



# 5 Giorni Svizzera

## corsa d'orientamento

**Tenero (CH)**

**10 - 17. 07. 2005**



ASSOCIAZIONE SPORTIVA TICINESE



Partner:

**PostFinance**  
LA POSTA

# BENVENUTI ALLA 5 GIORNI SVIZZERA 2005

ASTI Ticino ha il piacere di dare il benvenuto a tutti gli orientisti e alle loro famiglie alla 5 giorni Svizzera, che si terrà in concomitanza con i Campionati del mondo juniores (JWOC 2005). I partecipanti avranno la possibilità di correre negli stessi terreni di gara scelti per le competizioni JWOC 2005 e di incoraggiare i migliori atleti juniores a livello mondiale, che si disputeranno il titolo di campione del mondo.



Foto Canò



## Centro-gara Locarno-Tenero

Il centro-gara è fissato per tutta la durata della manifestazione presso il Centro Sportivo di Tenero (CST, <http://www.cstenero.ch/>) situato in riva al lago. Il CST è attrezzato con piscine, campi da calcio, volley, beach-volley, palestre, eccetera. Sarà inoltre possibile affittare altre attrezzature (bike, roller, canoe, windsurf e altro).

## Tipo di gara

Cinque gare con somma dei tempi.

## Sportident

È il sistema usato per la punzonatura. Chi fosse sprovvisto di un badge personale lo può noleggiare al centro-gara (vedi formulario d'iscrizione).

## Premi

In tutte le categorie vengono premiati i primi classificati di ogni tappa ed i primi tre della classifica finale. Tutti i partecipanti riceveranno un ricordo della manifestazione.

## Assicurazione

Ogni partecipante dovrà provvedere alla propria assicurazione. Gli organizzatori declinano ogni responsabilità.

## Alloggio

Ci sono diverse possibilità di alloggio al centro-gara (vedi formulario d'iscrizione). A chi desidera pernottare in una camera d'albergo nella regione di Locarno si consiglia di effettuare la prenotazione entro il 31 gennaio 2005 presso l'Ente Turistico tramite il formulario allegato. In seguito si dovrà provvedere personalmente. Presso il CST sono disponibili le seguenti possibilità di alloggio:

- tende comuni da 20 persone al massimo, con pavimento in cemento, provviste di materassi e luce elettrica. Gruppi numerosi che alloggiano in queste tende possono usufruire gratuitamente di cucine e refettori.
- tende private, a disposizione piazzole da 25 e 50 mq.
- camper, piazzole a disposizione.

Le persone che scelgono una di queste possibilità di alloggio e risiedono presso il CST possono usufruire gratuitamente di tutte le infrastrutture menzionate in precedenza (piscine, lago, vari campi da gioco, eccetera).

Importante: nel CST gli automezzi non possono circolare e non sono ammessi animali.

## Vitto

Al centro-gara saranno preparati colazione e cena su prenotazione. Ci sarà una fornitissima buvette sia al centro gara che nei luoghi delle varie tappe.

## Informazioni

Le informazioni prima della gara si potranno trovare su Internet all'indirizzo: <http://www.asti-ticino.ch/5days2005>. Il programma dettagliato e le liste di partenza verranno consegnate al centro gara.

## Carte

Le carte sono in scala 1:10'000 (1:4'000 per la gara in città) per tutte le categorie.

## Iscrizioni

Per società tramite il formulario ufficiale (tassa CHF 20.--) o tramite Internet (CHF 5.--). Chi desidera il trasporto alle tappe può riservarlo mediante il formulario d'iscrizione.

L'iscrizione è valevole solamente dopo che è stato versato l'intero ammontare dovuto (tassa d'iscrizione + alloggio + ev. trasporto).



## HERZLICH WILKOMMEN AM 5-TAGE-OL SCHWEIZ

ASTI Ticino lädt Sie und Ihre Familien herzlich zum 5-Tage-OL Schweiz, der zusammen mit den Junioren OL-Weltmeisterschaften 2005 (JWOC 2005) ausgetragen wird, ein.

Als Teilnehmer werden Sie die Möglichkeit haben, in den schönsten Wäldern des Kantons Tessin laufen zu können, die gleichen Wälder, in denen die besten Junioren der Welt um den Titel kämpfen werden. Ausserdem können Sie Ihre Lieblingsathleten an den JWOC 2005 anfeuern.

### Laufzentrum Locarno-Tenero

Das Laufzentrum befindet sich während der ganzen Zeit im Nationalen Jugend-Sportzentrum in Tenero (CST, <http://www.cstenero.ch/>), das direkt am See liegt. Im Zentrum hat es Fussball-, Volleyball-, Beach-Volley-Felder, Turnhalle, Schwimmbäder, und so weiter. Es gibt auch die Möglichkeit Bikes, Rollers, Kanus, Windsurfbretter zu mieten.

### Modus

Fünf Etappen mit Total Zeitberechnung.

### Sportident

Wir werden Sportident-Posten brauchen. Bringt bitte eure eigenen Badges mit. Wer keine hat, kann sie im Laufzentrum mieten (siehe Anmeldeformular).

### Preise

Für die ersten jeder Kategorie an den Etappen und die drei ersten jeder Kategorie im Gesamtklassement. Erinnerungspreis für alle Teilnehmer.

### Versicherung

Die Versicherung ist Sache der Teilnehmer. Bitte vergewissert euch, dass die Versicherung in der Schweiz gültig ist. Der Veranstalter lehnt jede Haftung ab.

### Unterkunft

Es gibt verschiedene Unterkunftsmöglichkeiten (siehe Anmeldeformular). Wer ein Hotelzimmer reservieren möchte und sicher sein will, dass es sich in der Region Locarno befindet, muss bis am 31. Januar 2005 das beliegende Formular dem Ente Turistico Lago Maggiore zurückschicken. Danach muss ein Zimmer auf eigene Faust gesucht werden.

Übernachtungsmöglichkeit im Sportzentrum Tenero:

- grosses Zelt für max. 20 Personen, auf Zementboden, Schaumgummi-Matratzen und elektrisches Licht. Für grosse Klubs: Möglichkeit eine gemeinsame Küche und Esssaal gratis zu benutzen.
- private Zelte, wir bieten nur den Platz an (25 oder 50 qm).
- Camper, wir bieten nur den Platz an. Wer eine der drei Unterkunftsmöglichkeiten wählt, kann die obengenannten Infrastrukturen (Schwimmbad, See, Sportfelder) gratis benutzen. Im Zentrum dürfen keine Autos fahren. Tiere sind nicht erlaubt.

### Verpflegung

Im Laufzentrum werden Mahlzeiten angeboten: Frühstück und Abendessen (sind zu bestellen). Natürlich werden die Verpflegungsstände an den Etappen und im Laufzentrum nicht fehlen.

### Weisungen

Informationen kann man vor dem Lauf auf Internet <http://www.asti-ticino.ch/5days2005> nachlesen.

Programm und Startlisten werden im Laufzentrum abgegeben.

### Karten

Alle Karten sind für alle Kategorien im Massstab 1:10'000 (1:4'000 für die Stadt-Etappe).

### Anmeldungen

Klubweise auf dem offiziellen Formular (Meldegebühr CHF 20.--) oder via Internet (CHF 5.--). Wer einen Transport zu den Etappen wünscht, kann ihn auf dem Anmeldeformular bestellen. Die Anmeldung ist erst nach vollständiger Bezahlung der Startgelder (+ ev. Transport) und der Unterkunft gültig.

## A WARM WELCOME TO THE 5 DAYS SWITZERLAND

ASTI Ticino is very glad to welcome all orienteers and their families to the 5-days event, which runs in parallel with the JWOC 2005.

Here you will have the opportunity to run in the same terrains chosen for the JWOC 2005 and to encourage the best Juniors running for the world championships.

### Event centre Locarno-Tenero

The event centre will be open for the complete 5 days in Tenero at the National Youth-Sport centre (CST, <http://www.cstenero.ch/>), very close to the lake Maggiore. It's possible to use swimming pool and soccer, volley and beach-volley fields. We rent bikes, rollers, wind-surfs and canoes.

### Scoring system

Cumulative time over 5 legs.

### Sportident

We use the Sportident system. Please bring your own badge. If you don't have one, you can rent it at the event centre (see entry form).

### Prizes

For the first competitor in each class on days 1 to 5, for the first three competitors of each category in the overall ranking. A keepsake for all competitors.

### Insurance

Insurance is up to the participants. Please check that your insurance covers Switzerland. The organisation committee accepts no responsibility for accidents.

### Accommodation

Various possibilities of accommodation are available at the event centre (see entry form). Anyone wishing to book a hotel-room in the area of Locarno must send attached form to the Tourist Office before January 31st 2005. After this date you must make your own hotel arrangements.

The Sports Centre in Tenero offers the following accommodation possibilities:

- big tent, max. 20 people, with cement floor, mattress and electric light. Common kitchen and eating rooms available for big clubs for free.
- personal tents, camping space (25 or 50 sqm).
- campers, space available.

People who choose one of the three accommodation possibilities and stay at the event centre can use the swimming pools, lake and sport fields free of charge. In the centre it is not allowed to drive cars. Pets are not allowed.

### Catering

At the event centre we offer breakfast and dinner (they must be booked). You will also find caterers (snacks) at the event and competition centre.

### Information

You will find information prior to the event on Internet web-site: <http://www.asti-ticino.ch/5days2005>.

A detailed programme will be available at the event centre.

### Maps

Maps for all classes are on scale 1:10'000 (1:4'000 for the city leg).

### Entry

Entries are to be made by means of the official form (fee: CHF 20.--) or by Internet (CHF 5.--). Transportation from the event centre to the competition areas is not included in the fee and can be booked on request.

Your registration is valid as soon as the fees have been paid (entry fee + accommodation + poss. transportation).

# ISCRIZIONE - ENTRY - ANMELDUNG

TENERO 10 - 17. 07. 2005

## 5 GIORNI SVIZZERA 2005

Società/Club/Verein	Cod. Club
Responsabile/Leader/ Leiter	
Indirizzo/Address/ Adresse	
Nazione/Country/ Land	
Fax	
Tel./phone	
E-mail	Lasciare in bianco Keep Free Frei lassen

Quota iscrizioni / Fees / Startgeld			
	Tassa / Entry Fee / Startgeld entro il / till / bis 31.12.2004	Tassa / Entry Fee / Startgeld entro il / till / bis 31.03.2005	Tassa / Entry Fee / Startgeld entro il / till / bis 31.05.2005
Nati nel 1989 o dopo Born 1989 or later Jahrgang 1989 und jünger	CHF 65.--	CHF. 75.--	CHF 120.--
Nati nel 1988 o prima Born 1988 or before Jahrgang 1988 und älter	CHF 85.--	CHF 100.--	CHF 160.--

	Categoria Class Kategorie	Cognome Surname Name	Nome First Name Vorname	Nato Birth Jg.	SI-Card Nr.	Tassa Entry fee Startgeld	Trasporto* (CHF 70.--)	Noleggio Rent / Miete SI-Card (CHF 10.--)	Totale CHF
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
<b>Totale A</b> Iscrizioni / Entry fees / Startgeld									

\* Trasporto per 5 giorni a CHF 70.-- per persona (solo se richiesto) / Transport fees for 5 days CHF 70.-- per head (only if required) / Transportkosten für 5 Tage CHF 70.-- pro Person (nur wenn gewünscht)

# 5 GIORNI SVIZZERA DI CORSA D'ORIENTAMENTO 2005

## HOTEL RESERVATION / HOTEL REGISTRATION

Name / Surname

Vorname / First Name

Adresse / Address

PLZ

Ort / Town - Land / Country

Telefon / Phone

Telefax / Fax

Datum der Anreise / Arrival date

Datum der Abreise / Departure date

Ort Place	Kategorie Category	Einzelzimmer Single room	Doppelzimmer Double room
Minusio	****	œ CHF 193.--	œ CHF 326.--
Locarno / Minusio	***	œ CHF 110.-- / 170.--	œ CHF 175.-- / 250.--
Locarno / Minusio / Riazzino	**	œ CHF 90.-- / 130.--	œ CHF 140.-- / 190.--



Für weitere Unterkunftsmöglichkeiten informieren Sie sich bei Ente Turistico Lago Maggiore.  
For further accommodation possibilities contact Ente Turistico Lago Maggiore.

**Die Preise verstehen sich pro Zimmer und Nacht mit Bad/Dusche, WC, inkl. Frühstück, Service und Taxen.** Verrechnung direkt mit Ente Turistico Lago Maggiore vor Anreise.

**Sollten Sie Ihre Reservation annullieren müssen, werden Ihnen die anfallenden Kosten in Rechnung gestellt:**

30-15 Tage vor Ankunft = 20% des ganzen Betrages

14-08 Tage vor Ankunft = 50% des ganzen Betrages

07-00 Tage vor Ankunft = 80% des ganzen Betrages

**The prices are for room and day, with WC and bath-room/shower, incl. breakfast, service and taxes.** Payments directly with Ente Turistico Lago Maggiore before your arrival.

**If you cancel your registration, the charge will be as:**

30-15 days before = 20% from the total

14-08 days before = 50% from the total

07-00 days before = 80% from the total

**Hotelrechnung-Bezahlung:** œ Zahlung durch Banküberweisung / Payment by bank transfer

**Hotel Payment:** œ Kreditkarte / Credit Card

œ American Express

œ Eurocard / Mastercard

œ Visa

KreditKarte-Nr / Credit Card N.

Exp. \_\_\_\_\_

Datum/Date \_\_\_\_\_

Unterschrift/Signature \_\_\_\_\_

**Bitte einsenden bis 30.01.2005 an:**

**To be returned before 30.01.2005:**

LAGO MAGGIORE TURISMO  
**MAGGIORE!**

Ente Turistico Lago Maggiore

Stefania Casellini

Via B.Luini 3, CH-6600 Locarno

Fax: +41 91 751 90 70 Tel.: +41 91 791 00 91




e-mail: Conventions@maggiore.ch

# ALLOGGIO - ACCOMODATION - UNTERKUNFT

## LOCARNO - TENERO 10-17. 07. 2005

### 5 GIORNI SVIZZERA 2005

Alloggio / Accomodation / Unterkunft CS Tenero	N°	dal 10.7 al 17.7 2005	Totale
Colazione e cena al CS Tenero Breakfast and dinner in CS Tenero Frühstück und Abendessen im CS Tenero		dal/from/ab 10.7 (sera/evening/abend) al/till/bis 16.7 (mattina/morning/morgen) CHF 140.--	
Tendoni da 20 persone massimo Big Clubtent, max. 20 people Grosses Zelt, max. 20 Personen		CHF 2000.--	
Metà tendone 10 persone massimo Half Clubtent, max 10 people Halbes grosses Zelt, max. 10 Personen		CHF 1000.--	
Posto singolo in tendone Single place in Clubtent Einzelplatz im grossen Zelt		CHF 100.--	
Tende private, 25 mq Personal tents, 25 sqm Eigene Zelte, 25 qm		CHF 200.--	
Tende private, 50 mq Personal tents, 50 sqm Eigene Zelte, 50 qm		CHF 400.--	
Camper: piazzola Camper: pitch Camper: Platz		CHF 400.--	
Totale alloggio + pasti / Accomodation + meals / Unterkunft + Mahlzeiten			
<b>Ripporto totale A</b> / Iscrizioni e Trasporto / Entry fees and Transportation / Startgeld und Transport			
Tassa di registrazione / Registration fee / Anmeldegebühr			CHF 20.--
<b>TOTALE</b>			

Isrizioni Registration Anmeldestelle	Pagamenti / Payments / Einzahlungen Da completare / Complete / Ausfüllen	Scadenza / Deadline for entry Meldeschluss
5 Giorni Svizzera 2005 Via Campagnola 3 CH-6928 Manno e-mail: 5days2005@asti-ticino.ch	œ Carta di credito / Credit card / Kreditkarte  	31 maggio 2005 31st may 2005 31. Mai 2005
	œ Conto Postale / Postkonto / Post account 65-770876-0 JWOC 2005 CH-6928 Manno 	
	œ Bonifico bancario / bank transfer to / Banküberweisung Per / For / Für: JWOC 2005, 6928 Manno Banca / Bank: SWISS POST - PostFinance 3030 Bern, Switzerland SWIFT: POFICHBEXXX IBAN: CH26 0900 0000 6577 0876 0	

Nome del titolare della carta di credito / Cardholder's Name / Name des Kreditkartenbesitzers:

.....

N° Carta                      Scadenza / Exp

Importo / Amount / Betrag CHF.....

Data / Date / Datum ..... Firma / Signature / Unterschrift .....

Per ulteriori informazioni sulle condizioni di pagamento vedi ultima pagina. / For further information about payment terms see last page. / Für weitere Informationen über Zahlungsbedingungen siehe letzte Seite.

# CATEGORIE / CLASSES / KATEGORIEN

Categoria Kategorie Class	Anno nascita Year of birth Jahrgang	Tempo vincitore Winner's time Siegerzeit	Tassa / Entry Fee Startgeld Entro/ till/bis 31.12.2004	Tassa / Entry Fee Startgeld Entro/ till/bis 31.03.2005	Tassa / Entry Fee Startgeld Entro/ till/bis 31.05.2005
<b>Uomini/Men/Herren</b>					
H10	1995-	20'	CHF 65.--	CHF 75.--	CHF 120.--
H12	1993-1994	25'	CHF 65.--	CHF 75.--	CHF 120.--
H14	1991-1992	35'	CHF 65.--	CHF 75.--	CHF 120.--
H16	1989-1990	40'	CHF 65.--	CHF 75.--	CHF 120.--
H18	1987-1988	45'	CHF 85.--	CHF 100.--	CHF 160.--
H20	1985-1986	55'	CHF 85.--	CHF 100.--	CHF 160.--
HE	libero/free/frei	65'	CHF 85.--	CHF 100.--	CHF 160.--
HAL	libero/free/frei	55'	CHF 85.--	CHF 100.--	CHF 160.--
HAM	libero/free/frei	45'	CHF 85.--	CHF 100.--	CHF 160.--
HAK	libero/free/frei	35'	CHF 85.--	CHF 100.--	CHF 160.--
HB	libero/free/frei	35'	CHF 85.--	CHF 100.--	CHF 160.--
H35	1966-1970	50'	CHF 85.--	CHF 100.--	CHF 160.--
H40	1961-1965	50'	CHF 85.--	CHF 100.--	CHF 160.--
H45	1956-1960	45'	CHF 85.--	CHF 100.--	CHF 160.--
H50	1951-1955	45'	CHF 85.--	CHF 100.--	CHF 160.--
H55	1946-1950	40'	CHF 85.--	CHF 100.--	CHF 160.--
H60	1941-1945	40'	CHF 85.--	CHF 100.--	CHF 160.--
H65	1936-1940	35'	CHF 85.--	CHF 100.--	CHF 160.--
H70	1931-1935	35'	CHF 85.--	CHF 100.--	CHF 160.--
H75	-1930	35'	CHF 85.--	CHF 100.--	CHF 160.--
<b>Donne/Women/Damen</b>					
D10	1995-	20'	CHF 65.--	CHF 75.--	CHF 120.--
D12	1993-1994	25'	CHF 65.--	CHF 75.--	CHF 120.--
D14	1991-1992	30'	CHF 65.--	CHF 75.--	CHF 120.--
D16	1989-1990	35'	CHF 65.--	CHF 75.--	CHF 120.--
D18	1987-1988	40'	CHF 85.--	CHF 100.--	CHF 160.--
D20	1985-1986	45'	CHF 85.--	CHF 100.--	CHF 160.--
DE	libero/free/frei	55'	CHF 85.--	CHF 100.--	CHF 160.--
DAL	libero/free/frei	45'	CHF 85.--	CHF 100.--	CHF 160.--
DAK	libero/free/frei	35'	CHF 85.--	CHF 100.--	CHF 160.--
DB	libero/free/frei	35'	CHF 85.--	CHF 100.--	CHF 160.--
D35	1966-1970	45'	CHF 85.--	CHF 100.--	CHF 160.--
D40	1961-1965	45'	CHF 85.--	CHF 100.--	CHF 160.--
D45	1956-1960	40'	CHF 85.--	CHF 100.--	CHF 160.--
D50	1951-1955	40'	CHF 85.--	CHF 100.--	CHF 160.--
D55	1946-1950	35'	CHF 85.--	CHF 100.--	CHF 160.--
D60	1941-1945	35'	CHF 85.--	CHF 100.--	CHF 160.--
D65	-1940	35'	CHF 85.--	CHF 100.--	CHF 160.--
<b>Aperto/Open/Offen</b>					
OK (facile/easy/leicht)	libero/free/frei	25'	Iscrizioni solo il giorno della gara Entry only on day Anmeldung nur am Lauftage		
OM	libero/free/frei	35'			
OL	libero/free/frei	45'			
BIMBI / KINDER / KIDS	max 10 Anni/Years/Jahre	15'			

## INFORMAZIONI E ISCRIZIONI / INFORMATION AND ENTRIES / AUSKUNFT UND ANMELDUNG

JWOC 2005, Via Campagnola 3, CH-6928 Manno

E-mail: [5days2005@asti-ticino.ch](mailto:5days2005@asti-ticino.ch)

Internet: <http://www.asti-ticino.ch/5days2005>

### TERMINE D'ISCRIZIONE / DEADLINE FOR ENTRY / MELDESCHLUSS 31.05.2005

#### CONDIZIONI DI PAGAMENTO / INFORMATION ON PAYMENT / ZAHLUNGSBEDINGUNGEN

Il pagamento deve avvenire senza addebiti per il ricevente entro 15 giorni dalla ricezione delle iscrizioni. Trascorso questo termine, iscrizioni non pagate verranno annullate.

Payment must be made free of charge for the recipient within 15 days from the receipt of the entries. Entries not paid within this time will be cancelled.

Die Zahlung soll gebührenfrei für den Empfänger innert 15 Tagen vom Empfang der Anmeldungen erfolgen. Nach diesem Termin werden unbezahlte Anmeldungen annulliert.

Si accettano solo bonifici bancari, postali o carte di credito (Visa e Eurocard), non si accettano assegni.

Payment by means of bank, post or credit cards (Visa and Eurocard) only. No cheques.

Es werden nur Banküberweisungen, Postüberweisungen oder Kreditkarten (Visa und Eurocard) angenommen. Keine Checks.

## PROGRAMMA / PROGRAMME / PROGRAMM

Data	5 giorni Svizzera	Terreni di gara	JWOC 2005
10.07	Allenamento / Training		Unofficial sprint race
11.07	1. Tappa / Leg / Etappe	Arcegno	
12.07	2. Tappa / Leg / Etappe	Bellinzona Cademario	Qualification middle distance
13.07	3. Tappa / Leg / Etappe	San Bernardino	Final middle distance
14.07	Riposo / Rest day / Ruhetag	Taverne Tesserete	Classic distance
15.07	4. Tappa / Leg / Etappe		Riposo / Rest day / Ruhetag
16.07	5. Tappa / Leg / Etappe		Relay
17.07	Chiusura / Closing CST	NB: all terrains are embargoed for JWOC participants as specified in bulletin 1.	

