



# Corsa d'orientamento "Fragori" Rivera, 12 giugno 2015

## 4ª prova Trofeo Sprint-Cup

### DIRETTIVE PER I CONCORRENTI

|   |  |
|---|--|
| <b>Centro gara</b><br>Aperto ore 18.00                | Centro sportivo Quadrifoglio, Rivera<br>(via Vignola)  |
| <b>Posteggi</b>                                       | Parcheggi limitati a disposizione; riempire le auto e seguire le istruzioni degli addetti.   |
| <b>Spogliatoi</b>                                     | Nessuno spogliatoio / WC a disposizione - in caso di pioggia portare tende società.  |
| <b>Trasporti pubblici</b>                             | Info: <a href="http://www.ffe.ch">www.ffe.ch</a>   |
| <b>Iscrizioni</b><br>ore 18.00-20.00                  | Entro mercoledì sera, 10 giugno, a <a href="mailto:clau.gio@bluewin.ch">clau.gio@bluewin.ch</a> oppure sul posto.<br><b>Munirsi della propria SI-Card di gara.</b> Al momento dell'iscrizione viene assegnato l'orario di partenza che sarà stampato su un'etichetta da presentare alla partenza.<br><b>I pre-iscritti devono unicamente farsi assegnare il tempo di partenza.</b><br>(Le liste dei pre-iscritti, per categoria, saranno appese al centro gara)  |
| <b>Quote iscrizioni</b>                               | Vedi specchietto.  |
| <b>Categorie</b>                                      | Vedi specchietto.  |
| <b>Orario partenza</b>                                | All'info i concorrenti si procurano l'etichetta con l'orario di partenza scelto tenendo conto dei tempi di spostamento.  |
| <b>Partenza</b><br><i>Prime partenze</i><br>ore 19.00 | Pre-partenza: a circa 5 minuti dal Centro gara; seguire i nastri.<br>Appello 4 minuti prima:<br>-4' Clear + Check<br>-3' Descrizione punti ( <b>NON</b> stampate sulla cartina)<br>-2' Visione cartina vuota<br>-1' Timbrare lo START e posizionarsi davanti alla cartina<br>0' Partenza svedese 5 metri<br>Seguire le direttive degli addetti.  |
| <b>Scarpette</b>                                      | <b>Per territorio urbano.</b> Vietato l'uso di scarpette chiodate.   |
| <b>Percorsi</b>                                       | Stampati per tutti sulla cartina "Rivera"<br>(descrizione punti separata – <b>NON</b> stampata sulla cartina).<br>scala 1:4000, 5m (2005, aggiornamenti parziali 2014).<br><b>Tracciatore:</b> Silvio Lenazzi - <b>Controllore:</b> Andrea Arnet<br><b>Attenzione:</b><br>- <b>molti punti vicini, controllare attentamente la sequenza ed il numero della lanterna!</b><br>- <b>stradine molto strette, possibilità di scontri!</b><br><b>I concorrenti sono tenuti al rispetto</b> 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).<br><b>Si corre su strade aperte al traffico; prestare la massima attenzione alle automobili.</b><br>I concorrenti sono responsabili del loro comportamento sulle strade.<br>L'organizzatore declina ogni responsabilità in caso di incidenti. |



Sponsor

**RAIFFEISEN** Colline del Ceresio  
del Vedeggio

con il sostegno

athleticum  
home of sports



Città di Lugano

Dicastero Sport



|  |  |
|--|--|
| <b>Arrivo</b>                          | A circa 5 minuti dal Centro gara.<br>Timbrare il punto "finish".<br>Ritirati si annunciano all'arrivo o alla lettura SI-Card.  |
| <b>Rifornimento</b>                    | All'arrivo   |
| <b>Buvette</b>                         | Allestita al Centro gara.  |
| <b>Liste di partenza e classifiche</b> | Nessuna lista di partenza (si legga "orario partenza").<br>Sistema Sport-ident. Lettura delle SI-Card al centro gara.<br>Chi si dimentica di far leggere la SI-Card non figurerà in classifica.  |
| <b>Classifiche</b>                     | <b>Di ogni gara:</b> pubblicate al sito <a href="http://www.swiss-orientteering.ch">www.swiss-orientteering.ch</a><br><b>Classifica complessiva</b> pubblicata dopo ogni gara sul sito <a href="http://www.asti-ticino.ch">www.asti-ticino.ch</a> .<br>Per la classifica complessiva vale la somma del punteggio ottenuto nelle tre gare. Il punteggio di ogni gara è assegnato in rapporto alla media dei tempi dei primi tre classificati, che è pari a 1000. In questo modo il vincitore di una singola gara può avere un punteggio superiore a 1000. |
| <b>Premiazione</b>                     | Premiazione in base alla classifica a punti, dopo le tre gare.<br><b>Verrà effettuata a Gentilino il 12 settembre 2015.</b><br>Premi ai primi 3 di ogni categoria H e D, e al primo della categoria Open.<br>Premio sorpresa estratto fra tutti i partecipanti.  |
| <b>Asilo Nido</b>                      | Non previsto.  |

#### CATEGORIE INDIVIDUALI

#### PERCORSI-LUNGHEZZE INDICATIVE

|               |  |                          |
|---------------|--|--------------------------|
| <b>HA</b>     | Uomini, età libera                             | 2,7 km, 100 m dislivello |
| <b>H18/40</b> | Uomini età 17-18 anni e 40-49 anni             | 2,4 km, 100 m dislivello |
| <b>H16/50</b> | Uomini età 15-16 anni e da 50 anni in poi      | 2,0 km, 80 m dislivello  |
| <b>H14</b>    | Uomini età 13-14 anni                          | 1,6 km, 70 m dislivello  |
| <b>H12</b>    | Uomini età fino ai 12 anni (ideale per scuole) | 1,0 km, 30 m dislivello  |
| <b>DA</b>     | Donne, età libera                              | 2,7 km, 100 m dislivello |
| <b>D18/40</b> | Donne età 17-18 anni e 40-49 anni              | 2,4 km, 100 m dislivello |
| <b>D16/50</b> | Donne età 15-16 anni e da 50 anni in poi       | 2,0 km, 80 m dislivello  |
| <b>D14</b>    | Donne età 13-14 anni                           | 1,6 km, 70 m dislivello  |
| <b>D12</b>    | Donne età fino ai 12 anni (ideale per scuole)  | 1,0 km, 30 m dislivello  |

#### INDIVIDUALE O GRUPPI

|           |  |                         |
|-----------|--|-------------------------|
| <b>OK</b> | per singoli, famiglie, gruppi<br>età libera, percorso facile | 1,0 km, 30 m dislivello |
|-----------|--|-------------------------|

#### QUOTE D'ISCRIZIONE

|     |       |                          |
|-----|-------|--------------------------|
| CHF | 11.00 | iscrizione ad una gara   |
| CHF | 5.00  | residenti non orientisti |
| CHF | 3.00  | cartina supplementare    |

#### Legge sulla circolazione stradale - Art. 49 - Pedoni

<sup>1</sup>I 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.

<sup>2</sup>Essi 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.

**Sponsor**

**RAIFFEISEN** Colline del Ceresio  
del Vedeggio

**con il sostegno**

athleticum  
home of sports



Città di Lugano

Dicastero Sport

