

RISCALDAMENTO WARM-UP / TRAIL-O

Percorso verso la partenza

La **partenza** dista **circa 30 minuti a piedi dal ritrovo**, lungo un percorso interamente fettucciato con **nastro bianco/rosso**.

Lungo circa **due terzi del percorso** è stata allestita una prova di **Trail-O**, utile anche per familiarizzare con il terreno di gara.

Per chi desidera cimentarsi nella prova, ai 30 minuti necessari per raggiungere la partenza vanno aggiunti **circa 15–20 minuti** per osservare i punti e formulare le risposte.

La carta **Warm-up**, in scala **1:4.000**, riporta:

- i **10 punti** del percorso Trail-O;
- le caselle per le relative punzonature.

Prova Trail-O – A/Z

Il percorso Trail-O è di tipo **A/Z**: per ogni punto è posizionata sul terreno **una sola lanterna**.

Lungo il sentiero sono predisposti **10 punti di osservazione**, ciascuno dotato di punzone.

Posizionandosi di fronte al punto di osservazione, il concorrente scorderà una sola lanterna. Confrontando la sua posizione sul terreno con il **centro del cerchio indicato sulla carta**, dovrà stabilire se la lanterna è posizionata correttamente oppure no.

- **A** = la lanterna coincide con il centro del cerchio.
- **Z** = la lanterna è in posizione errata, cioè **almeno 4 metri fuori posizione**.

Il concorrente dovrà punzonare sulla carta Warm-up la casella **A oppure Z** corrispondente al numero del punto.

Punto a Tempo – Temp-O

Al termine del percorso Trail-O, un addetto ritirerà la carta Warm-up con le risposte punzonate e inviterà il concorrente a eseguire il **Punto a Tempo (Temp-O)**.

L'addetto indicherà al concorrente **sei lanterne**, identificate da sinistra verso destra con le lettere **A – B – C – D – E – F**.

Il concorrente riceverà quindi un plico contenente **tre mappe in scala 1:4.000**, ognuna con un solo punto indicato e la relativa descrizione.

Per ciascuna mappa dovrà individuare quale delle sei lanterne presenti sul terreno corrisponde al **centro del cerchio** e comunicare all'addetto la relativa lettera, da **A a F**.

Non è prevista la risposta Z: una delle sei lanterne è sempre posizionata correttamente al centro del cerchio.

La stessa procedura verrà ripetuta per tutte e tre le mappe.

Il giudice rileverà il **tempo complessivamente impiegato per fornire le risposte**.

Risultati

Al termine della gara, presso il **Centro Gare/Ritrovo**, ogni partecipante potrà consultare il risultato ottenuto nella prova.

La prova ha carattere dimostrativo e di familiarizzazione con il Trail-O: **non sono previste classifiche né premiazioni**.

Buon divertimento!