27

Pza 09:10 - Arr 09:27

#### **Tesserete - Lugano Stazione**

Tesserete Pza 14:32 - Arr 14:50

Pza 15:32 - Arr 15:50

#### **Lugano - Luzern / Zürich / Basel / Bern**

Lugano Pza 15:12 - Arr 17:51 / 18:57

Pza 16:12 - Arr 18:51 / 17:41

Pza 17:12 - Arr 19:41 / 21:21

*Orari dettagliati [www.sbb.ch](http://www.sbb.ch) e [www.arlsa.ch](http://www.arlsa.ch)*

#### **Posteggi**

Segnalati da Tesserete, 5-20 minuti a piedi fino alla ex Caserma poi 15 minuti a piedi fino al centro gara (km 1.5 disl. 50 m).

E' assolutamente proibito posteggiare a Vaglio o Sala Capriasca pena la multa e la squalifica della staffetta (controlli di polizia!)



CAPRIASCA 6-7 GIUGNO

**2SOOM9**

C.O. AGET - LUGANO - ASCO

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



## Informazioni

Al centro gara, aperto dalle ore 08:30

Pettorali di gara e fogli di mutazione vengono consegnati all'informazione. Consegnare i fogli di mutazione all'informazione solo in caso di cambiamenti.

I pettorali per HE/DE sono consegnati solo dopo che tutti i membri della squadra hanno firmato la dichiarazione anti-doping.

## Iscrizioni Open Corto e Troll (sCOOL)

Al centro gara, iscrizioni e partenze dalle 10:00 alle 12:30

## Mutazioni / Composizione delle staffette

Esente da tassa fino a mercoledì 03.06.2009 ore 23:59 tramite [www.go2ol.ch](http://www.go2ol.ch) o tel +41 41 855 38 30 (Mike Arnold, giornalmente fra le ore 1700 e le ore 2100)

Dal 04.06.2009 contro pagamento in contanti di una tassa di CHF 10.- per team; possibili domenica 07.06.2009 fino alle 09:30 all'informazione.

Quale mutazione vale il cambiamento di nomi di concorrenti, nome di team, distribuzione delle tratte e numero di SI-Card.

Chi corre con una SI-Card errata deve pagare la tassa di mutazione o viene squalificato.

## Concorrenti stranieri

Concorrenti non di nazionalità svizzera possono partecipare. La loro squadra ha però diritto al titolo o alla medaglia solo se tutti i componenti del team abitano in Svizzera ininterrottamente da 5 anni.

## Anti-Doping

Nelle categorie HE/DE può gareggiare solo chi ha sottoscritto la dichiarazione sullo statuto del doping di Swiss Olympic.

I formulari sono a disposizione presso l'informazione o possono essere scaricati dal sito [www.swiss-orienteering.ch](http://www.swiss-orienteering.ch) (Wettkämpfe - Doping Information). Controlli doping sono possibili in ogni categoria! I concorrenti chiamati al controllo doping devono seguire le istruzioni dei funzionari incaricati.

## Liste di partenza

Consultabili su [www.swiss-orienteering.ch](http://www.swiss-orienteering.ch) o [www.som2009.ch](http://www.som2009.ch)

## Pettorali

I pettorali devono essere portati aperti e non piegati sul petto.

Spille di sicurezza vengono distribuite. Significato delle cifre: le prime tre cifre indicano il numero della squadra, l'ultima cifra indica la tratta. Esempio per la squadra 101: 101 1 / 101 2 / 101 3

## Cartina

Tesserete, scala 1:10'000, equidistanza 5 m per tutte le categorie,

stato maggio 2009, formato A4, rilievi e disegno: Fausto Tettamanti

## Terreno

Il bosco di Tesserete è uno dei più belli e tecnicamente interessanti del Ticino. Terreno collinoso con poco sottobosco, molto compatto con una fitta rete di sentieri parzialmente coperti da foglie. Bosco prevalentemente di castagno con qualche zona di faggio.



**RAIFFEISEN**  
Banca Raiffeisen Capriasca-Val Colla-Cadro

**60**  
1949 2009

Repubblica e Cantone Ticino  
DECS  
**SWISSLOS**



**DICASTERO SPORT**  
LUGANO

LA FONTE



**winterthur**  
Tesserete Lamone Lugano



**Fontana print**

**rivella**

**Zone proibite/  
Percorsi obbligati**

Tutto il bosco è terreno di gara e non ci si può addentrare al di fuori della propria tratta. I percorsi obbligati sono segnati sulla cartina e devono essere percorsi unicamente seguendo la marcatura con nastri sul terreno. Entrare nelle zone proibite comporta la squalifica!

**Zone partenza e arrivo**

Gli spettatori possono accedere solo alle zone loro assegnate e delimitate da nastri. Lo spazio per le tende di società e la zona riscaldamento sono previsti nel prato antistante il centro gara (vedi piano della situazione centro gara).

**SPORTident**

Ogni concorrente è responsabile che alla sua SI-Card sia effettuato il „clear“ e il „check“. Le unità preposte a questo scopo si trovano all'entrata della zona di attesa. E' obbligatorio utilizzare la SI-Card annunciata. P.f. controllare il foglio di mutazione consegnato con il pettorale!

**Partenza**

Partenze in massa dei concorrenti della 1a tratta alle ore 10:00 - 10:05 - 10:10 - 10:15 - 10:20 - 10:25 (vedi "Dati dei percorsi"). Entrare nel recinto di attesa 5 minuti prima del tempo di partenza e nel recinto di partenza 3 minuti prima della partenza.

**Partenza in massa dei  
concorr. 2. e 3. tratta**

La partenza in massa dei concorrenti non ancora partiti per la 2. e 3. tratta viene annunciata dallo speaker e avverrà circa alle 12:30

**Percorsi**

I percorsi e le descrizioni dei punti (simboli IOF) sono stampati sulla cartina. Il numero della lanterna è segnato accanto al numero in sequenza ed è stampato sulla cartina (es.: 1-31, 2-80, ecc.) Tutti i percorsi hanno delle varianti e una lanterna di passaggio vicino all'arrivo. Dopo il punto di passaggio calcolare 5-10 minuti a seconda della categoria. Lunghezze dei percorsi vedi "dati dei percorsi".

La 2. tratta del percorso D12/H12 è adatta anche a D10/H10

**Punti**

Secondo WO con SPORTident. Le lanterne sono da raggiungere nell'ordine indicato. Se l'unità SPORTident non funziona (nessun segnale acustico e ottico) o manca deve essere timbrata la carta con la pinza presente.

**Rifornimento intermedio  
Passaggio del testimone**

Non previsto.

Dopo aver timbrato l'ultima lanterna il concorrente in arrivo corre lungo la tratta segnalata, consegna la sua carta di gara al prossimo concorrente che si trova nella zona di partenza e si reca al traguardo dove timbra il suo arrivo. Procedo quindi verso la tenda per la lettura della sua SI-Card. Ognuno è responsabile che la sua SI-Card venga letta.

CAPRIASCA 6-7 GIUGNO

**2SOOM9**

C.O. AGET - LUGANO - ASCO

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



Il concorrente della prossima tratta corre lungo il percorso obbligato, consegna la cartina del concorrente precedente prima della parete con le cartine e prende la cartina corrispondente al proprio pettorale dalla parete dove sono appese tutte le cartine (SelfService).

**Arrivo dopo la 3. tratta** Circa 50 metri prima del traguardo viene creata una corsia separata per la 3. tratta (attenzione alle segnalazioni). Per la classifica fa stato il passaggio sulla linea d'arrivo. Dopo la linea d'arrivo non è più permesso superare altri concorrenti. La lanterna di arrivo si trova immediatamente dopo la linea d'arrivo e deve essere timbrata.

**Tempo massimo/  
Concorrenti ritirati**

Il tempo massimo per tratta è di 120 minuti. Concorrenti che si ritirano non devono dare il cambio ad altri componenti del team e non devono timbrare l'arrivo. Devono recarsi immediatamente alla tenda per la lettura della propria SI-Card.

**Chiusura arrivo** Ore 14:30

**Ricorsi**

Sono da trasmettere in forma scritta entro un'ora dalla chiusura dell'arrivo (ore 15:30) all'informazione. Il ricorrente deve tenersi a disposizione della giuria.

**Giuria**

Daniel Leibundgut (TD), Luciano Hochstrasser (Organizzatore), André Schöpfer (Rappresentante Swiss Orienteering)

**Classifiche**

Classifiche provvisorie si troveranno nella zona di arrivo. Classifiche di categoria definitive saranno a disposizione in internet sui siti [www.som2009.ch](http://www.som2009.ch) o [www.swiss-orienteering.ch](http://www.swiss-orienteering.ch)

**Premiazione**

Alle 13.30 al centro gara per tutte le categorie. Medaglie ufficiali e premi in natura per i primi tre team di ogni categoria (eccetto OK e Troll). Nessun premio verrà spedito. Chiediamo ai componenti dei primi tre team classificati di essere presenti alla premiazione per onorare gli sponsor.

**Restituzione delle cartine** Le cartine di gara saranno a disposizione, ordinate per categoria, a partire dalle ore 13:00 in vicinanza del tendone. Cartine che non saranno ritirate non verranno spedite.

**Buvette e pranzo**

Dalle 08:30 saranno a disposizione caffè, torte e altre leccornie; dalle 11:30 si potranno gustare gnocchi e la fornitissima griglia.

**Asilo nido**

Non previsto. Possibile iscriversi all'Info nella categoria Troll (sCOOL) o Open corto (OK).

**Sanitari**

Posto sanitario nel bosco e al centro gara.

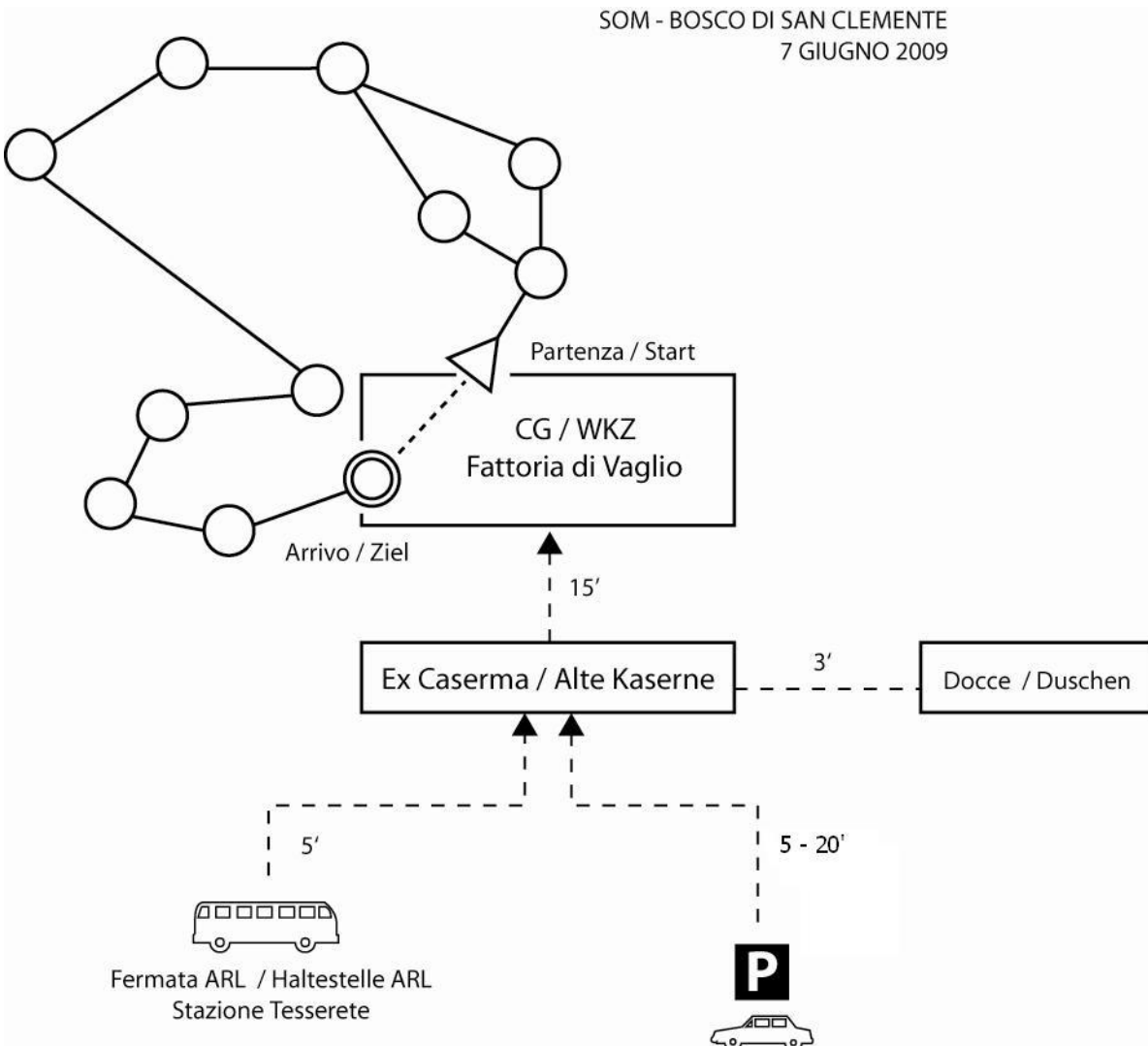
**Assicurazione**

Ogni partecipante è responsabile della propria assicurazione. L'organizzatore declina ogni responsabilità per sé e per i suoi collaboratori verso i concorrenti.





## Piano della situazione



CAPRIASCA 6-7 GIUGNO

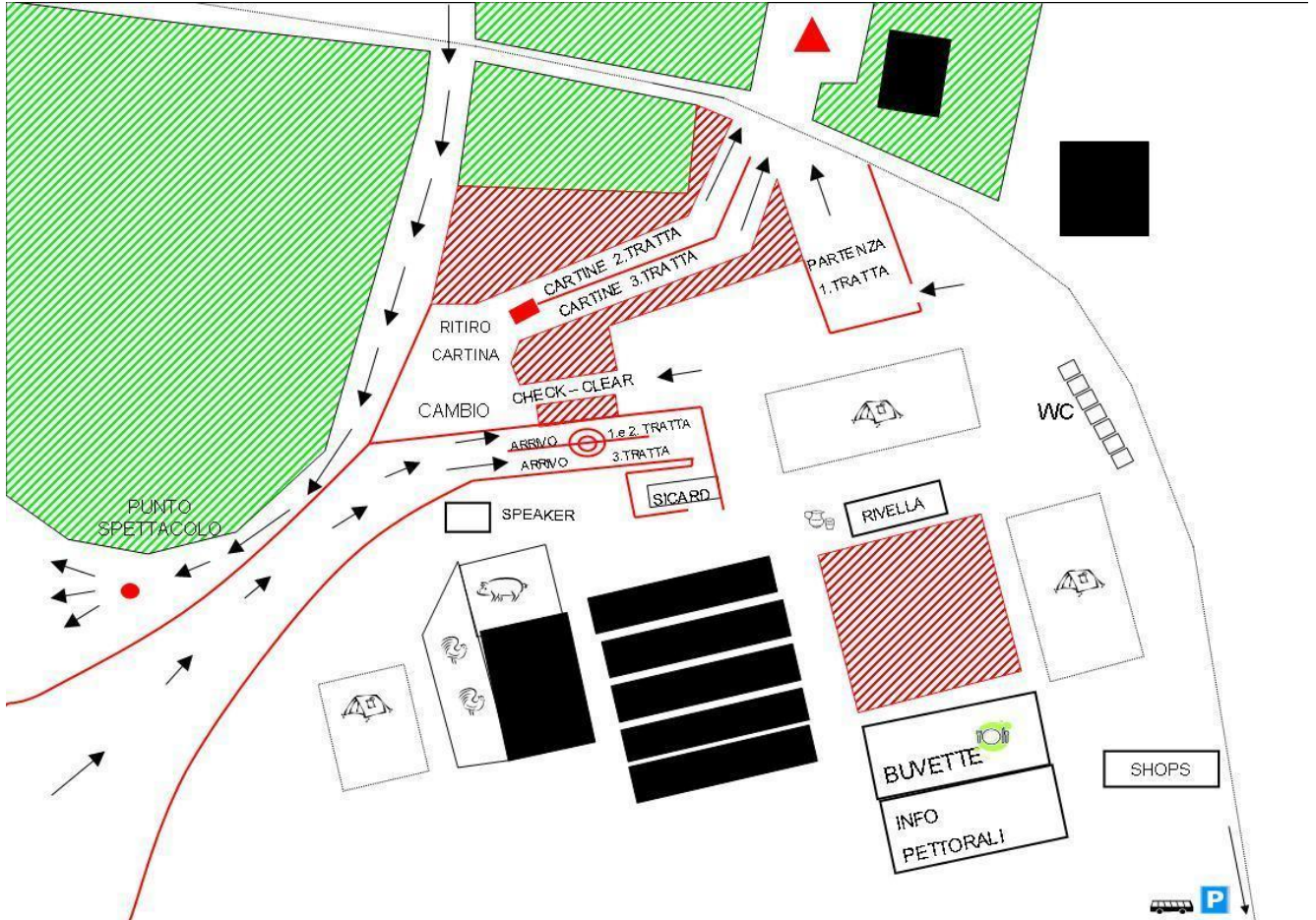
**2SOOM9**

C.O. AGET - LUGANO - ASCO

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



### Zona Centro Gara



Repubblica e Cantone Ticino  
DECS



## Dati dei Percorsi

Categoria	Tratta	Distanza	Dislivello	Partenza 1. tratta
<b>H12</b>	1/3	3.7	155	<b>10:20</b>
	2	2.8	115	
<b>H14</b>	1/3	4.7	195	<b>10:05</b>
	2	4.0	175	
<b>H16</b>	1/3	6.2	250	<b>10:20</b>
	2	5.2	210	
<b>H18</b>	1/3	7.6	395	<b>10:10</b>
	2	6.3	350	
<b>HE</b>	1/3	8.3	400	<b>10:00</b>
	2	7.7	385	
<b>HAK</b>	1/3	5.2	215	<b>10:15</b>
	2	4.8	190	
<b>H110</b>	1/3	6.9	365	<b>10:25</b>
	2	6.3	315	
<b>H135</b>	1/3	6.9	335	<b>10:05</b>
	2	6.1	295	
<b>H160</b>	1/3	6.3	300	<b>10:00</b>
	2	5.2	220	
<b>H185</b>	1/3	5.2	180	<b>10:00</b>
	2	4.7	170	
<b>D12</b>	1/3	3.7	155	<b>10:10</b>
	2	2.8	115	
<b>D14</b>	1/3	4.3	190	<b>10:20</b>
	2	3.5	150	
<b>D16</b>	1/3	4.6	230	<b>10:25</b>
	2	3.7	160	
<b>D18</b>	1/3	5.5	240	<b>10:25</b>
	2	4.9	220	
<b>DE</b>	1/3	6.6	370	<b>10:05</b>
	2	6.2	350	
<b>DAK</b>	1/3	4.7	170	<b>10:15</b>
	2	3.7	110	
<b>D110</b>	1/3	5.2	220	<b>10:10</b>
	2	4.2	160	
<b>D135</b>	1/3	4.9	210	<b>10:25</b>
	2	4.3	180	
<b>D160</b>	1/3	4.0	160	<b>10:10</b>
	2	3.7	130	