





# Corsa d'orientamento "Fragori" Massagno, 1. giugno 2018

## 1<sup>a</sup> prova Trofeo Sprint-Cup

### DIRETTIVE PER I CONCORRENTI

<b>Centro gara</b> <i>Aperto ore 18.00</i>	Centro sportivo Valgersa / Campo di calcio, Savosa <b>NON SEGNALATO</b> (si veda piano allegato). <b>È VIETATO ENTRARE NEL CAMPO DI CALCIO!</b> <b>UTILIZZABILE SOLO LA PISTA DI ATLETICA.</b> 
<b>Posteggi</b>	Diversi parcheggi pubblici a disposizione (si veda piano allegato) – Si prega di riempire le auto. <b>Il centro gara è servito dai mezzi pubblici</b> (linea 5 / orari al sito <a href="http://www.tpsa.ch/8/15/newlinee-e-orari-linee.html">http://www.tpsa.ch/8/15/newlinee-e-orari-linee.html</a> / fermata Valgersa) <b>NON CI SARANNO ADDETTI AL PARCHEGGIO</b>
<b>Spogliatoi</b>	WC, spogliatoi e docce al centro gara.
<b>Iscrizioni</b> <i>ore 18.00-19.30</i>	Entro mercoledì sera, 30 maggio a <a href="mailto:fragori@coaget.ch">fragori@coaget.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>	I concorrenti si procurano l'etichetta con l'orario di partenza scelto tenendo conto dei tempi di spostamento.
<b>Partenza</b> <i>Prime partenze ore 19.00</i>	Pre-partenza: a circa 10 minuti dal Centro gara; seguire i nastri. <b>Appello 7 minuti prima:</b> -5-7' Attraversamento passaggio pedonale con semaforo -4' Clear + Check -3' Descrizione punti -2' Visione cartina vuota -1' Timbrare lo START e posizionarsi davanti alla cartina 0' Partenza <b>svedese</b> Seguire le direttive degli addetti.
<b>Percorsi</b>	Stampati per tutti sulla cartina "Massagno". Descrizione punti separata. scala 1:4000, 5m (maggio 2013, aggiornamento febbraio 2018). <b>Tracciatore:</b> Gioele Dell'Andrino - <b>Controllore:</b> Aliaksei Tsitovich <b>Attenzione:</b> molti punti vicini, controllare attentamente la sequenza ed il numero della lanterna! Manifestazione pubblica in corso sul terreno di gara – rispettare i pedoni! <b>Per l'attraversamento delle strade principali è raccomandato utilizzare i sottopassaggi indicati sulla cartina!</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). <b>Si corre su strade aperte al traffico; prestare la massima attenzione alle automobili e anche ai pedoni.</b> 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



giovani sport ticino



Ati



Banca Stato



BANCA DELLO STATO DEL CANTONE TICINO



athleticum



home of sports

<b>Scarpette</b>	<b>Per territorio urbano.</b> Vietato l'uso di scarpette chiodate.
<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>Samaritani</b>	Al Centro gara
<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-orientering.ch">www.swiss-orientering.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 Villa Luganese il 29 agosto 2018.</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	2,9 km / 18 punti / 75 m dislivello
<b>H18/40</b>	Uomini età 17-18 anni e 40-49 anni	2,6 km / 18 punti / 75 m dislivello
<b>H16/50</b>	Uomini età 15-16 anni e da 50 anni in poi	2,5 km / 19 punti / 70 m dislivello
<b>H14</b>	Uomini età 13-14 anni	2,0 km / 13 punti / 40 m dislivello
<b>H12</b>	Uomini età fino ai 12 anni (ideale per scuole)	1,2 km / 10 punti / 25 m dislivello
<b>DA</b>	Donne, età libera	2,9 km / 18 punti / 75 m dislivello
<b>D18/40</b>	Donne età 17-18 anni e 40-49 anni	2,6 km / 18 punti / 75 m dislivello
<b>D16/50</b>	Donne età 15-16 anni e da 50 anni in poi	2,5 km / 19 punti / 70 m dislivello
<b>D14</b>	Donne età 13-14 anni	2,0 km / 13 punti / 40 m dislivello
<b>D12</b>	Donne età fino ai 12 anni (ideale per scuole)	1,2 km / 10 punti / 25 m dislivello

#### INDIVIDUALE O GRUPPI

<b>OK</b>	per singoli, famiglie, gruppi età libera, percorso facile	1,4 km / 11 punti / 30 m dislivello
-----------	--	-------------------------------------

#### 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

<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.

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



