

REGOLAMENTO "CINQUE LAGHI PER TUTTI: 2 GAMBE O 2 RUOTE"

1. ACCETTAZIONE DEL REGOLAMENTO

"CINQUE LAGHI PER TUTTI: 2 GAMBE O 2 RUOTE" si svolge in conformità al presente Regolamento.

La partecipazione a **"CINQUE LAGHI PER TUTTI: 2 GAMBE O 2 RUOTE"** comporta da parte dei concorrenti l'accettazione in tutte le sue parti e senza riserve di questo Regolamento.

Con l'iscrizione ogni concorrente si impegna a rispettare il Regolamento e libera gli organizzatori da ogni responsabilità civile e penale per qualsiasi eventuale incidente o accidente, per danni a persone o cose a lui derivati o da sé causati, che possano verificarsi durante la manifestazione.

Per tutto quanto non espressamente specificato, si fa riferimento al vigente RTF della F.I.S.O.

2. TIPOLOGIA DI GARA

"CINQUE LAGHI PER TUTTI: 2 GAMBE O 2 RUOTE" è una manifestazione promozionale di orienteering, da effettuarsi di corsa a piedi o in MTB, come concorrenti singoli, in coppia o in gruppo.

Le sue caratteristiche peculiari sono:

gara in orientamento: il percorso è costituito da una serie di punti di controllo, riportati su una cartina, da raggiungere nell'ordine prestabilito; non vi sono indicazioni sul terreno (freccie o altro), ma solo un segnale (lanterna) in corrispondenza dei punti di controllo indicati sulla cartina; i concorrenti sono liberi di scegliere il percorso ritenuto migliore tra un punto e l'altro e la "navigazione" avviene utilizzando solamente la cartina fornita prima della partenza ed eventualmente una bussola; ogni aiuto esterno e l'utilizzo del GPS è espressamente vietato; la verifica del corretto passaggio ai punti avverrà tramite punzonatura manuale di un cartellino di controllo cartaceo, uno per ogni concorrente (singolo, coppia o gruppo);

coppie o gruppi: la composizione può essere maschile, femminile o mista; i componenti di ogni coppia o gruppo dovranno rimanere insieme per tutta la durata della competizione; la classifica sarà unica per ogni percorso, comprendendo insieme concorrenti singoli, coppie o gruppi;

gara in autosufficienza idrica e alimentare: non sono previsti ristori lungo il percorso; sarà allestito un ristoro presso il ritrovo, a 200 m dall'arrivo.

3. PERCORSI - CATEGORIE - NORME PER LA PARTECIPAZIONE

Sono previsti tre percorsi:

- **Percorso Corsa BLU:** 8 punti di controllo, distanza in linea d'aria 3,1 km, distanza effettiva circa 5 km, dislivello 130 m D+;
- **Percorso Corsa ROSSO:** 7 punti di controllo, distanza in linea d'aria 4,36 km, distanza effettiva circa 7,5 km, dislivello 200 m D+;
- **Percorso MTB:** 9 punti di controllo, distanza in linea d'aria 5,67 km, distanza effettiva 9,5 km circa, dislivello 160 m D+.

La lunghezza e il dislivello dei percorsi sono stati calcolati considerando la scelta di percorso ritenuta migliore dal tracciatore, sono quindi da considerarsi puramente indicativi.

I minori di 12 anni possono partecipare solo sul percorso BLU e solo in coppia o in gruppo con un maggiorenne.

Tutti i concorrenti devono essere tesserati per la F.I.S.O. (Federazione Italiana Sport Orientamento), con tessera F.I.S.O. agonistica o Green, e in possesso del certificato medico per attività sportiva agonistica o non agonistica.

A chi non è ancora tesserato, contestualmente all'iscrizione alla gara sarà rilasciata la tessera F.I.S.O. Green, che permette la partecipazione a tutte le gare inserite in calendario nelle categorie promozionali.

4. LOGISTICA

Ritrovo, partenza, ristoro finale e premiazioni si svolgeranno a Montalto Dora presso la Piazza Prat (davanti alla Biblioteca Comunale); arrivo a 200 m.

A disposizione servizi igienici.

Ampi parcheggi a circa 500 metri, lungo la Statale, nei pressi della Chiesa

5. ISCRIZIONI

Le iscrizioni possono essere fatte:

- preferibilmente via mail all'indirizzo orientamondo@fastwebnet.it, specificando con precisione cognome e nome dei concorrenti, composizione di coppie o gruppi, eventuali cartine supplementari richieste, percorso scelto;
- telefonicamente ai numeri 3773062710 - 012544202 (Leonardo Curzio).

Le iscrizioni dovranno pervenire entro giovedì 30 ottobre, al fine di permettere la stampa delle cartine necessarie in tempo utile.

Sarà possibile iscriversi anche al ritrovo, il giorno della manifestazione, limitatamente alle cartine disponibili.

Quote di iscrizione:

- concorrenti singoli 5 Euro;
- coppie o gruppi 10 Euro, con 2 cartine; cartine supplementari 1 Euro cad.

I concorrenti non tesserati F.I.S.O., nati negli anni 1996 e precedenti, dovranno inoltre versare una ulteriore quota di Euro 2,00 procapite per il rilascio della tessera F.I.S.O. Green; per i concorrenti nati dal 1997 in avanti la tessera è gratuita.

Il pagamento dovrà essere effettuato in contanti al momento della registrazione presso il ritrovo, dalle ore 13,30 alle ore 15,00.

Le iscrizioni dei concorrenti minorenni dovranno essere fatte tramite un genitore (o da chi ne fa le veci).

6. PROGRAMMA E ORARI

- 13,30: apertura segreteria presso il ritrovo, registrazione dei concorrenti pre-iscritti, nuove iscrizioni
- 14,00: prime partenze presso il ritrovo
- 14,30/14,45: primi arrivi (a 200 m dal ritrovo)
- 15,00: chiusura iscrizioni
- 15,30: ultime partenze
- 17,00: chiusura percorsi e premiazioni

7. PROCEDURA DI GARA

Al momento della registrazione, verrà consegnato ad ogni concorrente/coppia/gruppo il cartellino per le punzonature di controllo (un unico cartellino per ogni coppia/gruppo); le carte con il percorso (2 per ogni coppia/gruppo) saranno consegnate 1 minuto prima della partenza.

Per l'intera durata del percorso i membri della stessa coppia/gruppo dovranno rimanere insieme; all'arrivo, il tempo verrà preso sull'ultimo componente.

I punti di controllo dovranno essere raggiunti secondo l'ordine numerico dato, come indicato sulla carta di gara (che è anche la successione logica). Sulle cartine è indicato anche il codice numerico che contraddistingue ogni punto di controllo (lanterna), per verificare di avere effettivamente raggiunto il punto cercato.

Tutte le strade sono aperte al traffico, pertanto è fatto obbligo di rispettare le norme del Codice della Strada relative alla circolazione pedonale (Art. 190).

E' inoltre obbligatorio rispettare i terreni coltivati e le proprietà private; a tale proposito, è bene precisare che eventuali cartelli di divieto di accesso si riferiscono al transito veicolare, mentre è di solito consentito il passaggio a piedi o in bicicletta, a meno che palesemente non si entri in una proprietà recintata o altrimenti delimitata.

I punti di controllo sono tutti lungo sentieri o strade o in prossimità degli stessi. Pur non essendo esplicitamente vietato, considerando la tipologia del terreno di gara e le caratteristiche della carta, anche nei percorsi di corsa E' VIVAMENTE SCONSIGLIATO tagliare al di fuori di sentieri o strade, tranne per quei brevi tratti, in prossimità di bivi e incroci o tratti paralleli e vicini, dove la percorribilità del terreno sia direttamente verificabile a vista. Il taglio al di fuori dai sentieri E' ESPRESSAMENTE VIETATO per il percorso MTB.

Dopo il traguardo, il cartellino di controllo dovrà essere vidimato e numerato dal Giudice d'Arrivo e riconsegnato al ritrovo, per la verifica della regolarità delle punzonature.

In caso di ritiro, è obbligatorio avvertire tempestivamente il Direttore di gara al numero telefonico riportato sulla carta (377-3062710); i concorrenti ritirati dovranno raggiungere con i propri mezzi il ritrovo e consegnare comunque il cartellino di controllo; solo in caso di effettivo grave impedimento l'organizzazione provvederà al recupero dei concorrenti ritirati lungo il percorso.

8. EQUIPAGGIAMENTO CONSIGLIATO

Si consiglia di essere equipaggiati con:

- pantaloni lunghi o a mezza gamba;
- scarpe con una buona tenuta, adatte a camminare o correre su sentieri; sono del tutto sconsigliate le scarpe con suola chiodata;
- almeno uno per concorrente/coppia/gruppo: telefono cellulare con batteria carica e numero di emergenza in memoria (377-3062710 - Direttore di Gara)

9. SQUALIFICHE

Costituiscono motivo di squalifica:

- mancato passaggio a uno o più punti di controllo;
- mancato rispetto dell'ordine secondo cui raggiungere i punti di controllo;
- abbandono di proprio materiale o rifiuti lungo il percorso, inquinamento o degrado dei luoghi;
- mancato rispetto delle proprietà private, delle coltivazioni in atto, delle norme del Codice della Strada;
- maleducazione, insulti o minacce nei confronti dei membri dell'organizzazione.

10. CARTA DI GARA E TIPOLOGIA DEL TERRENO

Carta di gara: estratto, ingrandimento e adattamento da carta per MTB-O "Cinque Laghi", realizzazione 2009, omologazione 2010 (marchio n. 713 MTB-O), ampliamento 2012, scala 1:10.000 (percorsi BLU e ROSSO) e scala 1:12.500 (percorso MTB), equidistanza 10 m, dimensione di stampa 21 x 29,7 cm (A4).

La carta è stampata su carta di buona qualità e spessore (100 g/m²), ma non antispappolo; in caso di pioggia, saranno a disposizione delle buste trasparenti per la protezione della cartina.

Per i meno esperti si precisa che la carta, in quanto omologata per MTB-O, riporta con precisione la rete di sentieri e stradine, riporta inoltre i più evidenti altri elementi (rocce, fabbricati, vegetazione...) in prossimità dei sentieri stessi, a titolo di riferimento; mentre il terreno nelle parti più distanti dai sentieri è rappresentato solo

con le curve di livello, ma non sono stati rilevati altri elementi. Per tali motivi è vivamente sconsigliato, come riportato al precedente punto 7., tagliare al di fuori dei sentieri.

11. CLASSIFICHE E PREMIAZIONI

Saranno inseriti in classifica i soli concorrenti (singoli, coppie o gruppi) che avranno regolarmente raggiunto tutti i punti di controllo dei rispettivi percorsi e che taglieranno il traguardo entro il tempo massimo stabilito (ore 17,00).

Le classifiche, provvisorie e definitive, saranno esposte al ritrovo con il metodo dello "stenditoio: i cartellini di controllo, con il tempo impiegato, saranno appesi su dei fili in ordine di classifica.

La premiazione è prevista per le ore 17,00, con chiamata dei concorrenti in ordine di classifica (i primi, poi i secondi ecc.) sui vari percorsi, senza distinguere tra singoli, coppie o gruppi; premio a scelta tra quelli disponibili.

Nel limite della disponibilità, saranno premiati tutti i concorrenti classificati.

Le classifiche definitive saranno pubblicate sul sito di Orientamondo e sul sito FISO.

12. MODIFICHE IN CASO DI FORZA MAGGIORE

Trattandosi di manifestazione promozionale, la società Orientamondo ASD si riserva la facoltà di modificare i tracciati o il programma o di annullare l'evento in caso di maltempo persistente (pioggia battente o altro), al fine preminente di garantire l'incolumità dei concorrenti.

La sospensione o l'annullamento della manifestazione per cause di forza maggiore non daranno diritto ai concorrenti ad alcun rimborso della quota di iscrizione.

13. DIRITTI DI IMMAGINE

L'organizzazione potrà utilizzare qualsiasi immagine filmata o fotografica della manifestazione senza che i concorrenti possano avvalersi del diritto di immagine. Qualsiasi filmato o immagine fotografica dell'organizzazione può essere utilizzata dagli atleti esclusivamente per uso privato. È vietato l'utilizzo pubblico, senza autorizzazione preventiva dell'organizzazione.

Orientamondo A.S.D. - Società F.I.S.O. n. 0094

Recapito: c/o Leonardo Curzio - Via Germane n. 2 - 10015 - Ivrea (TO)

Email: orientamondo@fastwebnet.it

Cell.: +39 377 3062710 (Leonardo)