

**"Cinque Laghi per Tutti 2019"**  
**Montalto Dora, 19 ottobre 2019**

**COMUNICATO DI GARA - INFORMAZIONI PER I CONCORRENTI**

**LOGISTICA**

- Parcheggio nei pressi della Chiesa (S.S. 26, via Ivrea/via Aosta); dai parcheggi al ritrovo 200 metri lungo la via Mazzini, segnalato. Si prega di utilizzare detti parcheggi e raggiungere il ritrovo a piedi; **NON** venire a parcheggiare nei pressi del ritrovo.
- Ritrovo e segreteria (perfezionamento preiscrizioni e nuove iscrizioni): Piazza Prat, di fronte alla Biblioteca Comunale; disponibili servizi igienici e deposito borse, no spogliatoio.
- Partenze: nei pressi della Chiesa di San Rocco, a 700 m dal ritrovo, con 50 m di dislivello, circa 15 minuti al passo dal ritrovo.
- Arrivo, classifiche, premiazioni: presso il ritrovo.

**REGOLAMENTO DI GARA**

- Gara a sequenza **LIBERA**, con punzonatura manuale su testimone (cartellino di controllo) cartaceo.
- Partenza in linea (mass start) con tre lanci divisi per categoria:
  - 1^ lancio ore 14,30 percorso **ROSSO** (tempo massimo 2 ore)
  - 2^ lancio ore 14,50 percorso **BLU** (tempo massimo 1 ora 45 minuti)
  - 3^ lancio ore 15,10 percorso **BIANCO** (tempo massimo 1 ora 30 minuti)
- La formula a sequenza libera prevede che i concorrenti possono raggiungere i punti di controllo nell'ordine preferito, senza seguire l'ordine della loro numerazione.
- Sulla cartina i punti di controllo sono indicati con un cerchio di colore rosso magenta (il punto è al centro del cerchio) e contraddistinti da due numeri (ad es. 1/48, 4/34 ecc.): il primo numero indica la casella del cartellino di controllo, o "testimone", su cui dovrà essere fatta la punzonatura; il secondo numero corrisponde a quello riportato sul segnale, o "lanterna", che si troverà sul posto. Presso il ritrovo sarà disponibile la descrizione dei punti.
- I concorrenti, entro il tempo massimo previsto per ogni percorso, dovranno raggiungere il maggiore numero di punti di controllo; dato il carattere promozionale della manifestazione, saranno classificati **TUTTI** i concorrenti, anche se non avranno raggiunto tutti i punti.
- **RITARDI**: ogni 2 minuti, o frazione, di ritardo sul tempo massimo previsto, verrà applicata una penalità di un punto in meno.
- I tracciati, si sviluppano lungo i sentieri e le stradine; solo in brevi tratti, per i percorsi **ROSSO** e **BLU** si rende necessario abbandonare i sentieri per raggiungere alcuni punti di controllo, peraltro per tratti brevi e su scelte di percorso ben definite; per tutti gli altri tratti, data la presenza di un sottobosco in genere piuttosto folto, con salti di roccia anche abbastanza alti, **E' VIVAMENTE SCONSIGLIATO** abbandonare i sentieri e tagliare nei boschi.
- La carta, 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 nelle parti più distanti dai sentieri il terreno è rappresentato solo con le curve di livello, ma in genere non sono stati rilevati altri elementi.

**IN CASO DI ABBANDONO IL CONCORRENTE DOVRA' COMUNQUE RAGGIUNGERE IL RITROVO PER COMUNICARE IL SUO RITIRO; IN ALTERNATIVA, COMUNICARE IL RITIRO TELEFONICAMENTE AL NUMERO STAMPATO SU OGNI CARTINA.**

**SI RICORDA CHE TUTTE LE STRADE SONO APERTE AL TRAFFICO, PERTANTO È FATTO OBBLIGO AI PARTECIPANTI DI RISPETTARE LE NORME DEL CODICE DELLA STRADA RELATIVE ALLA CIRCOLAZIONE IN GENERALE E IN PARTICOLARE PEDONALE (ART. 190 DEL C.D.S.).**

**CLASSIFICHE - PREMIAZIONI**

- Classifiche manuali, con esposizione dei cartellini dopo il controllo delle punzonature, tenendo conto in primo luogo del numero di punti regolarmente raggiunti e in secondo luogo del tempo impiegato, divisi per percorso e categorie M/F.
- Premiazione percorso **BIANCO**: premio di partecipazione subito dopo l'arrivo, alla consegna del cartellino di controllo.
- Premiazioni percorsi **ROSSO** e **BLU**, maschile e femminile, alle ore 17,00, presso il ritrovo (Piazza Prat), con chiamata dei concorrenti in ordine di classifica sui vari percorsi; compatibilmente con la disponibilità, saranno premiati tutti i concorrenti presenti.

L'organizzazione ringrazia il Comune di Montalto Dora per il patrocinio e l'ospitalità e ricorda a tutti i concorrenti le prossime manifestazioni che si svolgeranno in zona:

- domenica 17 novembre: **CASTLERUN** - Scalata al Maniero (competitiva) - Corsa al Castello (non competitiva)
- sabato 23 / domenica 24 novembre: 24<sup>a</sup> Sagra del Cavolo Verza

Buon divertimento a tutti!

***Orientamondo ASD***