

Organizzazione	ASCO Lugano
Centro gara (CG)	Dalle 9.30 Palestra Liceo Lugano 1 – viale Cattaneo 4, Lugano
Capo gara	Eleonora Pedrazzini – 079 698 37 24 – eleonora@pedrazzini.com
Posteggi	Posti limitati presso il Liceo, solo per chi resta fino alla fine della gara (ore 13.00 circa). Posteggio Campo Marzio (3') a pagamento e su disponibilità zona blu gratuita nei dintorni del centro esposizioni (5-10').
WC e Spogliatoi	Disponibili al centro gara con docce
Asilo nido	NON organizzato
ISCRIZIONI + INFO a partire dalle 9.30 e possibili fino alle 10.30	Si pregano i responsabili delle società voler annunciare il numero approssimativo di iscritti per @mail a Ele Pedrazzini, capogara, entro martedì 11 febbraio 2020. Presentarsi al tavolo delle iscrizioni con SI-Card (chip); dopo il controllo dei dati e l'assegnazione della categoria, i concorrenti riceveranno un'etichetta con l'orario di partenza.
Tassa d'iscrizione	fr. 11.- per ogni concorrente + cartina supplementare fr. 3.-
Categorie + Distanze indicative	A 2.6 km HA Uomini, età libera DA Donne, età libera B 2.1 km H18/40 - Ragazzi fino a 18 / uomini sopra i 40 anni D18/40 - Ragazze fino a 18 / donne sopra i 40 anni C 2.0 km H16/50 - Ragazzi fino a 16 / uomini sopra i 50 anni D16/50 - Ragazze fino a 16 / donne sopra i 50 anni D 1.9 km H14 - Ragazzi fino a 14 / D14 - Ragazze fino a 14 anni E 1.8 km H12 - Ragazzi fino a 12 anni / D12 - Ragazze fino a 12 anni OPEN 1.8 km Aperta a tutti
Percorsi/ terreno di gara	Stampati per tutti > Descrizione punti alla partenza ATTENZIONE: si corre su strade aperte al traffico e si deve dunque prestare la massima attenzione alle auto (rispetto dell'art. 49 in calce)! I concorrenti sono responsabili del proprio comportamento sulle strade. L'organizzazione declina ogni responsabilità in caso d'incidente. La corsa si svolge in zona urbana. L'utilizzo di scarpe chiodate è pertanto vietato. Vanno rispettate, pena la squalifica, le zone proibite, i passaggi obbligati e le zone private (verde oliva) indicati sulla cartina.
Cartina	Lugano-centro, scala 1:4'000, eq. 2.5 m, agg. parziale dicembre 2019
Tracciatori	Maira Guglielmini
Controllore	Luca Rizzi
Liste di partenza	Nessuna. All'iscrizione i partecipanti ricevono l'orario di partenza.
PARTENZE	A partire ore 10.30
CG – partenza	10' min. al passo / Chiamata 3 min. prima
Arrivo	Nei pressi del CG
Lettura SI-Card	Presso il CG. È responsabilità del concorrente, anche se ritiratosi, di scaricare il chip!
Servizio sanitario	Presso il CG.
Assicurazione	L'organizzazione declina ogni responsabilità per qualsiasi avvenimento prima, durante e dopo la gara.
Rifornimento	All'arrivo.
Buvette	presso l'ASCO buvette al CG
Premiazione	Nessuna - Prevista un'unica premiazione solo a fine stagione.

Legge sulla circolazione stradale, art. 49 - Pedoni

I concorrenti devono rispettare la legge sulla Circolazione stradale concernente i pedoni Art.49:

Cpv. 1: 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 si oppongano speciali condizioni, essi devono tenersi sul margine sinistro della strada.
Cpv. 2: 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.