



CORSA D'ORIENTAMENTO NOTTURNA

LUI+LEI (Gara a coppie)

Venerdì 16 settembre 2016

Corsa accessibile a tutti, 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).

Centro Gara (CG)	Scuole Medie di Barbengo – dalle ore 18.00
Trasporti pubblici	Consultare www.ffe.ch
Parcheggi	limitati, si prega di riempire le auto! Seguire le indicazioni degli addetti. Massimo 5-10 minuti a piedi al centro gara.
Spogliatoi	Nessuno (grande tettoia) / WC a disposizione.
Tracciatore/Controllore	Luciano Hochstrasser / Vince Pellegrini
Capo-gara	Marco Buck, e-mail: marco.buck@bluewin.ch
Categorie e lunghezze dei percorsi (percorsi stampati per tutti)	Lui+Lei A (1997 e più vecchi) 3.6 km ca. Lui+Lei B (2001-1998) 3.7 km ca. Lui+Lei C (2002 e più giovani) 2.0 km ca. Lui+Lei D (20 anni di differenza fra i due concorrenti) 2.7 km ca. Lui+Lei E (1976 e più vecchi) 3.4 km ca. Open (età e composizione libera – facile) 1.8 km ca.
Equipaggiamento	Prevalentemente abitato. Utilizzare scarpette da corsa normali. Munirsi di pila frontale.
Prime partenze	ore 20.15
Cartina	Barbengo , scala 1:5000, eq. 2 m, 2009, agg. parziale 2016, 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 singolo CHF 15.00 categorie Open 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 (etichetta da consegnare alla PARTENZA).
CG - Partenza	Pre-partenza: a circa 5 minuti dal Centro gara (seguire i nastri). Riscaldamento solo sul tratto Partenza-CG.
Descrizione punti	Alla partenza; minuto -3; NON stampata sulla cartina.
Prepartenza-Partenza	Appello 4 minuti prima: -4' Clear + Check -3' Descrizione punti -2' Visione cartina vuota -1' Timbrare lo START 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!

<p>Sicurezza sul percorso</p> 	<p>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.</p>
<p>Controllo lungo i percorsi</p>	<p>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 (vi saranno dei controlli)!</p>
<p>Arrivo - CG</p>	<p>10 min. ca. al passo.</p>
<p>Rifornimento</p>	<p>Presso l'arrivo.</p>
<p>Samaritani</p>	<p>All'arrivo.</p>
<p>Scaricamento chip</p>	<p>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.</p>
<p>Premiazione</p>	<p>Ore 22.00-22.30 ca. Premi ai primi 3 classificati delle categorie "Lui+Lei" e al primo classificato della categoria Open.</p>

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.

