



**REGOLAMENTO TECNICO  
PER  
LE MANIFESTAZIONI DI TRAIL ORIENTEERING  
NELLA FEDERAZIONE ITALIANA SPORT ORIENTAMENTO (F.I.S.O.)**



Questa versione del regolamento è in vigore dal 16 gennaio 2010.  
Le modifiche successive saranno pubblicate sulle pagine web ufficiali della FISO  
all'indirizzo <http://www.fiso.it/>

Approvato dal Consiglio Federale n°177 del 16 gennaio 2010

**REGOLAMENTO TECNICO  
PER LE MANIFESTAZIONI DI TRAIL ORIENTEERING  
NELLA FEDERAZIONE ITALIANA SPORT ORIENTAMENTO (F.I.S.O.)**

**SOMMARIO**

<b>1. DEFINIZIONI .....</b>	<b>3</b>
<b>2. DISPOSIZIONI GENERALI .....</b>	<b>3</b>
<b>3. CATEGORIE .....</b>	<b>4</b>
<b>4. PARTECIPAZIONE .....</b>	<b>4</b>
<b>5. ALLENAMENTI E MODEL EVENT .....</b>	<b>4</b>
<b>6. ORDINE DI PARTENZA.....</b>	<b>4</b>
<b>7. TERRENO .....</b>	<b>4</b>
<b>8. MAPPE .....</b>	<b>5</b>
<b>9. PERCORSI DI GARA .....</b>	<b>5</b>
<b>10. PARTENZA .....</b>	<b>5</b>
<b>11. AREE E STRADE VIETATE.....</b>	<b>6</b>
<b>12. DESCRIZIONE PUNTI DI CONTROLLO .....</b>	<b>6</b>
<b>13. DISPOSIZIONE E STRUTTURA DEL CONTROLLO .....</b>	<b>6</b>
<b>14. TESTIMONI E PUNZONATRICI.....</b>	<b>6</b>
<b>15. EQUIPAGGIAMENTO .....</b>	<b>7</b>
<b>16. CONTROLLI A TEMPO.....</b>	<b>7</b>
<b>17. ARRIVO E CRONOMETRAGGIO .....</b>	<b>8</b>
<b>18. CLASSIFICHE .....</b>	<b>8</b>
<b>19. FAIR PLAY.....</b>	<b>9</b>
<b>20. LA GIURIA .....</b>	<b>10</b>
<b>21. DOCUMENTI ALLEGATI .....</b>	<b>10</b>
<b>22. DOCUMENTI CORRELATI .....</b>	<b>10</b>

## **1. Definizioni**

- 1.1. Il Trail Orienteering è uno sport che misura le capacità d'interpretazione della carta e della conformazione del terreno. I concorrenti visitano, in una sequenza data, i punti di controllo allocati sul terreno usando la mappa loro fornita e scelgono quale tra più lanterne è quella rappresenta al centro di un cerchio stampato sulla carta di gara. Tale decisione va registrata in un cartellino-testimone.
- 1.2. La modalità di movimento può essere:
  - *a piedi*
  - *in carrozzina, sia manuale che elettrica*
  - *in altri modi, riconoscendo ogni aiuto alla mobilità.*Non è ammissibile alcun veicolo a motore a combustione, né veicolo a batteria se disegnato per più di un occupante.
- 1.3. Le tipologie di gara d'orientamento possono essere distinte in base a:
  - natura della gara
    - *individuale (la singola persona gareggia da sola)*
    - *squadra (il punteggio di due o più persone viene combinato)*
  - il modo di determinare i risultati della gara:
    - *gara in prova unica (il risultato di una gara è quello finale)*
    - *gara in più prove (i risultati combinati di due o più prove, svolte in una o più giornate, formano la classifica finale)*
- 1.4. Il termine *manifestazione* comprende tutti gli aspetti di un incontro di orienteering, incluse le questioni organizzative quali la griglia di partenza, le riunioni dei team-leader e le cerimonie. Una manifestazione può includere una o più gare.
- 1.5. Per *Ufficiali di Squadra* si intendono tecnici, dirigenti, allenatori, accompagnatori ed ogni altra figura connessa con una squadra o concorrente.

## **2. Disposizioni generali**

- 2.1. Le regole in seguito descritte, insieme alle Appendici, devono applicarsi alle gare federali di Trail Orienteering.
- 2.2. La correttezza sportiva deve essere il principio guida nell'interpretazione di queste regole da parte dei concorrenti, degli organizzatori e della giuria.
- 2.3. Il Consiglio Federale della FISO può decidere regole o norme speciali che devono essere introdotte: ad esempio, il Regolamento Anti-Doping, i Principi per il Tracciamento dei Percorsi e le Descrizioni dei Punti di Controllo, le norme in materia di visita medico-sportiva
- 2.4. Il Consiglio Federale della FISO può accettare deroghe da queste regole e norme. Le richieste di autorizzazione per tali deroghe devono essere inviate alla Segreteria Nazionale della FISO almeno 3 mesi prima della manifestazione.

### **3. Categorie**

- 3.1. Ogni tesserato agonista della FISO, senza distinzione di sesso, età o abilità/disabilità ha diritto di iscriversi alla categoria Open.
- 3.2. Solo i concorrenti che hanno qualche disabilità fisica permanente (incluse disabilità non visibili) che dia uno svantaggio significativo nella Corsa d'Orientamento hanno diritto ad iscriversi alla categoria Paralimpici. Essi contestualmente verranno iscritti anche alla categoria Open.
- 3.3. Le gare potranno prevedere più percorsi / categorie diversificati per difficoltà.

### **4. Partecipazione**

- 4.1. Ogni concorrente che richieda assistenza per gli spostamenti, deve essere accompagnato da una scorta incaricata dall'Organizzazione; l'accompagnatore potrà servire allo spostamento di più concorrenti. Il concorrente può essere accompagnato da propri assistenti: tali accompagnatori non devono assistere l'atleta in alcun modo nella lettura della carta, nell'identificazione dei punti di controllo, nell'analisi o nel processo di selezione. Gli organizzatori sono tenuti a provvedere agli accompagnatori limitatamente al periodo necessario la competizione. Nessun accompagnatore può disturbare la concentrazione di alcun concorrente.

### **5. Allenamenti e model event**

- 5.1. Prima della gara si possono offrire opportunità di allenamento, una piazzola di prova o l'organizzazione potrà allestire un *model-event* per illustrare il tipo di terreno, la qualità della carta, i punti di controllo, l'allestimento delle lanterne e dei percorsi segnalati anche il giorno antecedente la gara.

### **6. Ordine di partenza**

- 6.1. La partenza può essere:
  - *libera*
  - *scaglionata*
  - *in massa*
- 6.2. In una partenza scaglionata, i concorrenti partono singolarmente secondo un ordine prefissato. L'ordine di partenza deve essere approvato dal Delegato Tecnico FISO e messo a disposizione dei concorrenti con adeguato anticipo.

### **7. Terreno**

- 7.1. Il terreno deve essere adatto a predisporre percorsi competitivi di Trail Orienteering di livello adeguato.
- 7.2. Il terreno va scelto in modo che i concorrenti con minor mobilità, le persone vincolate ad una sedia a rotelle e coloro che camminano lentamente e con difficoltà siano in grado di completare il percorso entro il tempo massimo, con l'assistenza ufficiale dove prevista.

## **8. Mappe**

- 8.1. Le mappe, il disegno dei tracciati ed ogni sovrastampa aggiuntiva devono essere disegnati e stampati seguendo le indicazioni contenute nelle Linee Guida Tecniche della IOF. Deroghe a tale norma richiedono l'approvazione del Consiglio Federale.
- 8.2. La scala della mappa deve essere 1:5.000 o 1:4000. Altre scale possono essere utilizzate in gare di tipo promozionale. Tutte le carte di una gara, incluse quelle per i controlli a tempo, devono comunque utilizzare la stessa scala.

## **9. Percorsi di gara**

- 9.1. Devono essere seguiti i Principi IOF (vedi punto 22)
- 9.2. Il livello dei percorsi deve essere adeguato al tipo di manifestazione indetta. Devono essere messi alla prova le capacità di osservazione e di lettura del dettaglio del disegno cartografico e la concentrazione dei concorrenti. I percorsi devono richiedere diverse tecniche d'orientamento.
- 9.3. Le lunghezze dei percorsi devono essere date come lunghezza effettiva del percorso dalla partenza, lungo la strada da seguire, fino al traguardo. Normalmente non dovrebbero superare 3.500 m.
- 9.4. Qualunque strada non percorribile dai concorrenti in carrozzina, per larghezza, radici sporgenti, alberi caduti o altra superficie inadatta deve essere proibita a tutti e segnalata opportunamente sul terreno.
- 9.5. La salita totale deve essere data in metri, calcolata lungo la strada effettiva.
- 9.6. Normalmente in un percorso la pendenza non deve eccedere il 14% per più di 20 metri. L'inclinazione trasversale non deve superare l'8%.

## **10. Partenza**

- 10.1. Nella zona di partenza sono ammessi soltanto i concorrenti non ancora partiti, ed eventuali accompagnatori autorizzati.
- 10.2. La partenza può essere organizzata con una pre-partenza prima dell'inizio del tempo di gara.
- 10.3. Alla partenza deve essere esposto un orologio che mostri l'ora di gara ai concorrenti; i concorrenti devono essere chiamati.
- 10.4. È responsabilità del concorrente verificare di avere la mappa corrispondente alla propria categoria. Sulla carta deve essere presente in modo chiaramente visibile almeno una delle seguenti indicazioni: numero di partenza, nome del concorrente, tracciato, categoria.
- 10.5. Ai concorrenti in ritardo sul proprio orario di partenza deve essere permesso di partire, purché il ritardatario si presenti in partenza prima del via dell'ultimo concorrente della griglia di partenza prevista. Gli organizzatori determineranno a che ora potranno partire i concorrenti in ritardo, considerando la possibile influenza su altri concorrenti.

## **11. Aree e strade vietate**

- 11.1. Tutte le persone coinvolte nella manifestazione devono rispettare scrupolosamente ogni regola posta dall'organizzazione per proteggere l'ambiente ed ogni altra istruzione data dall'organizzazione stessa.
- 11.2. Nell'area di gara, tutto il terreno esterno a strade, sentieri, piste e percorsi segnalati è proibito al transito. Ogni ulteriore area o strada proibita deve essere indicata nel comunicato e segnata sulla mappa. Se necessario, esse devono essere segnalate anche sul terreno. I concorrenti non possono entrare in tali aree.
- 11.3. Percorsi obbligati, punti di attraversamento e passaggi devono essere segnati chiaramente sulla mappa e sul terreno. Ogni sezione segnalata del percorso deve essere seguita per intero.

## **12. Descrizione punti di controllo**

- 12.1. L'ubicazione precisa del punto di controllo indicato dal centro del cerchio, deve essere correttamente definita dalla descrizione punti.
- 12.2. La descrizione punti deve essere in forma simbolica in accordo con le Descrizioni Punti IOF.
- 12.3. Nella colonna B della descrizione punti, il numero di lanterne in ciascun grappolo sarà indicato da lettere (per esempio: A-C per 3 lanterne).
- 12.4. Una freccia nella colonna H indica, se necessario, la direzione da cui va visto il grappolo di lanterne dal punto di decisione.
- 12.5. La descrizione punti, data nel corretto ordine per il tracciato di ciascun concorrente, deve essere fissata o stampata sul fronte della carta di gara.

## **13. Disposizione e struttura del controllo**

- 13.1. In prossimità del punto è posto un grappolo di lanterne, di cui una può essere quella corretta.
- 13.2. Le lanterne devono essere appese in modo da essere tutte visibili (almeno un terzo di ogni lanterna) dal punto di decisione ai concorrenti che stiano seduti.
- 13.3. In ogni singolo grappolo le lanterne devono essere appese ad un'altezza uniforme. Il punto di decisione verrà segnato sul terreno lungo il percorso, ma non sarà segnato sulla carta.
- 13.4. Le lanterne sono denominate, per convenzione, da sinistra a destra, a prescindere dalla distanza dall'osservatore, 'A', 'B', ..., 'E' dal punto di decisione. La decisione di quale sia la lanterna corretta va fatta da tale punto. Nel caso in cui nessuna lanterna risulti corretta, la risposta giusta sarà "Zeta".

## **14. Testimoni e punzonatrici**

- 14.1. Il testimone deve soddisfare le seguenti specifiche:
  - deve essere fatto di materiale resistente, o essere protetto

- ogni casella deve avere almeno 13 mm di lato
  - deve essere predisposto in duplice copia e permettere la punzonatura automatica delle due copie.
- 14.2. L'intero testimone deve essere consegnato ai giudici all'arrivo e la seconda parte verrà restituita al concorrente, come riferimento, dopo l'ultima partenza.
  - 14.3. L'intero testimone può essere protetto rinforzandolo o inserendolo in una busta, ma non ritagliando via alcuna parte del testimone stesso.
  - 14.4. Il punzone può appartenere al concorrente oppure essere fornito dall'organizzazione.
  - 14.5. È responsabilità dei concorrenti punzonare il testimone a ciascun controllo, per registrare la scelta della lanterna che reputano corretta sul terreno. Se si tratta della lanterna più a sinistra, il testimone andrà punzonato sulla casella "A", e così via. Se nessuna è ritenuta corretta dovrà essere punzonata la casella "Z". Le punzature vanno effettuate nella sequenza prestabilita.
  - 14.6. La corretta punzonatura del testimone è responsabilità dei concorrenti anche nel caso sia fatta dal loro accompagnatore o dagli organizzatori (come nei controlli a tempo).
  - 14.7. Ogni riga che porti più di una punzonatura, o nessuna, o che comunque non consenta di identificare univocamente la risposta è considerata errata.
  - 14.8. Non è permesso alcun cambio di punzonatura.
  - 14.9. L'organizzatore ha il diritto di far controllare il testimone dagli ufficiali di gara presso determinati controlli, e/o di vidimare il testimone. Ogni riga non punzonata verrà annullata e contata come errata.
  - 14.10. I concorrenti che perdono il proprio testimone non saranno qualificati.

### **15. Equipaggiamento**

- 15.1. La scelta degli abiti e delle calzature è libera.
- 15.2. I numeri di partenza, se previsti, devono essere chiaramente visibili e non possono essere piegati o tagliati.
- 15.3. Durante la gara i supporti alla navigazione che il concorrente può usare sono solo la carta, la descrizione punti e la bussola.
- 15.4. Non è ammesso alcun aiuto meccanico o elettronico, al di fuori di un odometro ed un orologio.
- 15.5. Nella zona di gara non possono essere usati strumenti di telecomunicazione, se non per casi di emergenza. Qualunque altro uso di apparecchi di telecomunicazione nel periodo della gara può comportare la squalifica del concorrente e della sua squadra.

### **16. Controlli a Tempo**

- 16.1. Nella gara devono essere inseriti almeno due controlli a tempo, il cui tempo di decisione viene registrato sul testimone. Essi possono essere posti in qualunque punto del percorso, anche prima della partenza ufficiale o dopo un pre-arrivo. Per ciascun controllo a tempo si usa un'apposita carta separata.

- 16.2. L'informazione sull'ubicazione esatta di controlli a tempo non dovrebbe apparire sulla carta del concorrente.
- 16.3. Ai controlli a tempo il concorrente deve preferibilmente essere seduto e comunque in una posizione tale che tutte le lanterne siano visibili e le posizioni confermate. Alla partenza del cronometro deve essere consegnata al concorrente, o posta a sua disposizione, la sezione di carta, correttamente orientata, che mostra la sola area rilevante, un'evidente linea di nord ed il cerchio, con la descrizione punti orientata nella direzione corretta per la lettura.
- 16.4. Ai controlli a tempo il cronometro va fermato quando viene indicata una chiara risposta. Ciò può avvenire indicando la lettera su di un'apposita tabella, oppure oralmente utilizzando l'Alfabeto Fonetico Internazionale (Alpha, Bravo, Charlie, Delta, Echo). Nei controlli a tempo non è ammessa una risposta "Zeta".
- 16.5. Ai controlli a tempo è ammesso un tempo massimo di un minuto. Sul testimone saranno registrati sia il tempo che la risposta fornita.
- 16.6. Il tempo rilevato va arrotondato per difetto al secondo intero. Deve esserci almeno un cronometrista. Se ne sono presenti due, va registrata la media dei tempi.
- 16.7. Allo scattare del 50° secondo, il concorrente viene avvisato che mancano 10 secondi.

### **17. Arrivo e cronometraggio**

- 17.1. Per un concorrente la gara finisce con il superamento della linea di arrivo.
- 17.2. Il tempo di percorrenza dalla partenza all'arrivo, entro un massimo stabilito, è irrilevante ai fini del risultato di gara.
- 17.3. Il tempo d'arrivo può essere registrato quando il concorrente attraversa una linea di prearrivo, oppure sulla linea di arrivo. Il tempo va arrotondato al secondo per difetto. I tempi dovranno essere dati in ore, minuti e secondi, oppure solo in minuti e secondi.
- 17.4. Il corridoio d'arrivo può essere segnalato con nastro o corda.
- 17.5. La posizione esatta della linea d'arrivo deve essere evidente ai concorrenti in avvicinamento.
- 17.6. Quando un concorrente ha attraversato la linea d'arrivo, deve consegnare il testimone e, se richiesto così dall'organizzatore, la carta di gara.
- 17.7. L'organizzatore deve imporre un tempo massimo per ciascun percorso, calcolato come previsto dalle Linee guida.
- 17.8. Ogni ritardo del concorrente, in qualunque punto del percorso, che non sia imputabile al concorrente stesso, deve essere registrato e tolto dal tempo totale di quel concorrente.
- 17.9. Il concorrente che ha superato il limite di tempo sarà penalizzato con un punto per ogni cinque minuti di ritardo o frazione.

### **18. Classifiche**

- 18.1. Ogni controllo identificato correttamente assegna un punto (inclusi i controlli a tempo).

- 18.2. Ai controlli a tempo una risposta corretta assegna un punto se data in 0-60 secondi. Una risposta errata non assegna alcun punto e dà una penalità di 60 secondi che va aggiunta al tempo impiegato per rispondere. Nessuna risposta data in tempo non assegna alcun punto e dà una penalità di 120 secondi.
- 18.3. Nel caso in cui alle lanterne a tempo ci siano due cronometristi, si calcola la media dei due tempi registrati a ciascun controllo. Il tempo viene rilevato al secondo intero, ma nel calcolo della media viene conservato il mezzo secondo.
- 18.4. I tempi registrati in tutti i controlli a tempo sono cumulativi. Il tempo totale deve mostrare il mezzo secondo, conformemente all'art. precedente.
- 18.5. I concorrenti sono classificati in base ai loro punteggi, a punteggio uguale vengono classificati in base ai loro tempi cumulativi in ordine crescente.
- 18.6. Qualunque controllo che sia giudicato non equo e invalidato dalla Giuria di gara, viene eliminato dalla gara per tutti. Qualora sia annullato un controllo a tempo, il tempo impiegato a rispondere non farà testo ai fini della classifica.
- 18.7. A due o più concorrenti con lo stesso punteggio e tempo deve essere assegnata la stessa posizione in classifica. La posizione seguente il pareggio rimane vacante.
- 18.8. Alla fine della gara l'organizzazione può dare ad ogni concorrente una carta con le soluzioni.

## **19. Fair play**

- 19.1. Tutte le persone che prendono parte ad una gara d'orientamento devono comportarsi con lealtà ed onestà. Devono avere un atteggiamento sportivo ed uno spirito di amicizia. I concorrenti devono mostrare rispetto reciproco, le carrozzine devono avere la precedenza sul lato della strada più vicino ai controlli e accesso ai punti di decisione davanti ai concorrenti autosufficienti. Sul terreno di gara i concorrenti non devono comunicare e devono rimanere in silenzio.
- 19.2. È vietato ottenere assistenza tecnica durante una gara da parte di altri concorrenti o accompagnatori ed offrirla ad altri concorrenti. Tuttavia è dovere di tutti i concorrenti prestare aiuto ad un concorrente ferito o a chiunque abbia bisogno di aiuto fisico in caso di incidente.
- 19.3. Il Doping è proibito. Il Regolamento Anti-Doping si applica a tutte le manifestazioni FISO ed il Consiglio Federale FISO può richiedere che vengano eseguiti controlli antidoping. L'organizzatore può richiedere informazioni sulle prescrizioni farmaceutiche.
- 19.4. È proibito ogni tentativo di rilevare il terreno di gara o di allenarsi su di esso. Ogni tentativo di acquisire qualunque informazione inerente ai tracciati, al di fuori di quelle fornite dall'organizzazione, è proibito sia prima che durante la gara.
- 19.5. L'organizzazione dovrà interdire dalla gara ogni concorrente a cui il terreno o la carta siano talmente ben noti da comportargli un sostanziale vantaggio sugli avversari. In caso di dubbio, la decisione in tal senso verrà presa dal Delegato Tecnico FISO.
- 19.6. Ufficiali di squadra, concorrenti e giornalisti o fotografi dovranno mantenersi all'interno degli spazi a loro assegnati.

- 19.7. Ufficiali ed altre persone presenti sul terreno di gara (per es. giornalisti e fotografi) non dovranno disturbare né aiutare i concorrenti, fatta eccezione per la doverosa assistenza fisica.
- 19.8. Dopo essere transitato all'arrivo, un concorrente non può rientrare sul terreno di gara senza l'autorizzazione dell'organizzazione. Un concorrente che si ritira deve immediatamente informare di ciò i Giudici di Arrivo e consegnare la carta ed il testimone. Il concorrente non dovrà in alcun modo influenzare la gara né aiutare altri concorrenti.
- 19.9. Un concorrente che infranga qualunque regola o che tragga beneficio da un'infrazione, può essere squalificato.
- 19.10. Persone fuori gara che infrangano qualunque regola sono soggette ad azione disciplinare.

## **20. La Giuria**

- 20.1. La Giuria di gara è costituita ed opera secondo l'Articolo del regolamento Tecnico Federale FISO, con la regola aggiuntiva che deve includere almeno un membro della categoria Paralimpici, se presente.

## **21. Documenti allegati**

- Modello di testimone
- Modello di foglio per classifiche

## **22. Documenti correlati**

- Trail-O Technical Guidelines 2009 (in italiano)
- IOF Trail Orienteering Competition Rules 2009

### **NOTE:**

Eventuali modifiche successive saranno pubblicate sulle pagine web ufficiali della F.I.S.O. all'indirizzo

<http://www.fiso.it/>

Per quanto non previsto dal presente regolamento, si rimanda al Regolamento Tecnico.

**FEDERAZIONE ITALIANA SPORT ORIENTAMENTO**  
**Disciplina Trail-O**

**Realizzazione a cura della Commissione Nazionale Trail-O**

1	A	B	C			D	E	Z	1			
2	A	B	C				D	E	Z	2		
3	A	B	C		COGNOME	NOME	D	E	Z	3		
4	A	B	C						D	E	Z	4
5	A	B	C						D	E	Z	5
6	A	B	C						D	E	Z	6
7	A	B	C						D	E	Z	7
8	A	B	C	CATEGORIA			SOCIETA'	D	E	Z	8	
9	A	B	C					D	E	Z	9	
10	A	B	C					D	E	Z	10	
11	A	B	C					D	E	Z	11	
12	A	B	C					D	E	Z	12	
13	A	B	C	ARRIVO 1	PARTENZA 1	D	E	Z	13			
14	A	B	C					D	E	Z	14	
15	A	B	C	ARRIVO 2	PARTENZA 2	D	E	Z	15			
16	A	B	C					D	E	Z	16	
17	A	B	C	TEMPO	T1 Risposta	D	E	Z	17			
18	A	B	C	TEMPO	T2 Risposta	D	E	Z	18			
19	A	B	C	TEMPO	T3 Risposta	D	E	Z	19			
20	A	B	C	TEMPO	T4 Risposta	D	E	Z	20			
21	A	B	C	TEMPO	T5 Risposta	D	E	Z	21			
22	A	B	C	TEMPO	T5 Risposta	D	E	Z	22			

### Modello di testimone

