



## CORSA D'ORIENTAMENTO NOTTURNA

**LUI+LEI** (Gara a coppie)

Venerdì 22 settembre 2017

**Corsa d'orientamento notturna accessibile a tutti**  
adatta anche a combinazioni di coppia tipo "orientista+esordiente".  
Alle coppie che non hanno mai praticato l'orientamento,  
si consiglia la categoria più facile (Open).

|   |   |
|---|---|
| <b>Centro Gara (CG)</b>   | Scuole elementari di Ponte Capriasca – dalle ore 18.00  |
| <b>Trasporti pubblici</b>   | Consultare <a href="http://www.ffe.ch">www.ffe.ch</a><br>Fermata autopostale: Ponte Capriasca, Crano  |
| <b>Parcheggi</b>  | <b>Limitati</b> , si prega di riempire le auto! Seguire le indicazioni degli addetti. Massimo 5-10 minuti a piedi al centro gara.<br><i>Si utilizzano i parcheggi comunali già predisposti nel comune (dalle ore 18.00 gratuiti)</i>  |
| <b>Spogliatoi / WC</b>  | A disposizione.   |
| <b>Tracciatore/Controllore</b>  | Gianni Ghezzi / Andrea Arnet  |
| <b>Capo-gara</b>  | Claudia Giopelli, <a href="mailto:clau.gio@bluewin.ch">clau.gio@bluewin.ch</a>  |
| <b>Categorie e lunghezze dei percorsi</b><br><i>(percorsi stampati per tutti)</i> | Lui+Lei A (1998 e più vecchi) 3.3 km ca.<br>Lui+Lei B (2002-1999) 3.2 km ca.<br>Lui+Lei C (2003 e più giovani) 2.2 km ca.<br>Lui+Lei D (20 anni di differenza fra i due concorrenti) 2.4 km ca.<br>Lui+Lei E (1977 e più vecchi) 2.8 km ca.<br>Open (età e composizione libera – facile) 1.9 km ca. |
| <b>Equipaggiamento</b>  | Prevalentemente abitato; utilizzare scarpette per territorio urbano ben profilate.<br>Munirsi di pila frontale e porta-descrizioni.   |
| <b>Prime partenze</b>   | <b>ore 20.15ca.</b> (appena fa buio!)   |

Sponsor

**amag**

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



Città di Lugano  
Dicastero Sport



ail  
gioco-sport  
ticino



AS  
BANCA DELLO STATO DEL CANTONE TICINO

**BancaStato**  
home of sports



|   |   |
|---|---|
| <b>Cartina</b>                            | <b>Ponte Capriasca-Origlio</b> , scala 1:4000, eq. 2,5 m, 2017, stampa A3.<br><b>Descrizioni punti: NON</b> è stampata sulla cartina  |
| <b>Iscrizioni</b>                         | <b>Sul posto dalle ore 18.00</b>  |
| <b>Tasse</b>                              | CHF 23.00 categorie Lui+Lei A, B, C, D e E per coppia<br>CHF 9.00 categorie Open <b>singolo</b><br>CHF 15.00 categorie Open <b>coppia</b> o <b>gruppo</b> (2 cartine)<br>CHF 3.00 cartina supplementare<br>CHF 2.00 noleggio SI-Card  |
| <b>Procedura per il tempo di partenza</b> | Compilare il tagliando d'iscrizione e consegnarlo al TAVOLO ISCRIZIONI dove vi verrà assegnato il tempo di partenza (etichetta da consegnare alla PARTENZA).  |
| <b>CG - Partenza</b>                      | Pre-partenza: presso il Centro gara. Riscaldamento solo presso il CG.   |
| <b>Descrizione punti</b>                  | Alla partenza; minuto -3; <b>NON è stampata</b> sulla cartina.  |
| <b>Pre-partenza-Partenza</b>              | Appello 4 minuti prima:<br>-4' Clear + Check<br>-3' Descrizione punti<br>-2' Visione cartina vuota<br>-1' Timbrare lo START e posizionarsi davanti alla cartina<br>0' Partenza normale  |
| <b>Punti di controllo e percorso</b>      | In caso di mancato funzionamento di un'unità Sportident è obbligatorio punzonare sulla cartina e mostrarla allo scaricamento del chip al CG.<br><b>Attenzione!</b> Ci sono punti molto vicini, controllare bene numero e sequenza!  |
| <b>Sicurezza sul percorso</b>             |  <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 anche su strade aperte al traffico; prestare la massima attenzione alle automobili.</b><br>I concorrenti sono responsabili del loro comportamento sulle strade. L'organizzatore declina ogni responsabilità in caso di incidenti. |
| <b>Controllo lungo i percorsi</b>         | Saranno effettuati controlli lungo il percorso, non segnati né sulla carta né sulla descrizione punti.<br><b>I concorrenti "Lui+Lei" DEVONO transitare in coppia sull'intero percorso</b> , pena la squalifica (vi saranno dei controlli)!  |
| <b>Arrivo - CG</b>                        | 10 min. ca. al passo.   |
| <b>Rifornimento</b>                       | All'arrivo.   |
| <b>Samaritani</b>                         | All'arrivo.   |

|                          |  |
|--------------------------|--|
| <b>Scaricamento chip</b> | 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. |
| <b>Premiazione</b>       | Ore 22.00-22.30 ca. / Premi ai primi 3 classificati delle categorie "Lui+Lei" e al primo classificato della categoria Open.                          |

#### **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.

*Vi attendiamo numerosi come sempre  
e auguriamo a tutti una buona gara!*

Ringraziamo il nostro

**Sponsor**

**amag**

*Stai pensando di sostituire il tuo veicolo?  
presso il Centro gara  
saranno esposti due veicoli della nuova generazione!*

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

