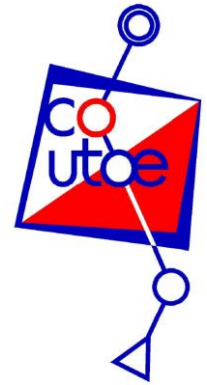


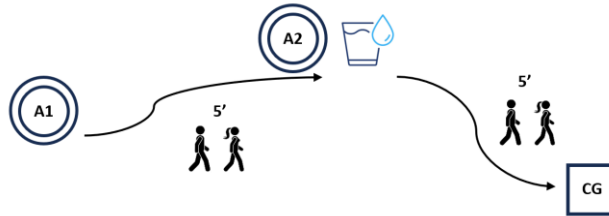
7° TMO Long 2024 • Catto-Lurengo, domenica 28 aprile 2024



Organizzazione:	CO UTOE Bellinzona		
Capo gara / Info:	Franco Ghiggia, franco.ghiggia@fctsa.ch, 079 685 69 22		
Tracciatori/Controllore:	Silvio Bianchi, Nicola Bomio / Andrea Beltraminelli		
Delegati tecnici:	Gioele Maddalena, Claudia Giopelli		
Cartina:	Catto – Lurengo, 2010, agg. 2024, equidistanza 5 m, A4 categorie over 50 scala 1:7'500 altre categorie scala 1:10'000		
Terreno di gara:	Boschi e pascoli (1'200 – 1'700 m slm)		
Centro Gara:	Catto , comune di Quinto - Casa Fondazione Don Willy, mappa		
Posteggi:	Presso il centro gara (5-20 min). Molto limitati – riempire le auto/ i furgoni		
Mezzi pubblici	Orari sul sito www.ffs.ch , bus da Ambri (B 116) arrivo a Catto 7:26 / 10:26		
Iscrizioni:	Sulla piattaforma (www.ol-events.ch) entro domenica 21.4.2024 ore 23:59		
Categorie:	H- AL/AM/AK/B/40/50/60/70/18/16/14/12/10 D- AL/ AK/B/40/50/60 /18/16/14/12/10 OK		
Tassa d'iscrizione:	2003 e più anziani	Fr. 16.-	Cartina supplementare: Fr. 3.-
	2004-2007:	Fr. 11.-	Noleggio SI-Card: Fr. 2.-
	2008 e più giovani, OK:	Fr. 9.-	Iscrizioni sul posto e mutazioni: Fr. + 5.-
Iscrizione sul posto:	Al Centro Gara dalle 9.30 alle 10.30, in numero limitato per categorie TMO HB, DB e OK: senza supplemento		
Versamento	CCP 65-46381/5, CO UTOE Bellinzona, c/o Fabio Gaspari, Bellinzona		
Partenze:	pubblicate sul sito liste partenze , entro il 25.4.2024, prime partenze ore 11:00		
Centro Gara - Pre-partenza:	25' – 40' (1'200 m + 180 m ↑) a piedi, percorso segnalato con nastri / bandierine. Chiamata 4 minuti prima.		
Descrizione punti:	Disponibile nei box di partenza - self service - e stampata sulla cartina per tutti.		
Partenza:	Chiamata 4 minuti prima, partenza "svedese" ⇔ 60 m		
Trasporto vestiti:	SOLO in caso di forte pioggia		
Cartina all'arrivo:	La cartina di gara non è ritirata e non va mostrata a chi deve ancora partire; si raccomanda il fair-play (pena la squalifica di entrambi i concorrenti!).		
Percorsi:	Percorsi stampati per tutte le categorie		
WC:	Al Centro Gara		
Spogliatoi	Al Centro gara: esterno ⇔ portare le tende delle società		
Assistenza sanitaria:	Al Centro Gara		
Asilo nido	Al Centro Gara		
Buvette	Fornitissima, al Centro Gara, gestita da SeleTI		
Premiazione:	Al Centro Gara – entro le 15°		
Classifiche:	Classifiche LIVE su classifiche live , classifiche definitive SOLV		
Assicurazione:	A carico dei concorrenti. L'organizzatore declina ogni responsabilità.		
Diversi:	Con l'iscrizione i partecipanti acconsentono all'eventuale pubblicazione di loro fotografie. Chi non è d'accordo informi per iscritto il capo gara prima della gara.		



Arrivo – Rifornamento – Centro Gara:



Lunghezza indicativa dei percorsi:

CAT	km	m↑		CAT	km	m↑
H10	2.10	50		D10	2.10	50
H12	3.00	110		D12	2.90	100
H14	3.55	150		D14	3.30	140
H16	4.55	210		D16	4.15	180
H18	5.70	200		D18	4.25	215
HAL	6.80	310		DAL	4.90	215
HAM	5.30	170				
HAK	4.00	170		DAK	3.35	130
HB	2.70	90		DB	2.70	85
H40	5.80	290		D40	3.80	200
H50	4.80	200		D50	3.70	115
H60	3.80	155		D60	3.15	110
H70	2.80	90		OK	2.10	55

VI ASPETTIAMO NUMEROSI