



# Corsa d'orientamento "Fragori"

## Tesserete-Campestro

Venerdì, 24 maggio 2019

### 1<sup>a</sup> prova Trofeo Sprint-Cup

## DIRETTIVE PER I CONCORRENTI

Con il sostegno



<b>Centro gara</b> Aperto ore 18.00	<b>Scuole elementari di Tesserete (ex Caserma)</b> <b>NON SEGNALATO</b> (si veda piano allegato).
<b>Posteggi</b>	Al vecchio campo di calcio "Ai Giascion", segnalato (vedi pagina 3). <b>Il centro gara è servito dai mezzi pubblici</b> (diverse possibilità a dipendenza da dove si parte – per orari si veda <a href="http://www.ffe.ch">www.ffe.ch</a> )
<b>Spogliatoi</b>	WC, spogliatoi e docce al Campo sportivo dell'Arena Sportiva, Tesserete.
<b>Iscrizioni</b> ore 18.00-19.30	<b>Entro mercoledì sera, 22 maggio a <a href="mailto:fragori@coaget.ch">fragori@coaget.ch</a>, oppure sul posto.</b> <b>Munirsi della propria SI-Card di gara.</b> Al momento dell'iscrizione viene assegnato l'orario di partenza che sarà stampato su un'etichetta da presentare alla partenza. <b>I pre-iscritti devono unicamente farsi assegnare il tempo di partenza.</b> (Le liste dei pre-iscritti, per categoria, saranno appese al centro gara)
<b>Quote iscrizioni</b>	Vedi specchietto.
<b>Categorie</b>	Vedi specchietto.
<b>Orario partenza</b>	I concorrenti si procurano l'etichetta con l'orario di partenza scelto tenendo conto dei tempi di spostamento.
<b>Partenza</b> Prime partenze ore 19.00	Pre-partenza: a circa 15 minuti dal Centro gara; seguire i nastri. <b>Appello 4 minuti prima:</b> -4' Clear + Check -3' Descrizione punti -2' Visione cartina vuota -1' Timbrare lo START e posizionarsi davanti alla cartina Seguire le direttive degli addetti.
<b>Percorsi</b>	Stampati per tutti sulla cartina "Comune di Capriasca". Descrizione punti separata. scala 1:4000, 5m (aprile 2018). <b>Tracciatore:</b> Lidia Nembrini <b>Per l'attraversamento delle strade principali si raccomanda di utilizzare i passaggi pedonali – in ogni caso è richiesta prudenza.</b> <b>I concorrenti sono tenuti al rispetto</b> 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). <b>Si corre su strade aperte al traffico; prestare la massima attenzione alle automobili e anche ai pedoni.</b> I concorrenti sono responsabili del loro comportamento sulle strade. L'organizzatore declina ogni responsabilità in caso di incidenti.
 <b>Scarpette</b>	<b>Per territorio urbano.</b> Vietato l'uso di scarpette chiodate.

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



Città di Lugano  
Dicastero Sport



ail  
giovani sport



Banca Stato  
BANCA DELLO STATO DEL CANTONE TESSINO



athleticum  
home of sports



<b>Arrivo</b>	A circa 15 minuti dal centro-gara (1km ca). Timbrare il punto "finish". Ritirati si annunciano all'arrivo o alla lettura SI-Card.
<b>Rifornimento</b>	All'arrivo
<b>Samaritani</b>	Al Centro gara
<b>Buvette</b>	Allestita al Centro gara.
<b>Liste di partenza e classifiche</b>	Nessuna lista di partenza (si legga "orario partenza"). Sistema Sport-ident. Lettura delle SI-Card al centro gara. Chi si dimentica di far leggere la SI-Card non figurerà in classifica.
<b>Classifiche</b>	<b>Di ogni gara:</b> pubblicate al sito <a href="http://www.swiss-orientteering.ch">www.swiss-orientteering.ch</a> <b>Classifica complessiva</b> pubblicata dopo ogni gara sul sito <a href="http://www.asti-ticino.ch">www.asti-ticino.ch</a> . Per la classifica complessiva vale la somma del punteggio ottenuto nelle tre gare. Il punteggio di ogni gara è assegnato in rapporto alla media dei tempi dei primi tre classificati, che è pari a 1000. In questo modo il vincitore di una singola gara può avere un punteggio superiore a 1000.
<b>Premiazione</b>	Premiazione in base alla classifica a punti, dopo le tre gare. <b>Verrà effettuata a Arbedo il 28 agosto 2019.</b> Premi ai primi 3 di ogni categoria H e D, e al primo della categoria Open. Premio sorpresa estratto fra tutti i partecipanti.
<b>Asilo Nido</b>	Non previsto.

#### CATEGORIE INDIVIDUALI

#### PERCORSI-LUNGHEZZE INDICATIVE

<b>HA</b>	Uomini, età libera	2,5 km / 20 punti / 80 m dislivello
<b>H18/40</b>	Uomini età 17-18 anni e 40-49 anni	2,4 km / 19 punti / 70 m dislivello
<b>H16/50</b>	Uomini età 15-16 anni e da 50 anni in poi	2,3 km / 18 punti / 60 m dislivello
<b>H14</b>	Uomini età 13-14 anni	1,8 km / 14 punti / 40 m dislivello
<b>H12</b>	Uomini età fino ai 12 anni (ideale per scuole)	1,3 km / 13 punti / 40 m dislivello
<b>DA</b>	Donne, età libera	2,5 km / 20 punti / 80 m dislivello
<b>D18/40</b>	Donne età 17-18 anni e 40-49 anni	2,4 km / 19 punti / 70 m dislivello
<b>D16/50</b>	Donne età 15-16 anni e da 50 anni in poi	2,3 km / 18 punti / 60 m dislivello
<b>D14</b>	Donne età 13-14 anni	1,8 km / 14 punti / 40 m dislivello
<b>D12</b>	Donne età fino ai 12 anni (ideale per scuole)	1,3 km / 13 punti / 40 m dislivello

#### INDIVIDUALE O GRUPPI

<b>OK</b>	per singoli, famiglie, gruppi età libera, percorso facile	1,5 km / 12 punti / 40 m dislivello
-----------	--	-------------------------------------

#### QUOTE D'ISCRIZIONE

CHF	28.00	iscrizione unica per tre gare
CHF	11.00	iscrizione ad una gara
CHF	5.00	residenti non orientisti
CHF	3.00	cartina supplementare
CHF	2.00	noleggio SI-Card

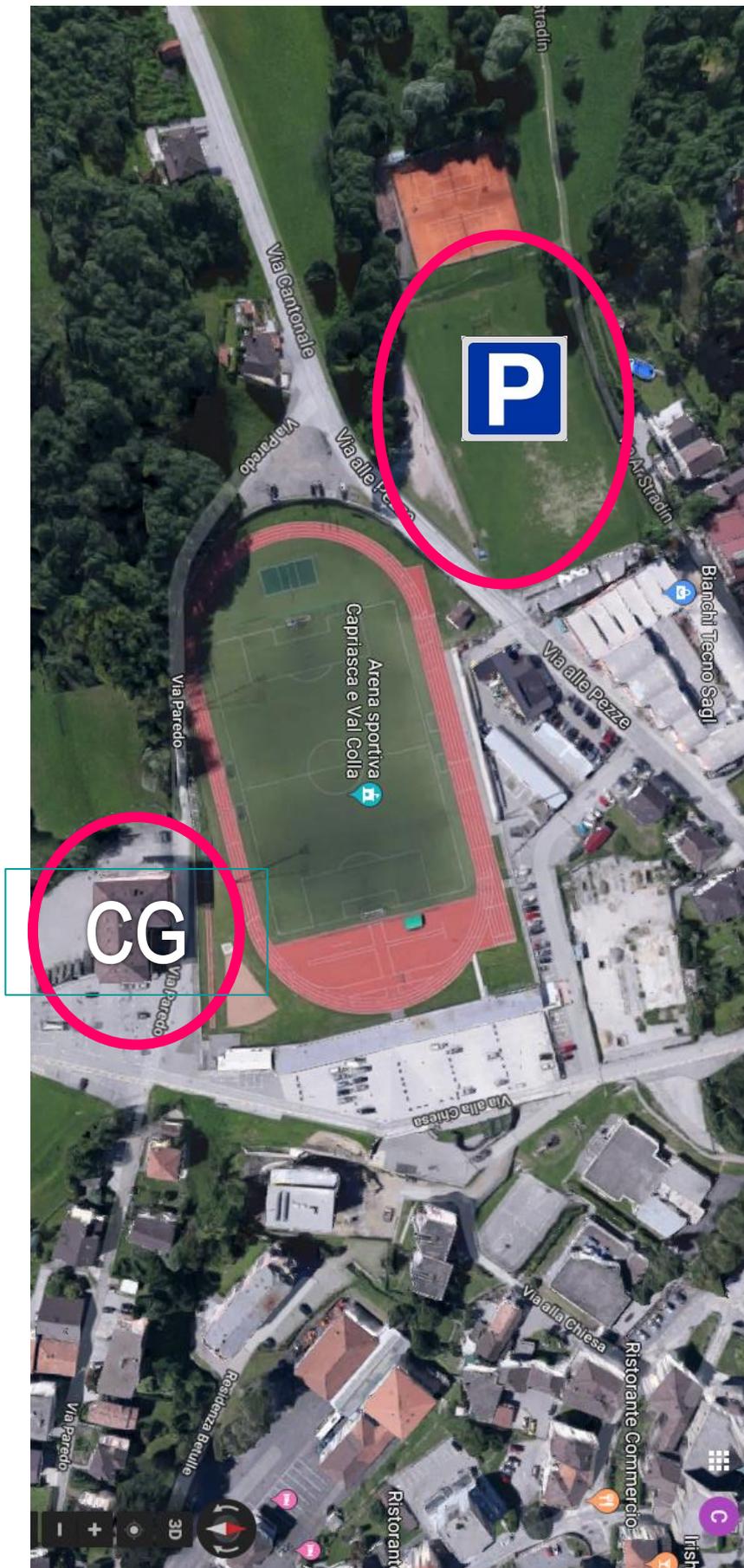
#### Legge sulla circolazione stradale - Art. 49 - Pedoni

<sup>1</sup> I 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.

<sup>2</sup> Essi 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.

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





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

