



CITTA' di LISSONE



F.I.S.O.
Comitato Regionale Lombardo



*“ Da soli nel bosco insieme
nello sport”*

**ASD Polisportiva Punto Nord
ORGANIZZA**

7° Trofeo Città di Lissone

***Gara regionale di corsa
orientamento***

***5[^] prova Trofeo Centri
Storici Lombardi***



manifestazione aperta a tutti
SABATO 13 OTTOBRE 2012

REGOLAMENTO

CARTA

Realizzazione Agosto 2012

Lissone scala 1:7500 – equidistanza 2,5m

RITROVO

*Dalle ore 14:00 presso la scuola media Farè in via Caravaggio
disponibili spogliatoi e servizi*

PREMIAZIONI

Previste per i primi tre di ogni categoria entro le ore 18.00 presso il ritrovo

AGONISTI

CATEGORIE

W16, WA, W40, W50 - M16, MA, M40, M50

PARTENZA

La prima partenza (a 5' dal ritrovo) verrà data alle ore 15:00

FORMULA DI GARA

In linea a sequenza obbligata con variante descritta sul comunicato gara.

Punzonatura manuale

ISCRIZIONI

Entro le ore 24:00 di martedì 9 ottobre via e.mail a: puntonord@virgilio.it

QUOTA: Euro 5,00

Le iscrizioni tardive saranno maggiorate del 50% come previsto dal regolamento

PROVA L'ORIENTEERING

riservato ai non agonisti (anche in gruppi)

PERCORSI

CORTO 2,5km - MEDIO 3,5km - LUNGO 4,5km

Tempo massimo 90 minuti

PARTENZE LIBERE

Dopo l'iscrizione presentarsi alla partenza tra le 15:05 e le 16:05

ISCRIZIONI

sul posto sino le ore 16:00 e salvo esaurimento cartine

si consiglia di fare una preiscrizione tramite e.mail a: puntonord@virgilio.it

Euro 4,00 (cartina supplementare 2 euro)

COMITATO TECNICO ORGANIZZATORE

DIRETTORE GARA
TRACCIATORE
CONTROLORE
RESPONSABILE PARTENZE
RESPONSABILE ARRIVI
SEGRETERIA GARA
RISTORO
PREMIAZIONI
ASSISTENZA SANITARIA

*Titoli Amelio
Arosio Roberto
Titoli Michela
Della Torre Paola
De Stefani Moreno
Pessina Eugenio
Bassetti Nadia
Galimberti Nadia
Maistrello dott.ssa. Barbara*

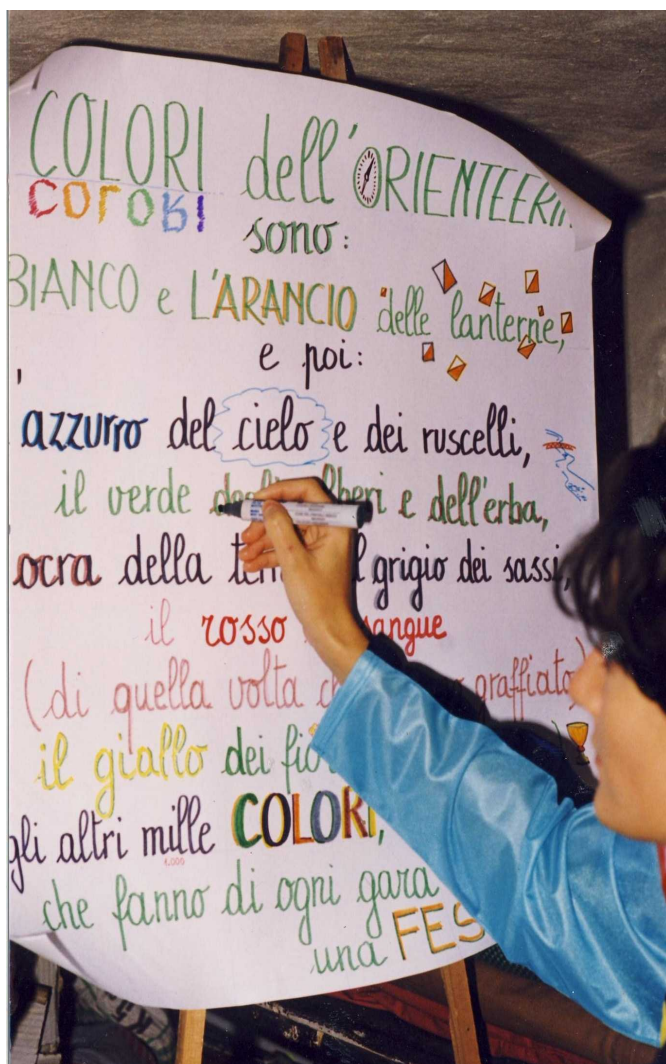
Per quanto non contemplato dal presente regolamento vale il regolamento tecnico della Federazione Italiana Sport Orientamento (F.I.S.O.)

La A.S.D. Polisportiva Punto Nord declina ogni responsabilità per incidenti o danni a persone e cose che dovessero verificarsi prima, durante e dopo la manifestazione.

Al partecipante non tesserato FISO, verrà fatta, anche ai fini assicurativi, la tessera promozione FISO (gratuita per i minorenni, 1,0 euro per i maggiorenni). Con l'iscrizione il partecipante dichiara inoltre di essere idoneo a svolgere attività fisica (secondo il D.M. 28/2/83 per attività non agonistica) e di sollevare l'organizzazione da ogni responsabilità civile e penale per quanto fisicamente possa accadergli prima, durante e dopo la manifestazione.



COS'E' L'ORIENTEERING



L'orienteering o corsa d'orientamento è chiamato la sport dei boschi perché ha come campo di gara ideale il bosco, ma può essere praticato anche in città .

Consiste nel fare una corsa a piedi determinando da soli il percorso migliore con il solo ausilio di una speciale cartina topografica e della bussola.

Sulla cartina oltre a tutti i particolari del terreno, della rete viaria, dei manufatti, vengono indicati dei punti di controllo presso i quali il concorrente deve transitare nel minor tempo possibile. Presso il punto di controllo il concorrente trova la "LANTERNA", un segnale bianco/arancio e una pinza per punzonare il proprio cartellino. La scelta del percorso è completamente libera ed ogni partecipante sceglie quello che ritiene il più veloce, praticabile e sicuro.

A.S.D. Polisportiva Punto Nord

ANNO DI FONDAZIONE 1982

e-mail puntonord@virgilio.it
sito www.puntonord.net

ATTIVITA' :

- CORSA ORIENTAMENTO
- CORSA SU STRADA
- SCI ORIENTAMENTO
- MBO
(Mountain bike orienteering)

