



FEDERAZIONE  
ITALIANA  
SPORT  
ORIENTAMENTO

COMITATO  
REGIONALE  
LOMBARDO

**A.S.D. POLISPORTIVA PUNTO NORD**  
- [www.puntonord.net](http://www.puntonord.net)



DISCIPLINA SPORTIVA  
ASSOCIATA RICONOSCIUTA  
DAL CONI

## LOMBARDIA SPRINT TOUR 2018 – 3<sup>a</sup> prova MILANO BARONA / q.re S. AMBROGIO

### Comunicato gara n.1

#### RITROVO e SEGRETERIA gara

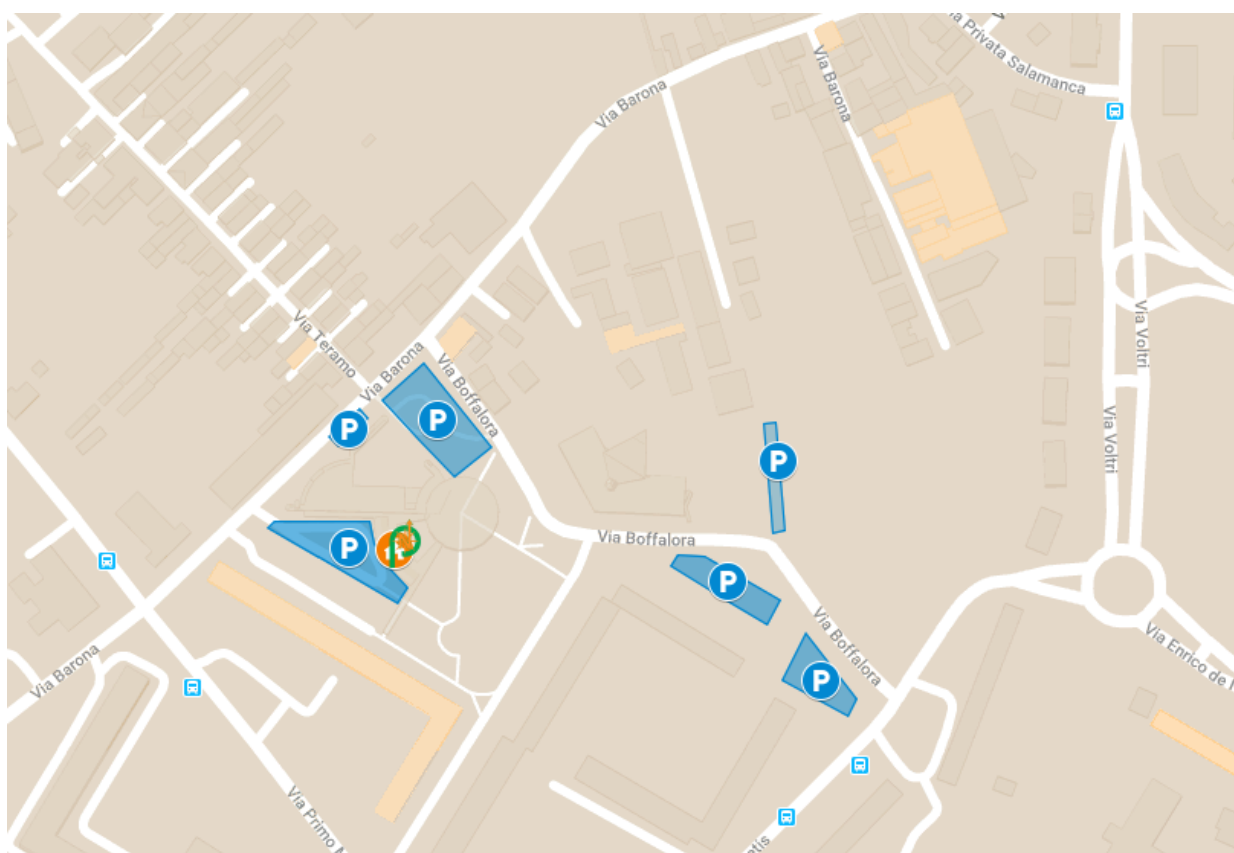
dalle ore 09:00 al BARRIO'S LIVE di p.za Donne Partigiane (gps: 45.432370 N, 9.149577 E).

Presso il ritrovo sarà attivo servizio bar

Stazione MM più vicina: MM2 Famagosta-S.Paolo (a 2km) dal ritrovo.

#### PARCHEGGI

molte zone gratuite (linee bianche) In Via Boffalora e in in Via Barona. <https://tinyurl.com/y97463ht>



#### TIPOLOGIA di gara

Gara di Corsa Orientamento Individuale Sprint in due prove per tutte le categorie ad eccezione di ESORDIENTI, DIRECT, MW12 che si svolgerà su una singola prova (2<sup>a</sup> manche). Classifica finale con somma tempi delle due prove.

#### CARTA di gara

Milano – Barona – Q.re S. Ambrogio – Romolo – Moncucco

realizzazione: agosto 2018; omologazione FISO in corso

scala: 1:4.000 equidistanza: 2 m; simbologia: ISSOM 2007;

Stampa in digitale su carta Blueback formato A4 (escluso nero 1<sup>a</sup> manche f.to 26x32cm)

Descrizione punti **SOLO** in cartina per tutte le categorie

## TERRENO di gara

La zona di gara è situata all'interno di un contesto urbano, fare particolare attenzione agli attraversamenti delle strade e dei parcheggi in quanto non saranno presidiati e l'area di gara non è chiusa al traffico; rispettare il codice della strada.

I concorrenti gareggeranno in un tipico contesto urbano moderno, ricco di parchi, giardini, infrastrutture, parchetti, siepi, portici. Alcune zone di gara si presentano molto aperte mentre altre richiedono una lettura più fine.

Nella 1<sup>a</sup> manche è presente una **zona VIETATA** (tratteggiata viola in carta), il transito attraverso questa zona è assolutamente vietato, pena squalifica.

Sono presenti molte siepi e cespugli disegnati con il relativo simbolo ISSOM 421 (Vegetazione non attraversabile (vietato l'attraversamento): Si ricorda che è proibito attraversare aree con vegetazione non attraversabile anche se fosse possibile: i passaggi che potrebbero "indurre in tentazione" saranno fettucciati.

Potranno essere presenti controlli nelle zone più a rischio, ma confidiamo nel fair play dei concorrenti

A destra esempio di simboli ISSOM 421 vegetazione non attraversabile (detto volgarmente "verde4")



E' consigliato l'utilizzo delle scarpe da corsa per entrambe le prove.

## PARTENZA non Agonisti (Categorie ESO, DIRECT, M12, W12)

Dalle ore 11.10, partenza libera con utilizzo del sistema Punching Start. La partenza sarà raggiungibile a piedi dal ritrovo percorrendo 1350m, circa 16 minuti al passo.

## PARTENZE AGONISTI

Partenza prima prova: ore 10.00 e seconda prova 70' dopo (11.10). La partenza della prima prova sarà raggiungibile a piedi dal ritrovo percorrendo 500m, circa 7 minuti. La partenza della seconda prova sarà raggiungibile a piedi dal ritrovo percorrendo 1350 mt, circa 16 minuti al passo. Per ogni concorrente la seconda prova partirà 70 minuti dopo il tempo della propria partenza nella 1<sup>a</sup> prova (es. prima partenza alle 10:34, seconda partenza alle 11:44).

## ARRIVI

Manche 1:

l'arrivo per tutte le Categorie sarà nei pressi del ritrovo tranne per il percorso NERO (arrivo a 4 minuti al passo dal ritrovo). Al termine della 1<sup>a</sup> prova non verranno ritirate le cartine, si raccomanda il fair play. E' **OBBLIGATORIO** scaricare la SICARD al termine della 1<sup>a</sup> manche anche in caso di ritiro.

Manche 2:

arrivo a 500 mt dal ritrovo.

## SCARICO SICARD

Al ritrovo; Chi non scarica la SICARD dopo la 1<sup>a</sup> manche non potrà essere classificato nella seconda.

## TEMPO MASSIMO

Il tempo massimo di gara è fissato in 60 minuti per ogni manche.

## KINDERGARTEN

Sarà allestito a cura dell'organizzazione dalle ore 09.45 alle 12.15 presso il Ritrovo.

## RISTORO

Sarà In zona ritrovo (non all'arrivo).

## PREMIAZIONI

Entro le ore 13.00 presso il Ritrovo. Saranno premiati i primi 3 classificati per le categorie Esordienti, MW12-14-16 e MWE; per tutte le altre categorie sarà premiato solo il vincitore.

## LUNGHEZZE PERCORSI

1^ Manche			
percorso	categoria	lunghezza	punti
<b>Nero</b>	ME,WE,M35,M45	3388 mt	20
<b>Rosso</b>	W35,W45,M18,M55	2597 mt	18
<b>Verde</b>	W18,W55,W65,M65	2262 mt	16
<b>Giallo</b>	W14,M14,W16,M16	2324 mt	16

2^ Manche			
percorso	categoria	lunghezza	punti
<b>Nero</b>	ME,WE,M35,M45	3517 mt	23
<b>Rosso</b>	W35,W45,M18,M55	2806 mt	17
<b>Verde</b>	W18,W55,W65,M65	2359 mt	17
<b>Giallo</b>	W14,M14,W16,M16	2205 mt	17
<b>Bianco</b>	M12,W12,ESO	2094 mt	18

Lunghezze effettive secondo la miglior scelta del tracciatore

Dislivello irrilevante per entrambe le manche

### PIANO SICUREZZA

Percorso: Il percorso prevede lo sviluppo totale dei percorsi all'interno dei quartieri di Milano: Barona e S.Ambrogio, con alcuni attraversamenti di strade comunali che non saranno presidiati dall'organizzazione; si ricorda ai concorrenti di prestare la massima attenzione e rispettare il codice della strada durante lo svolgersi delle due prove.

Ambulanza e medico: non sarà presente né medico né ambulanza; l'organizzazione sarà munita di materiale di primo soccorso. (Nei casi gravi ci si rivolgerà al servizio 118 dell'Ospedale S.Paolo, a 5 minuti al passo dal ritrovo).

Procedura di assistenza: si ricorda che il fair play impone di prestare soccorso ai concorrenti in difficoltà avvertendo al più presto la segreteria di gara che si attiverà per far intervenire il primo soccorso.

Numero cellulare del responsabile: 340 1569618 (il Direttore Gara).

Milano; 21/9/2018

La Polisportiva Punto Nord augura a tutti una buona gara!!!