

05/11/2016 - 06/11/2016

VIU L'ORIENTACIÓ, VIU BARCELONA!!!!

**TROFEU INTERNACIONAL CIUTAT DE
BARCELONA**

TROFEO INTERNAZIONALE CITTÀ DI BARCELLONA 2016 CORSE D'ORIENTAMENTO



BENVENUTO

Gentili orientisti da ogni parte del mondo, dal Club d'Orientamento Catalunya, COC, insieme al Comune di Barcellona, vi vogliamo dare il benvenuto alla 10ª edizione del Trofeo Internazionale Ciutat de Barcelona, TICBCN 2016.

Stiamo preparando dei circuiti, insieme ad altre attività complementarie, che speriamo siano entusiasmanti e divertenti per tutti i concorrenti. Questo è il nostro desiderio ed il motore che ci spinge perché il TICBCN sia, ancora una volta, un avvenimento sportivo e ludico. Il nostro scopo è che voi partecipanti finiate con un sorriso in faccia; questo significherà che abbiamo fatto bene il lavoro.

In nome di tutto il COC, **benvenuti e che cominci la festa orientista!**



PRESENTAZIONE

Il Trofeo Internazionale Ciutat de Barcelona (TICBCN) è una competizione nata allo scopo di permettere alla selezione catalana di condividere un evento con altre selezioni europee di primo piano. Dopo, la formula è stata modificata e si è aperta a tutti i partecipanti a livello individuale. Quello che non è cambiato lungo le 9 edizioni scorse però è stato il carattere ludico della gara. Gli organizzatori lavoriamo al proposito di riuscire che i partecipanti si godano le corse e la città di Barcellona, la quale, ormai, è un punto di riferimento a livello mondiale, sia turistico sia sportivo.

Il Club d'Orientació Catalunya e il Comune di Barcellona vi vogliono dare il benvenuto nella nostra città. Vi auguriamo un bel soggiorno e che vi godiate al massimo le corse che vi abbiamo preparato.

Quest'anno arriva la 10ª edizione, e vi prepariamo un evento con due gare programmate:

- 05/11/2016 **Corsa di media distanza** a Mundet-Montbau.
- 06/11/2016 **Corsa City Race Euro Tour** di lunga distanza nel centro storico.

Il vincitore del TIC BCN 2016 risulterà della somma dei tempi ottenuti tutti e due i giorni di corsa.

Inoltre, faremo anche **attività alternative** nel Centro di Competizione Institut Jaume Balmes. Consultate il programma, è da non perderselo!



COME ARRIVARE A BARCELONA



L'aeroporto più vicino è quello del Prat de Llobregat, a 15km da Barcellona, e dove hanno servizio le compagnie aeree più importanti. C'è anche l'aeroporto di Girona, a 80km da Barcellona.). <http://www.aena-aeropuertos.es/csee/Satellite/Aeropuerto-Barcelona/ca/>



Le compagnie ferroviarie che arrivano a Barcellona sono la RENFE <http://www.renfe.com/> e FGC <http://www.fgc.cat/cat/index.asp>.

Per gli spostamenti in città:



TMB <http://www.tmb.cat/ca/home>



FGC <http://www.fgc.cat/cat/index.asp>



Informazioni turistiche: <http://turismedebarcelona.com/>



ALLOGGIO

Barcellona ha un'ottima rete di alloggi adattabile a qualsiasi budget. Nella web di TURISME DE BARCELONA si possono trovare tutte le opzioni: <http://turismedebarcelona.com/>



PROGRAMMA







VENERDÌ 4/11

Tipo	Attività	Luogo	Giorno	Ore
	Ricevimento di corridori	Institut Jaume Balmes	04/11/2016	18:00 – 21:00
	Micro sprint: Classifica	Institut Jaume Balmes	04/11/16	18:00 – 21:00

SABATO 5/11

Tipo	Attività	Luogo	Giorno	Ore
	Ricevimento di corridori	Institut Jaume Balmes	05/11/2016	09:00 - 12:00
	Giro guidato	Institut Jaume Balmes	05/11/2016	10:00 - 12:00
	Micro-Sprint: Classifica	Institut Jaume Balmes	05/11/2016	10:00 - 12:00
	Ricevimento di corridori	Velòdrom d'Horta	05/11/16	13:30 – 17:00
	Piccolo corso d' Introduzione	Velòdrom d'Horta	05/11/2016	14:00 - 14:30
	Inizio del Via	Velòdrom d'Horta	05/11/2016	14:30
	Corsa di media distanza	Mundet - Montbau	05/11/2016	14:30 18:00
	Traguardo ufficiale	Velòdrom d'Horta	05/11/2016	18:00
	Micro-Sprint: Classifica	Institut Jaume Balmes	05/11/2016	18:00 - 19:30
	Micro sprint: Semifinali e Finali	Institut Jaume Balmes	05/11/16	20:00
	Attività : Festa	Institut Jaume Balmes	05/11/16	20:00 – 23:00
	Activitat: Giro guidato 2	Institut Jaume Balmes	05/11/16	20:00 – 22:00

DOMENICA 6/11

Tipo	Attività	Luogo	Giorno	Ore
	Consegna del pettorale	Institut Jaume Balmes	06/11/2016	09:00 13:00
	Piccolo corso d'Introduzione	Institut Jaume Balmes	06/11/2016	09:45 10:00
	Inizio dei Via	Institut Jaume Balmes	06/11/2016	10:00
	Corsa di lunga distanza Euro City RaceTour	Cartina Centro storico	06/11/2016	10:00 13:30
	Traguardo ufficiale	Institut Jaume Balmes	06/11/2016	13:30
	Consegna di Premi	Institut Jaume Balmes	06/11/2016	13:30

LOCALIZZAZIONI

[Cliccare per vedere la cartina della Metropolitana di Barcellona](#)

[Cliccare per vedere la cartina del Bus di Barcellona](#)

[Cliccare per vedere la cartina della nuova rete di bus](#)

CC1 → Institut Jaume Balmes
via Pau Claris 121, Barcelona 08009

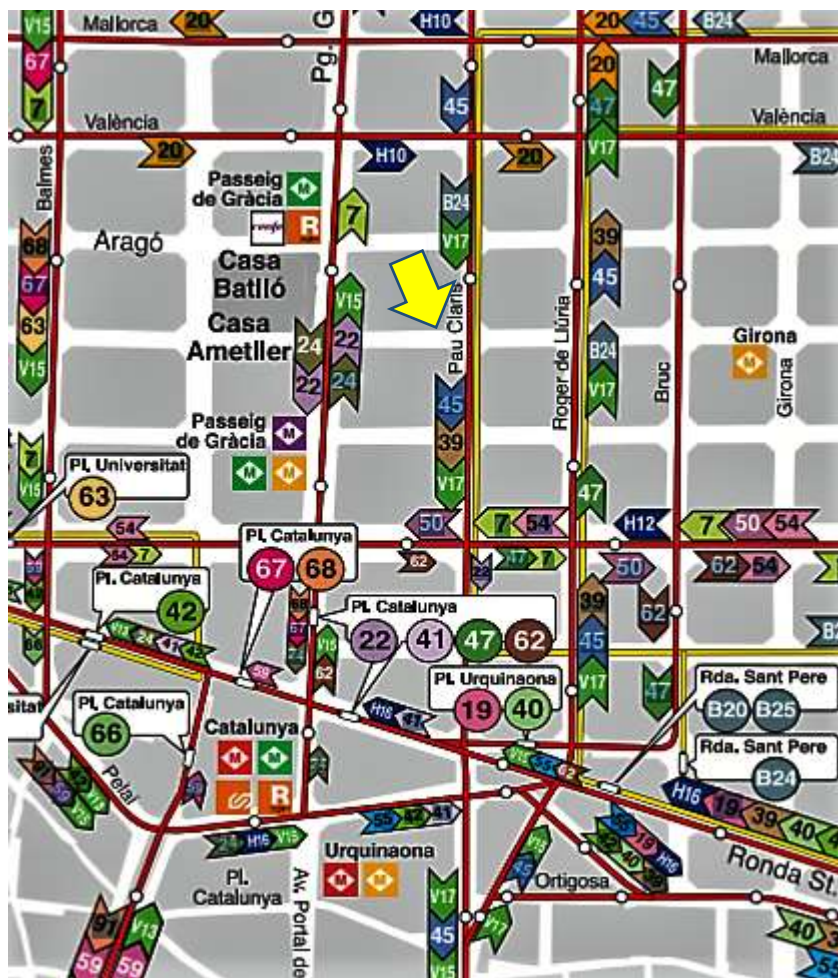
Metro: Fermata *Passeig de Gràcia*

L2 Paral·lel / Badalona Pompeu Fabra

L3 Zona Universitària / Trinitat Nova

L4 La Pau / Trinitat Nova

Autobus: Linee V17, B24, 39, 45 e tutte quelle che portano in centro



CC2 → Velòdrom d'Horta
Passeig de la Vall d'Hebron 185 – 201

Metro: Fermata Mundet

L3 Zona Universitària / Trinitat Nova



Autobus:



[Cliccare](#) per aprire mappa Google Maps



CATEGORIE

Le categorie disponibili coincidono con quelle stabilite nel City Race Euro Tour:



CATEGORIE UFFICIALI (Contano per il Ranking CRET)

Categoria M/W	Età entro il 31 Dicembre 2016
Youth (16-)	Età ≤ 16
Junior (20-)	16 < Età ≤ 20
Men/Women Elite City Race	21 ≤ Età ≤ 34
Veteran (35+)	35 ≤ Età ≤ 49
Supervet (50+)	50 ≤ Età ≤ 64
Ultravet (65+)	65 ≤ Età

CATEGORIE NON UFFICIALI (Non contano per il Ranking CRET)

- Open
- Children (M/W 12-)
- Beginners Adults (Long)
- Beginners Children (Short)



ISCRIZIONI E PREZZI

Per la corsa di domenica, date le sue caratteristiche, i genitori con bambini piccoli che anche ci partecipino possono chiedere ore di partenza vicine a quelle dei loro figli affinché possano accompagnarli nella partenza ed aspettarli per tornare insieme all'arrivo.

Non federati FCOC	Due corse	Una corsa	Fuori termine >= 17/10/2016 O-on line >= 24/10/2016 FABIAN 4
>16 anni	30€	15€	+5€ per corsa
<=16 anni	20€	10€	+5€ per corsa
Iniziazione adulti	20€	10€	
Iniziazione bambini	10€	5€	
Federati FCOG	Due corse	Una corsa	Fuori termine >= 17/10/2016 O-on line >= 24/10/2016 FABIAN 4
>16 anni	22€	11€	+5€ per corsa
<=16 anni	10€	5€	+5€ per corsa
Iniziazione adulti	12€	6€	
Iniziazione bambini	6€	3€	

Licenza temporanea, per giorno (obbligatoria per Non federati)	+3€
Noleggio di chip SportIDENT per giorno (Attenzione: bisogna cauzione*)	<ul style="list-style-type: none"> • SportIDENT SIAC Air+ gratis per categorie ufficiali • Gratis per iniziazione bambini • Gratis per < 16 anni
T-shirt TIC BCN '16	+10€
Giro turistico	<ul style="list-style-type: none"> • +15€ (>16anni) • gratis <= 16 anni, accompagnati da un adulto

(*) Bisogna lasciare una cauzione di **euro 60 oppure un documento d'identità ufficiale**, che verranno restituiti nel momento di devoluzione dello SportIDENT. **In caso di perdita bisognerà abbonare la quantità di euro 60.**

⇒ Le iscrizioni si fanno via la piattaforma FABIAN4



Entro il 29/10/2016

CRONOMETRAGGIO

Tutte le categorie, incluse quelle per principianti, si controlleranno attraverso il sistema SportIdent. Perciò sarà necessaria una scheda elettronica o chip che i partecipanti potranno noleggiare

NUOVO: Si è arrivato a un accordo con la ditta SportIDENT perché tutti i corridori di categorie ufficiali possano realizzare la loro corsa, se desiderano, con un chip del nuovo modello SportIDENT Air+.

Il noleggio di questo SportIDENT Air+ sarà gratuito, se però un corridore sceglie questa possibilità dovrà lasciare 60€ di cauzione oppure un documento d'identità ufficiale come garanzia. **Si prega di restituire il chip immediatamente dopo aver scaricato i tempi ogni giornata di corsa. In caso di perdita del chip bisognerà abbonare 60€.**

SportIdent installerà uno stand di promozione dove i corridori potranno acquistare le nuove schede SIAC per il nuovo sistema AIR+.

[Più informazioni su AIR+](#)

- **IMPORTANTE:**

I modelli SportIDENT Air+ si devono passare sopra il lettore (non dal fianco né di sotto), affinché il passo per il controllo corrispondente risulti correttamente registrato. **Sarà responsabilità del corridore VERIFICARE CHE VIENE EMESSE UN SEGNALE ACUSTICO E CHE SI ACCENDE IL SEGNALE LUMINOSO DELLA SCHEDA SportIDENT.**

ARRIVO

All'arrivo verrà punzonata la base SportIDENT di traguardo.

Bisognerà rivolgersi alla bancarella di scarico e svuotare il chip SportIDENT sul computer che registra i risultati, dopo di che, se il chip è di noleggio, verrà restituito e si riprenderà il documento d'identità o la cauzione depositata.

IMPORTANTE: Siete pregati di rivolgervi all'arrivo e scaricare il vostro chip anche se non avete finito la corsa! Questo ci permetterà di sapere che nessun partecipante si è smarrito o si è fatto male.

Ci sarà rifornimento solido e liquido a disposizione di tutti i corridori.

CLUB ORIENTACIÓ CATALUNYA: C/ SALOU, 25 08014 BARCELONA CLUB@CLUBCOC.CAT WWW.CLUBCOC.CAT

ASPETTI DA CONSIDERARE

- **Circolazione macchine:** Non ci sarà chiusura al traffico. Anche se si tratta di zone poco transitate, è molto importante fare attenzione ogni volta che si attraversano le strade. Bisogna rispettare assolutamente i passaggi neutralizzati sorvegliati da personale dell'organizzazione e regolati con il sistema SportIdent. I passaggi di pedoni regolati dai semafori vanno pure rispettati.
- **Attenti ai pedoni:** Dato che la corsa si svolge in una città con tanto traffico, bisognerà fare molta attenzione alle macchine che circolano per le vie, osservando sempre le regole di viabilità ed essendo rispettosi con i pedoni.
- **Pronto soccorso e ambulanza:** Ci sarà un'ambulanza pronta nel centro di competizione il sabato, e all'arrivo la domenica, per eventuali evacuazioni. In caso di lesione di un corridore sarà portato all'ospedale più vicino.
- **Lavori in corso:** Dato che si corre in città, è possibile che ci siano lavori in corso che non esistevano nel momento di stampare la mappa, che appaiano nello svolgimento della corsa. Nello stesso modo, il servizio di Parchi e Giardini può modificare i verdi della zona della corsa lunga se lavorano in qualche zona non prevista.
- **Deposito bagagli:** Staff del COC improvviserà uno spazio dove lasciare borse e oggetti di cui però non se ne faranno responsabili.
- **Docce:** Ci sarà la possibilità di fare la doccia sabato e domenica nei rispettivi Centri di Competizione.
- **WC:** Sia sabato sia domenica si potranno usare le toilette dei rispettivi Centri di Competizione.
- **Ristoro:** a parte le fontane pubbliche lungo tutto il percorso, ci sarà un punto rifornimento alla fine di ogni corsa, siti nei Centri di Competizione.
- **Calzatura:** Si sconsigliano le scarpe con chiodi. Si consiglia una calzatura pluriuso.
- **Spazio infantile:** Ci sarà una zona adibita ai figli dei partecipanti mentre corrono, dove possono rimanere sotto la responsabilità dei loro genitori. Ci sarà staff del COC sorvegliando lo spazio. Ricordate che tutti i genitori con figli in età primaticcia possono fare la domanda, nel momento della iscrizione, di chiedere ore di uscita separate dai rispettivi partner. Queste domande verranno soddisfatte nella misura del possibile.

CONTESTAZIONI

Dato il tipo di corsa, si stabilisce che non verrà annullato nessun tracciato per la scomparsa di un cancello.

Qualora il reclamo sia per questo motivo, i giudici di gara potranno decidere l'annullamento dei tracciati definiti dal cancello contestato. Per cui, tutti i corridori dovranno considerare l'opportunità di finire la corsa nonostante possano trovare degli inciampi derivati dall'accessibilità da parte del pubblico ai cancelli o per errore organizzativo. Le contestazioni, nel caso ce ne siano, dovranno presentarsi per scritto prima del consegna dei premi.

Non verranno accettati reclami in caso di punzonatura scorretta con una scheda SportIDENT Air+

RISULTATI

Verranno appesi in maniera provvisoria nel centro di competizione e su internet.

PREMI

Otterranno premio i 3 primi qualificati di ogni categoria ufficiale e non.

Il primo classificato nelle categorie HE e DE riceverà un modello Air+ offerto da SportIDENT.



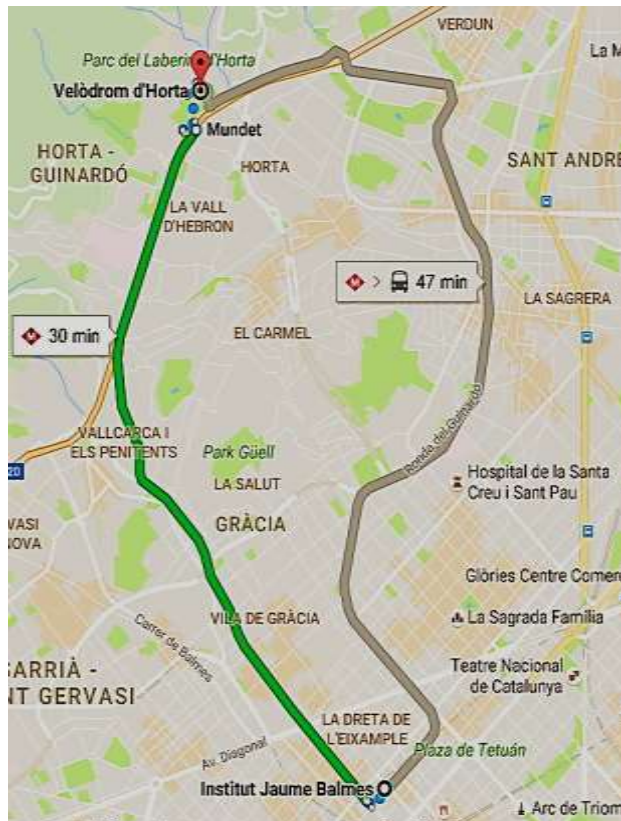
CORSA MEDIA DISTANZA: MUNDET e MONTBAU

La corsa di media distanza si svolgerà per i quartieri di Llers Mundet e Montbau. Il centro di competizione sarà presso il Velodromo d'Horta.

Per arrivarci con i mezzi pubblici dall'Institut Jaume Balmes (ci vogliono 22 minuti):

Metropolitana **L3** direzione Trinitat Nova

- Prendere la metro, fermata "**Passeig de Gràcia**" (treno ogni 3 min.)
- 8 fermate - (tragitto: 15 minuti)
- Scendere nella fermata "**Mundet**"
- Camminare fino al Velòdrom



❖ INFORMAZIONE TECNICA

La distanza dal centro di competizione alla partenza è di 1200 metri (20 minuti a piedi). L'arrivo è nello stesso centro di competizione (scarica Sportident, deposito bagagli, docce).

Non verranno riprese le mappe alla fine della corsa, preghiamo quindi gioco pulito da parte dei corridori!

Mappa: "Campus Mundet e Montbau Barcelona"
Scala: 1:4.000
Equidistanza: 2,5 m.
Norme: ISSOM 2007
Cartografi: Ferran Santoyo e Àngel Pi Boada
Aggiornato: Agosto 2016
Tracciati: Biel Ràfols Perramon

Categoria	Distanza	Controlli
M ELITE	4,5	33
W ELITE	3,8	28
M VETERAN	3,8	25
W VETERAN	3,1	23
M SUPERVETERAN	3	25
W SUPERVETERAN	2,5	22
M ULTRAVETERAN	2,7	25
W ULTRAVETERAN	2,3	24
M JUNIOR	2,9	25
W JUNIOR	2,4	17
YOUTH	3,4	24
CHILDREN	1,5	17
M OPEN	3,1	25
W OPEN	2,6	25
BEGINNERS LONG	2,4	22
BEGINNERS SHORT	1,5	13

❖ NOTE DEL TRACCIATORE

- Malgrado non si tratti di una zona molto transitata, occorre stare attenti nel momento di attraversare le strade, dato che la circolazione stradale è aperta.
- Alcuni circuiti passano da sotto la Ronda de Dalt, ci sono due passaggi adibiti. È quindi assolutamente vietato attraversare questa grande strada.
- Ci sono controlli siti in verde pubblico, per cui bisogna essere accurati e non guastare queste zone.
- In alcune categorie dovranno punzonarsi più di 30 controlli lungo il percorso. Assicuratevi che il vostro modello di **SportIDENT** ha **abbastanza capienza da registrare tutti quanti i controlli!**



CORSA LUNGA DISTANZA: CIUTAT VELLA

La corsa di lunga distanza, valida per il City Race Euro Tour, si svolgerà per Ciutat Vella. Il centro di competizione sarà presso l'Institut Jaume Balmes.

Per arrivare a piedi al punto di partenza dal Centro di Competizione, e posteriormente tornare dall'arrivo a scaricare i tempi, si procurerà ai partecipanti di una cartina, e inoltre verrà segnato il percorso con i nastri nella solita maniera.

Non si riprenderanno le mappe alla fine della corsa. Si prega gioco pulito ai corridori!

ATTENZIONE!

Come già sappiamo, Barcellona è una città sportiva e che si muove, e proprio questa domenica il TICBCN coincide nel tempo e nello spazio con la "Carrera de la Mujer".

Il cammino del centro di competizione alla partenza, e dall'arrivo al centro di competizione, attraversa la Gran Via de les Corts Catalanes e la Ronda de Sant Pere. E quindi è più che possibile di trovare ambedue le strade piene zeppe di corritrici (30 000 iscritte) e risulta impraticabile attraversarle. Se questo dovesse essere il caso, **bisognerà prendere un percorso alternativo che aggiungerà alcuni metri (e dei minuti) al tempo di spostamento fino alla partenza o dall'arrivo. Abbiate presente questa possibilità specie se ci andate tra le 10: 00 e le 11: 00!!!**

Ad ogni corridore si provvedrà di una cartina con i percorsi (ottimo e alternativo) segnalati per arrivare fino alla partenza. Inoltre, saranno tutti e due ornati con nastri di colori diversi.

❖ INFORMAZIONE TECNICA

La distanza dal centro di competizione alla partenza è di 1350 metri (15-20 minuti a piedi), e dall'arrivo al centro di competizione (scarica Sportident, deposito bagagli, docce) ci sono 1000 metri (15 minuti)

Mappa: "Barcelona - Ciutat Vella"
Scala: 1:5.000
Equidistanza: 2,5 m.
Regole: ISSOM 2007
Cartografo: Àngel Pi Boada
Aggiornato: Settembre 2016
Tracciato: Àngel Pi Boada

CATEGORIA	DISTANZA	CONTROLLI
M ELITE	9,2	36
W ELITE	8,1	33
M VETERAN	8	33
W VETERAN	6,9	30
M SUPERVETERAN	6,1	30
W SUPERVETERAN	5,5	28
M ULTRAVETERAN	5,3	25
W ULTRAVETERAN	4,3	22
M JUNIOR	6,3	28
W JUNIOR	5,4	25
YOUTH	4,4	20
CHILDREN	2,4	18
M OPEN	7	30
W OPEN	5,7	26
BEGINNERS LONG	6	25

CATEGORIA	DISTANZA	CONTROLLI
BEGINNERS SHORT	2,2	16

❖ NOTE DEL TRACCIATORE

- La circolazione stradale è aperta e quindi ci vuole precauzione.
- Ci sarà un passo con semaforo regolato con il tempo neutralizzato per tutti i circuiti.
- I circuiti più lunghi attraverseranno La Rambla senza passo obbligato né neutralizzato, e ci sarà traffico in ambidue i sensi. Si richiede la massima prudenza e, quando possibile, fare uso delle strisce pedonali.
- Attenzione: in alcune strade possono essere passati i servizi di nettezza urbana e la pavimentazione potrebbe essere umida e scivolosa (attenzione specie al girare gli angoli!).
- Abbiamo preparato qualche novità per fare i tracciati più divertenti, attenti alla mappa!!!
- In alcune categorie si dovranno punzonare più di 30 controlli lungo il percorso. Assicuratevi che il vostro modello di **SportIDENT ha abbastanza capienza da registrare tutti quanti i controlli!**

❖ SORTEGGIO

Alla fine della consegna di trofei, ci sarà un sorteggio di 2 modelli Air+, offerti da SportIDENT.



CORSA MICRO-SPRINT

Avrà luogo presso il centro di competizione Institut Jaume Balmes, e si svolgerà lungo le 2 giornate del TICBCN.

Questa è un'attività puramente ludica, volontaria, gratuita e che mettiamo alla vostra disposizione per riempire d'orientamento quelle che potrebbero essere "ore morte". **Non bisogna previa iscrizione**, basta andare alla zona del Micro-Sprint ed iscriversi sul posto.

Il formato sarà di Campionato di Micro-Sprint, con classifica, semifinali e finale.

❖ CLASSIFICA

Si potrà partecipare entro i seguenti orari:

Venerdì 4	dalle ore 18:00 alle 21:00
Sabato 5	dalle ore 10:00 alle 12:00 e dalle 18:00 alle 19:30

❖ SEMIFINALI

Sabato 5	alle ore 20:00
----------	----------------

Passeranno gli 8 migliori tempi maschili e gli 8 migliori femminili. I nomi dei semifinalisti verranno pubblicati presso lo stesso centro di competizione. I semifinalisti si elimineranno tra di loro per scontro diretto di 2 in due (1° tempo contro 8°, 2° contro 7°,...)

❖ FINALE

Sabato 5	A continuazione delle semifinali.
----------	-----------------------------------

I 2 migliori uomini e le 2 migliori donne delle semifinali.

Design del Micro-Sprint: Pau Llorens, del club COB. Grazie, Pau!



COLLABORANO



OFFERTE SPECIALI DEI NOSTRI COLLABORATORI



15% DTE.en CALÇAT, TEXTIL I MOTXILLES (sobre PVP i no acumulable a d'altres ofertes o promocions)

El Corte Inglés



For non-resident foreign tourists:

- WELCOME GIFT: Invitation to a glass of wine and a delicious "tapa"
- 10% REWARD: Accumulate 10% of the value of your shopping
- TAX REFUND

