



CENTRO SPORTIVO ITALIANO
Comitato di Como

COMMISSIONE PER L'ATTIVITÀ SPORTIVA POLISPORTIVO **Stagione sportiva 2023-2024**

COMUNICATO N° 27
DEL 04 APRILE 2024

COMUNICAZIONI

PROVA DI ORIENTEERING

Si comunica che la prova di Orienteering si svolgerà **Domenica 14 aprile 2024**
c/o il Parco Comunale G. Garibaldi entrata in via Tevere 30 a Villa Guardia, Como.

ATTIVITA' UNDER 8

Ritrovo e conferma iscrizioni ore 09.00 inizio gara ore 10.00

ATTIVITA' UNDER 10 CALCIO

Ritrovo e conferma iscrizioni Ore 10.15 inizio gara ore 10.45

ATTIVITA' UNDER 12 CALCIO

Ritrovo e conferma iscrizioni Ore 11.15 inizio gara ore 12.00

ATTIVITA' UNDER 10 MINIVOLLEY

Ritrovo e conferma iscrizioni Ore 14.00 inizio gara ore 14.30

ATTIVITA' UNDER 12 VOLLEY

Ritrovo e conferma iscrizioni Ore 14.30 inizio gara ore 15.00

Per la composizione delle squadre si dovranno utilizzare i moduli pubblicati sul sito CSI Como che trovate a questo link: <https://www.csicomo.it/sito/index.php/sport/polisportivo>

I moduli andranno consegnati alla segreteria il giorno della gara.

In allegato una breve presentazione dell'orienteeing e il fac simile del cartellino a cura di ASD Orienteering Como.

Le iscrizioni dovranno effettuarsi con il sistema on-line e si chiuderanno automaticamente alle ore 24.00 di giovedì 11 aprile.

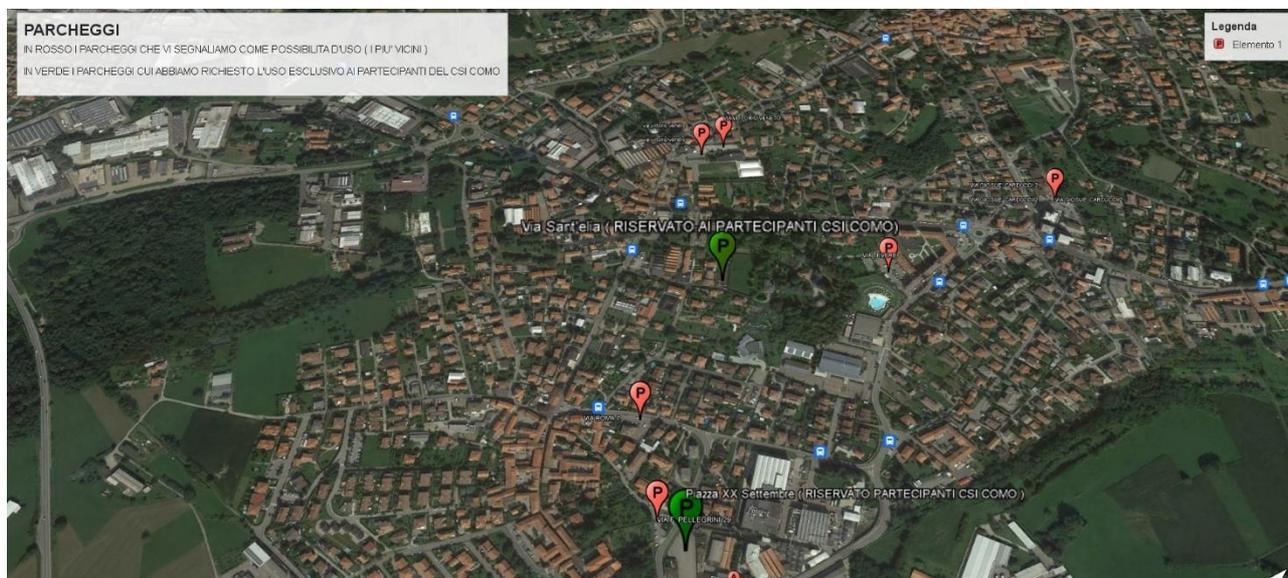
Si comunica inoltre che è stato pubblicato sul sito www.csicomo.it il regolamento della prova alternativa di Orienteering. Lo trovate a questo link:

https://www.csicomo.it/sito/allegati/polisportivo24/reg_orienteering24.pdf



Qui sotto la cartina dei parcheggi disponibili.

I parcheggi di Via Sant'Elia e di Piazza XX Settembre saranno ad uso esclusivo degli atleti partecipanti alla gara del CSI Como.



ATTIVITA' UNDER 10 CALCIO

Girone 1

Recupero

La gara 4098 **A.S.D. U.S. Mulini 2014 – A.S.D. U.S. Mulini BLU** verrà recuperata **Venerdì 12 aprile 2024 alle ore 18.00** a Uggiate Trevano.

ATTIVITA' UNDER 12 Volley

Spostamento

La gara 10118 **A.S.D. San Michele GRANATA – Pol. Montorfano 1981 A.S.D.** in programma **Sabato 27 aprile 2024** verrà disputata **Sabato 13 aprile 2024 alle ore 17.30** presso la palestra Liceo Fermi - Via Giovanni XXIII Cantu'.

La Commissione Polisportivo

PUBBLICATO ED ESPOSTO ALL'ALBO NELLA SEDE DI COMO IL 4 APRILE 2024 ALLE ORE 18.00



ORIENTEERING lo sport dei boschi

L'orienteering è nato in Scandinavia più di un secolo fa, verso gli anni '80 arriva in Italia e si diffonde su tutto il territorio nazionale, la Lombardia è una delle regioni più forti in Italia. Si organizzano gare promozionali, regionali, nazionali, europee o mondiali.

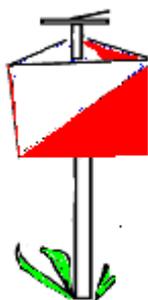
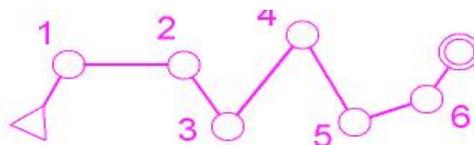
L'Orienteering - o Sport Orientamento - ha come campo di gara il bosco, così come un Parco cittadino o la città, e consiste nel fare una corsa a piedi determinando da soli il percorso da fare con il solo ausilio di una speciale cartina topografica e della bussola passando obbligatoriamente da un determinato numero di punti di controllo.



Le cartine per orienteering - in scala da 1:10.000 a 1:1.000 a seconda del tipo di terreno, riportano tutti i particolari del terreno, della rete viaria, dei manufatti e della vegetazione usando una particolare simbologia stabilita dalla Federazione Internazionale Orienteering (IOF) riconosciuta in tutto il mondo.



Il percorso da fare viene disegnato con dei cerchi in rosso dove si trovano i punti di controllo presso i quali il concorrente deve transitare per giungere all'arrivo nel minor tempo possibile; sul terreno, il concorrente trova la "lanterna", un segnale



bianco/arancio e una pinza per punzonare il testimone di gara. La sequenza dei punti di controllo è obbligatoria, mentre è completamente libero il percorso da fare tra un punto e l'altro: ognuno sceglie quello che ritiene più veloce, praticabile e sicuro.

Sulla lanterna ci sarà un codice da controllare prima di punzonare e un punzone per verificare il passaggio utilizzando il cartellino di gara.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	R	R	R	R
Cognome Nome							FISQ		
Orario partenza									