



FEDERAZIONE
ITALIANA
SPORT
ORIENTAMENTO



CAMPIONATO LAZIALE LONG – 5° PROVA TROFEO ITALIA CENTRALE

16 GIUGNO 2019 - CAMPO DELL'OSSO – MONTE LIVATA (SUBIACO)

Ritrovo: Campo dei Miceti. Parcheggiare presso il piazzale di Campo dell'Ossso, e proseguire a piedi 50 m lungo la strada asfaltata verso nord-est.



Prima partenza: ore 10.00. 15' min al passo. 1,1 km + 30 m dislivello.
Seguire i nastri b/r. Sistema punching start con orario di partenza assegnato.

Percorsi

| Categorie | Distanza | Dislivello | N° controlli |
|----------------------|----------|------------|--------------|
| WM 12 – Beg – Scuole | 1,7 km | 25 m | 6 |
| WM16 – Direct | 2,8 km | 65 m | 8 |
| W55 – WB | 3,5 km | 75 m | 8 |
| W35 – M65 – MB | 4,3 km | 130 m | 9 |
| WElite – M45 | 5,9 km | 210 m | 12 |
| MElite | 7,3 km | 280 m | 13 |

Per tutte le categorie sono previsti uno o più attraversamenti stradali. Prestare la massima attenzione e rispettare il codice della strada.

Descrizioni punto disponibili nella busta società. Sono stampate anche in mappa ad esclusione delle categorie WElite – M45 – MElite.

Tutte le mappe (tranne per le categorie WM 12 – Beginners) sono imbustate, poiché la carta non è antistrappo né anti-sudore. Si prega di non abbandonare le buste in bosco.

Se durante la gara trovate cuccioli di capriolo, cervo, cinghiali non toccateli. Memorizzate la localizzazione e comunicatela all'arrivo.

È fatto obbligo rientrare all'arrivo entro le ore 13.30 anche se non si è terminata la gara.