



CORSA D'ORIENTAMENTO NOTTURNA

LUI+LEI (Gara a coppie)

Venerdì 19 settembre 2014

Corsa accessibile a tutti, con una parte in paese e una nel bosco, adatta anche a combinazioni di coppia tipo "orientista+esordiente".

A coppie che non hanno mai praticato l'orientamento, si consiglia la categoria più facile (Open corto).

Centro Gara (CG)	Scuole elementari di Villa Luganese – dalle ore 18.00		
Trasporti pubblici	Consultare www.ffi.ch oppure www.arlsa.ch (linea 461) - fermata Villa Luganese		
Auto	Vedi cartina a pagina 2		
Parcheggi	limitati, si prega di riempire le auto! Seguire le indicazioni degli addetti. Massimo 5-10 minuti a piedi al centro gara.		
Spogliatoi	A disposizione.		
Tracciatore/Controllore	Arianna Arpagaus / Gianni Ghezzi		
Capo-gara	Marco Buck, e-mail: marco.buck@bluewin.ch		
Categorie e lunghezze dei percorsi (percorsi stampati per tutti)	Lui+Lei A (1995 e più vecchi)	3.3 km ca.	} Dislivello 40-110m } lanterne 15-24
	Lui+Lei B (1996-1999)	3.4 km ca.	
	Lui+Lei C (2000 e più giovani)	1.9 km ca.	
	Lui+Lei D (20 anni di differenza fra i due concorr.)	2.5 km ca.	
	Lui+Lei E (1974 e più vecchi)	2.7 km ca.	
	Open lungo (età e composizione libera)	2.6 km ca.	
	Open corto (età e composizione libera – facile)	1.8 km ca.	
Equipaggiamento	Scarpe chiodate Munirsi di pila frontale per ogni concorrente (controllare carica batterie!)		
Prime partenze	ore 20.15		
Cartine	Prima parte della gara su cartina 1:7500 Villa Luganese, aggiornamenti parziali 2014, equidistanza 5m. poi continuazione su cartina Villa Luganese paese 1:4000 equidistanza 2.5 m, (stampa fronte-retro).		
Iscrizioni	Sul posto dalle ore 18.00		
Tasse	CHF 23.00 categorie Lui+Lei A, B, C, D e E per coppia CHF 9.00 categorie Open corto/lungo singolo CHF 15.00 categorie Open corto/lungo coppia o gruppo (2 cartine) CHF 3.00 cartina supplementare CHF 2.00 noleggio SI-Card		
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.		
CG - Partenza	15 min. ca. al passo. NON ci sarà trasporto vestiti. Riscaldamento solo sul tratto Partenza-CG		
Descrizione punti	Alla partenza; minuto -3; NON stampata sulla cartina		
Prepartenza-Partenza	-4' Clear + Check -3' Descrizione punti -2' Visione cartina vuota -1' Timbrare (-1) e posizionarsi davanti alla cartina 0' Partenza normale		
Punti di controllo e percorso	In caso di mancato funzionamento di un'unità Sportident è obbligatorio punzonare sulla cartina e mostrarla allo scaricamento del chip al CG. Attenzione! Ci sono punti molto vicini, controllare bene numero e sequenza!		

Sicurezza sul percorso	I concorrenti sono tenuti al rispetto alla legge sulla circolazione stradale concernente i pedoni (art. 49 in calce), alle proprietà private e tutti gli oggetti che indicano divieto d'accesso (recinti, siepi, muri, zone vietate). Si corre anche su strade aperte al traffico; prestare la massima attenzione alle automobili. I concorrenti sono responsabili del loro comportamento sulle strade. L'organizzatore declina ogni responsabilità in caso di incidenti.
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 sull'intero percorso, pena la squalifica!
Arrivo - CG	2 min. ca. al passo
Rifornimento	Presso l'arrivo
Samaritani	Presso il CG (zona Buvette)
Scaricamento chip	Scaricare la SI-Card al CG appena arrivati. / La cartina di gara sarà lasciata ai concorrenti che non dovranno mostrarla a chi non è ancora partito.
Premiazione	Ore 22.00-22.30 ca. Premi ai primi 3 classificati delle categorie "Lui+Lei" e al primo classificato delle categorie Open corto e Open lungo.

Legge sulla circolazione stradale - Art. 49 - Pedoni

¹I pedoni devono circolare sui marciapiedi. In mancanza di questi, essi devono tenersi sul margine della strada e, se è richiesto da particolari pericoli, circolare in fila indiana. Salvo che vi si oppongano speciali condizioni, essi devono tenersi sul margine sinistro della strada, soprattutto di notte fuori delle località.

²Essi devono attraversare la carreggiata con cautela e per la via più breve, usando se possibile i passaggi pedonali. Su di questi godono della precedenza, ma non devono accedervi all'improvviso.

