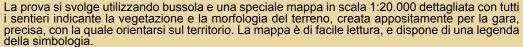
COSA È IL ROGAINING

Il Rogaining è uno sport che nasce dall'Australia e si svolge in totale autosufficienza per squadre da 2 a 5 atleti.

Questa disciplina è rivolta a podisti, trail runners, ed escursionisti di ogni età.



Non esiste un percorso prestabilito, per cui ogni team è libero di creare il proprio itinerario per raggiungere nel tempo limite di gara 3 ore, il maggior numero possibile di punti di controllo.Ciascuno di questi punti detti in gergo "lanterne" ha un differente valore che viene attribuito in base alla distanza e alle difficoltà per raggiungerlo. Vince la squadra che riesce ad ottenere il maggior punteggio al termine del tempo di gara, indipendentemente quindi dai chilometri percorsi o dalla velocità sostenuta.

Questo rende il Rogaining uno sport unico, affascinante e divertente perché premia la strategia, l'abilità di orientamento e l'affiatamento delle squadre al pari della prestanza fisica.

<u>Nota:</u> il percorso si svolgerà lungo i sentieri, i punti di controllo saranno visibili e facili da trovare, saranno posizionati in luoghi di interesse storico e panoramico, e vi permetterà di scoprire nuovi posti!

PROGRAMMA ◆ Svolgimento gara domenica 19 Agosto con qualsiasi condizione meteo VITTORIO VENETO

- ♦ Briefing ore 7.15, controllo equipaggiamento, e spiegazione svolgimento gara
- ♦ Consegna mappe ore 7.30 con 20 minuti di tempo per preparare la strategia di gara
- Trasferimento a piedi nella zona di partenza Piazza Flaminio ore 8.00, tutti i team partono insieme!
- ♦ Arrivo area Fenderl ore 11.00, tempo di gara durata 3 ore
- Ristoro finale e possibilità di docce
- Pranzo pasta party ore 12.00
- ♦ Premiazioni ore 13.00
- Le categorie non dipendono dall'età ma dalla composizione dei Team : Maschile, Femminile, Misto
- La gara di Rogaining è promozionale, un'attività ludico motoria e richiediamo ad ogni partecipante il certificato medico non agonistico (rilasciato dal medico) oppure il certificato medico agonistico.
- ♦ Tutti i partecipanti dovranno attenersi alle norme del Codice della Strada.
- Le iscrizioni si ricevono via E-Mail: info@ortarzo.it entro il Venerdi 17 Agosto ore 21.00 oppure si potrà iscriversi sul posto gara Domenica mattina entro le ore 7.15 con una quota maggiorata di 5 €. Per maggiori informazioni visitate il sito www.ortarzo.it oppure contattate telefonicamente il responsabile Roland Pin al Cell. 346-2635113
- ◆ La quota iscrizione per ogni singolo atleta è di 10 € per tesserati FISO (tesserati orienteering), per i non tesserati il costo è di 15 € (verrà fatta la tessera FISO al costo di 5 €). La quota iscrizione effettuata Domenica mattina costa 15 € per tesserati Fiso, e 20 € per i non tesserati Fiso. Il ritiro delle iscrizioni e il pagamento verrà fatto sempre Domenica mattina. La quota iscrizione comprende il pacco gara, la mappa, servizio di ristoro, e buono pasta party.
- L'equipaggiamento obbligatorio che ogni atleta dovrà portare con se è il seguente materiale che sarà controllato al Briefing: zaino, acqua o altre bevande per ristoro autosufficiente, barrette energetiche o altro cibo, e telefono cellulare per eventuale chiamata di soccorso. In caso di maltempo si consiglia di portare del vestiaro di ricambio o termico. Si consiglia di portare una bussola!







IL ROGAINING È FACILE!



MI STAVO ANNOIANDO AL PC QUANDO HO VISTO CHE ortarzo.it HANNO ORGANIZZATO UN ROGAINING







COSI PER PREPARARMI AL
"ROGAINING" CHE E' UNA PROVA

A SQUADRE, MI SONO ISCRITTO
A UNA SPECIALE GIORNATA DI
ORIENTAMENTO ORGANIZZATA
DA Ortorzo.it CHE MI HANNO
SPIEGATO I FONDAMENTI DI
QUESTA NUOVA DISCIPLINA.
MI SONO BEN EQUIPAGGIATO!!!





IL GPS NON SI PORTA, USA LA BUSSOLA



DURANTE IL PERCORSO

GUARDA BENE I SIMBOLI INDICATI



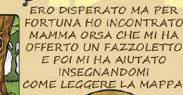
TERRENO	CORSI D'ACQUA	STRADE
-		
Married World	0 0	⇒
0		
alice and	20 CO	
And the second	0	~~~~
COSTRUZIONI	RILIEVI	VEGETAZIONE
4		
	Y Y Y	
11111111111	-@	
© 0 O		0,0
x ^x v °°	A A	



GRAZIE SCAPPO, DEVO VINCERE !!!!







MA DOVE DIAVOLO

SON0000000!



QUESTO BOSCO E' PAUROSO

TIENI SEMPRE

IL DITO

SUL

PUNTO

DOVE

TI TROVI"







"CIASCUN PUNTO E'
INDICATO DA
UNA LANTERNA
BIANCO E ARANCIO"



"INSERISCI IL TUO SPORT IDENT FINCHE" NON BIPPA"



"CORRI SOLO QUANDO SEI SICURO DELLA TUA VIA"







