



Corsa d'orientamento "Fragori" Lamone, 31 maggio 2017

3^a prova Trofeo Sprint Cup

DIRETTIVE PER I CONCORRENTI

Centro gara <i>Aperto ore 18.00</i>	Scuole elementari di Lamone (vedi cartina allegata) NON SEGNALATO
Posteggi	POSTEGGI MOLTO LIMITATI: presso la scuola e nelle vicinanze, a pagamento. Possibile utilizzare anche posteggi in zona Park & Ride oppure in zona Centro Eventi Cadempino. NON POSTEGGIARE IN PAESE A LAMONE. NON CI SARANNO ADDETTI AL PARCHEGGIO Consigliamo di raggiungere il Centro gara con i mezzi pubblici (FFS o Bus TPL) viste le costanti colonne nelle ore serali – la stazione FFS è proprio nelle vicinanze).
Trasporti pubblici	Info: www.ffs.ch
Spogliatoi	Nessuno / WC a disposizione.
Iscrizioni <i>ore 18.00-20.00</i>	Entro lunedì 29 maggio 2017, ore 12.00 a clau.gio@bluewin.ch oppure sul posto. Munirsi della propria SI-Card di gara. Al momento dell'iscrizione viene assegnato l'orario di partenza che sarà stampato su un'etichetta da presentare alla partenza. I pre-iscritti devono unicamente farsi assegnare il tempo di partenza. (Le liste dei pre-iscritti, per categoria, saranno appese al centro gara)
Quote iscrizioni	Vedi specchietto.
Categorie	Vedi specchietto.
Orario partenza	All'info i concorrenti si procurano l'etichetta con l'orario di partenza scelto tenendo conto dei tempi di spostamento.
Partenza <i>Prime partenze ore 19.00</i>	Pre-partenza: a circa 10 minuti dal Centro gara (700 m, 0 m disl.; seguire i nastri). 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 Seguire le direttive degli addetti.
Scarpette	Per territorio urbano. Vietato l'uso di scarpe chiodate.
Percorsi	Stampati per tutti, sulla cartina "Lamone" – scala 1:4000, eq. 2.5m (Febbraio 2017). Descrizione punti stampata sulla cartina e separata, disponibile al minuto -3. Tracciatore: Oliver Hochstrasser - Controllore: Luciano Hochstrasser Attenzione: i percorsi presentano punti molto vicini. Controllare attentamente la sequenza ed il numero della lanterna! Come per tutte le gare di città e paese, bisogna assolutamente rispettare le proprietà private e tutti gli oggetti che indicano divieto di accesso (recinti, siepi, muri). 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 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.



L'attività del Gruppo C.O. AGET Lugano è sostenuta da:



Città di Lugano
Dicastero Sport



ail



governo sport ticino



BancaStato

BANCA DELLO STATO DEL CANTONE TESSINO



athleticum

Home of sports

Arrivo	Presso il Centro gara. Timbrare il punto "finish". Ritirati si annunciano all'arrivo o alla lettura SI-Card.
Rifornimento	All'arrivo
Buvette	Allestita al Centro gara.
Liste di partenza e classifiche	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.
Classifiche	Di ogni gara: pubblicate al sito www.swiss-orientteering.ch Classifica complessiva pubblicata dopo ogni gara sul sito www.asti-ticino.ch . 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.
Premiazione	Premiazione in base alla classifica a punti, dopo le tre gare. Verrà effettuata a Gravesano, il 25 agosto 2017. Premi ai primi 3 di ogni categoria H e D, e al primo della categoria Open. Premio sorpresa estratto fra tutti i partecipanti.
Asilo Nido	Non previsto.

CATEGORIE INDIVIDUALI

PERCORSI-LUNGHEZZE INDICATIVE

HA	Uomini, età libera	Km 3.210
H18/40	Uomini, età 17-18 anni e 40-49 anni	Km 2.210
H16/50	Uomini, età 15-16 anni e da 50 anni in poi	Km 2.030
H14	Uomini, età 13-14 anni	Km 1.740
H12	Uomini, età fino ai 12 anni (ideale per scuole)	Km 1.440
DA	Donne, età libera	Km 3.210
D18/40	Donne, età 17-18 anni e 40-49 anni	Km 2.210
D16/50	Donne, età 15-16 anni e da 50 anni in poi	Km 2.030
D14	Donne, età 13-14 anni	Km 1.740
D12	Donne, età fino ai 12 anni (ideale per scuole)	Km 1.440

INDIVIDUALE O GRUPPI

OK	per singoli, famiglie, gruppi età libera, percorso facile	Km 1.540
-----------	--	----------

QUOTE D'ISCRIZIONE

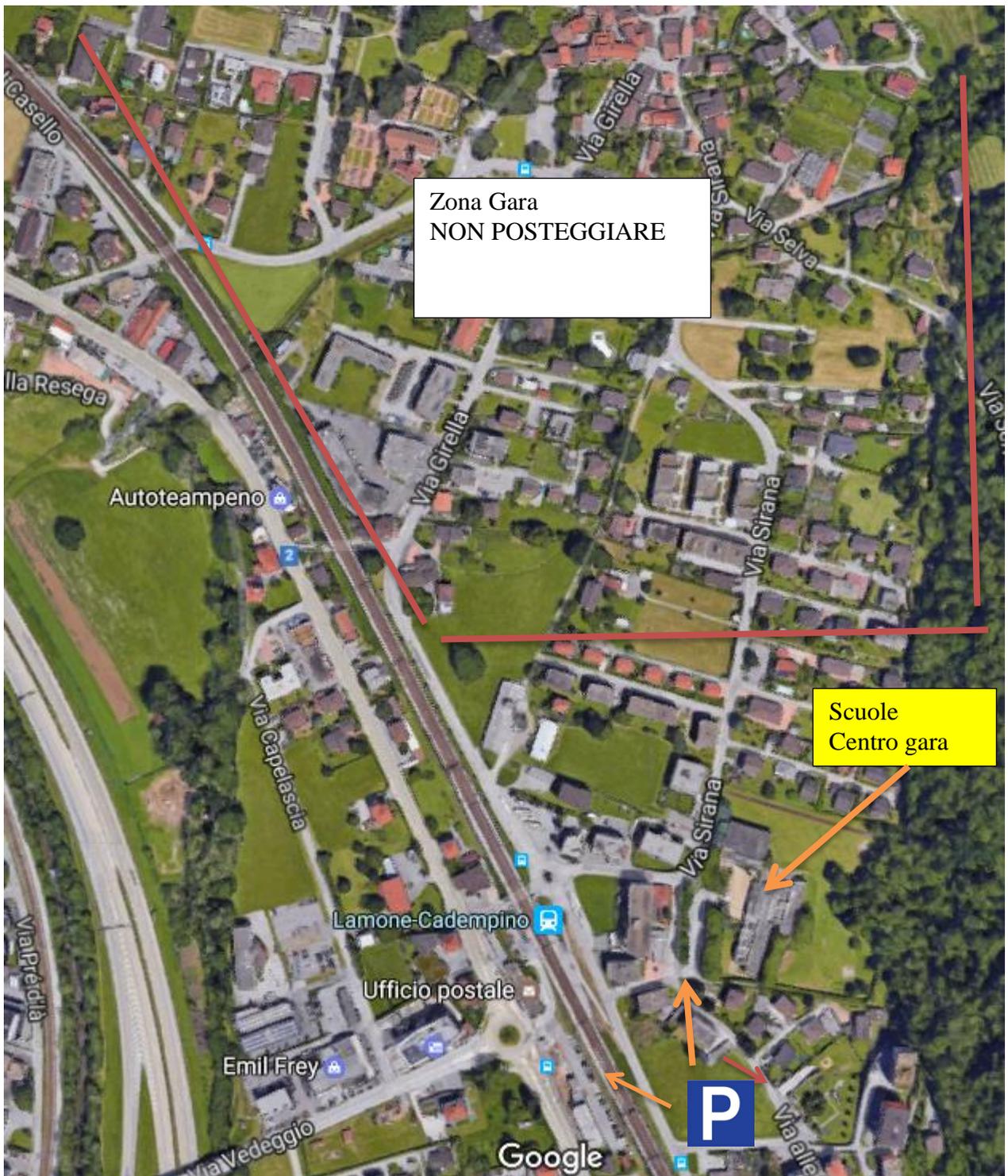
CHF	28.00	Iscrizione unica per tre gare
CHF	11.00	iscrizione ad una gara
CHF	5.00	residenti non orientisti
CHF	3.00	cartina supplementare
CHF	2.00	noleggio SI-Card

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.

L'attività del Gruppo C.O. AGET Lugano è sostenuta da:



L'attività del Gruppo C.O. AGET Lugano è sostenuta da: