

# Comunicato allenamento

## Sesto Calende - Quagliodromo

Sprint in bosco

**Iscrizioni:** Le iscrizioni sono confermate nelle stesse modalità del volantino; sul sito [fiso.it](http://fiso.it) l'allenamento compare come "provvisorio", ma è solo per non farlo comparire in calendario sulla pagina iniziale; le iscrizioni online sono aperte.

**Covid-19:** i partecipanti sono tenuti a rispettare tutti i protocolli/decreti/ordinanze in vigore.

**Lunghezze:** di seguito l'accorpamento percorsi-categorie con le rispettive lunghezze:  
NERO: MWE, MW18, MW35, MW45, M55; 2800m, 80m.  
ROSSO: W55, MW16, MW65, MW70; 2300m, 40m.  
BIANCO: MW12, MW14; 1800m, 35m.

Le lunghezze sono provvisorie e potranno subire leggere modifiche.

**Partenza ed arrivo:** in fondo a questo documento è allegato lo schema parcheggio -> partenza/arrivo.

**Note del tracciatore:** il bosco è molto pulito (a meno di scelte "particolari"), ma il terreno è piuttosto pesante per correrci; consigliati i calzettoni, per le scarpe vanno bene sia tassellate che chiodate, fattibile farlo con le normali scarpe da corsa.

**Barriere artificiali:** sul terreno è stato posato del nastro bianco/rosso da considerarsi come una barriera artificiale, quindi è vietato attraversarla; in carta queste barriere sono segnate come una linea nera spessa 0.4mm, non essendoci muri impassabili non si può far confusione. In fondo a questo documento è allegato un esempio.

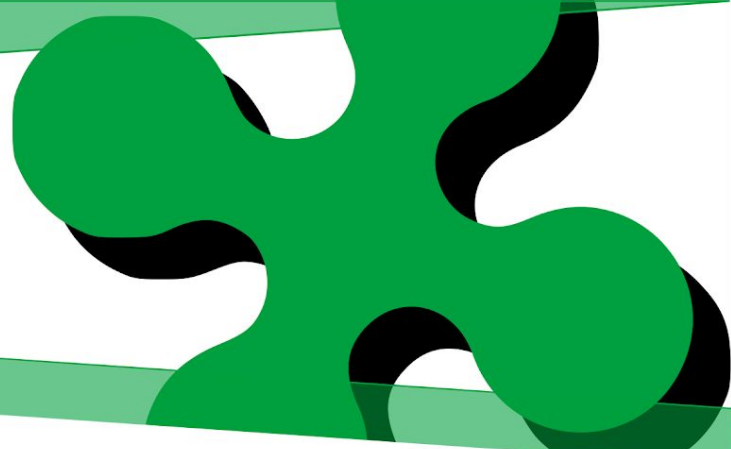
**Mappa vecchia:** nell'ultima pagina di questo documento è allegata la mappa vecchia; si ricorda che l'allenamento è con simbologia ISSprOM 2019.

**Descrizione Punti:** è disponibile sia sulla carta di gara, sia in prepartenza (con accurata disinfezione delle mani).

**Classifiche:** live sul sito [fisolombardia.it](http://fisolombardia.it)

Per informazioni:

[tecnico@fisolombardia.it](mailto:tecnico@fisolombardia.it) - Tel. 3203082055 (Maurizio)

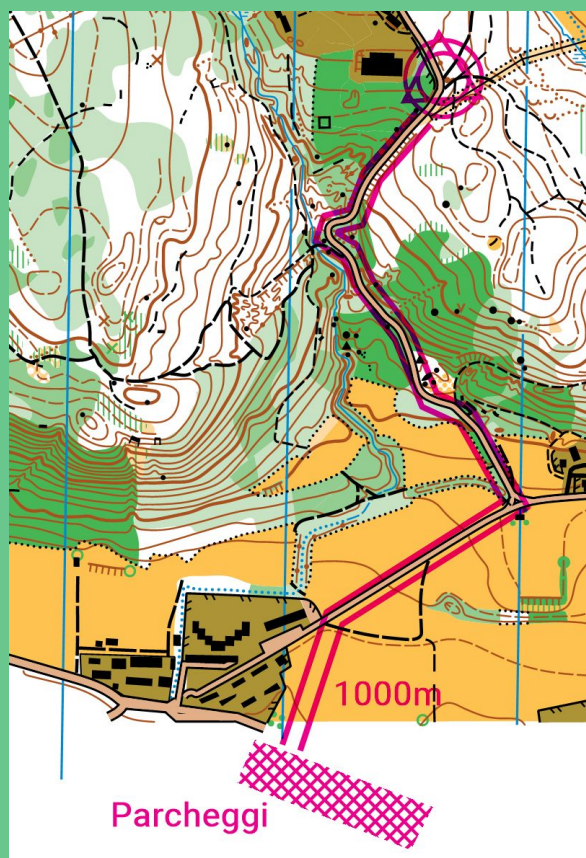


# Comunicato allenamento

## Sesto Calende - Quagliodromo

Sprint in bosco

### Schema partenza/arrivo



### Barriere artificiali



Per informazioni:

[tecnico@fisolombardia.it](mailto:tecnico@fisolombardia.it) - Tel. 3203082055 (Maurizio)



Scala 1:4.000

