

*ALLENAMENTO TECNICO DI ORIENTAMENTO
DA PARTE DEL COMITATO REG. FISO LAZIO
A CURA DI: GIULIO ROSSI*



QUANDO: Sabato 26-11-2016 dalle ore 14:00 fino alle ore 17:00

DOVE: Tuscolo
Via Stella polare 1214, Loc. Praterna, Monte Compatri

ALLENAMENTO PROPOSTO:

- Tre livelli di difficoltà: Principiante, Avanzato, Esperto
- Cerchi a banana: cerchietti deformati e ingranditi; la lanterna viene individuata tramite la lettura della descrizione punto
- Percorso semplice in linea per i meno esperti, con possibilità di variazioni
- Percorso a macchie: Viene annerito il tratto per arrivare al punto, tranne alcuni dettagli.
- Simulazione di una gara di Rogaining della durata di 30 minuti (Modalità Score)

COME ARRIVARE:

Via Stella polare 1214, Loc. Praterna
Coordinate: 41.8021117, 12.7233911



L'allenamento si svolgerà al raggiungimento di 15 partecipanti, e il costo sarà di 3€ a persona. Si prega di comunicare le **adesioni** se possibile **entro venerdì 25-11 alle ore 11:00**, in modo da permettere la stampa delle carte e vedere se raggiunto il numero minimo dei partecipanti.

Si raccomanda un abbigliamento adeguato anche se non è prevista pioggia.

Inviare le adesioni a Giulio Rossi, alla e-mail: ER.CAPO@HOTMAIL.IT
oppure via sms al numero di cellulare **3384328404** (indicando anche la difficoltà)



A Presto,

nella speranza di una bella giornata di allenamento

Giulio Rossi.