



# CORSA D'ORIENTAMENTO NOTTURNA

## LUI+LEI (Gara a coppie)

### Venerdì 24 settembre 2010

Ritrovo	Scuole elementari di Tesserete – dalle ore 18.30 Spogliatoi e docce a disposizione.														
Parcheggi	Presso il Centro sportivo di Tesserete.														
Tracciatore/Controllore	Rita Pellegrini / Vincenzo Pellegrini														
Capo-gara	Roberta Udabotti, 6963 Pregassona, e-mail: robi71@sunrise.ch														
Categorie e lunghezze dei percorsi (percorsi stampati per tutti)	<table> <tr> <td>Lui+Lei A (1991 e più vecchi)</td> <td>3.6 km/140 disl/26 pts</td> </tr> <tr> <td>Lui+Lei B (1992-1995)</td> <td>3.1 km/100 disl/23 pts</td> </tr> <tr> <td>Lui+Lei C (1996 e più giovani)</td> <td>1.9 km/ 40 disl/17 pts</td> </tr> <tr> <td>Lui+Lei D (20 anni di differenza fra i due concorrenti)</td> <td>3.0 km/ 95 disl/26 pts</td> </tr> <tr> <td>Lui+Lei E (1970 e più vecchi)</td> <td>3.1 km/ 95 disl/21 pts</td> </tr> <tr> <td>Open lungo (età e composizione libera)</td> <td>3.0 km/110 disl/27 pts</td> </tr> <tr> <td>Open corto (età e composizione libera - facile)</td> <td>2.2 km/ 50 disl/19 pts</td> </tr> </table>	Lui+Lei A (1991 e più vecchi)	3.6 km/140 disl/26 pts	Lui+Lei B (1992-1995)	3.1 km/100 disl/23 pts	Lui+Lei C (1996 e più giovani)	1.9 km/ 40 disl/17 pts	Lui+Lei D (20 anni di differenza fra i due concorrenti)	3.0 km/ 95 disl/26 pts	Lui+Lei E (1970 e più vecchi)	3.1 km/ 95 disl/21 pts	Open lungo (età e composizione libera)	3.0 km/110 disl/27 pts	Open corto (età e composizione libera - facile)	2.2 km/ 50 disl/19 pts
Lui+Lei A (1991 e più vecchi)	3.6 km/140 disl/26 pts														
Lui+Lei B (1992-1995)	3.1 km/100 disl/23 pts														
Lui+Lei C (1996 e più giovani)	1.9 km/ 40 disl/17 pts														
Lui+Lei D (20 anni di differenza fra i due concorrenti)	3.0 km/ 95 disl/26 pts														
Lui+Lei E (1970 e più vecchi)	3.1 km/ 95 disl/21 pts														
Open lungo (età e composizione libera)	3.0 km/110 disl/27 pts														
Open corto (età e composizione libera - facile)	2.2 km/ 50 disl/19 pts														
Prime partenze	<b>ore 20.15</b>														
Partenza	Svedese.														
Cambio cartina	E' previsto per le categorie A, B, D, E e OL. Il cambio avverrà in gara; depositare la prima cartina e prendere la seconda al punto segnalato sulla carta. La prima cartina potrà essere ritirata al termine della gara presso il CG.														
Descrizione punti	<b>Alla partenza; minuto -3</b> Non sarà stampata sulla cartina														
CG - Partenza	10 min. al passo In caso di cattivo tempo NON ci sarà trasporto vestiti.														
Arrivo - CG	5 min. al passo														
Cartina	Lugaggia-Cagiallo, scala 1:4000, gennaio 2009														
Calzature	Scarpette da corsa per la strada (non chiodate)														
Iscrizioni	Sul posto dalle ore 18.30														
Procedura per il tempo di partenza	Compilare il tagliando d'iscrizione e consegnarlo al TAVOLO ISCRIZIONI dove vi verrà assegnato il tempo di partenza; lo stesso verrà scritto su un'etichetta da consegnare alla PARTENZA.														
Prepartenza - Partenza	-4' Clear + Check -3' Descrizione punti -2' Visione cartina vuota -1' Timbrare lo START e posizionarsi davanti alla cartina 0' Partenza														
Punti di controllo	In caso di mancato funzionamento di un'unità Sportident è obbligatorio punzonare sulla cartina e mostrarla allo scaricamento del chip al CG.														
Rifornimento / Samaritani	Presso L'ARRIVO. Prestate attenzione alla strada cantonale. Saranno presenti dei pattugliatori.														
Controllo lungo i percorsi	Saranno effettuati controlli lungo il percorso, non segnati né sulla carta né sulla descrizione punti. I concorrenti "Lui+Lei" devono transitare in coppia, pena la squalifica!														
Scaricamento chip	Scaricare il chip al CG appena arrivati. La cartina di gara verrà lasciata ai concorrenti che non dovranno mostrarla a chi non è ancora partito.														
Premiazione	ore 22.30 ca. Premi ai primi 3 classificati delle categorie "Lui+Lei" e al primo classificato delle categorie Open corto e Open lungo.														