

# **ASD NIRVANA VERDE**

## **Campionato Regionale Lombardo Long 2022**

### **Comunicato di gara n°1**

#### **Mappa**

Brughiera comasca - Marchio FISO CO 1148 - Aggiornamento 2022 a norma cartografica ISOM 2017-2. Foglio A4, carta pretex. Non saranno disponibili buste di plastica, chi desidera può portarla con sé.

#### **Scala ed equidistanza**

- 1:7500 per ESO, WM10, WM12, W55, WM65, WM70, bianco, giallo.
- 1:15000 per ME/Nero.
- 1:10000 per le altre categorie.
- Eq: 2,5 m per tutte le categorie

#### **Ritrovo**

Parco Inclusivo Mamete Via Monforte, 20, Fraz. Cascina Amata, Cantù (CO) (<https://g.page/ParcoMAMETE?share>). La struttura non ha ripari, è presente un bar con servizio di ristorazione. Vi è una convenzione per un piatto di pasta a 5 € per atleti, tecnici e accompagnatori. Servizi igienici solo presso il bar.

#### **Parcheggio**

Nei pressi del ritrovo, limitato. Altrimenti parcheggi liberi su strada a circa 500 metri dal ritrovo.

#### **Descrizione punti**

In carta e disponibili in segreteria. NON sono presenti descrizioni cartacee IN PARTENZA.

#### **Partenza**

A 2' al passo dal ritrovo, seguire le fettucce. Prima partenza ore 10:00, con griglia di partenza. I concorrenti saranno chiamati 3 minuti prima del loro tempo effettivo di gara.

La partenza è gestita con il sistema "punching start" e delayed. Il triangolo di partenza disterà 50 metri circa dal luogo di consegna della cartina, seguire le fettucce. Punzonatura Sport-Ident con sistema SIAC AIR+ attivato. Sarà possibile fare riscaldamento solo nella zona parcheggi e lungo il sentiero per andare in partenza. Tutte le aree adiacenti saranno da considerarsi zona gara.

#### **Arrivo**

Nei pressi del ritrovo. Per chi si volesse ritirare, è obbligatorio passare dallo scarico dati in segreteria presso il ritrovo.

#### **Ristoro**

Non previsto all'arrivo, a disposizione una fontana. Portarsi un bicchiere personale. Sul terreno è presente un ristoro indicato in carta per tutti i percorsi più lunghi, più uno presso un punto (indicato in descrizione) per la categoria ME.

#### **Informazioni tecniche:**

Il terreno è la tipica brughiera lombarda precollinare, l'autunno eccezionalmente caldo non ha permesso il naturale

decadimento del sottobosco che risulta pertanto meno percorribile del solito.

Il periodo siccitoso ha inoltre asciugato alcune canalette che quindi, pur essendo segnate con il colore azzurro, sono prive di acqua.

I percorsi più lunghi comprendono punti al di là di una strada provinciale, si raccomanda di prestare attenzione agli attraversamenti e di rispettare il codice della strada.

Tempo massimo di gara: 120' per tutte le categorie.

### **Indicazioni speciali per le categorie Bianco, Esordienti, W10, M10**

- La partenza sarà libera dalle ore 10:00 alle ore 10.45
- Un tratto di sentiero poco visibile sarà reso evidente con una serie di mucchietti di farina (tipo "Pollicino")
- Se il concorrente incontra lungo il sentiero una riga di farina perpendicolare alla direzione del sentiero significa che ha sbagliato strada, deve tornare indietro
- Le categorie esordienti sono prove ludico-motorie: non competitive, non viene stilata una classifica ufficiale.

### **Indicazione speciale per la categoria Esordienti Lungo (Ultimate)**

- La partenza sarà libera dalle ore 10:00 alle ore 10.45

## **Premiazioni**

Dalle ore 13:00 circa. Sarà premiato il primo concorrente di ciascuna categoria master e i primi 3 di tutte le altre categorie. Non sono previsti premi per i percorsi "colore" e per le categorie Esordienti.

## **Risultati**

Solo online, live e livebox: il link sarà affisso in partenza il giorno della gara.

## **Sicurezza**

È a disposizione dei concorrenti, presso la segreteria, il piano di sicurezza ed emergenza che descrive i comportamenti per la prevenzione dei rischi e la gestione delle emergenze. Prenderne visione è fondamentale per garantire la propria e altrui sicurezza durante lo svolgimento della gara.

A riguardo della gestione della sicurezza, per motivi specifici della gara, si ricorda che:

- Il terreno di gara è un bosco urbano, generalmente molto frequentato da persone che nulla hanno a che fare con la manifestazione. È fatto obbligo di rispettare il codice della strada ed ogni altro regolamento e norma in vigore.
- La presenza possibile di cacciatori sul territorio impone agli atleti di vestirsi in modo da essere altamente visibili da questi e facilmente riconoscibili, anche a distanza. Siamo certi della vostra collaborazione.
- Il trasporto con sé di dispositivi di comunicazione per la sicurezza personale che non rispettassero le indicazioni dei regolamenti federali è ammesso, purché questi siano spenti.
- È segnalata la presenza di animali selvatici (inclusi cervi), prestare la massima attenzione