



FEDERAZIONE
ITALIANA
SPORT
ORIENTAMENTO

Comitato
LOMBARDIA

ARGE ALP 2026

ORIENTEERING

10 – 11 ottobre 2026

CUNARDO (VA)

COMUNICATO N. 4

8.10.2026

*Informazioni aggiuntive e modifiche rispetto al Comunicato n.3 sono evidenziate in
blu*



INFORMAZIONI GENERALI

Centro gara (unico per entrambi i giorni): Centro Fondo Cunardo

Via per Bedero 2, Cunardo (Varese)

Contatto: argealp2026@fisolombardia.it

Comitato organizzatore

Direttore gara: Dario Galbusera

Tracciatore / Controllore Staffetta: Maurizio Todeschini / Mark Hayman

Tracciatore / Controllore Long: Antonio Franco / Paolo Mario Grassi

Responsabile partenza: Alessandro Di Pace

Responsabile arrivo: Ivano Benini

Segreteria: Daniela Putzu, Luca Battistoni

Elaborazione dati: Gianbattista Ravasio, Alessandro Marzari, Fabio Boselli

Speaker: Stefano Galletti, Jeremy Moeys

PROGRAMMA

Sabato 10 ottobre – gara a staffetta

Ore 11.00 – apertura segreteria presso il centro gara

Ore 13.30 – primo lancio staffette

Ore 16.30 – cerimonia di apertura

esecuzione dell'inno – presentazione delle bandiere

Ore 17.00 – premiazioni gara a staffetta

Ore 18.30 – meeting dei Team Leader

Ore 19.30 – cena offerta dall'organizzazione per i delegati

Domenica 11 ottobre – gara Long Distance

Ore 09.30 – prima partenza gara individuale Long Distance

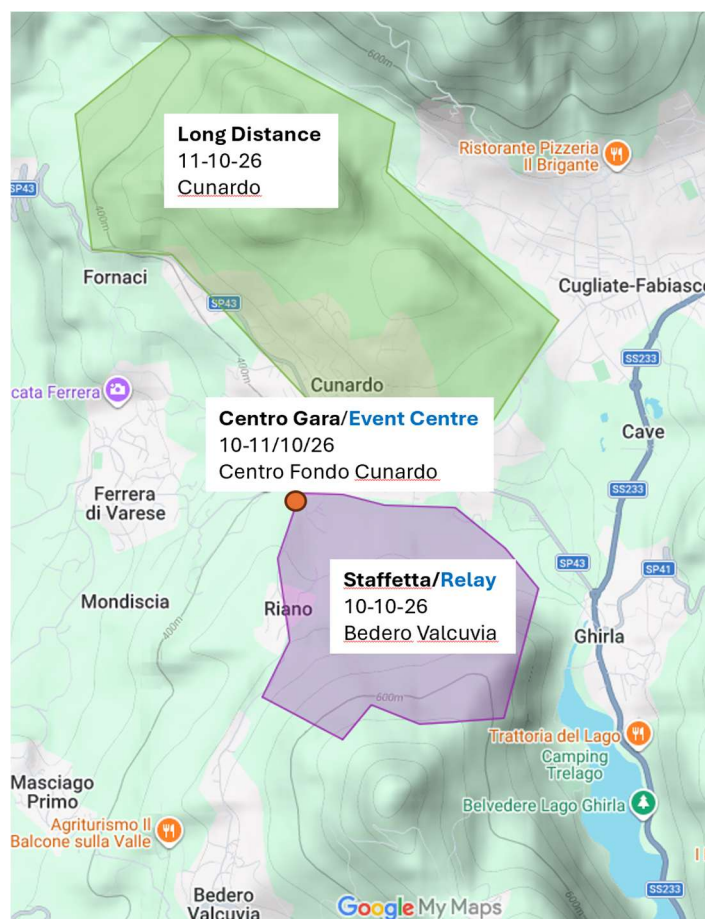
Ore 14.00 – cerimonia di chiusura

esecuzione dell'inno – presentazione delle bandiere

Ore 14.30 – premiazioni e chiusura della manifestazione.

AREE DI GARA

La manifestazione si svolgerà nella zona tra i comuni di **Cunardo** e **Bedero Valcuvia** in provincia di Varese.



Centro gara – unico per entrambi i giorni

Il ritrovo dei partecipanti sarà presso il centro gara allestito presso il **Centro Fondo, Via per Bedero 2, Cunardo (Varese)**. Il centro gara sarà valido per entrambe le giornate e ospiterà segreteria, servizi igienici, ristoro post gara, stand gastronomico e palco per premiazioni e sfilata rappresentative.

Rispetto dell'ambiente

Il ritrovo e le zone di gara sono ambienti di elevato valore naturalistico, e si trovano in buona parte all'interno del Parco Regionale del Campo dei Fiori. Si raccomanda il massimo rispetto dell'ambiente prima, durante e dopo la gara. In particolare si raccomanda di

- evitare il disturbo e/o il danneggiamento della fauna, della vegetazione e in generale delle zone di gara
- tenere buon comportamento per evitare danni agli habitat circostanti, ai sentieri e/o l'abbandono rifiuti di qualsiasi genere

ACCESSO E PARCHEGGI

L'accesso al Centro Fondo di Cunardo avverrà da Via Bedero, a 50 metri dall'incrocio con SP 30 (Via Galilei). Si raccomanda di seguire la segnaletica predisposta dall'organizzazione e le indicazioni degli addetti.

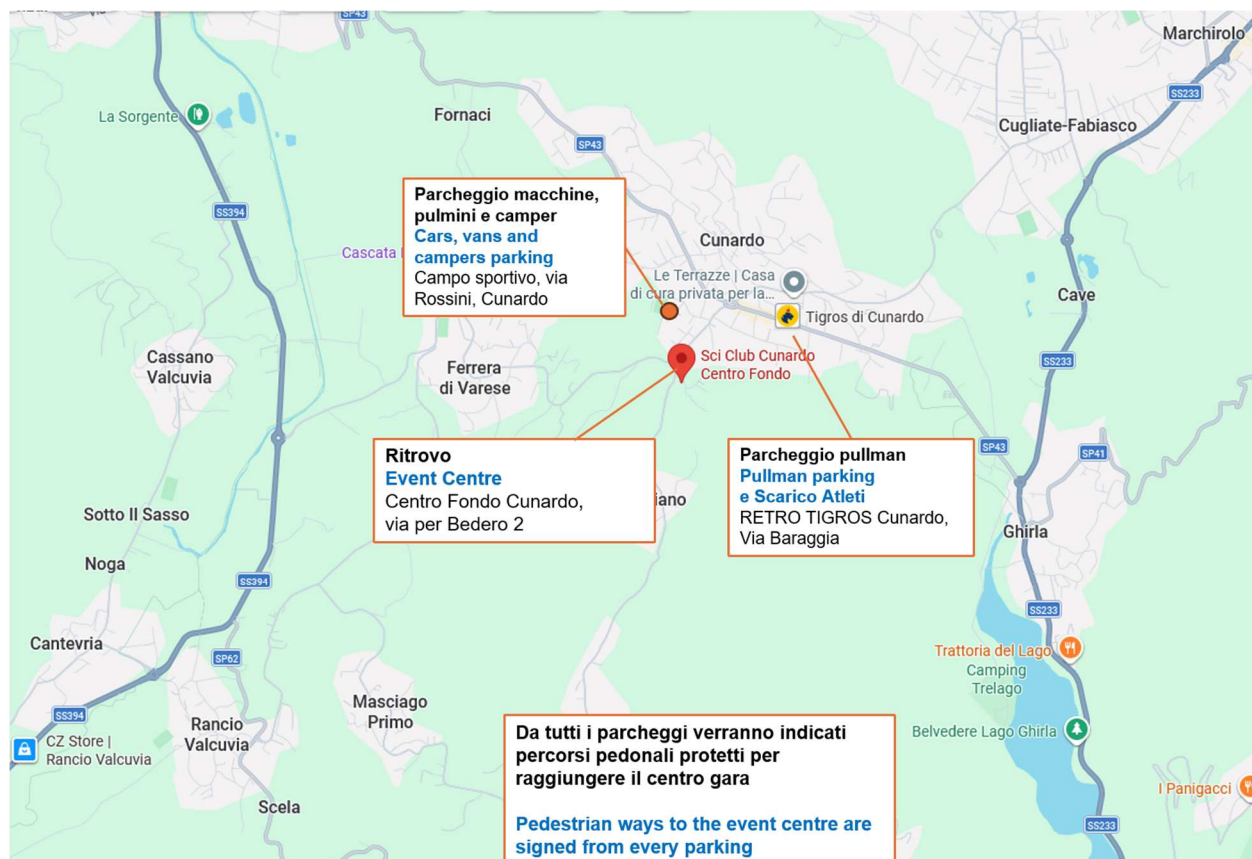
I **parcheggi per auto**, pulmini e camper saranno disponibili presso il campo sportivo di Cunardo in Via Rossini (5 minuti dal ritrovo). Coordinate GPS 45.935035, 8.799096.

Parcheggi pullman

Sono stati predisposti parcheggi dedicati per i pullman come segue:

- Presso il Retro del supermercato Tigros di Cunardo lungo via Baraggia, coordinate GPS 45.932873, 8.805728 (l'entrata di via Baraggia ha le seguenti coordinate: 45.934277, 8.803627)
- Da qui le squadre proseguono a piedi fino al Centro Fondo di Cunardo (10 minuti).

MAPPA PARCHEGGI/ PARKING MAP



SERVIZI

Presso il ritrovo del Centro Fondo è allestito un ampio tendone coperto.

La **segreteria di gara** sarà aperta sabato **dalle ore 12:00** e domenica **dalle ore 8.00** fino al termine della manifestazione.

Presso il ritrovo sono disponibili:

- **servizi igienici, spogliatoi, docce** (in numero limitato rispetto ai partecipanti)

- **assistenza sanitaria SOS TRE VALLI CUNARDO**
- **punto di ristoro** per i concorrenti a fine gara. [Si invitano i concorrenti ad utilizzare bicchieri e borracce proprie.](#)
- **stand gastronomico.** Offerta gastronomica organizzata dall'associazione culturale e folkloristica **Tencitt**. Lo stand gastronomico sarà aperto sabato pomeriggio e sera, e domenica fino al termine della manifestazione.

RIUNIONE E CENA TEAM LEADER

La riunione si svolgerà presso il Centro Gare per le ore 18.30, cui seguirà alle ore 19.30 la cena per i capi delegazione offerta dall'organizzazione.

INFO GARA E RISULTATI

Staffetta: <https://www.fiso.it/gara/2026285>

Individuale: <https://www.fiso.it/gara/2026284>

I risultati saranno visibili su LIVERESULTS e ORIBOSLIVE

Entrambi gli eventi sono visualizzabili su LIVELOX:

RELAY <https://www.livelox.com/Events/Show/205363/Arge-Alp-2026-Relay>

LONG <https://www.livelox.com/Events/Show/205339/Arge-Alp-Long>

Si ricorda a tutti gli atleti che è vietato pubblicare online la traccia GPS sulle app di riferimento prima della conclusione della gara.

GIURIA DI GARA

1° componente: [Antonio Kocsis \(Ticino\)](#)

2° componente: [Simone Grassi \(Alto Adige\)](#)

3° componente: [Valerio Casanova \(Bayern\)](#)

Supplente: [Katharina Hinterhofer \(Salzburg\)](#)

CONTATTI

Email: **argealp2026@fisolombardia.it**. Aggiornamenti, liste di partenza, comunicati successivi e risultati saranno pubblicati sui canali ufficiali dell'organizzazione e sulle pagine gara FISO.

EMERGENZA

cell. +39 347 321 55 13

RELAY – 10 ottobre 2026

Ritrovo / Arena

Sabato 10 ottobre 2026 – gara a staffetta

Centro Fondo Cunardo, Via per Bedero 2, Cunardo (Varese)

Mappa

Nome carta: **Bedero Valcuvia**

Rilievi/disegno (revisione completa estate 2026): Maurizio Todeschini

La **mappa esistente** è disponibile su <https://www.fiso.it/gara/2026285>

Categorie

Staffetta – 3 atleti: M/W 14, M/W 18, M/W Elite, M/W 35, M/W 45, M/W 55, OPEN

Staffetta – 2 atleti: M/W 12

Individuale: M/W 10

PERCORSI RELAY

Categoria	Squadra	Lunghezza [m]	Dislivello [m]	Flip Map	Scala
M 12	2 frazioni	1600	45	NO	1:7500
W 12	2 frazioni	1600	45	NO	1:7500
M 14	3 frazioni	3000	120	NO	1:7500
W 14	3 frazioni	2800	110	NO	1:7500
M 18	3 frazioni	3800	180	SÌ	1:10000
W 18	3 frazioni	2800	80	SÌ	1:10000
W Elite	3 frazioni	4400	225	SÌ	1:10000
M Elite	3 frazioni	4900	250	SÌ	1:10000
M 35	3 frazioni	4200	210	SÌ	1:10000
W 35	3 frazioni	3500	180	SÌ	1:10000
M 45	3 frazioni	3700	190	SÌ	1:10000
W 45	3 frazioni	3100	80	SÌ	1:10000
M 55	3 frazioni	3300	80	SÌ	1:7500
W 55	3 frazioni	2200	75	SÌ	1:7500
OPEN	3 frazioni	3200/3200/3800	100/100/130	SÌ	1:7500
M-W 10	individuale	1500	40	NO	1:7500

PARTENZA E CAMBIO

Le mappe sono stampate su carta blueback. Saranno consegnate dall'organizzazione, arrotolate e chiuse con un elastico. Su ogni mappa è riportato il numero di pettorale: ogni concorrente deve verificare che corrisponda al proprio. Per i primi frazionisti, l'elastico potrà essere rimosso esclusivamente su indicazione del responsabile di partenza; la mappa potrà essere aperta e consultata solamente al segnale di partenza.

IMPORTANTE I concorrenti saranno chiamati **10 minuti prima del proprio orario di lancio**.

- **Dal minuto -10 al minuto -5:** ingresso nell'area di partenza.
- **Dal minuto -5 al via:** disposizione nella griglia di partenza e consegna delle mappe.

Sono previsti tre lanci, a intervalli di cinque minuti.

Lancio	Categorie	Chiamata lancio	Partenza lancio
1°	ME, M45, W14, WE, W45	13:20	13:30
2°	M18, M35, W12, W18, W55, Open	13:25	13:35
3°	M-W10, M12, M14, M55, W35	13:30	13:40

La dimostrazione delle procedure di partenza e cambio si svolgerà alle 13:10. Subito dopo la dimostrazione sarà possibile iniziare ad accedere alla griglia di partenza. Si consiglia di entrare per tempo e completare il riscaldamento all'interno della griglia, dove sarà possibile continuare ad effettuare il riscaldamento anche dopo aver ricevuto la mappa.

Partenza dei primi frazionisti

I primi frazionisti devono mantenere la mappa arrotolata e chiusa con l'elastico fino all'indicazione dell'organizzazione. Prima del via verrà autorizzata la rimozione dell'elastico, che sarà raccolto dagli addetti.

Anche dopo aver tolto l'elastico, la mappa deve rimanere arrotolata fino al via. L'apertura anticipata della mappa comporta la squalifica.

Partenza M-W 10

La categoria M-W10 10 partirà in massa al terzo lancio. Pur trattandosi di una gara individuale, tutti i concorrenti partiranno insieme, con un percorso senza forking. Tutti i

concorrenti affronteranno pertanto lo stesso percorso (è possibile l'accompagnamento di un adulto purché non iscritto in categoria).

Tratto iniziale e triangolo di partenza

È prevista una partenza di tipo delayed start: il triangolo di partenza (lanterna) si trova a circa 200 metri dal punto di consegna delle mappe.

Per ragioni di leggibilità grafica, in mappa non sono rappresentati il punto di consegna delle mappe e il percorso che conduce al triangolo. È riportato soltanto il triangolo.

Punto spettacolo e preparazione al cambio di secondi e terzi frazionisti

È previsto un punto spettacolo. Dopo questo passaggio, il tempo di percorrenza indicativo fino all'arrivo varia da 5 a 15 minuti, a seconda della categoria.

Dopo aver visto transitare il proprio compagno al punto spettacolo, i secondi e terzi frazionisti devono entrare nella griglia di cambio.

Le categorie M 12 e W 12 non transitano dal punto spettacolo, ma raggiungono direttamente l'ultimo punto di controllo, codice 100. Il frazionista successivo deve quindi prepararsi per tempo ed essere già pronto al cambio, senza attendere il passaggio del compagno al punto spettacolo. Anche per gli Under 10 non sarà previsto il punto spettacolo.

Dopo aver verificato la corrispondenza del numero di pettorale, devono attendere il compagno mantenendo la mappa arrotolata e chiusa con l'elastico. L'elastico può essere tolto soltanto dopo aver ricevuto il tocco di cambio dal compagno.

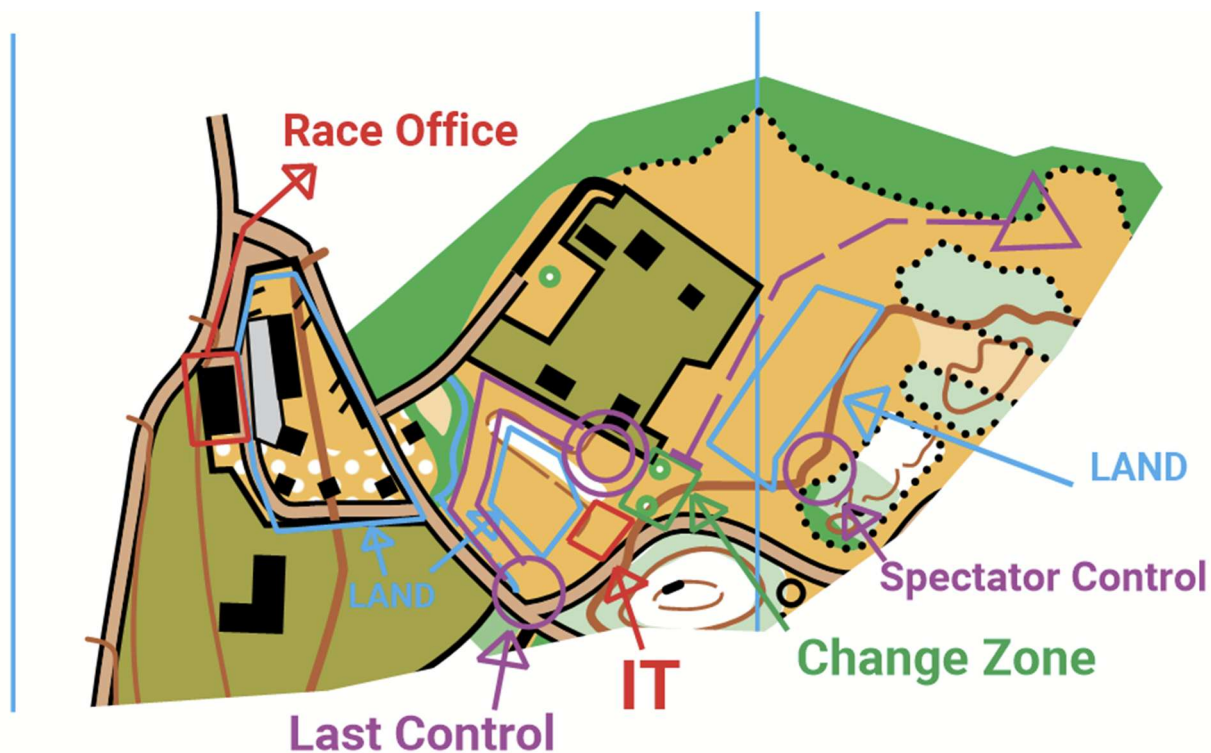
Procedura di cambio

Il concorrente che deve ricevere il cambio, accederà all'area dedicata, dove verrà registrato dagli addetti e riceverà la propria mappa, arrotolata e chiusa con un elastico. L'elastico dovrà rimanere sulla mappa fino al momento effettivo del cambio e non potrà essere rimosso anticipatamente.

Il concorrente in arrivo si presenterà frontalmente al compagno in attesa. Dovrà prima punzonare il Finish e poi effettuare il cambio mediante il tocco. Solo dopo il tocco il frazionista successivo potrà togliere l'elastico, aprire la mappa e partire.

Arrivo dell'ultimo frazionista

Per i terzi frazionisti, l'ordine di arrivo è determinato dal passaggio sulla linea d'arrivo, e non dall'ordine di punzonatura del Finish. In caso di arrivo ravvicinato, quindi, la classifica sarà determinata dall'ordine con cui gli ultimi frazionisti attraversano la linea di arrivo e non dall'ordine di punzonatura della stazione finish.



Mappe in due parti e flip map

Le categorie per le quali è indicato il flip map nella tabella delle lunghezze avranno una mappa articolata in due parti.

Entrambe le parti sono stampate sulla stessa facciata di un unico foglio A3, piegato a metà e inserito in una busta A4. Quando la mappa viene srotolata, la Parte 1 si trova già sul lato rivolto al concorrente; la Parte 2 si trova sul lato opposto della mappa imbustata.

Al cambio mappa sarà sufficiente voltare la mappa imbustata per proseguire sulla Parte 2, senza estrarre o dispiegare il foglio.

Consegna mappe

Al termine della propria frazione i concorrenti depositeranno la mappa nelle apposite buste di Land.

Indicazioni sul terreno di gara

Il terreno è di tipo prealpino, con morfologia variabile. Sono presenti zone pianeggianti o dolcemente ondulate, caratterizzate da piccoli rilievi e brevi versanti, alternate a un settore con pendenze più marcate e localmente severe. La vegetazione presenta una forte variabilità nella percorribilità: si passa da zone di bosco ben percorribile ad aree molto fitte o pressoché intransitabili. In particolare, in alcune parti del terreno sono ancora evidenti gli effetti di disboscamenti conseguenti a una tempesta avvenuta

alcuni anni fa, con presenza di vegetazione fitta e residui vegetali che possono rendere difficile o impossibile l'attraversamento.

Il fondo è generalmente compatto e favorevole alla corsa. Nei versanti più ripidi, tuttavia, la presenza di foglie e l'eventuale pioggia possono rendere il terreno molto scivoloso.

Si consigliano scarpe con buona tassellatura; sono adatte anche scarpe chiodate. I percorsi possono comprendere brevi tratti su asfalto, comunque di estensione limitata.

I sentieri utilizzati dai percorsi M-W 10, M12 e W12 sono stati tutti ripuliti, per agevolare il passaggio dei concorrenti.

Su altri sentieri dell'area di gara potrebbero essere presenti ulteriori alberi caduti durante gli ultimi temporali estivi e non riportati in mappa. Non si prevedono particolari difficoltà di passaggio, ma si invita a prestare attenzione.

Nota cartografica sul tunnel

Nell'area di gara è presente l'ingresso di un tunnel appartenente a una vecchia trincea, ben riconoscibile sul terreno. Per esigenze di spazio e leggibilità cartografica, è stato rappresentato in mappa con il simbolo di roccia.

Le figure seguenti mostrano l'ingresso sul terreno e il corrispondente oggetto in mappa, evidenziato dal cerchio viola.



Figura 1 Ingresso del tunnel sul terreno



Figura 2 Oggetto in mappa evidenziato dal cerchio viola

IMPORTANTE *Attraversamento dei prati e aree vietate*

Nella zona illustrata, le porzioni di prato vietate al transito sono rappresentate in verde oliva, anche se sul terreno si presentano come il prato circostante. Il passaggio è consentito esclusivamente lungo i bordi, nelle fasce indicate in mappa.

Per le categorie che transitano a nord del prato, è previsto un passaggio obbligatorio, indicato in mappa, da percorrere all'interno del corridoio fettucciato.

Anche a sud del prato saranno presenti fettucce per delimitare il passaggio lungo il bordo e impedire tagli verso il centro.

È vietato oltrepassare le fettucce o entrare nelle aree rappresentate in verde oliva. La violazione comporta la squalifica. Devono essere rispettate sia le delimitazioni sul terreno sia le aree vietate indicate in mappa.



Figura 3 Prati e aree vietate rappresentate in verde oliva

Cronometraggio

Sarà utilizzato il sistema **SPORTident Air+**. Dopo la punzonatura della stazione di arrivo, ogni atleta dovrà recarsi allo scarico dati della propria SI-Card.

Lancio secondi e terzi frazionisti

Sono previsti i seguenti lanci per i secondi e terzi frazionisti:

- Secondi frazionisti: ore 15:00
- Terzi frazionisti: ore 15:45

Tempo massimo di gara

Il tempo massimo è fissato **3 ore 30 minuti**. Gli atleti ritirati devono in ogni caso passare dall'arrivo e comunicare il proprio ritiro alla segreteria.

LONG – 11 ottobre 2026

Ritrovo / Arena

Domenica 11 ottobre 2026 – gara individuale Long Distance

Centro Fondo Cunardo, Via per Bedero 2, Cunardo (Varese)

Mappa

Nome carta: **Cunardo**

Rilievi/disegno (revisione completa estate 2026): Maurizio Todeschini

La **mappa esistente** è disponibile su <https://www.fiso.it/gara/2026284>

Categorie di gara

M-W10, M/W 12, M/W 14, M/W 16, M/W 18, M/W 20, M/W Elite, M/W 35, M/W 40, M/W 45, M/W 50, M/W 55, M/W 60, OPEN Short, OPEN Long.

PERCORSI LONG

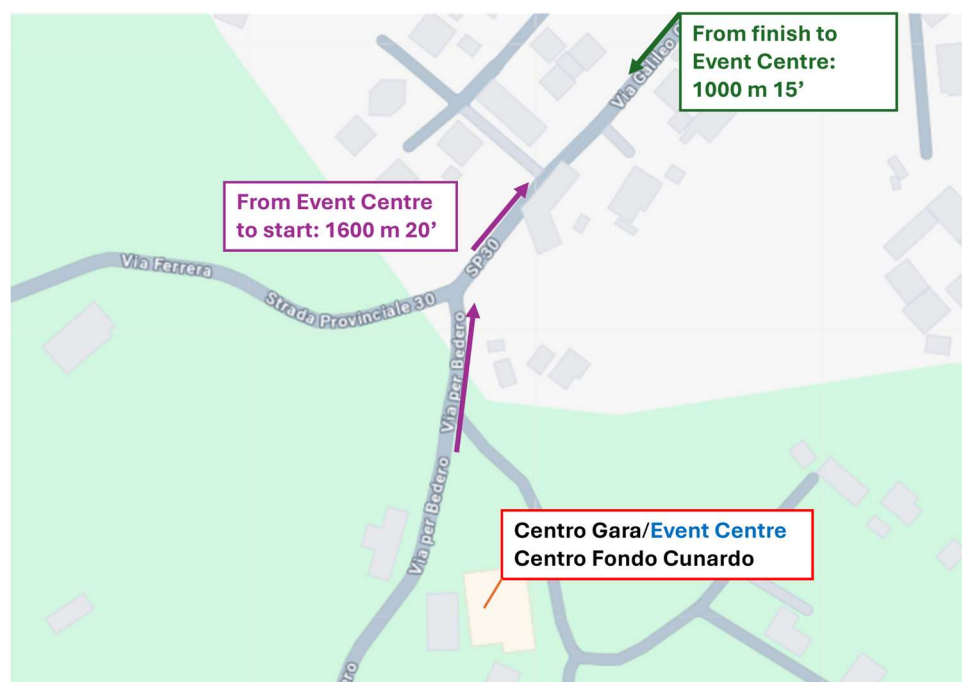
Categoria	Lunghezza [m]	Dislivello [m]	Scala
M/W 10	1770	55	1:7500
M/W 12	2340	85	1:7500
W 14	3740	150	1:7500
M 14	3950	190	1:7500
W 16	4710	240	1:10000
M 16	5410	280	1:10000
W 18	5640	270	1:10000
M 18	6510	330	1:10000
W 20	5840	290	1:10000
M 20	7550	400	1:10000
W Elite	6650	330	1:10000
M Elite	8920	480	1:10000
W 35	5840	290	1:10000
M 35	7550	390	1:10000
W 40	5340	255	1:10000
M 40	6510	330	1:10000
W 45	5220	230	1:10000
M 45	6030	300	1:10000
W 50	4350	225	1:7500
M 50	5580	270	1:7500
W 55	3870	185	1:7500

M 55	5220	230	1:7500
W 60	3870	185	1:7500
M 60	4350	225	1:7500
OPEN Short	3820	185	1:7500
OPEN Long	5640	270	1:10000

Partenza

Distanza dal ritrovo: 1600 m, dislivello 60 m, tempo stimato 20' al passo. Il percorso verso la partenza sarà indicato con segnaletica e fettucce bianco/rosse. Si prega di prestare la massima attenzione e di seguire il percorso segnalato, in particolare lungo la strada provinciale aperta al traffico e in prossimità degli attraversamenti stradali. La chiamata in partenza avverrà al minuto -3 prima dell'orario assegnato. La descrizione punti è disponibile al minuto -2, [ed è stampata anche in mappa](#).

La categoria M-W 10 ha partenza libera dalle 10:00 alle 11:00 (punching start).



Indicazioni sul terreno di gara

Il terreno di gara è composto da tipico bosco prealpino a prevalenza di castagno. La percorribilità è generalmente buona. I percorsi alternano zone scorrevoli attraversate da un buona rete di sentieri a zone con percorribilità rallentata per la presenza di pendenze accentuate e alberi caduti.

Nella zona vicino alla partenza sono presenti delle strutture/tende temporanee, non segnate in mappa.

Ristoro in gara

È previsto un ristoro (acqua) per le categorie W18, M18, W20, M20, WE, ME, W35, M35, W40, M40, M50, Open Long.

Per quanto riguarda l'acqua del ristoro di **fine gara**, si prega di **portare un proprio bicchiere** per favorire la sostenibilità della manifestazione.

Sicurezza

Si raccomanda di prestare la massima attenzione nell'attraversamento dei pendii e valloni più ripidi, e al passaggio di ciclisti ed escursionisti.

Il tratto dall'ultimo punto (100) all'arrivo attraversa una zona residenziale. La strada sarà presidiata dal personale dell'organizzazione ma non è chiusa al traffico. Si raccomanda la massima attenzione al possibile passaggio di macchine.

Cronometraggio

Sarà utilizzato il sistema **SPORTident Air+**. Dopo la punzonatura della stazione di arrivo, ogni atleta dovrà recarsi allo scarico dati della propria SI-Card.

Tempo massimo di gara

Il tempo massimo è fissato in **2h 30 minuti**. Gli atleti ritirati devono in ogni caso passare dall'arrivo e comunicare il proprio ritiro alla segreteria.

Arrivo

L'arrivo si trova a 1000 m dal ritrovo (15 minuti al passo). [Seguire percorso segnalato con fettucce giallo-nere per ritornare al ritrovo.](#)

Consegna mappe

Al termine della propria frazione i concorrenti depositeranno la mappa nelle apposite buste di Land.



SPORT&STAY: ALLUNGA IL TUO SOGGIORNO!

SCOPRI E PRENOTA

Grazie alla misura "**Sport&Stay: allunga la tua vacanza**" promossa da **Camera di Commercio di Varese**, puoi prolungare il tuo soggiorno nella Terra dei Laghi.

Partecipando alla gara, puoi beneficiare del contributo diretto di Camera di Commercio di Varese che coprirà **fino a 1 o 2 notti aggiuntive prima o dopo l'evento** per il tuo soggiorno in provincia, permettendoti di goderti il meritato riposo, esplorare il territorio e vivere un'esperienza outdoor completa.

Come approfittarne?

1. Effettua l'iscrizione all'evento;
2. Prenota il tuo soggiorno aggiuntivo presso le strutture ricettive aderenti;
3. Goditi la gara e allunga la tua vacanza!

Tutti i dettagli, i requisiti e le modalità di adesione sono disponibili qui: [Sport & Stay - Allunga la tua vacanza](#)



20-21 MARCH 2027

**NATIONAL WEEKEND -
COPPA ITALIA FOREST**

2 GIORNI DEI LAGHI

