

## BULLETIN 2

### COMITATO ORGANIZZATORE

Eridano Adventure ASD – [eridanoadventure@libero.it](mailto:eridanoadventure@libero.it)

Direttore Gara:	Andrea Visioli
Delegato Tecnico:	Massimo Bianchi
Tracciatrice Sprint:	Stella Varotti
Controllore Sprint:	Augusto Cavazzani
Tracciatore Middle:	Maurizio Todeschini
Controllori Middle:	Francesca Pelizzola – Stefano Zonato
Responsabile Partenza:	Susy De Pieri – Marco Pastore
Responsabile Arrivo:	Gaetano Lanciano
Segreteria – IT:	Federico Bruni
Speaker:	Stefano Galletti
Assistenza Sanitaria:	Croce Rossa Italiana

### SI RACCOMANDA DI EVITARE LE ZONE EMBARGATE:

middle [https://www.fiso.it/\\_files/f\\_media/2025/10/39346.pdf](https://www.fiso.it/_files/f_media/2025/10/39346.pdf)

sprint [https://www.fiso.it/\\_files/f\\_media/2025/11/39744.pdf](https://www.fiso.it/_files/f_media/2025/11/39744.pdf)

### ISCRIZIONI

Entro Domenica 5 aprile, quote e categorie da Regolamento FISO

<https://www.fiso.it/gara/20264>

<https://www.fiso.it/gara/20263>

### CATEGORIE

Categorie agonistiche: M/W14, M/W16, M/W18, M/W20, M/W Elite, M/W35+, M/W40+, M/W45+, M/W50+, M/W55+, M/W60+, M/W65+, M/W70+, M/W75, M/WA, M/WB.

Categorie non agonistiche: M/W10, M/W12, BIANCO, GIALLO, ROSSO, MW81+

### PAGAMENTO ISCRIZIONI e COSTI

Le iscrizioni vanno pagate in anticipo tramite bonifico bancario, unico per ciascuna Società.

**€15,00** (M/W18, M/W20, M/WElite, M/W35+, M/W40+, M/W45+, M/W50+, M/W55+, M/W60+, M/W65+, M/W70+, M/W75, MW81+, M/WA, M/WB)

**€7,00** (M/W10, M/W12, MW14, M/W16, BIANCO, GIALLO, ROSSO)

A chiusura iscrizioni verranno pubblicate le liste iscritti per Società con rispettive quote, si prega di controllare la correttezza della quota prima di procedere al pagamento.

**AGONISTI:** Si accetteranno iscrizioni in ritardo maggiorate del 50% **sino ad esaurimento mappe.**

**PERCORSI COLORE (NEOFITI):** Iscrizioni sul posto **sino ad esaurimento** mappe senza sovrattassa.

Verranno accettate modifiche oltre termine iscrizioni con una quota di € 3,00.

*IBAN: IT31M0877056740 000000104320*

*intestato a Eridano Adventure ASD*

*Causale: iscrizioni codice xxxx - Società XXXX*

#### SISTEMA DI PUNZONATURA

Per tutte le categorie verrà utilizzato il sistema di punzonatura Sport-Ident, sarà attivato il metodo Air+ (touch-free). Saranno disponibili Sport-Ident a noleggio (no Air+) al costo di 2 € al giorno.

#### PETTORALI

I concorrenti riceveranno nelle buste di società un pettorale valido per entrambe le competizioni.

#### PREMIAZIONI

In entrambe le gare verranno premiati i primi 3 di tutte le categorie (compresi MW12 e MW81) e i primi 6 delle categorie MW ELITE. Vista la numerosa affluenza verranno premiati anche i primi 3 MWA e MWB.

Saranno inoltre chiamati a ritirare un premio di partecipazione tutti i partecipanti alle categorie MW 10.

Non è prevista premiazione per le categorie Bianco, Giallo, Rosso.

#### LEADER CHAIR

Per la categoria Elite all'arrivo di entrambe le competizioni verrà allestita la **LEADER CHAIR "King & Queen of the day"** a fianco dello Speaker occupata dall'atleta che detiene il miglior tempo momentaneo in gara.

#### PARTENZA LIBERA:

In entrambe le gare MW10 – MW12 – BIANCO e GIALLO avranno partenza libera (senza griglia di partenza)

#### RITIRO MAPPE:

All'arrivo di entrambe le gare saranno ritirate le mappe di gara, che verranno restituite al termine della manifestazione. Si raccomanda in ogni caso il Fairplay.

#### LIVELOX

Al termine delle competizioni saranno disponibili su Livelox le mappe dei percorsi e sarà possibile aggiungere le proprie tracce gps.

#### RISULTATI LIVE

al seguente link <https://app.liveresults.it/eridano2026>

#### AREA CAMPER

Presso il centro sportivo di Sala Baganza

44.70833271613889, 10.232221099303594

è presente l'area sosta camper con "carico" e "scarico", dista 5 minuti dal ritrovo gara dei Boschi di Carrega.

## PROTOCOLLO DI SICUREZZA

### **Comportamento generale:**

Rispettare pedoni e ciclisti.

Prestare attenzione a scalini, dislivelli, pavimentazioni irregolari, curve cieche.

Rallentare in zone eventualmente più affollate da possibili utenti fuori gara.

Pur essendo a traffico limitatissimo attraversare comunque le strade con prudenza, non siamo gli unici fruitori delle aree e dei Parchi.

Seguire le indicazioni dei volontari a Parcheggio, partenza e arrivo.

### **Sicurezza personale:**

Fermarsi in caso di infortunio proprio, con altri o altrui.

Segnalare immediatamente emergenze ai volontari.

Evitare comportamenti rischiosi.

### **Ambiente e rispetto del luogo:**

Non abbandonare rifiuti.

Non entrare in proprietà private.

Rispettare il patrimonio storico e architettonico.

## PROGRAMMA GARE e INFORMAZIONI SPECIFICHE

### Sabato 11 aprile 2026 – Coppa Italia Middle – 3<sup>a</sup> PROVA

Parcheggio comunale di circa 100 stalli, più ampia area adiacente nel campo erbato

44.72004890178827, 10.213464500341761

Ritrovo, segreteria, bagni presso Agriturismo Fruit Park

Via Zappati 2, Sala Baganza (PR)

a circa 200-300m a piedi dal parcheggio

44.71910514891183, 10.21542709788421

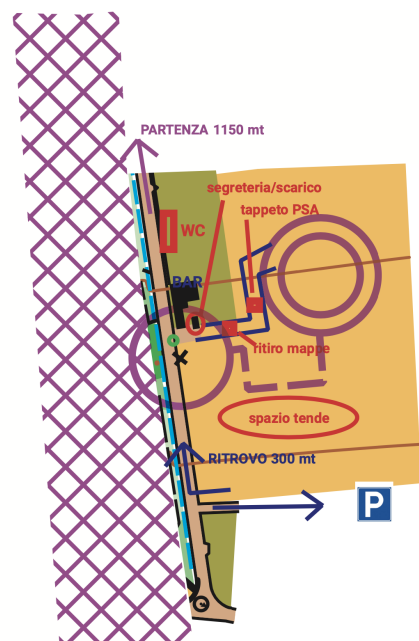
**12.30** apertura segreteria

**14.30** prima partenza

**18.00** premiazioni

### PACCO GARA POMi (Casalasco Spa):

A tutti i partecipanti che lo vorranno prima dell'inizio della gara del SABATO verrà consegnato come pacco gara una confezione di passata di pomodoro Pomì da 750gr: basterà presentarsi presso il punto di ritrovo (adiacente la Segreteria) muniti di pettorale personale.



# Pomì

## MAPPA DI GARA:

Boschi di Carrega CO 863 : Omologazione Stefano Zonato 2024

Aggiornamento 2024 (Francesco Buselli – Paolo Dissette), revisione marzo 2026

*“Il Parco dei Boschi di Carrega, istituito nel 1982, fu il primo Parco della Regione Emilia Romagna (nella pagina dedicata del sito FISO scaricare PDF 'Memorie di un Topografo' di A.Cavazzani, primo a cartografare nel 1992.) Dal 2012 è gestito dall'Ente di Gestione per i Parchi e la Biodiversità - Emilia Occidentale. Praticamente una foresta nella pianura, a due passi dalla città. Colline con alternarsi di boschi e aree prative offrono la possibilità di attraversare una Natura in cui la mano dell'uomo ha lasciato fin dal 1700 un gradevole segno: un bosco secolare di faggi, edifici storici, alberi esotici che compaiono, ora in gruppi, ora solitari, nei luoghi più impensati. I laghetti semi-artificiali del Parco sono incastonati nel bosco e arricchiscono un'atmosfera nobile che caratterizza quest'area ultra protetta.*

*Grazie alla varietà di ambienti, anche la fauna è molto ricca con Caprioli, Daini, Cinghiali, Scoiattoli, Lepri e la Testuggine d'acqua: il fatto che si sia conservato tutto questo dall'epoca dei Farnese ad oggi è merito di battaglie e sensibilizzazione alla non urbanizzazione.”*

Il ritrovo, con segreteria e arrivo si trova a circa 200-300mt a piedi dal parcheggio, presso l'Agriturismo Fruit Park dove sarà possibile fruire di servizio bar, pranzo, apericena e acquistare i loro prodotti biologici (Menù pubblicato sulla pagina Fiso, si chiede gentilmente la prenotazione). Il ritrovo è dotato del servizio di bagni chimici.

La partenza si trova a 15' al passo (circa 1200mt); NO WARMUP: si chiede agli atleti di non addentrarsi nel bosco verso la partenza.

L'area gara si sviluppa all'interno di un Parco Regionale protetto, che nel fine settimana registra la presenza di escursionisti, biker e famiglie che ne fruiscono sui sentieri principali.

Per obblighi assicurativi si raccomanda a chi malauguratamente dovesse urtare passanti, di fermarsi ed accertarsi di non aver arrecato danno.

## PRESENZA DI ZECCHHE - PROTOCOLLO PSA

ZECCHHE: Il Parco, essendo frequentato da ungulati, può registrare presenza di zecche: si consiglia di indossare indumenti adeguati senza lasciare parti del corpo scoperte.

PSA: Vista la presenza di Peste Suina Africana nei territori limitrofi (innocua all'uomo), in ottemperanza alle Direttive del Parco e al protocollo sanitario condiviso con il Subcommissario alla PSA dell'USL di Parma, gli atleti al termine della gara saranno canalizzati dopo l'arrivo e attraverseranno un tappetino imbevuto di *acido citrico* per la disinfezione delle suole delle scarpe.

## SHADOWING

Per le categorie MW10 si raccomanda lo shadowing con persone che abbiano già effettuato la gara o che non vi prenderanno parte.

## TERRENO GARA

Bosco 95% - Prati 5% - Terreno Urbano 0%

## BANDIERINE ITALIA SEGNAPASSO

Le categorie non agonistiche MW10-MW12 avranno sul finale di gara tratti facilitati dalla presenza di bandierine Italia sul terreno, alte 20cm.

## AGRITURISMO FRUIT PARK

Servizio rinfresco/pranzo/apericena/cena: menù nella pagina dedicata sul sito FISO. Chiediamo gentilmente di inviare una prenotazione di massima per facilitare il gestore!

### ULTIMO PUNTO (100):

Visto il Patrocinio diretto del CONI Regione Lombardia, che ha inserito la manifestazione sportiva di Orienteering fra gli Eventi più significativi del 2026, la collaborazione sarà rappresentata dal gazebo gonfiabile logato CONI e la lanterna finale verrà posizionata nella zona sottostante, da cui tutti gli atleti transiteranno.

L'oggetto è segnato

in mappa con una X.



### LUNGHEZZE MIDDLE

Categ.	Lungh.	Disl	Scala	Categ.	Lungh.	Disl	Scala
<b>M10</b>	1900 mt	75	7500	<b>W10</b>	1900 mt	75	7500
<b>M12</b>	2300 mt	75	7500	<b>W12</b>	2300 mt	75	7500
<b>M14</b>	2700 mt	80	10000	<b>W14</b>	2400 mt	80	10000
<b>M16</b>	3400 mt	140	10000	<b>W16</b>	2900 mt	100	10000
<b>M18</b>	3900mt	160	10000	<b>W18</b>	3300 mt	205	10000
<b>M20</b>	4400mt	165	10000	<b>W20</b>	3300 mt	205	10000
<b>ME</b>	5600mt	200	10000	<b>WE</b>	4400mt	165	10000
<b>M35</b>	4500mt	180	10000	<b>W35</b>	3900mt	160	10000
<b>M40</b>	4500mt	180	10000	<b>W40</b>	3800mt	150	10000
<b>M45</b>	3900mt	160	10000	<b>W45</b>	3500mt	150	10000
<b>M50</b>	3900mt	160	7500	<b>W50</b>	2900mt	110	7500
<b>M55</b>	3600mt	150	7500	<b>W55</b>	2900mt	110	7500
<b>M60</b>	3500mt	150	7500	<b>W60</b>	2500 mt	85	7500
<b>M65</b>	2900mt	110	7500	<b>W65</b>	2500 mt	85	7500
<b>M70</b>	2500 mt	85	7500	<b>W70</b>	2300 mt	80	7500
<b>M75</b>	2300 mt	80	7500	<b>W75</b>	2300 mt	80	7500
<b>M81+</b>	2200 mt	80	7500	<b>W81+</b>	2200 mt	80	7500
<b>MA</b>	4500mt	180	10000	<b>WA</b>	3300 mt	205	10000
<b>MB</b>	3400 mt	140	10000	<b>WB</b>	2900 mt	100	10000
<b>BIANCO</b>	1900 mt	75	7500	<b>GIALLO</b>	2300 mt	75	7500
<b>ROSSO</b>	2500 mt	85	7500				

TEMPO MASSIMO DI GARA 1h 30'

@

## Domenica 12 aprile 2026 – Coppa Italia Sprint - 4<sup>^</sup> PROVA

Parcheggio, ritrovo, segreteria, presso Piazzale Atleti Azzurri D'Italia, 26100 Cremona (CR)

45.128546, 10.004017

9.00 apertura segreteria

11.00 prima partenza

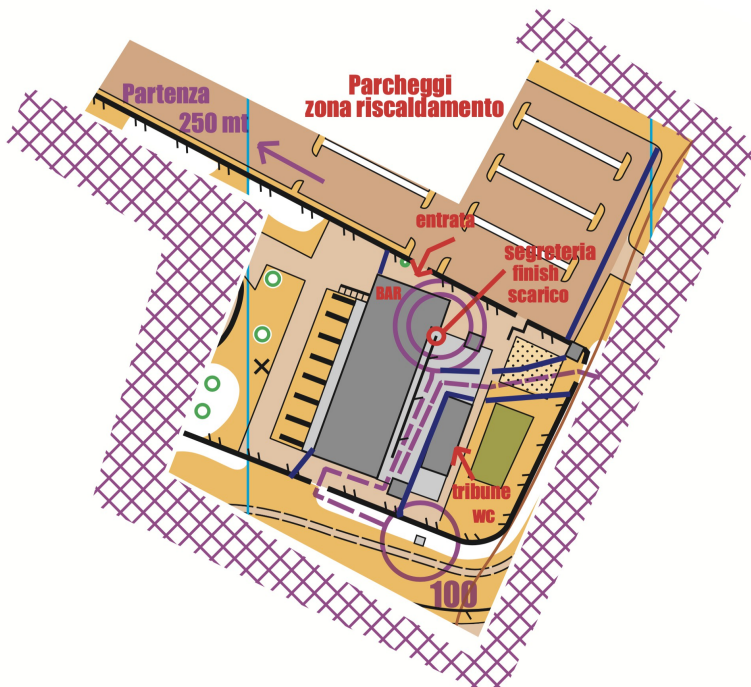
14.30 premiazioni

### MAPPA DI GARA:

Colonie Padane CS/T 1428 :  
Omologazione Angelo Bozzola 2025

Rilievi: A. Cavazzani e  
S.Zonato, revisione marzo 2026

Scala 1:4.000, equidistanza 2 mt



*"Il Parco Colonie Padane è una testimonianza architettonica e naturalistica dal grande valore storico per la città di Cremona.*

*Nel 1915 venne qui istituita una colonia elioterapica. Costituita da una struttura centrale a forma di grande nave immersa in un vasto parco di quasi 60 mila metri quadrati, la Colonia funzionava durante il periodo estivo. Sopravvissuta indenne alla Seconda Guerra Mondiale, nel dopoguerra è stata ceduta al Comune di Cremona per essere destinata ad attività diverse nell'ambito dello sport e del tempo libero. In seguito a una fase di decadimento, la struttura è stata riqualificata grazie alla Fondazione Arvedi-Buschini e restituita alla Comunità, diventando uno dei punti di riferimento della città e del territorio."*

Il ritrovo, con segreteria, arrivo e punto spettacolo, si trovano a 50mt dal parcheggio sotto la struttura coperta del bocciodromo, dotata di ampie tribune.

I Bagni sono posizionati sotto le tribune. Nei pressi del bocciodromo interno è possibile usufruire del bar, ristorante ed altri wc.

La partenza si trova a 250m, con percorso obbligato e fettucciato.

ASSOLUTAMENTE vietato addentrarsi nel Parco prima della conclusione della manifestazione.

### PUNTO SPETTACOLO = ULTIMO PUNTO

Il punto 100 sarà valido sia come ultimo punto per tutte le categorie, sia come passaggio spettacolo per la maggior parte delle categorie.

Il punto 100 sarà posizionato sotto al gazebo gonfiabile del CONI e sarà visibile dall'arena spettatori.



### ARENA GARA:

Dalla 100 si entrerà poi nell'Arena Gara coperta tramite un canale obbligatorio:

FARE ATTENZIONE ALLA STRETTOIA CON CURVA A 180° attraversando il CANCELLETTO ben segnalato da striscionaggi e successivo SCALINO DI MARCIAPIEDE evidenziato da catarifrangente apposito giallo/nero da cantieristica.

Si passerà da due corsie diversificate:  
una a **destra per proseguire** con la 2<sup>a</sup> parte di gara  
e una **sinistra per l'arrivo (FINISH)**.



### **FARE ATTENZIONE!**

Si raccomanda a chi, in fase di passaggio nell'arena, dovesse sbagliare corsia, di spostarsi il prima possibile nella relativa corsia di destra di uscita dall'arena **SENZA** punzonare la stazione di finish poiché questo comporterebbe la squalifica.

### MULTILEVEL:

Sarà presente un edificio multilevel cartografato con il simbolo 512.3 (522) come da linee guida IOF.

522



Verrà **INOLTRE** utilizzata la colonna C (di fianco al codice) della descrizione punti per esplicitare meglio l'esatta posizione del punto, se al piano terra o al primo piano. Vedasi esempio:



Questi due simboli di **sopra/sotto nella colonna C** non verranno utilizzati in nessun altro punto del tracciato, ma solo ed esclusivamente nei punti all'interno del multilevel.

### **ATTENZIONE!!**

All'interno del multilevel sono presenti due corridoi/galleria con poca visibilità, non vi passeranno i tracciati minori né dovrebbero esservi persone esterne alla gara, ma nel rispetto di tutti i partecipanti si prega di seguire queste semplici regole:

- tenere sempre la destra e per superare lo si fa a sinistra
- adattare la propria velocità segnalando la propria presenza soprattutto in prossimità di eventuali (pochi) angoli ciechi o di poca visibilità, molto accorti per evitare interferenze con chi può arrivare dalla parte opposta
- Se malauguratamente ci si dovesse toccare è obbligatorio verificare di non aver creato danni.

Prestare poi sempre attenzione nei pressi di incroci, parcheggi e aree aperte al traffico veicolare, che comunque saranno a bassissima densità: VIGE IL CODICE DELLA STRADA (e il buon senso).

### RISCALDAMENTO

Sarà possibile per gli atleti fare riscaldamento solo nell'area degli ampi parcheggi tra il ritrovo e la partenza, senza addentrarsi nell'area delle strutture sportive.

### SHADOWING

Nelle categorie MW10 è permesso lo shadowing con persone che abbiano già effettuato la gara o che non vi prendano parte.

### TRAFFICO QUASI ASSENTE

L'area gara si sviluppa all'interno di un parco comunale/sovracomunale al 95% chiuso al traffico. Fare attenzione alla presenza di pedoni, ciclisti e famiglie che ne fruiscono durante il week end.

Per obblighi assicurativi si raccomanda agli atleti che malauguratamente avessero urtato passanti di fermarsi ed accertarsi di non aver arrecato danno.

### DELIBERA N.53/2025 CF 12.09.25

Ai tracciati è stata applicata la nuova normativa Sprint sperimentale, con incremento dei tempi di gara: cat. MW 35-40 da 15' a 18' - cat MW 45-50 da 18' a 21' - cat MW 55 e oltre da 21' a 25'/30'

### TERRENO GARA

Terreno Urbano 10% - Prati 75% - Bosco 15%

Il dislivello nella gara sprint di Domenica è tra lo 0% e il 2% rappresentato dagli "scavallamenti" dell'argine e scalinate del multilevel.

### LUNGHEZZE SPRINT

(Nell'ultima colonna viene specificata la % di gara svolta al passaggio spettacolo)

TEMPO MASSIMO DI GARA 1h00

<u>Categ.</u>	<u>Lungh.</u>	Punti di controllo	Passaggio spettacolo	% gara	<u>Categ.</u>	<u>Lungh.</u>	Punti di controllo	Passaggio spettacolo	% gara
<b>M10</b>	1600 mt	15	NO		<b>W10</b>	1600 mt	15	NO	
<b>M12</b>	2000 mt	21	NO		<b>W12</b>	2000 mt	21	NO	
<b>M14</b>	2300 mt	22	NO		<b>W14</b>	2300 mt	22	NO	
<b>M16</b>	3000 mt	25	SI	75%	<b>W16</b>	2500 mt	23	SI	75%
<b>M18</b>	3300mt	30	SI	75%	<b>W18</b>	3000 mt	25	SI	75%
<b>M20</b>	3300mt	30	SI	75%	<b>W20</b>	3100 mt	30	SI	75%
<b>ME</b>	3800mt	36	SI	75%	<b>WE</b>	3300mt	30	SI	75%
<b>M35</b>	3500mt	31	SI	80%	<b>W35</b>	3300mt	30	SI	75%
<b>M40</b>	3500mt	31	SI	80%	<b>W40</b>	3200mt	29	SI	35%
<b>M45</b>	3500mt	31	SI	80%	<b>W45</b>	3100 mt	30	SI	75%
<b>M50</b>	3300mt	30	SI	75%	<b>W50</b>	3100 mt	30	SI	75%
<b>M55</b>	3300mt	30	SI	75%	<b>W55</b>	3100 mt	30	SI	75%
<b>M60</b>	3200mt	29	SI	35%	<b>W60</b>	2500 mt	23	SI	75%
<b>M65</b>	3200mt	29	SI	35%	<b>W65</b>	2500 mt	23	SI	75%
<b>M70</b>	3000 mt	25	SI	75%	<b>W70</b>	2300 mt	22	NO	
<b>M75</b>	2400 mt	21	NO		<b>W75</b>	2400mt	21	NO	
<b>M81+</b>	2400 mt	21	NO		<b>W81+</b>	2400mt	21	NO	
<b>MA</b>	3200mt	29	SI	35%	<b>WA</b>	3100 mt	30	SI	75%
<b>MB</b>	2500 mt	23	SI	75%	<b>WB</b>	2300 mt	22	NO	
<b>BIANCO</b>	1600 mt	15	NO		<b>GIALLO</b>	2000 mt	21	NO	
<b>ROSSO</b>	3000 mt	25	SI	75%					

### SICARD IMPORTANTISSIMO

Dato l'elevato numero di punti per alcune categorie, ricordiamo qui sotto la memoria delle sicard-  
Pertanto per chi possiede una sicard 8 e gareggia in un tracciato con più di 26 punti di controllo verrà data la possibilità di cambiare gratuitamente la propria sicard con una sicard9 messa a disposizione dalla segreteria; chiediamo gentilmente di anticipare la necessita via mail a [eridanoadventure@libero.it](mailto:eridanoadventure@libero.it)

Modello	codici	memoria
SIAC	8 000 001 - 8 999 999	128
Si card 10	7 000 000 ... 7 999 999	128
SI Si card 9	1 000 001 - 1 999 999	50
SI Card 8	2 000 000 ... 2 002 999, 2 004 000 ... 2 999 999	30
SI-Card 6	500 000 ... 999 999, 2 003 000 ... 2 003 999	64
SI-Card 5	04 000 ...499 999	30+6

Boschi di Carrega PR  
11 aprile



Colonie Padane  
Cremona  
12 aprile



Enjoying Eridano Experience