



# Corsa d'orientamento "Fragori" Gentilino, 12 settembre 2015

## DIRETTIVE PER I CONCORRENTI

<b>Centro gara</b> Aperto ore 15.00	Centro sportivo ex Campari, Gentilino (si veda a pagina 3)
<b>Posteggi</b>	Parcheggi 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> ore 18.00-20.00	Entro mercoledì sera, 9 settembre, a <a href="mailto:clau.gio@bluewin.ch">clau.gio@bluewin.ch</a> oppure sul posto. <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. <b>I pre-iscritti devono unicamente farsi assegnare il tempo di partenza.</b> (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>  Prime partenze ore 16.00	Pre-partenza: a circa 2 minuti dal Centro gara; seguire i nastri. Appello 4 minuti prima: -3' Clear + Check -2' Descrizione punti (stampate anche sulla cartina) -1' Timbrare lo START e posizionarsi davanti alla cartina 0' Partenza 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 "Gentilino" (descrizione punti separata e stampata sulla cartina). scala 1:4000, 2.5m (2015). <b>Tracciatore:</b> Aliaksei Tsitovich - <b>Controllore:</b> Ina Tsitovich <b>Attenzione:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- <b>Sulla strada principale</b> (marcata come zona proibita) <b>è possibile correre unicamente sui marciapiedi e, per il suo attraversamento, utilizzare i passaggi pedonali segnati sulla cartina - Rispettare il fair play!</b></li><li>- <b>molti punti vicini, controllare attentamente la sequenza ed il numero della lanterna!</b></li><li>- <b>stradine molto strette, possibilità di scontri!</b></li></ul> <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). <b>Si corre su strade aperte al traffico; prestare la massima attenzione alle automobili.</b> I concorrenti sono responsabili del loro comportamento sulle strade. L'organizzatore declina ogni responsabilità in caso di incidenti.



Sponsor

**RAIFFEISEN** Colline del Ceresio  
del Vedeggio

athleticum  
home of sports



Città di Lugano

Dicastero Sport



con il sostegno

<b>Arrivo</b>	A circa 5 minuti dal Centro gara. Timbrare il punto "finish". 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"). Sistema Sport-ident. Lettura delle SI-Card al centro gara. 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> <b>Classifica complessiva</b> pubblicata dopo ogni gara sul sito <a href="http://www.asti-ticino.ch">www.asti-ticino.ch</a> . 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. <b>Verrà effettuata a Gentilino il 12 settembre 2015, al termine della gara.</b> Premi ai primi 3 di ogni categoria H e D, e al primo della categoria Open. 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, 70 m dislivello
<b>H18/40</b>	Uomini età 17-18 anni e 40-49 anni	2,5 km, 65 m dislivello
<b>H16/50</b>	Uomini età 15-16 anni e da 50 anni in poi	2,2 km, 50 m dislivello
<b>H14</b>	Uomini età 13-14 anni	1,8 km, 40 m dislivello
<b>H12</b>	Uomini età fino ai 12 anni (ideale per scuole)	1,0 km, 40 m dislivello
<b>DA</b>	Donne, età libera	2,7 km, 70 m dislivello
<b>D18/40</b>	Donne età 17-18 anni e 40-49 anni	2,5 km, 65 m dislivello
<b>D16/50</b>	Donne età 15-16 anni e da 50 anni in poi	2,2 km, 50 m dislivello
<b>D14</b>	Donne età 13-14 anni	1,8 km, 40 m dislivello
<b>D12</b>	Donne età fino ai 12 anni (ideale per scuole)	1,0 km, 40 m dislivello

#### INDIVIDUALE O GRUPPI

<b>OK</b>	per singoli, famiglie, gruppi età libera, percorso facile	1,0 km, 40 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**

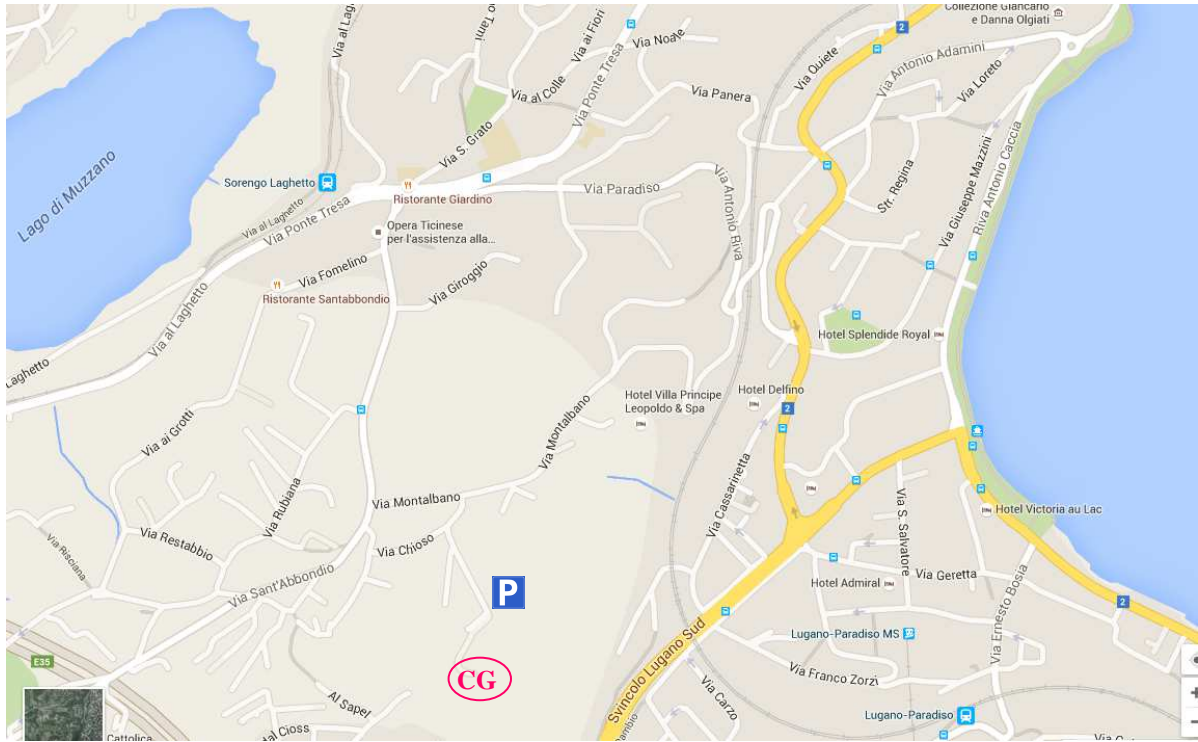
athleticum  
home of sports



Città di Lugano

Dicastero Sport





**Sponsor**

**RAIFFEISEN** Colline del Ceresio  
del Vedeggio

**con il sostegno**



Città di Lugano

Dicastero Sport

