



CORSA D'ORIENTAMENTO NOTTURNA

LUI+LEI (Gara a coppie)

Venerdì 22 settembre 2023

38. edizione

VILLA LUGANESE

La società Corse d'orientamento AGET Lugano organizza una

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).

Centro Gara (CG) <i>Aperto dalle ore 17.30</i>	Scuole Elementari di Villa Luganese
Parcheggi	Limitati, riempire le auto e seguire le istruzioni degli addetti.
Spogliatoi / WC	WC a disposizione – NON ci sono spogliatoi.
Tracciatore / Controllore	Famiglia Zambarda / Nigia
Capo-gara	Oliver Hochstrasser
Categorie e lunghezze dei percorsi <i>(percorsi stampati per tutti)</i>	Fa stato l'anno di nascita sforzo Lui+Lei A (2004 e più vecchi) 4.9 km ca. Lui+Lei B (2008 - 2005) 4.6 km ca. Lui+Lei C (2009 e più giovani) 3.1 km ca. Lui+Lei D (20 anni di differenza fra i due concorrenti) 3.7 km ca. Lui+Lei E (1983 e più vecchi) 4.2 km ca. Open (età e composizione libera – facile) 2.7 km ca.
Equipaggiamento	Tracciati misti bosco-paese; consigliate scarpette ben profilate. Scarpette chiodate VIETATE . Munirsi di pila frontale (batterie cariche!).
Prime partenze	ore 19.30 ca. (appena fa buio!)
Cartina	1a parte bosco Villa Luganese , scala 1:7'500, eq. 5,0 m (aggiornamenti parziali 2023). 2a parte paese Villa Luganese , scala 1:3'000, eq. 2,5 m (2014). Stampa dei percorsi fronte-retro della cartina. L'ultimo punto della prima parte, sul retro (carta paese) è marcato con il simbolo della partenza. La numerazione dei punti ripartirà con il numero 1 Descrizioni punti: unicamente stampata sulla cartina.

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



Iscrizioni	Entro mercoledì sera, 20 settembre 2023 a oliver@hochstrasser.one , indicando obbligatoriamente: cognome/nome e anno di nascita di entrambi i concorrenti, categoria, numero SI-Card (una sola!), società. (ai responsabili di società è stata inviata una tabella excel per la compilazione – rispettare i campi p.f.)
Tasse	Iscrizioni sul posto solo in numero limitato con supplemento. CHF 23.00 categorie Lui+Lei A, B, C, D e E per coppia CHF 9.00 categoria Open singolo CHF 15.00 categoria Open coppia o gruppo (2 cartine) CHF 3.00 cartina supplementare CHF 2.00 noleggio SI-Card CHF 5.00 iscrizioni tardive e modifiche
CG - Partenza	Circa 15 min. al passo (600m / 50m) Prime partenze ore 19.30ca. (appena fa buio)
Descrizione punti	Unicamente stampata sulla cartina
Partenza	Partenze libere nella fascia oraria 18.45-19.45ca.
Punti di controllo e percorso	In caso di mancato funzionamento di un'unità Sportident è obbligatorio punzonare sulla cartina e mostrarla allo scarico del chip al CG.
Recinti delle mucche	Alcuni percorsi devono attraversare delle recinzioni elettriche per le mucche indicata con il simbolo recinto NON attraversabile. Il contadino ci ha permesso l'attraversamento della recinzione unicamente in punti prestabiliti. Sulla cartina è stato indicato il passaggio obbligato per attraversare la recinzione elettrica. In caso di rottura di una recinzione elettrica dovete informare gli organizzatori che provvederanno a segnalarlo al contadino.
Sicurezza sul percorso 	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.
Controllo lungo i percorsi	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!
Arrivo - CG	Nei pressi del CG
Rifornimento	All'arrivo
Buvette	Al CG
Samaritani	Al CG

Lettura SI-Card	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.
Premiazione	Ore 20.45-21.00ca. / Premi ai primi 3 classificati delle categorie "Lui+Lei" e al primo classificato della categoria Open.

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.

Attenzione: Con l'iscrizione i concorrenti acconsentono alla eventuale pubblicazione di loro fotografie effettuate per divulgare la corsa d'orientamento. Nel caso non si desideri un'eventuale pubblicazione, i concorrenti sono pregati di informare per iscritto il capo-gara entro l'inizio della gara. *(la forma maschile vale per entrambi i generi).*

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