



CORSA D'ORIENTAMENTO NOTTURNA

LUI+LEI (Gara a coppie)

Venerdì 30 ottobre 2026

41. edizione

BREGANZONA

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 Breganzona (via Camara 63, Breganzona) NON SEGNALATO / mappa																		
Parcheggi	Limitati presso il Centro gara e diversi parcheggi pubblici a disposizione da 1 min. a 15 min. (si veda piano allegato) – Si prega di riempire le auto. NON CI SARANNO ADDETTI AL PARCHEGGIO I concorrenti possono raggiungere il Centro gara con i mezzi pubblici (linea n. 3 - fermata Medi).																		
Trasporti pubblici	Info: www.ffe.ch , http://www.tpls.ch/8/15/newlinee-orari-linee-tpl.html																		
Spogliatoi / WC	Ampie tettoie e sala multiuso a disposizione / nessuna doccia! WC a disposizione																		
Tracciatore / Controllore	Nathalie Pini e Sarah Ortelli Giannakis / Vincenzo Jacomella																		
Capo-gara	Claudia Giopelli																		
Categorie e lunghezze dei percorsi <i>(percorsi stampati per tutti fronte/retro)</i>	<i>Fa stato l'anno di nascita del più anziano</i> <table><tr><td>Lui+Lei A</td><td>(2007 e più anziani)</td><td>4.0 km / 150 m</td></tr><tr><td>Lui+Lei B</td><td>(2011-2008)</td><td>3.6 km / 130 m</td></tr><tr><td>Lui+Lei C</td><td>(2012 e più giovani)</td><td>2.5 km / 55 m</td></tr><tr><td>Lui+Lei D</td><td>(20 anni di differenza fra i due concorrenti)</td><td>2.9 km / 115 m</td></tr><tr><td>Lui+Lei E</td><td>(1986 e più anziani)</td><td>3.8 km / 125 m</td></tr><tr><td>Open</td><td>(età e composizione libera – facile)</td><td>2.8 km / 80 m</td></tr></table>	Lui+Lei A	(2007 e più anziani)	4.0 km / 150 m	Lui+Lei B	(2011-2008)	3.6 km / 130 m	Lui+Lei C	(2012 e più giovani)	2.5 km / 55 m	Lui+Lei D	(20 anni di differenza fra i due concorrenti)	2.9 km / 115 m	Lui+Lei E	(1986 e più anziani)	3.8 km / 125 m	Open	(età e composizione libera – facile)	2.8 km / 80 m
Lui+Lei A	(2007 e più anziani)	4.0 km / 150 m																	
Lui+Lei B	(2011-2008)	3.6 km / 130 m																	
Lui+Lei C	(2012 e più giovani)	2.5 km / 55 m																	
Lui+Lei D	(20 anni di differenza fra i due concorrenti)	2.9 km / 115 m																	
Lui+Lei E	(1986 e più anziani)	3.8 km / 125 m																	
Open	(età e composizione libera – facile)	2.8 km / 80 m																	

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



Equipaggiamento	Tracciati una parte in paese e una parte nel bosco. <u>Vivamente consigliate scarpette profilate.</u> Scarpette chiodate VIETATE. Munirsi di pila frontale (batterie cariche!).
Partenze	Partenze libere (appena fa buio) nella fascia oraria 18.45-19.45ca.
Spostamenti	CG-Partenza: 1.0 km, 50 m, circa 20 minuti al passo Arrivo-CG: 0.6 km, 40 m, circa 10 minuti al passo
Cartina	Breganzona-Paese , scala 1:4'000, eq. 2,5 m (aggiornamenti parziali 2026) Breganzona , scala 1:7'500, eq. 5 m (aggiornamenti parziali 2026) Stampata fronte-retro per tutte le categorie Descrizioni punti: stampata sulla cartina e disponibile prima di accedere ai canali di partenza.
Iscrizioni	Entro venerdì sera, 23 ottobre 2026 a clau.gio@bluewin.ch , indicando obbligatoriamente: cognome/nome e anno di nascita di entrambi i concorrenti, categoria, numero SI-Card (una sola!), società. (ai responsabili di società sarà inviata una tabella excel per la compilazione – rispettare i campi Lui e Lei p.f.) Iscrizioni sul posto solo in numero limitato entro le ore 18.45 con supplemento
Tasse	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
Descrizione punti	stampata sulla cartina e disponibile prima di accedere ai canali di partenza.
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!
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.
Rifornimento	All'arrivo
Servizio sanitario	Al Centro gara
Buvette	Al Centro gara
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	Il prima possibile, ore 20.45-21.00ca. Premi ai primi 3 classificati delle categorie “Lui+Lei” e al primo classificato della categoria Open.

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 tutti i generi)*.

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.

Come da articolo 55 del WO, non è permesso partecipare con animali.

Art. 55 Verbotene Begleitung

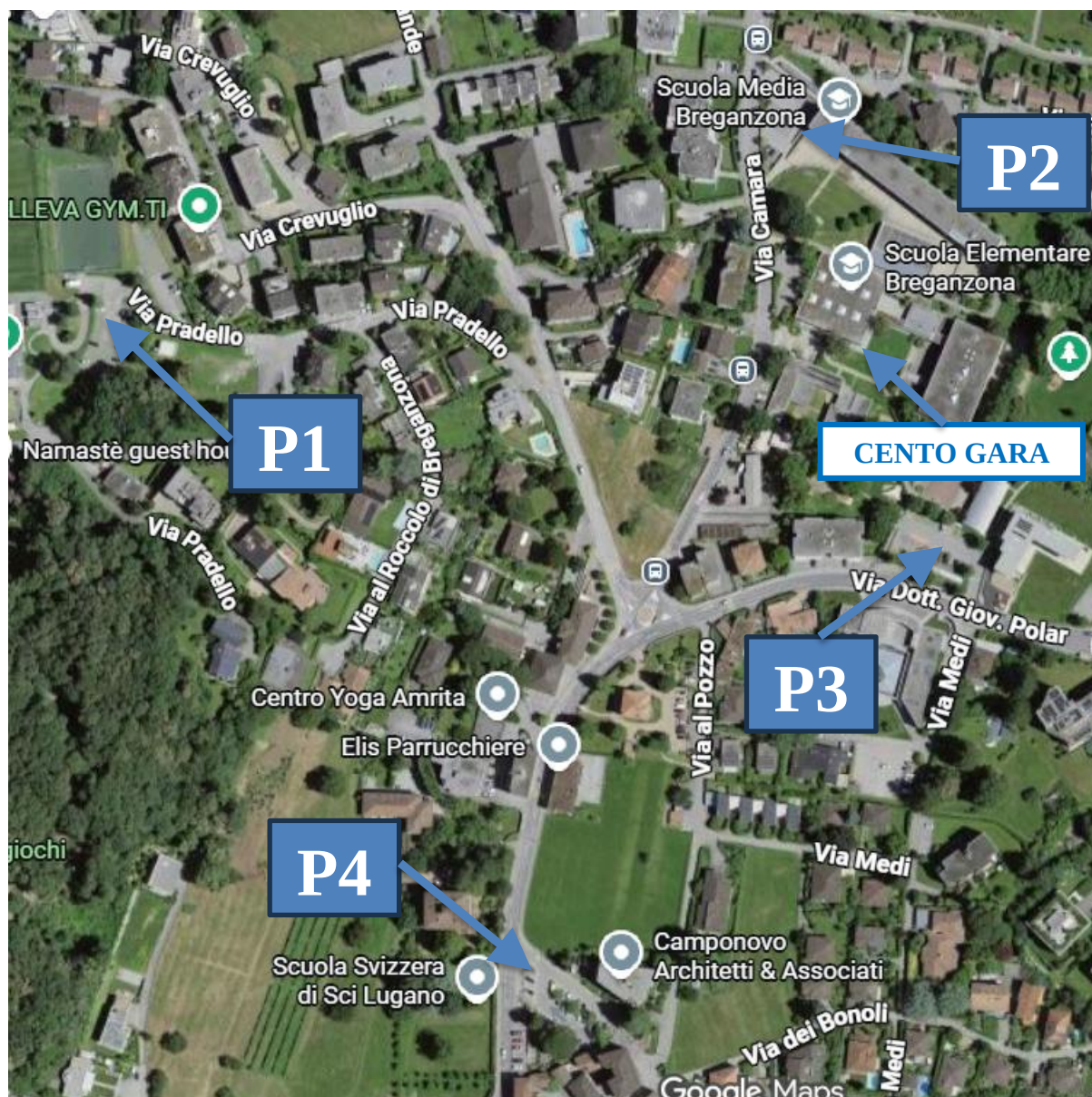
Der Läufer darf sich während des Wettkampfes nicht von Personen begleiten lassen und keine Tiere mit sich führen, ausser der Veranstalter habe dies ausdrücklich erlaubt.

Art. 55 Accompagnamento vietato

Il corridore non può essere accompagnato da persone durante la gara e non può avere con sé animali, a meno che l'organizzatore non lo abbia espressamente consentito. (traduz. DeepL)

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





Posteggi pubblici nelle vicinanze del Centro gara non riservati

Non ci saranno addetti al parcheggio

P1 [Pradello](#) 500 m dal CG zona disco 4 ore fino 19.00, poi gratuito senza limitazione

P2 [Scuola media](#) 150 m dal CG utilizzabile dalle 19.00

P3 [Scuole elementari](#) nei pressi del CG zona disco 1 ora fino 18.00, poi gratuito senza limitazione

P4 [Breganzona paese](#) 300 m dal CG a pagamento fino 19.00 (60 min. CHF 2 / 120 min. CHF 3), poi gratuito

Altre possibilità di parcheggio nelle adiacenti strade secondarie attorno al Centro gara