

CAMPO DI ALLENAMENTO SPRINT

16-18 APRILE 2021



FEDERAZIONE
ITALIANA
SPORT
ORIENTAMENTO

1. PROGRAMMA

Venerdì 16

14.30 ritrovo a Mezzolombardo (TN) per tampone rapido antigenico Covid-19
17.30 allenamento giro test (SIAC)
19.30 cena

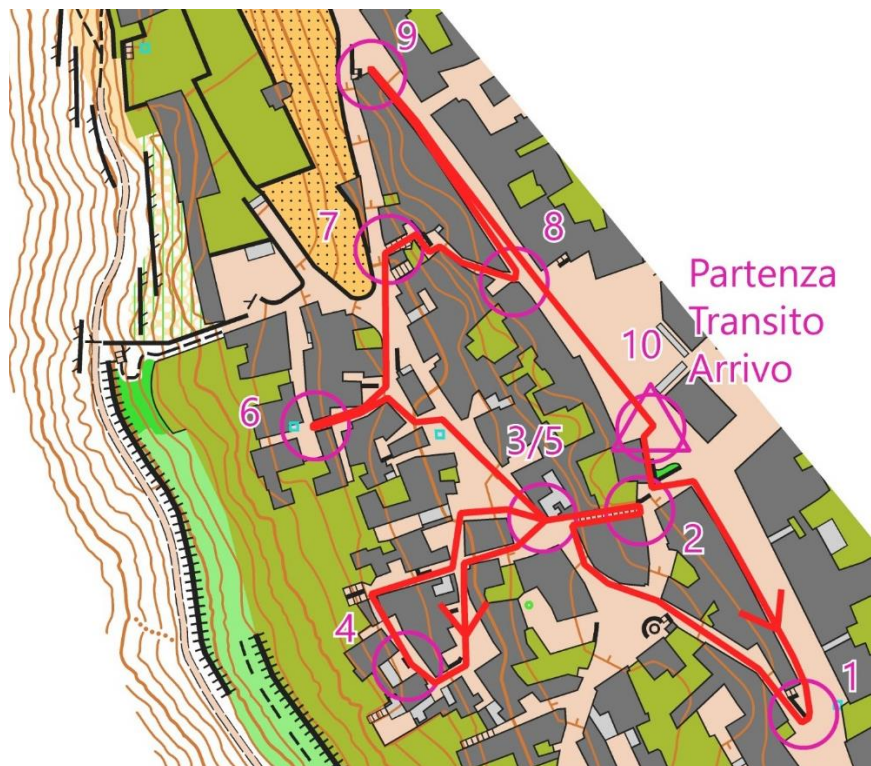
Sabato 17

dalle 7.00 colazione
9.30 test atletico in pista M (SIAC + GPS)
9.45 test atletico in pista W (SIAC + GPS)
12.00 pranzo
15.00 riunione di analisi gare EOC2021 (computer)
19.30 cena

Domenica 18

dalle 7.00 colazione
9.30 allenamento Sprint Final (SIAC + GPS)
11.30 pranzo
15.30 allenamento Sprint Final rerun (SIAC + GPS)

2. GIRO TEST IN PAESE

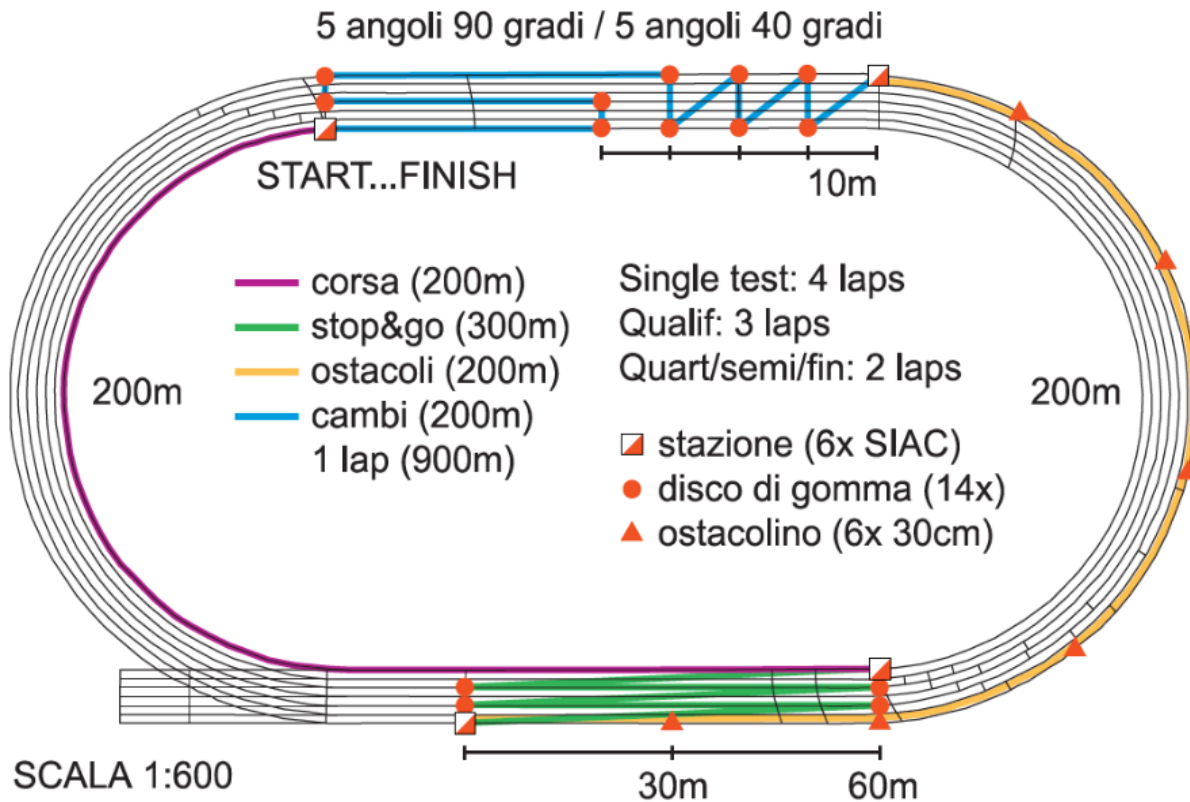


Percorso uomini e donne:
3 giri da 1km +25m di dislivello
ciascuno (partenza scaglionata)

3. TEST ATLETICO IN PISTA (test Raus-Tait)

Percorso uomini: 4 giri da 900m / 3,6km in totale

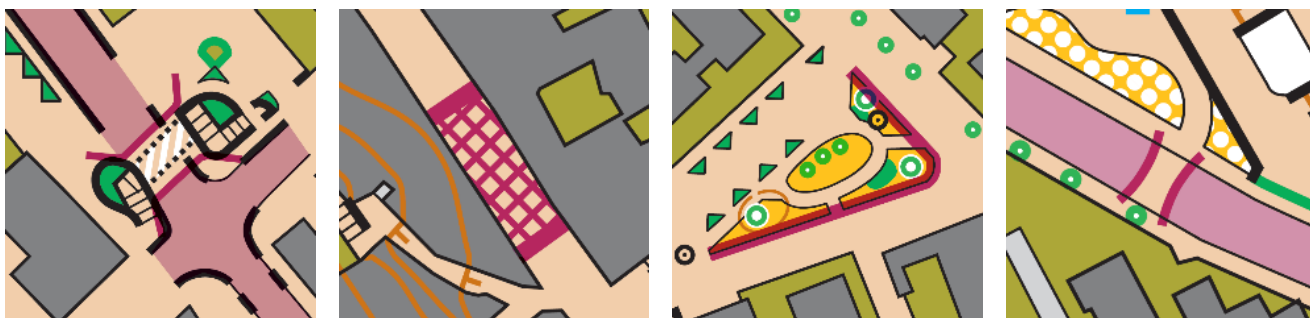
Percorso donne: 3 giri da 900m / 2,7km in totale



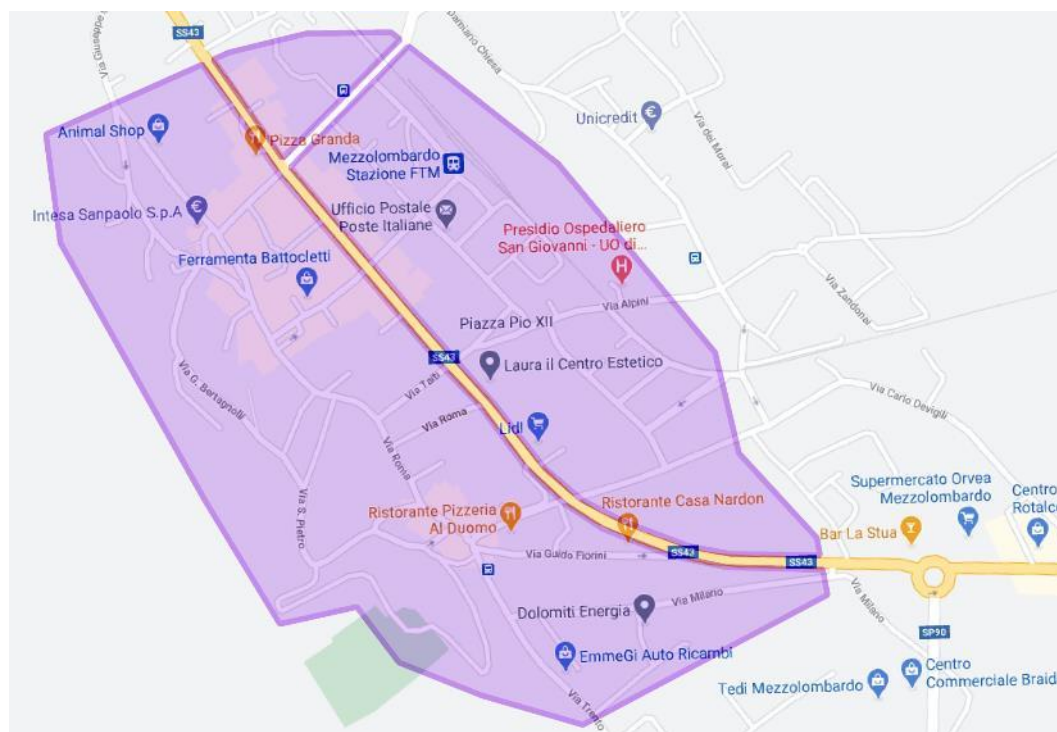
4. SPRINT FINAL + RERUN

Format	Sprint distance, no qualification
Map	Mezzolombârdo, 1:4'000, 2.5m, by Marco Bezzi
Terrain	Urban terrain with smaller and bigger buildings and park areas. The old town of Mezzolombârdo offers tricky orienteering in narrow streets and foot paths.
Forms	Flat to hilly towards the cemetery of Mezzolombârdo.
Traffic	Local traffic in some of the streets.
Lengths	Women: 3.7km, 30m climb, 17 controls, winning time 14' Men: 4.3km, 40m climb, 19 controls, winning time 14'
Courses	Samuele Tait
Start	1km from the hotel, it is compulsory to use the Warm-up map!

Note: descrizione punti disponibile in partenza. Sono presenti punti di passaggio sulla strada principale segnati con i simboli 710.1 (attraversamento sulle strisce pedonali) e 710.2 oltre a barriere artificiali segnate in carta con i simboli 708 e 709. Guardate attentamente gli esempi riportati nella pagina successiva e fate comunque attenzione al traffico.



5. EMBARGOED AREAS SPRINT FINAL



Embargoed area Mezzolombardo

6. CONTATTI

Responsabile Team Sprint CO

Stefano Raus (+39 349 8886720) stefano.raus@gmail.com

Bulletin, link a Loggator, risultati e old map: <https://www.fiso.it/pagina/team-sprint-c-o>



con il patrocinio del
Comune di Mezzolombardo



ALBERGO
AL SOLE
art & comfort