



CAMPO CANTONALE DI CORSA D'ORIENTAMENTO 2014

PARTENZA

Lunedì 18 agosto 2014, ore 08.15-09.00

Gordevio	GOV , ritrovo ore 08.15 (vedi lista allegata)
Mendrisio, Fox Town (entrata sud)	SCOM , ritrovo alle ore 08.15 (vedi lista allegata)
Savosa, Liceo Lugano 2	AGET, ASCO, GOLD ritrovo alle ore 08.40 (vedi lista allegata)
Cadenazzo, Scuola Media	O-92 , ritrovo alle ore 09.00 (vedi lista allegata)

PROGRAMMA

Lunedì: viaggio, fermata a metà viaggio per un allenamento (Grimselpass).
Attenzione: portate il pic nic da casa per questo primo giorno e vestiti caldi e per l'acqua! Arrivo in tardo pomeriggio alla casa di Sarnen.
Il resto del programma lo scoprirete durante il corso della settimana, ma non sarete affatto delusi.

ALLOGGIO

Sarnen (OW)

<http://www.sarnen.ch/de/vereine/unterkunft/eivermietung/>

Per urgenze chiamare Pietro 077 430 68 10 oppure Simona 079 304 32 42

RIENTRO

Venerdì 22 agosto 2014, verso le 17.30/18.00 ai luoghi di partenza (vedi lista partenza)

MATERIALE

Scarpe da CO o profilate, scarpe di ricambio, tenuta CO o training, bussola e chip (se li avete), pennarello indelebile fine rosso, **orologio**. Calzoncini, magliette, biancheria di ricambio e costume da bagno. Indumenti per freddo e pioggia. Pantofole per l'interno obbligatorie, necessario per lavarsi, asciugamano, giochi di società, pochi soldini, pigiama, **pila da testa o a mano** (per gioco notturno!), racchetta ping pong e **sacco a pelo coprimaterasso e federa per cuscino**. Borraccia, zainetto, cappellino e crema solare. **Piatto, posate e bicchiere da lavare e riutilizzare (per i picnic)!! Chi utilizza, secondo le norme stradali attuali, un seggiolino per sedersi in automobile, lo porti al ritrovo, da usare se necessario!** E ovviamente non dimenticate la voglia di far co e di divertirsi soprattutto.

TASSA

La tassa di iscrizione ammonta a **Fr. 220.-** e comprende viaggio, pensione completa, materiale, istruzione, animazione e pomeriggi a sorpresa. È da versare entro **il 4 agosto 2014** sul conto corrente:

UBS SA a nome ASTI Associazione Sportiva Ticinese, Taverne
codice IBAN CH65 0023 4234 3231 2643 D

ASSICURAZIONE

Ogni partecipante deve avere una buona copertura assicurativa.

RINUNCIA

Speriamo che non ce ne siano, ma se dovesse succedere è pregato di comunicarmelo al più presto.

In caso di mancata partecipazione al campo, sarà rimborsato il 50% della tassa.

VACCINAZIONI

vaccinazione contro l'FSME (encefalite trasmessa dalle zecche):

il campo sarà attorno a Sarnen (Kernwald, Eigenthal, Krienseregg), con il seguente link potrete vedere dove la vaccinazione è raccomandata. Se avete dubbi o necessitate di informazioni consigliamo di contattare il medico di famiglia.

http://map.geo.admin.ch/?X=193902.23&Y=655898.03&zoom=5&lang=it&topic=ech&bqLayer=ch.swisstopo.pixelkarte-farbe&layers=ch.bag.zecken-fsme-impfung&layers_opacity=0.3

Se avete una qualsiasi domanda non esitate a contattarci (Simona 079 304 32 42 o mail simona.mondada@bluewin.ch oppure Pietro 077 430 68 10, mail ferretti.pietro@gmail.com).

Allora a prestissimo e vi aspettiamo con moltissima voglia di divertirsi e fare CO!

Pietro e Simona