



FEDERAZIONE
ITALIANA
SPORT
ORIENTAMENTO



51° CAMPIONATO ITALIANO CO LONG – WRE – 9ª PROVA COPPA ITALIA

45° CAMPIONATO ITALIANO CO STAFFETTA

LAGO SANTO – VAL DI CEMBRA – TRENTINO

12-13 SETTEMBRE 2026

BOLLETTINO 3

MESSAGGIO DI BENVENUTO

La società Trento Orienteering ASD da a tutti il benvenuto.

Nata nel 2005 e guidata per i primi anni dal presidente Livio Guidolin, vanta un ricco palmares di gare nazionali organizzate e tra le più importanti citiamo i Campionati Italiani Middle nel 2009, i Campionati Italiani Sprint e Middle nel 2014, il Campionato Italiano Knock-Out Sprint nel 2023 ed ha collaborato con molte figure chiave nell'organizzazione dei Campionati Mondiali Juniores 2025 (JWOC).

Il Lago Santo, in Val di Cembra, è un'area storica per l'orienteering trentino, già teatro di importanti competizioni negli anni. In passato ha ospitato una Oripenta nel 1998, Coppa Italia (5ª prova, 1999), la 2 Giorni della Val di Cembra (2000), il Trofeo Lago Santo (2001) e i Campionati Trentini Long Distance (2003) per citarne alcune. Il terreno alpino, ricco di dettagli e variazioni morfologiche, offre un banco di prova ideale per le specialità Long e Staffetta, coniugando tradizione orientistica e qualità tecnica.

1 - COMITATO ORGANIZZATORE

Delegato FISO / IOF Event Adviser:	Janos Manarin
Direttore Gara:	Andrea Rinaldi
Tracciatore:	Stefano Raus
Controllori:	Dennis Debiasi, Lorenzo Frizzera, Michele Candotti, Sabrina Rinaldi
Responsabili Partenze:	Caterina Pezzé, Maria Piffer
Responsabile Arrivo:	Roberto Pezzé
Responsabile Segreteria:	Maddalena Rinaldo
Responsabile Premiazioni e Ristoro:	Luisella Turri
Elaborazione Dati:	Alessio Dalfollo

Società organizzatrice:	Trento Orienteering ASD
Pagina web:	https://www.trent-o.org/
Contatto email:	info@trent-o.org

2 - PROGRAMMA EVENTO

Sabato 12 settembre

- 12:00 Termine ultimo per usufruire dell'allenamento Model Event
- 12:30 Apertura segreteria presso il Centro Gare
- 14:30 Prima partenza Campionato Italiano Long WRE**

Domenica 13 settembre

- 08:30 Apertura segreteria presso il Centro Gare
- 09:45 Dimostrazione delle procedure di lancio e cambio
- 10:00 Prima partenza Campionato Italiano Staffetta**
- 12:00 Apertura cucina ristorante presso "Happy Ranch"
- 13:30 Premiazione di entrambe le gare presso "Happy Ranch"

3 - TERRITORIO

Il bosco che circonda il Lago Santo in Val di Cembra (situato a circa 1.200 metri di quota) è classificato principalmente come bosco misto di latifoglie e conifere. La fitta chioma dei faggi (fogliame continuo) agisce come un ombrello naturale. La luce penetra a stento sul suolo forestale, creando un'atmosfera ombrosa e raccolta, dove a tratti la visibilità orizzontale profonda è ostacolata dai tronchi ravvicinati.

Il terreno è ricco di sentieri e tracce frutto del lavoro dell'uomo per tenere il bosco "pulito" e per il passaggio di animali.

4 - CENTRO GARE E PARCHEGGI

Indirizzo Centro Gare: Località Lago Santo, 38034 Cembra Lisignago (TN)

Coordinate GPS: 46.197098, 11.2039503 | [Link Google Maps](#)

Indicazioni: da uscita Trento Nord (A22) prendere la SP235 in direzione Lavis, poi imboccare la SS612 in direzione Cembra / Cavalese e proseguire fino all'inizio dell'abitato di Cembra. Da quel punto seguire le indicazioni della gara.



5 - ALLOGGIO

La Val di Cembra non è ricca di alberghi, ma offre diverse altre tipologie di logistica.

Per informazioni vi invitiamo a contattare l'APT:

Indirizzo: Viale IV Novembre, 21 - 38034 Cembra Lisignago (TN)

Telefono: 0461 – 683110

Mail: booking@visitfiemme.it

Web: https://www.visitfiemme.it/it/info/ufficio-informazioni-di-cembra_5939

6 - ISCRIZIONI E QUOTE

Atleti tesserati FISO: Tramite la propria società via sito FISO entro le ore 23:59 di **domenica 6 settembre 2026**. Sul posto di gara ci si può iscrivere solo nelle categorie ludico-motorie e ROSSO (salvo esaurimento mappe).

Atleti tesserati con federazioni estere: Via email a info@trent-o.org con la stessa scadenza dei tesserati FISO. I provenienti da un paese extra-Schengen devono controllare se è necessario un visto per raggiungere l'Italia dal loro paese. Noi possiamo supportare la richiesta di un visto per motivi sportivi.

Atleti non tesserati (neofiti): Chiunque voglia provare per la prima volta può effettuare in loco l'iscrizione e cimentarsi nelle categorie non agonistiche BIANCO o GIALLO, percorsi semplici e senza classifica. Chi fosse interessato a partecipare a più gare è invitato a tesserarsi. Per velocizzare i tempi si consiglia di presentarsi con il modulo di tesseramento già compilato. Per l'iscrizione e/o il tesseramento è obbligatorio presentarsi con una copia del certificato medico per l'attività non agonistica (rilasciato dal pediatra o dal medico di base D.M. 24 aprile 2013) oppure con un certificato per l'attività agonistica.

NOTA BENE: tutti gli atleti che intendono gareggiare in categoria MW Elite devono obbligatoriamente registrarsi anche tramite il sistema di iscrizione IOF Eventor (<https://eventor.orienteering.sport/Events/Show/8642>)

Quote:

- 7.00 € - BIANCO, GIALLO, ROSSO, MW10, MW12, MW14, MW16, MW15 (solo domenica)
- 15.00 € - Tutte le altre categorie
- 2.00 € - Noleggio SI-card

I pagamenti dovranno pervenire via bonifico bancario a:

Trento Orienteering ASD | Via Martini, 4 38122 Trento (TN).

IBAN: IT58Q0830401807000007323011

7 - ZONA EMBARGATA

Nelle pagina gara su sito FISO/Eventor è disponibile la mappa con la zona sotto “full embargo” ed è disponibile la vecchia cartina della zona del Lago Santo in formato PDF, GIF e OCAD.

Sulla mappa dell'area sottoposta a embargo, il colore rosso indica l'area soggetta a embargo completo, il che significa che tutti i tesserati e altre persone che, per conoscenza del terreno, possono influenzare i risultati delle competizioni, non possono entrare nell'area. Il colore giallo indica l'area di allenamento (Model Event). Una mappa più dettagliata può essere visualizzata su [Google Maps](https://www.google.com/maps).

8 - MODEL EVENT

Da sabato 15 agosto 2026 è scaricabile il [file pdf della carta del Model Event](#), messo a disposizione per allenamenti autonomi individuali e di società. In bosco sono posate lanterne di plastica circa 20x20cm, sulle quali è scritto il proprio codice. Siete pregati di non posare altre lanterne o fettucce in bosco. Il Model Event è aperto fino ad ore 12:00 di sabato 12 settembre. Attenzione a non uscire dall'area mappata, perché il resto (Lago Santo compreso) è sotto embargo.

Maggiori informazioni a questo documento: [LINK](#)

NOTA BENE: nella zona del Model Event, come in gran parte dell'arena di gara, la copertura delle rete mobile cellulare è estremamente limitata. Non tutti gli operatori telefonici sono raggiungibili.



FEDERAZIONE
ITALIANA
SPORT
ORIENTAMENTO



9 - INFORMAZIONI GENERALI

ANTI-DOPING

Il doping é vietato. Gli organizzatori dei Campionati Italiani Long WRE e Staffetta 2026 si impegnano a supportare le autorità antidoping nel loro lavoro. Si applicano le regole antidoping IOF (1 gennaio 2021) e il codice mondiale antidoping 2021. I controlli antidoping possono essere effettuati in qualsiasi momento durante le competizioni secondo le procedure descritte nello Standard Internazionale di Test e Investigazioni WADA. Gli atleti selezionati per il controllo antidoping devono portare un documento di riconoscimento ufficiale (con foto) all'area del test antidoping. L'atleta deve eventualmente presentare l'esenzione per uso terapeutico personale (TUE), se applicabile. È responsabilità dei concorrenti ottenere il certificato TUE (esenzione per uso terapeutico) richiesto (§26.3). Ulteriori informazioni sulla pagina web antidoping dell'IOF.

ASSICURAZIONE

Gli organizzatori declinano ogni responsabilità che potrebbe derivare dalla partecipazione agli eventi e agli allenamenti dei Campionati Italiani Long WRE e Staffetta 2026. Ciascuno partecipa a proprio rischio ed è responsabile della propria copertura assicurativa (malattia e infortunio).

CLIMA

Generalmente mite con possibilità di pioggia. La temperatura media in settembre è di 16°C e generalmente la temperatura è compresa tra 13 e 19°C. La piovosità media a settembre è di 75-90 mm.

IOF ATHLETE ID

Tutti gli atleti devono essere in possesso di un IOF Athlete ID valido per partecipare ai Campionati Italiani Long WRE in categoria M Elite e W Elite.

10 - INFORMAZIONI TECNICHE

GRIGLIE DI PARTENZA E CLASSIFICHE

Le griglie di partenza, i risultati live e le classifiche saranno disponibili alle pagine gara sul sito FISO e su [Liveresults](https://liveresults.iof.org).

CRONOMETRAGGIO

Per tutte le categorie verrà utilizzato il sistema di punzonatura SPORTident; sarà attivato il metodo Air+ (touch-free), con stazione dotata di ampio raggio all'ultimo punto di controllo (100) e striscia per terra all'arrivo.

ABBIGLIAMENTO

Non ci sono regole particolari in materia di abbigliamento e calzature, ma si consiglia l'utilizzo di scarpe da bosco chiodate e l'utilizzo di calzettoni/ghette. É anche auspicato che ogni atleta utilizzi il vestiario ed i colori della propria società di appartenenza, anche e soprattutto durante le premiazioni.

MAPPA WARMUP

Solamente sabato sarà disponibile una mappa di Warmup. Le mappe saranno distribuite presso il Centro Gare. Attenzione: per impostare un'organizzazione il più "green" possibile, sarà stampata una sola copia per partecipante.

DESCRIZIONE PUNTI

Le descrizioni dei punti controllo saranno conformi allo standard IOF. Le descrizioni sono stampate sulle mappe di gara, ma saranno disponibili anche nel corridoio di partenza della gara long al minuto -2. Per la staffetta, le descrizioni sono stampate solo sulla mappa. Per le categorie BIANCO, GIALLO e MW10 saranno di tipo testuale. Per la categoria MW12 sarà di tipo testuale alla gara del sabato, invece di tipo simbolico alla gara a staffetta della domenica.

MAPPE DI GARA

Stampa laser su carta blueback. Le mappe del Campionato Italiano Long saranno già imbustate e sigillate per le categorie WRE (M Elite e W Elite). Per le altre categorie sono disponibili le classiche buste di plastica "Favorit" in partenza. Per la staffetta, i codici dei punti di controllo sono scritti solo in descrizione punti e non saranno stampati in mappa; accanto al cerchietto del punto ci sarà solo il numero progressivo.

QUARANTENA E DEPOSITO MAPPE

Non é prevista una quarantena. Si confida nel fair-play. Le mappe di gara devono essere depositate nel sacchetto della propria società immediatamente dopo aver scaricato la propria SI-card, prima di procedere verso l'uscita della zona arrivo, pena la squalifica.



FEDERAZIONE
ITALIANA
SPORT
ORIENTAMENTO



PETTORALI

Tutti i pettorali saranno ritirati in segreteria presso il Centro Gare dal responsabile di ciascuna società. Il pettorale deve essere posizionato in modo visibile sul petto e non deve essere piegato o tagliato. La dimensione del pettorale è di 21 x 14,8cm (formato A5). Gli organizzatori non forniranno spille da balia.

Per la gara a staffetta della domenica è previsto un pettorale diverso da quello della gara individuale del sabato.

TEMPO MASSIMO

Il tempo massimo è di 2 ore 30 minuti per la gara long, 3 ore e 30 minuti per la gara a staffetta (somma dei tempi); comunque non inferiore a due volte il tempo del vincitore.

RITIRO

Gli atleti costretti ad abbandonare la propria gara devono presentarsi alla tenda IT in arena, presso l'arrivo. Per i possessori di SIAC si raccomanda di punzonare la stazione di FINISH per spegnere la modalità AIR. Un atleta che si ritira non deve influenzare nessun altro concorrente.

RECLAMI

Eventuali reclami devono essere presentati in forma scritta e consegnati al Direttore di Gara presso l'arrivo il prima possibile, e comunque non oltre 15 minuti dai risultati ufficiali o dall'arrivo della decima staffetta. È possibile presentare una protesta scritta contro la decisione del Direttore di Gara in merito a un reclamo. Le proteste scritte devono essere consegnate entro e non oltre 15 minuti dopo che gli organizzatori hanno annunciato la decisione sul reclamo. Una tassa di € 50,00 dovrà essere pagata in contanti. La quota sarà restituita se la protesta viene accolta dalla Giuria.

GIURIA

Membri effettivi: Roberto Andrea (Oricuneo) – Ruggiero Mario (Nirvana Verde) – Zambiasi Clizia (Atletica Gorizia)
Riserve: Greci Cristian (Atletica Interflumina) – Tona Edoardo (Orienteering Tarzo)

TRACKING GPS

Nella pagina successiva sono pubblicati gli atleti che riceveranno il tracking GPS per la gara long. Il dispositivo di localizzazione deve essere portato sulla schiena con una pettorina apposita. Se un atleta scelto si rifiuta di indossare l'unità GPS, l'atleta sarà squalificato.

L'unità GPS verrà inserita nella pettorina dell'atleta in partenza, subito prima del proprio orario di chiamata, e sarà ritirata all'arrivo, presso la tenda GPS. Gli atleti sono pregati di utilizzare le proprie pettorine. Qualora un atleta non la possieda, l'organizzazione ne fornirà una in prestito, in partenza. Il tracking GPS sarà fornito da Loggator.

PREMIAZIONI

Premiazione di entrambe le gare ad ore 13:30 circa presso "Happy Ranch". Tutti i partecipanti della categoria MW10 saranno premiati all'inizio della cerimonia di premiazione. Non saranno premiate le categorie COLORI e OPEN.

LABIRINT-O

Per i bambini e tutti gli appassionati di orienteering sarà possibile divertirsi con alcuni percorsi di diversa difficoltà all'interno di un piccolo labirinto; il sabato nei pressi dell'arena e la domenica vicino all'Happy Ranch.

NOTE SULLA CARTOGRAFIA

Il simbolo di oggetto particolare 530 (cerchio nero) indica generalmente grandi tavoli di legno o di pietra oppure giochi, invece il simbolo di oggetto particolare 531 (croce nera) indica piccole capanne di legno o piccole tettoie, e arnie per api (questo è evidenziato in mappa con il simbolo magenta 709). In base al meteo i ruscelli, le paludi e i piccoli specchi d'acqua possono essere bagnati oppure completamente asciutti.

Nella zona gara ci sono numerose abitazioni private, contornate in mappa con il simbolo 520 (area colore verde oliva): si prega di rispettare queste proprietà private e si ricorda che attraversare il simbolo verde oliva comporta la squalifica.

Solamente le linee elettriche e le radici più grandi/evidenti sono segnate in mappa.

Sono presenti alcuni cocuzzoli creati interamente da sassi, e sono mappati con il simbolo 526 (vedi immagine di esempio →). L'ultimo punto di controllo per entrambi i giorni (valido anche come punto spettacolo della staffetta) consiste in un indiano di legno ed è mappato come oggetto particolare 530 (cerchio nero).



11 - CAMPIONATO ITALIANO LONG WRE

Data: sabato 12 settembre 2026

Mappa: Lago Santo (marchio omologazione CO-1519)

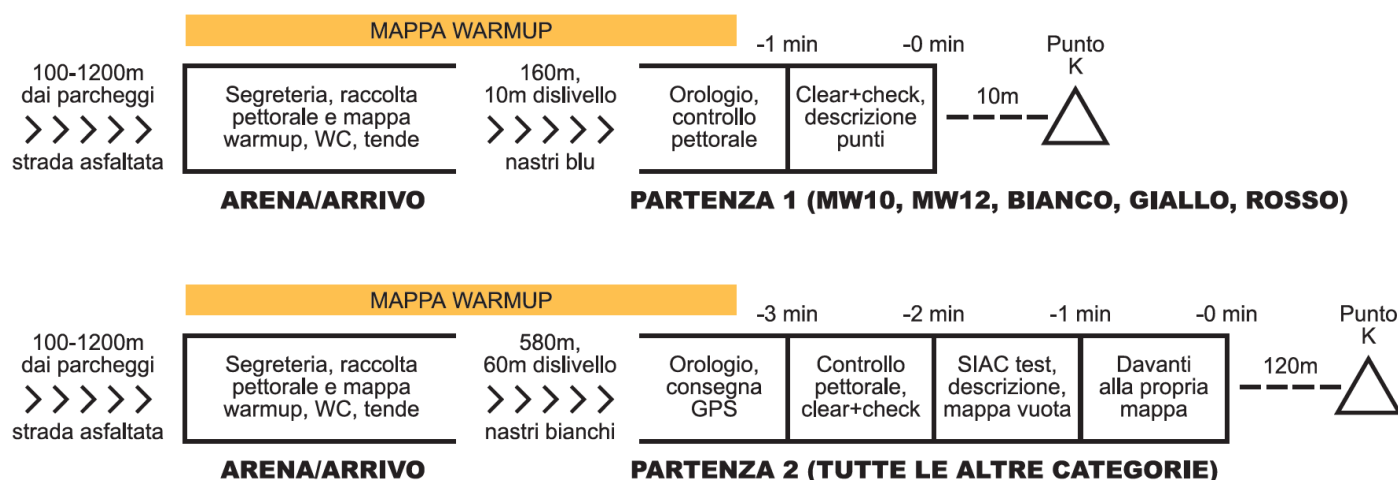
Scala 1:15.000-1:10.000-1:7.500; equidistanza 5 metri; formato A4 oppure 29,7x29,7cm oppure 29,7x36,2cm

Simbologia: ISOM2017-2

Cartografia: Victor Kirianov, Vadym Prokopchuk, Sergiy Usenko

Tracciatore: Stefano Raus

SCHEMA PARTENZE



È possibile svolgere il proprio riscaldamento in tutta la zona della mappa di warmup, senza entrare in zona gara.

Per i percorsi in scala 1:15.000 la descrizione punti stampata in mappa è ridotta del 10% rispetto alle normative. Saranno presenti diversi ristori lungo il percorso, tutti segnati in mappa con il simbolo magenta 713 ().

I punti di ristoro valgono anche come punti di soccorso, dove sarà presente un addetto in caso di necessità.

I percorsi delle categorie MW10, MW12, BIANCO e GIALLO hanno una tratta fettucciata tra due punti di controllo.

Procedura di partenza:

- minuto -3 (chiamata): controllo numero di pettorale, clear SI-card, check SI-card
- minuto -2: test SI-card, raccolta descrizione punti, visione mappa di gara con segnato il punto K
- minuto -1: prendere posizione davanti alla propria mappa, controllare l'orologio ed il beep di partenza
- minuto 0 (orario di partenza): raccogliere la mappa e seguire il tratto fettucciato per il punto K

ATLETI CON TRACKING GPS

768		DALLERA Caterina	681
192		CORONA Mattia	682
524		SELEM Alice	683
200		RIZ Nicole	684
526		DE NARDIS Caterina	685
763		AMADESI Fabio	686
767		ZAFFANELLA Guenda	687
360		DE BIASI Lorenzo	688
708		KIRCHLECHNER Christine	689
507		CURZIO Samuele	690

654		PALUMBO Martina	691
649		TAIT Samuele	692
769		LUCCHETTA Jessica	693
637		ANGELI Ilian	694
374		DE BIASI Maddalena	695
647		DALLAVALLE Roberto	696
201		PRADEL Anna	697
239		BETTEGA Damiano	698
762		INDERST Sebastian	699
506		MARIANI Francesco	700

CARATTERISTICHE DEI PERCORSI

NB: controllare bene la propria partenza (P1 oppure P2)

Categoria	Lunghezza	Dislivello	Punti	Scala	Partenza
M10	1,6km	90m	9	7.500	P1
M12	2,1km	115m	11	7.500	P1
M14	2,7km	150m	10	10.000	P2
M16	4,2km	220m	10	10.000	P2
M18	5,9km	330m	15	10.000	P2
M20	7,8km	420m	15	15.000	P2
M Elite	10,6km	555m	23	15.000	P2
MA	6,2km	360m	13	10.000	P2
MB	3,8km	200m	11	7.500	P2
M35	6,8km	380m	16	10.000	P2
M40	5,9km	330m	15	10.000	P2
M45	5,4km	290m	15	10.000	P2
M50	5,0km	280m	13	7.500	P2
M55	4,5km	270m	12	7.500	P2
M60	4,2km	220m	10	7.500	P2
M65	3,8km	200m	11	7.500	P2
M70	3,5km	190m	11	7.500	P2
M75-80	3,3km	160m	9	7.500	P2
M81+	3,3km	160m	9	7.500	P2
BIANCO	1,6km	90m	9	7.500	P1
ROSSO	4,0km	200m	9	7.500	P1

Categoria	Lunghezza	Dislivello	Punti	Scala	Partenza
W10	1,6km	90m	9	7.500	P1
W12	2,1km	115m	11	7.500	P1
W14	2,5km	140m	9	10.000	P2
W16	3,8km	200m	11	10.000	P2
W18	4,5km	270m	12	10.000	P2
W20	6,2km	360m	13	15.000	P2
W Elite	8,7km	475m	17	15.000	P2
WA	5,0km	280m	13	10.000	P2
WB	3,0km	120m	10	7.500	P2
W35	5,4km	290m	15	10.000	P2
W40	4,5km	270m	12	10.000	P2
W45	4,2km	220m	10	10.000	P2
W50	3,8km	200m	11	7.500	P2
W55	3,5km	190m	11	7.500	P2
W60	3,3km	160m	9	7.500	P2
W65	3,0km	120m	10	7.500	P2
W70	2,8km	120m	9	7.500	P2
W75-80	2,8km	120m	9	7.500	P2
W81+	2,8km	120m	9	7.500	P2
GIALLO	2,1km	115m	11	7.500	P1

EVENTO LIVELOX

<https://www.livelox.com/Events/Show/198607/Campionati-Italiani-2026-Long-Lago-Santo>

Si ricorda a tutti gli atleti che è vietato pubblicare la traccia GPS su Strava ecc.. prima della conclusione della gara.





FEDERAZIONE
ITALIANA
SPORT
ORIENTAMENTO



12 - CAMPIONATO ITALIANO STAFFETTA

Data: domenica 13 settembre 2026

Mappa: Lago Santo (marchio omologazione CO-1519)

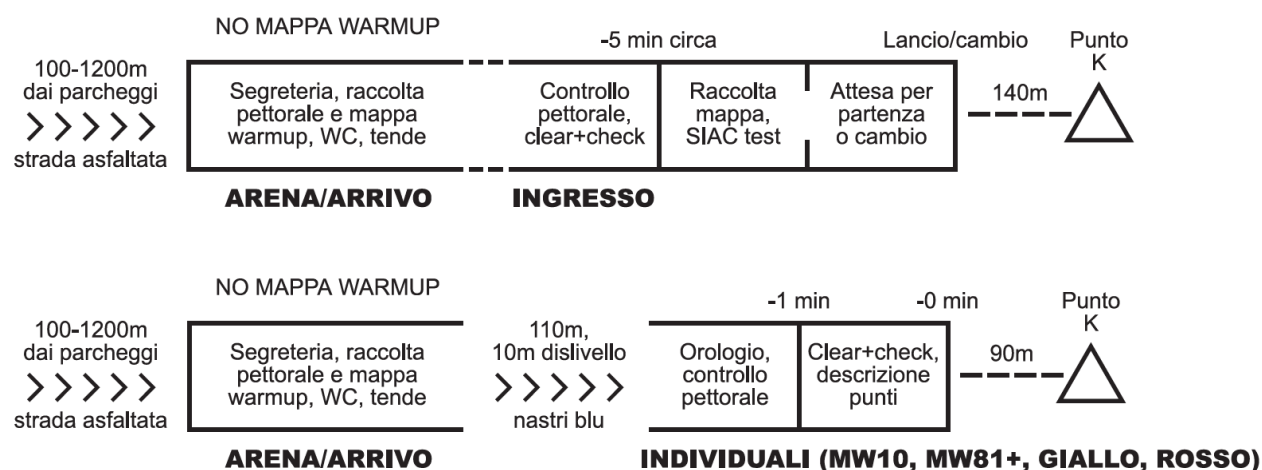
Scala 1:10.000-1:7.500; equidistanza 5 metri; formato A4 per tutte le categorie

Simbologia: ISOM2017-2

Cartografia: Victor Kirianov, Vadym Prokopchuk, Sergiy Usenko

Tracciatore: Stefano Raus

SCHEMA PARTENZE



È possibile svolgere il proprio riscaldamento sulla strada asfaltata, non sarà presente una mappa di warmup.

Procedura di partenza e cambio: i concorrenti puliranno e controlleranno le proprie SI-card utilizzando le stazioni clear e check. Queste stazioni sono disposte prima dell'entrata del recinto di partenza/cambio. Successivamente raccoglieranno la propria mappa di gara, arrotolata ed avvolta con un elastico. La mappa è stampata all'interno del foglio; all'esterno invece è stampata la categoria ed il numero di pettorale. Prima del segnale di partenza, un organizzatore passerà a ritirare gli elastici da ciascun atleta. Per i secondi e terzi frazionisti sarà presente uno scatolone vicino al muro del cambio per depositare l'elastico prima di partire. I concorrenti dovranno mantenere la mappa arrotolata fino al segnale di partenza (prima frazione) o fino al tocco del cambio (seconda e terza frazione), pena la squalifica.

- 1° frazionista: circa 5 minuti prima dall'orario del proprio lancio entra nel recinto di lancio/cambio ed entro 2 minuti si posiziona nel proprio slot di partenza, come indicato dagli organizzatori. Dopo aver punzonato l'ultimo punto di controllo, percorre il corridoio di arrivo, punzona il finish, da il cambio al proprio compagno con un "tocco", procede allo scarico, deposita la mappa nel sacchetto della propria società e si avvia all'uscita.

- 2° frazionista: dopo aver avvistato il primo frazionista al punto/passaggio spettacolo, entra nella zona cambio facendo clear e check, raccoglie la propria mappa arrotolata e attende il compagno di staffetta, che darà il cambio con un "tocco". Solo a questo punto apre la mappa e si dirige verso il punto K. Finale di gara come primo frazionista.

- 3° frazionista: prende la carta di gara arrotolata e riceve il cambio come il secondo frazionista. Dopo aver punzonato l'ultimo punto di controllo, percorre il corridoio di arrivo fino a superare la linea di arrivo, punzona il finish e procede allo scarico. In caso di arrivo in volata, conta il passaggio sulla linea di arrivo, non la punzonatura del finish.

Verrà effettuata una dimostrazione delle procedure di lancio, passaggio spettacolo, ultimo punto e cambio ad ore 09:45. Per i primi frazionisti saranno effettuati 3 lanci di partenza, secondo i seguenti orari:

	Ora	Orario indicato in griglia di partenza	Categorie
1.	10:00	00.00.00	M Elite, M15, M55, W18, W55
2.	10:08	00.08.00	W Elite, M35, M45, M65, W45, W12
3.	10:16	00.16.00	M18, OPEN, W15, W35, M12, W65

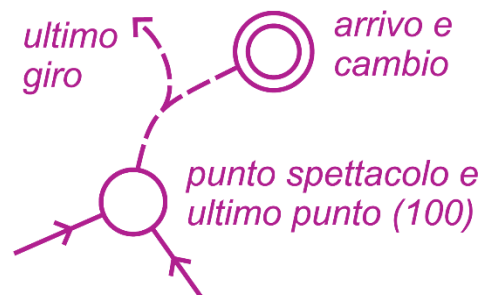


FEDERAZIONE
ITALIANA
SPORT
ORIENTAMENTO



PUNTO SPETTACOLO / ULTIMO PUNTO

È presente un punto spettacolo per tutti i percorsi a staffetta (tranne M12, W12, M65 e W65) che consiste con l'ultimo punto di controllo, cioè gli atleti transiteranno due volte dalla lanterna numero 100. Dopo questa lanterna, il corridoio avrà un bivio: andare a **sinistra** per completare l'eventuale ultima parte di gara, oppure tenersi sulla **destra** per andare all'arrivo/zona cambio. È responsabilità di ciascun atleta prendere il corridoio corretto e non terminare la gara senza aver completato l'ultimo giro. Seguire attentamente la mappa e la sequenza dei punti di controllo (vedi esempio illustrativo a destra). Il tempo previsto per completare l'ultimo giro è di circa 3-8 minuti.



PERCORSI INDIVIDUALI

Partenza categorie ROSSO, GIALLO, M/W10 e M/W81+ (individuali) con punching start dalle ore 10:30 alle ore 11:30.

LANCI ATLETI NON PARTITI

I secondi frazionisti che non avranno ricevuto il cambio entro le ore 11:40 partiranno con un lancio alle ore 11:45. Invece i terzi frazionisti che non avranno ricevuto il cambio entro le ore 12:25 partiranno con un lancio alle ore 12:30.

Le staffette dove il secondo o terzo frazionista partiranno con uno di questi lanci saranno classificate dopo le staffette che avranno ricevuto il cambio in maniera regolare (IOF Rule 24.8).

MODIFICHE ALLE STAFFETTE

Sono consentite modifiche ai componenti e all'ordine dei frazionisti delle staffette **fino alle ore 20:00 di sabato 12 settembre**, presso la segreteria o via email a info@trent-o.org. In caso di modifiche all'ordine dei frazionisti gli atleti si dovranno poi scambiare il pettorale (il primo frazionista deve correre con pettorale "XXX1" di **colore rosso**, il secondo con pettorale "XXX2" di **colore blu** ed il terzo con pettorale "XXX3" di **colore verde**).

CARATTERISTICHE DEI PERCORSI

* squadre composte da 2 frazionisti

** gara individuale

Categoria	Lunghezza	Dislivello	Punti	Scala
M10**	1,7km	50m	7	7.500
M12*	2,2km	70m	8	7.500
M15	3,4km	130m	10	10.000
M18	4,4-4,7km	160m	12-13	10.000
M Elite	5,6-5,7km	225m	15-17	10.000
M35	4,5-4,6km	180m	12-14	10.000
M45	3,8-4,1km	160m	13	10.000
M55	3,5-3,6km	160m	12	7.500
M65*	3,0km	130m	10	7.500
M81+**	2,5km	90m	8	7.500
GIALLO**	2,1km	70m	9	7.500
ROSSO**	3,3km	120m	11	7.500

Categoria	Lunghezza	Dislivello	Punti	Scala
W10**	1,7km	50m	7	7.500
W12*	2,2km	70m	8	7.500
W15	3,1km	110m	10	10.000
W18	3,6-3,9km	130m	12-13	10.000
W Elite	4,7-4,8km	185m	13-15	10.000
W35	4,0-4,2km	165m	12-13	10.000
W45	3,6-3,7km	150m	12	10.000
W55	3,2-3,3km	140m	10	7.500
W65*	2,7km	120m	9	7.500
W81+**	2,5km	90m	8	7.500
OPEN	3,7-3,8km	155m	11	10.000

EVENTO LIVELOX

<https://www.livelox.com/Events/Show/198608/Campionati-Italiani-2026-Staffetta-Lago-Santo>

Si ricorda a tutti gli atleti che è vietato pubblicare la traccia GPS su Strava ecc.. prima della conclusione della gara.

BUONE GARE A TUTTI, NEL RISPETTO DEL FAIR PLAY E DEL BOSCO!

