

COMUNICATO GARA

7° NIRVANA RAID – OCONE 2017

Il **NIRVANA RAID** è una corsa Trail in autosufficienza in ambiente prealpino per squadre di due persone, in cui bisogna raggiungere dei punti di controllo seguendo un ordine specifico stabilito dall'organizzazione prima della partenza. Le squadre sono libere di scegliere il percorso da un punto di controllo all'altro e la navigazione avviene utilizzando solamente una cartina topografica ed eventualmente una bussola.

L'edizione 2017 si svolgerà in Valle San Martino e Valle d'Erve nel gruppo montuoso del Resegone-Monte Tesoro, con partenza e arrivo dal Centro Sportivo di Carenno (LC)

TERRENO DI GARA

Il terreno di gara è di tipo prealpino e compreso tra i 700 e i 1200m di quota. Sono presenti pascoli e aree aperte, boschi di faggio e cerro, querce e castani. Il bosco è per lo più attraversabile. Una fitta ed intricata rete di sentieri e mulattiere è presente a ridosso delle zone abitate. Piccoli sentieri e tracce che portano ad baite private o caselli di caccia non sempre sono state rilevate. In quota ci sono pochi sentieri in genere ben evidenti. I sentieri occasionalmente presentano passaggi esposti e/o piccoli salti rocciosi: **si raccomanda di prestare la massima attenzione**. Sono presenti numerose sorgenti e fontane, segnate anche in carta con il simbolo del bicchierino. **Vi comunque consigliamo vivamente di correre sempre con una scorta d'acqua sufficiente per 1-2 ore e di non fare affidamento esclusivamente sulla "fonte successiva"**.

PERCORSO 2017

La lunghezza ed il dislivello dei percorsi sono stati calcolati, considerando le scelte di percorso ritenute migliori dal tracciatore, è quindi normale che ci possano essere discordanze dovute ad errori o a scelte di percorso differenti.


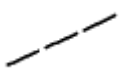
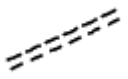
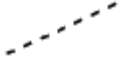




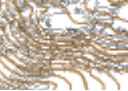


22 km con 1500D+

CANCELLO ORARIO E' stato inserito un cancello orario per il percorso a circa 11 km dal via. I concorrenti dovranno transitare entro le ore 12:30 (3:30 ore dal via). Chi transiterà oltre tale orario verrà fatto deviare su un percorso ridotto (più corto di circa 3km)

Tempo massimo per tutta la gara: 6:30 ore

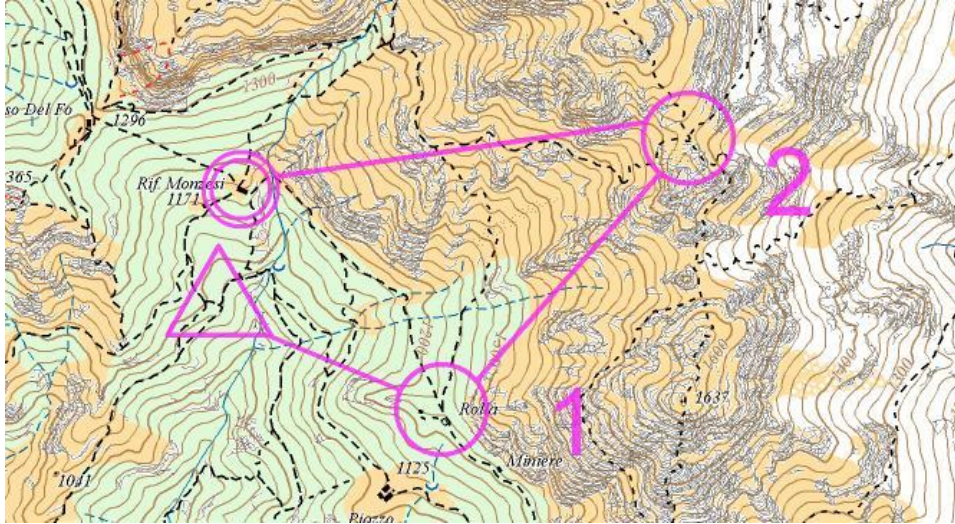
LA CARTINA

La cartina dell'edizione 2017 è in scala 1:20.000, equidistanza 20m. La simbologia utilizzata è la medesima delle precedenti edizioni.

La sentieristica è rappresentata in base al grado di percorribilità dei sentieri	
	Linee continue nere = Strade asfaltate
	Tratteggio lungo nero = Mulattiere-Sentieri carrabili
	Tratteggio corto nero = Sentieri facili che permettono una buona e veloce percorribilità media
	Puntinato nero = Sentieri poco visibili, tracce o particolarmente lenti per ostacoli o fondo sconnesso.
	Puntinato rosso = Sentieri attrezzati con catene/itinerari alpinistici.
Vegetazione-Rocce	
	Giallo = Aree aperte, prati, pascoli
	Giallo Puntinato = Aree aperte, prati, pascoli con vegetazione ad alto fusto
	Bianco=Bosco pulito, in generale faggete, che consente un'ottima visibilità e percorrenza. Verde=Bosco percorribile ma con difficoltà
	Tratteggio artistico grigio = Rocce
	Puntinato nero = Ghiaioni
	Triangolo = Partenza Cerchietto = Punto di controllo Doppio cerchio = Arrivo

La legenda dei simboli utilizzati così come la descrizione punti (codice lanterna e descrizione dell'oggetto a cui fare riferimento per trovare il punto di controllo: per es. collina, edificio, cima, ecc.) è stampata sulla carta di gara.

La carta con il tracciato della gara viene consegnata al momento del via. Le carte sono imbustate e sigillate. La mappa è realizzata in materiale di qualità ma non resistente all'acqua.



LA GARA – PROCEDURA DI REGISTRAZIONE

Il ritrovo della manifestazione è situato presso il centro sportivo di Carenno in via Verdi. Ampia disponibilità di parcheggi.

Registrazione e ritiro pacco gara: Domenica mattina dalle 7.00 alle 8.00, presso il ritrovo.

Al momento della registrazione viene consegnato il pacco gara, che contiene i pettorali per entrambi i concorrenti e i gadget. Chi ne fosse sprovvisto troverà anche 1 chip elettronico SI card. Verranno richiesti €20 (o un documento) quali cauzione per l'eventuale perdita/rottura del chip. La cauzione verrà interamente restituita alla riconsegna della SI card. Alla registrazione dovranno essere presentati eventuali documenti mancanti.

Al ritiro del pacco gara si dovrà dimostrare di avere con se anche il materiale obbligatorio.

LA GARA – PARTENZA

Briefing obbligatorio, presso il ritrovo alle ore 8:15

Le squadre dovranno ritrovarsi Domenica per tempo al briefing in seguito ci si sposterà in partenza. **La partenza dista 3 minuti a piedi dal ritrovo.**

Il briefing è essenziale per spiegare agli atleti tutto ciò che devono sapere per affrontare la gara in sicurezza. Verrà ribadito il regolamento di gara e forniti dettagli sulla cartina con le ultime novità sul terreno di gara.

Durante l'accesso alla partenza bisognerà avere con se la propria SI-card per verificarne il corretto funzionamento. La SI-card verrà prima inserita in una stazione di controllo "CLEAR" che cancellerà

i dati presenti e in seguito una rossa "CHECK" che ne verificherà il funzionamento.

I punti di controllo devono essere raggiunti secondo l'ordine numerico dato. Ad ogni punto di controllo il team registrerà il proprio passaggio inserendo la SI-card nella stazione posta sulla lanterna. In caso di malfunzionamento si dovrà punzonare la mappa con il punzone di riserva.

LA GARA – ARRIVO

All'arrivo il Team dovrà recarsi al box "Scarico SiCard" per lo scarico e la verifica dei dati contenuti nel chip. Alla riconsegna del chip (SiCard) verrà ridata interamente la cauzione o il documento di identità.

EQUIPAGGIAMENTO OBBLIGATORIO

Durante la gara la squadra dovrà avere con se il seguente materiale (sono state evidenziate in rosso le variazioni):

- **PILA FRONTALE O LUCE (almeno una per TEAM)**
- 2 giacche antivento (una per concorrente).
- kit di primo soccorso (contenuto MINIMO: soluzione disinfettante; garza sterile 10cm x 10 cm; 1 confezione di rete elastica di misura media; 1 rotolo di cerotto)
- 1 telefono cellulare con batteria carica (fornire il numero all'atto dell'iscrizione)
- 2 teli termici d'emergenza per TEAM
- 1 fischietto
- 1 SI card per i punti di controllo (fornita dall'organizzazione se non in possesso della propria)
- borraccia/sacca idrica. **ALMENO** un contenitore da 500ml per concorrente


E' inoltre consigliato avere con se ed essere equipaggiati con:

- Zaino/marsupio
- Scarpe con una buona tenuta (scarpe da corsa in montagna o scarponi)
- Copricapo per coprirsi dai raggi solari (berretto/bandana preferibilmente di colore chiaro)
- Bussola
- 10-20 €
- Crema solare

I controlli verranno effettuati domenica mattina prima alla registrazione, in gara e anche all'arrivo. LA MANCANZA DEL MATERIALE OBBLIGATORIO IMPLICA L'IMMEDIATA SCQUALIFICA DEL TEAM

Essendo una gara in autosufficienza, **non ci saranno punti di ristoro lungo il percorso** (solo all'arrivo). I concorrenti dovranno portare con se gli alimenti e le bevande che riterranno necessari. Lungo il percorso sono presenti diversi rifugi che possono essere utilizzati e ai quali ci si può appoggiare per eventuali richieste di soccorso.

In caso di problemi/incidenti mettersi in contatto immediatamente con l'organizzazione (**Mario 347-7524977; Marco 347-8954129**). I team che incontrano una squadra in difficoltà devono **OBBLIGATORIAMENTE**, pena squalifica, accertarsi delle condizioni e nel caso provvedere ad una prima assistenza. Il ritiro di un membro della squadra equivale alla squalifica dell'intera squadra.

In cartina sono evidenziati con una croce rossa  i punti nei quali è possibile ricevere soccorso. Tenete comunque presente che tutti i recuperi in gara sono difficoltosi e necessitano un notevole impegno.

Eventuali reclami, inerenti penalità o squalifiche, dovranno pervenire all'ufficio gara, entro un'ora dalla pubblicazione della classifica ufficiale, accompagnati da Euro 50,00 che saranno restituiti solo in caso di accettazione dello stesso.

EFFETTI DEL MALTEMPO

La competizione avrà luogo con qualsiasi condizione meteorologica. In caso di maltempo o per cause di forza maggiore, l'organizzazione si riserva la facoltà di apportare modifiche ai tracciati o al programma dell'evento, al fine di garantire l'incolumità dei concorrenti.

BUVETTE

All'arrivo è previsto un ristoro. Ogni concorrente riceverà inoltre un buono pasto da utilizzare presso il Bar Malibù (Insalatona e Frutta a volontà).

PREMIAZIONI

Le prime tre squadre per ogni categoria saranno premiate. Le premiazioni ufficiali si svolgeranno indicativamente alle ore **14:00** in zona ritrovo. Verranno premiati solo gli atleti presenti.