

Winter-O 2017/2018 Sagno, 6 gennaio 2018

Obbiettivo:

- Scelte percorso: Sempre avere punti di controllo sulle tratte lunghe
- Carta: Sempre orientata
- Lato fisico: Tengo duro! 1. parte per percorsi lunghi: fisicamente più impegnativa, 2. parte downhill.

Per chi?

- Tutti: Iscrizione obbligatoria. Partecipazione alle spese: 2.- adulti (dal 1997 - compreso), 1.- prima del 1997. Comunicate in quale categoria volete correre. Mandate una mail a bea.arn@ticino.com

Info:

Ritrovo: dalle 10.30 in Piazza Garuf di Sagno. (vedi carta). Posteggiate alle scuole di Lattecaldo, poi salite a piedi verso Sagno lungo la strada principale. Non posteggiate sul piazzale sterrato del grotto!!! Chi posteggia a Sagno, in Piazza Garuf (sotto alla chiesa), sale dopo a prendere l'auto.

Posteggi: Lattecaldo o Sagno – vedi sopra.

Partenza: a circa 20' al passo da Lattecaldo. (vedi carta). Partenze possibili tra le 10.30 e le 11.30. Ritiro punti a partire dalle 11.50 circa, iniziando dalla zona vicino alla partenza a Sagno.

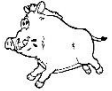



Arrivo: Scuole Lattecaldo. **Tutti** passano dall'arrivo, anche se non finiscono l'allenamento, in modo da sapere che tutti siano tornati.

Carta: 1. Parte: Sagno, 1:10'000, 5 m. I verdi 1 in certe parti sono ben attraversabili, in altre zone la vegetazione è più fitta. Verdi 2 o 3... con propria responsabilità. A tratti ben percorribile, ma in costa! I bordi delle zone indicate con il simbolo "aperto grezzo con alberi sparsi" non sono precisissimi, è la zona colpita dalla tromba d'aria nel 2016. 2. parte: Sagno-Lattecaldo, 1:5000, 5 m.

Meteo: vista la stagione e il luogo dove si svolgerà l'allenamento, in caso di forti nevicate (anche prima) l'allenamento non si svolgerà il 6 gennaio. Avviseremo gli iscritti.

Percorsi: alla fine della parte di Sagno con la carta 1:10'000 è indicato un arrivo (punto 55 – va timbrato una volta sola); si cambia cartina (girare carta!!!) e si riparte subito! Sulla seconda cartina (1:5'000) il cambio cartina è indicato con il simbolo della partenza.

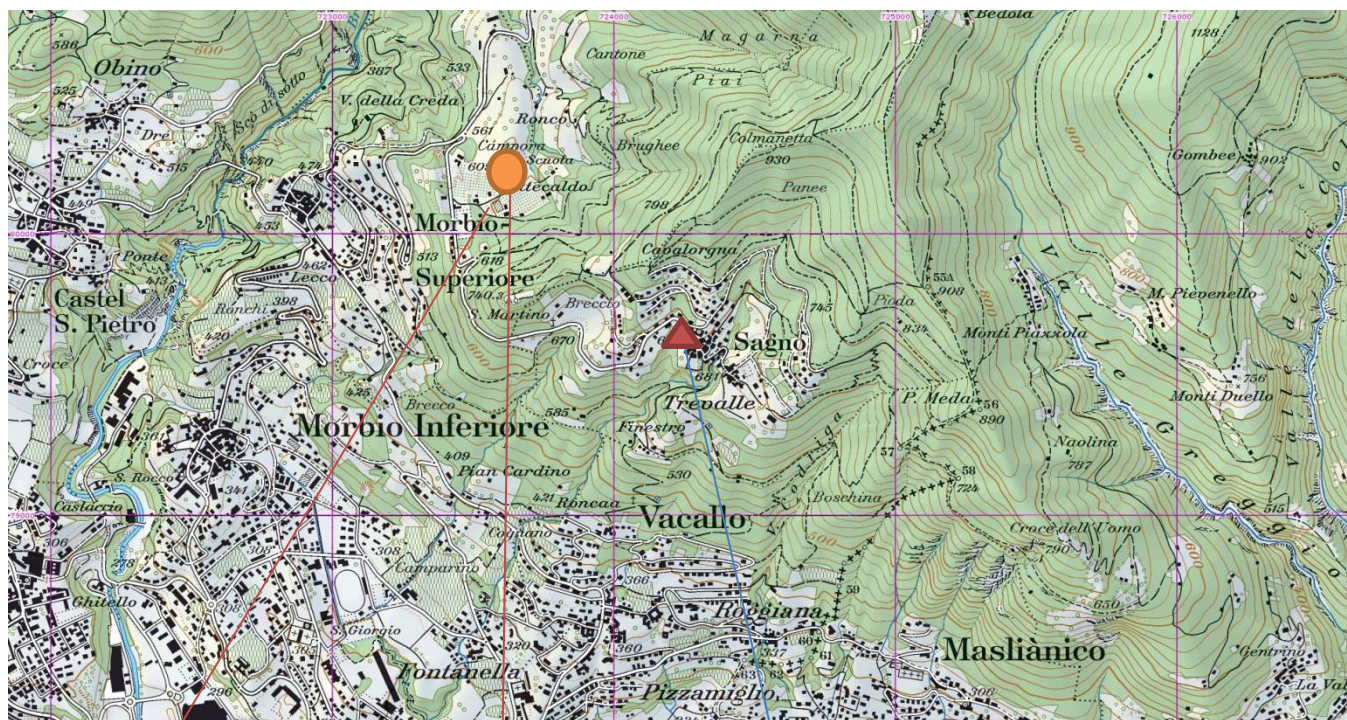
Info - Percorsi:

Categorie	Info
 A	Prima parte: Alcuni punti sono più lontani, poi alcuni ravvicinati. Leggere meno volte possibile la carta tra un punto e l'altro; andare con un buon ritmo. Lunghezza: 2.31 km, 210 m; 8 punti Seconda parte: downhill: a balla... senza sbagliare!!!! Lunghezza: 1.41 km, 50 m; 14 punti Descrizione punti sulla carta
 B	Prima parte: Alcuni punti sono più lontani, poi alcuni ravvicinati. Leggere meno volte possibile la carta tra un punto e l'altro; andare con un buon ritmo. Lunghezza: 1.61 km, 155 m; 7 punti Seconda parte: downhill: a balla... senza sbagliare!!!! Lunghezza: 1.4 km, 50 m; 12 punti Descrizione punti sulla carta
 C	Prima parte: corto. Lunghezza: 1.4 km, 90 m; 5 punti; andare con un buon ritmo. Seconda parte: downhill: a balla... senza sbagliare!!!! Lunghezza: 1.2 km, 45 m; 12 punti Percorso tecnicamente adatto ai giovanissimi, che sanno andare da soli. Descrizione punti sulla carta.
 D	Prima parte: corto. Lunghezza: 1 km, 45 m; 4 punti Seconda parte: downhill: a balla... senza sbagliare!!!! Lunghezza: 1.1 km, 25 m; 10 punti Percorso semplice e corto. Descrizione punti sulla carta

Winter-O 2017/2018 Sagno, 6 gennaio 2018

Materiale: normale da C.O. ; adattate l'abbigliamento alla stagione; **mappetta da classeur trasparente**, bussola e chip. Non c'è rifornimento all'arrivo.

Organizzazione: **iscrizione obbligatoria** (entro martedì 02.01.2018, ore 12.00) , chi non s'iscrive, non avrà la cartina – stamperemo solamente il numero necessario; scarico chip alle scuole di Lattecaldo. Punzonatura Sportident, ma **non** modalità Air.



Posteggio Lattecaldo

Arrivo

Partenza

Chi posteggia a Lattecaldo, sale per favore dalla strada cantonale verso Sagno - traffico ridotto. Non salite dal sentiero del bosco pf!! Grazie