

CARRERA DE ORIENTACIÓN

RIBADESELLA

INDIVIDUAL
Y
PAREJAS

MAXI SCORE



7 ABRIL 2019

LAST-O

MAPA DE PEDRO TEIXEIRA (1634)

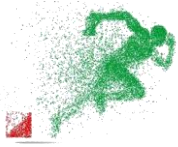
LAST-O.ES

WWW.NORDESTEORIENTACION.ES
INFO@NORDESTEORIENTACION.ES

fedo
Federación Española de Orientación
DELEGACIÓN ASTURIAS

Hotel Gavitu

Celorio - Llanes - Asturias
(+34) 985 40 05 88
www.hotelgavitu.es



BOLETÍN FINAL

NOVEDADES

Aquí tenéis el Boletín Final de la carrera de Ribadesella con las siguientes novedades:

- Composición jurado técnico
- Escalas mapas
- vestimenta obligatoria
- Ultimas "aclaraciones"

LECTURA OBLIGADA.

Queremos dar comienzo al boletín final de la carrera del 7 de abril con una serie de reflexiones en voz alta, que esperamos sean bien recibidas y mucho más respetadas:

Teniendo en cuenta la característica de la prueba que os ofrecemos y el gran tamaño que comprende la zona donde se disputa, desde el Nordeste hemos tenido que realizar un inmenso trabajo de localización de propietarios y solicitud de permiso de pasos a estos.

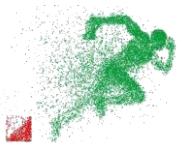
Aquellas propiedades que está en magenta (prohibido) o en verde "aceituna" (propiedad privada), no se presentan así por una mera casualidad o capricho por nuestra parte. Como intuiréis y esperamos que comprendáis, son propiedades por donde no nos han permitido el paso. Os pedimos por favor que no crucéis por estas zonas, ya que vuestra acción, puede reportar al club posibles sanciones y la negación de futuros permisos por parte del Ayuntamiento de Ribadesella para la celebración de carreras de orientación, con el perjuicio que esto puede suponer, no solo para el club Nordeste sino también para la orientación Asturiana. A nivel nacional, ya son varias las pruebas a las que no les han concedido los pertinentes permisos, en muchos casos las razones no son ni más ni menos que las que os exponemos.

Os pedimos que respetéis las zonas prohibidas y las zonas privadas, si encontráis "portillas" cerradas y pasáis por ellas, aseguraros de dejarlas cerradas, en algún prado os podéis encontrar hilos de pastores eléctricos, por favor procurar no romperlos, respetar las vallas.

Confiamos en vosotros y estamos seguros que tratareis por todos los medios de no realizar acciones que nos puedan suponer sanciones o incómodas situaciones con dueños o llevadores de las propiedades.

Gracias.





PRESENTACIÓN

Hola amigos, de nuevo os presentamos la primera carrera del club Nordeste Orientación para esta temporada y nuevamente os invitamos a que participéis, disfrutéis y os entretengáis con la prueba que estamos preparando para vosotros. En esta temporada, desde el Club Nordeste Orientación os ofrecemos una carrera en modalidad Score (recorrido libre) y de duración determinada.

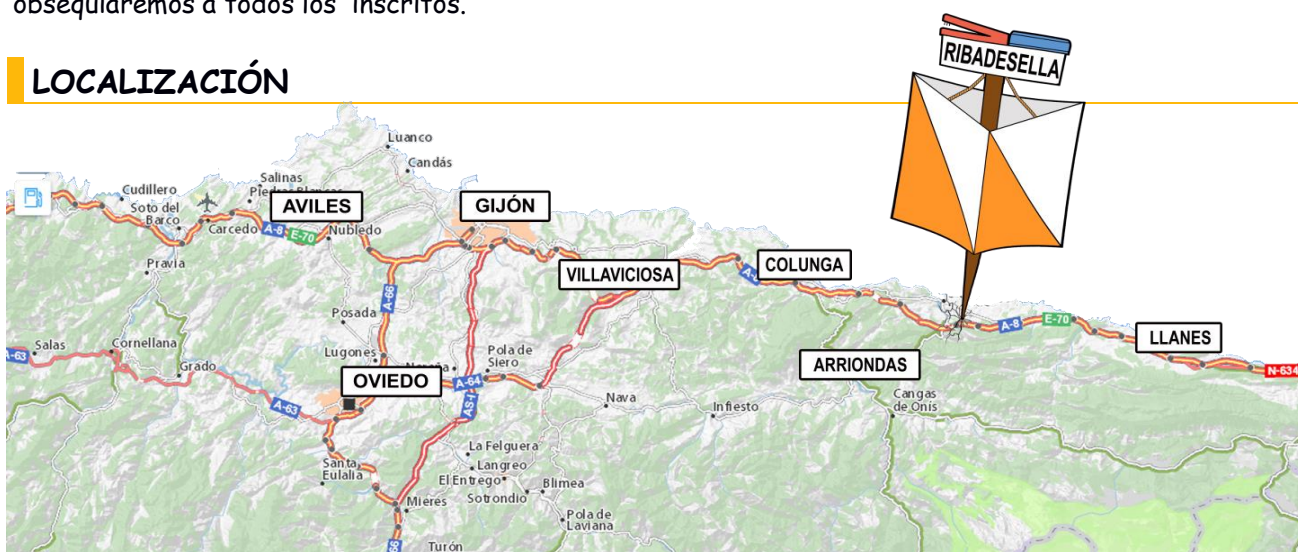
El **7 de abril** os esperamos en Ribadesella, para que podáis disfrutar de una prueba de orientación, valedera para la Liga Asturiana de Orientación 2019 (LAST-O), en un marco inigualable para el disfrute y práctica de la orientación: RIBADESELLA (una pequeña parte de zona urbana y una extensa zona alrededor, en buena parte rural pero también con zonas de "laurisilva" asturiana con penetrabilidad desde el blanco al verde dos y alguna que otra sorpresa). Naturalmente estrenamos mapa (ya os informaremos en próximos boletines sobre el), otra buena razón para que no os perdáis la prueba que proponemos. Como es habitual, en esta carrera tendremos categorías oficiales y categorías OPEN para no federados o corredores que se inician en la orientación deportiva.

Las categorías en la que pueden participar los corredores populares son:

1. OPEN AMARILLO: Iniciación niños, Posibilidad de correr acompañando al niño.
2. OPEN NARANJA: Iniciación adultos. indicada para adultos sin experiencia en la orientación deportiva o no muy buen nivel físico. Se puede hacer acompañado.
3. OPEN ROJO: Indicada para adultos con experiencia en orientación deportiva o con buena forma física. Es la única categoría en la que no se puede correr acompañado.
4. OPEN ROJO PAREJAS (Adultos que podrán ir en pareja): Por las características de la prueba de Ribadesella y después del éxito de participación en la pasada edición, volvemos a proponer esta categoría en la cual los adultos que ya hayan participado en alguna prueba de orientación o tengan buena forma física, se pueden inscribir en pareja si así lo consideran. En esta categoría todos los corredores llevarán un mapa y deberán abonar la inscripción cada uno, no existiendo la figura del acompañante.

* Aproximadamente hacia las 12:15h los niñ@s de 4 a 9 años podrán disfrutar de un divertido "CORRELÍN" (Pequeña carrera de orientación adaptada para dichas edades), pero deberéis inscribir a los peques (en el formulario o por orienteering) para que no se queden sin la deliciosa sorpresa con que obsequiaremos a todos los inscritos.

LOCALIZACIÓN





PUNTOS DE INTERÉS



- Centro de Competición (A pocos metros del aparcamiento principal de la playa, junto al puesto de Salvamento del Principado)
Ubicación:
<https://goo.gl/maps/jdfZebpnEGD2>
Cómo llegar al Centro de Competición..
<https://goo.gl/fPFykN>
Coordenadas:
[43°28'03.0"N 5°04'35.7"W](https://www.google.com/maps/place/43.467509,-5.076592)
[43.467509, -5.076592](https://www.google.com/maps/place/43.467509,-5.076592)
- Aparcamiento
Próximo al final de la playa y al Centro de Competición
- Secretaría
En la caseta de Salvamento del Principado al final de la playa de Santa Marina
- Entrega de trofeos II ROGAINE DE RIBADESELLA:
Junto al Centro de Competición

PROGRAMA

DOMINGO 7 de abril:

09:30 Apertura de secretaria

10:30 Salida categorías: ME, FE, M21, M40

DURACIÓN MÁXIMA 3 HORAS. EN META A LAS 13:30.

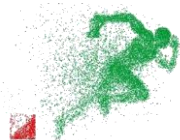
10:45 Salida categorías: F SENIOR, OPEN ROJO, OPEN ROJO PAREJAS, M16, F16.

DURACIÓN MÁXIMA 2 HORAS, EN META A LAS 12:45.

11:00 Salida categorías: OPEN NARANJA, MF14, MF12.

DURACIÓN MÁXIMA 1 HORA, EN META A LAS 12:00





12:00 Salida categoría: OPEN AMARILLO (carrera en línea por la zona de la playa de Ribadesella).

12:15 Salida Correlín. Para niños de 4 a 9 años, previa inscripción (gratuita).

14:00 Cierre de meta.

14:30 Entrega de trofeos.

* En esta ocasión salida y meta estarán ubicadas en la misma zona

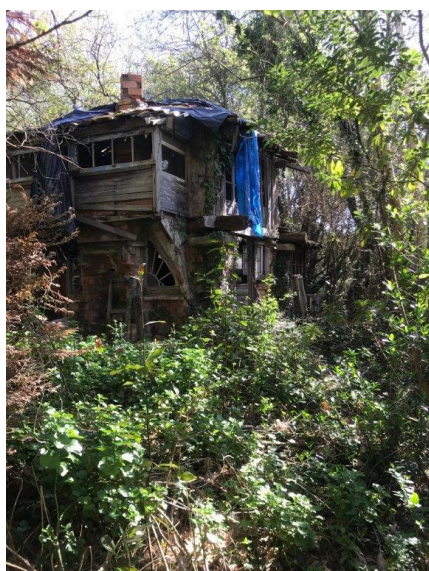
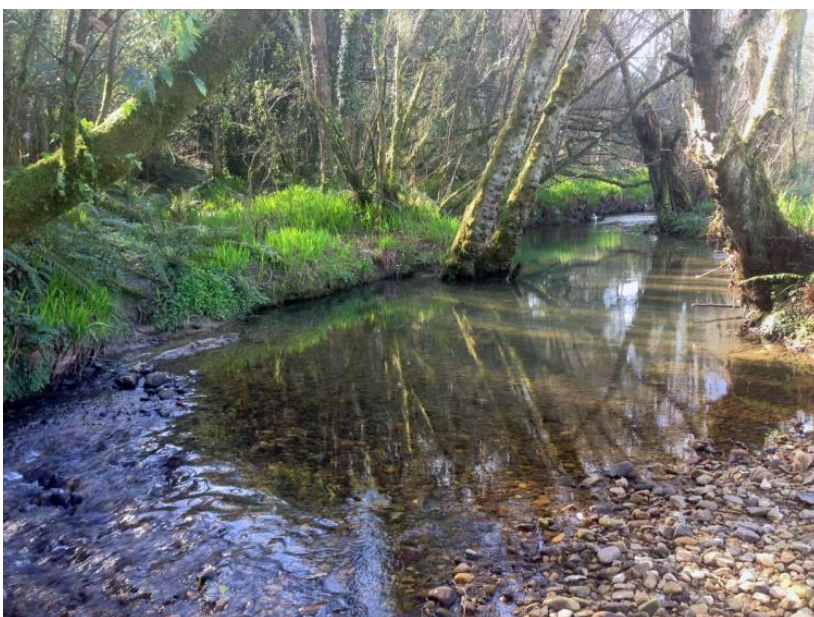
** Esta prueba se rige por la Normativa de la Liga Asturiana de Orientación.

*** Este programa puede sufrir modificaciones por necesidades organizativas.

INFORMACIÓN TÉCNICA DEL MAPA DE RIBADESELLA

El mapa que usaremos en la carrera del 7 de abril en Ribadesella fue levantado en su mayoría en 2018 y 2019 por Sergio Rezzonico, aunque comprende una pequeña parte del mapa usado en la carrera de febrero de 2018.

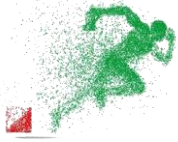
Una maraña de zonas perfectamente diferenciadas: prados, bosque, población rural y población urbana, cosidas por una amplia y diversa red de pistas y caminos, hacen del mapa de Ribadesella un original y variado terreno de juego para disfrutar de la 2ª carrera de la Liga Asturiana 2019.



La zona cartografiada tiene en general unos desniveles limitados, con cotas que varían desde el nivel del mar a poco más de 100 metros de altitud. Sin embargo, el relieve es muy presente, con gran cantidad de colinas, depresiones, pequeños valles y arroyos. En consecuencia, el desnivel acumulado puede llegar a ser considerable y por esto primará la buena interpretación de la curva de nivel, para ahorrarse metros de más en la suma final gracias a una buena estrategia.

Las explotaciones rurales son predominantes y por tanto prados, cultivos y eucaliptales son presentes en cantidad. Sin embargo, gracias entre otros factores al clima y la orografía, se han preservado de manera notable pequeños bosquetes de laureles, encinas y castaños y en menor medida abedules y acebos. Es lo más sorprendente del mapa: entre un eucaliptal y un cultivo, a pocos





metros de la civilización, de repente aparecemos en otra dimensión con la sensación de estar en un bosque jurásico, una "laurisilva" salvaje en la que solo falta alguna especie animal extinguida de las que se encuentran en algunas pinturas rupestres de la zona.

Los mapas tienen escala 1:10000 (excepto Open Amarillo) y en algunos recorridos habrá ampliación de zonas más ricas de detalle.



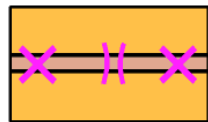
SIMBOLOGÍA EMPLEADA A TENER EN CUENTA

Recordamos la importancia y obligatoriedad de respetar las zonas prohibidas. Sea por cuestiones de seguridad o por falta de permiso, no se pueden cruzar las zonas privadas (verde oliva) ni las áreas de acceso prohibido (cuadrícula magenta). En el ejemplo siguiente, no se puede pasar de la carretera al camino de la izq. ni entrar en la zona der. (y tampoco por el camino en negro que lleva al edificio porque no tiene salida a una zona permitida).

En el caso de carreteras con tráfico peligroso, está prohibido pasar por ellas si están marcadas con la cruz magenta, excepto en los puntos de paso indicados.



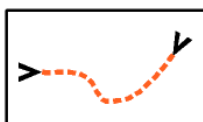
Zona prohibida (709) y propiedad privada (520)



Punto de paso o cruce (710) en ruta prohibida (711)

SIMBOLOGÍA ESPECIAL POR LAS CARACTERÍSTICAS DE LA CARRERA

Debido a las peculiaridades de la zona de carrera, se ha introducido un símbolo especial para indicar un paso subterráneo: línea discontinua naranja. Los corredores pueden transitar libremente de un extremo a otro del paso en ambos sentidos (no siendo en ningún caso obligatorio y sin necesidad de uso de linternas frontales).



Paso subterráneo





En esta zona, igual que en otras partes de Asturias, existen antiguos hornos de cal ("caleros"). Se trata de pequeñas construcciones de piedra de forma cilíndrica, en muchos casos semienterradas y con apariencia de hoyo con paredes de piedra o ladrillos. Se ha usado el símbolo 530 de elemento especial (círculo negro).



Calero

COMENTARIOS DEL TRAZADO

La extensión de todos los mapas de las categorías Maxi-Score es notable (teniendo en cuenta el tiempo a disposición) y es poco probable que alguien consiga pasar por todas los controles. Por esta razón, consideramos que será más importante que nunca dedicar unos instantes para planificar el recorrido. Los tipos de entorno presentes en el mapa son varios: el residencial (con tráfico de vehículos limitado y zonas privadas de acceso prohibido), el rural (en el que nunca se puede descartar la presencia de algún tractor trabajando o de ganado) y el natural (con bosque y detalles de roca).

Lo normal en esta época del año sería que nos encontremos el suelo húmedo y en algunos casos encharcado. De hecho, en la edición anterior las inundaciones nos obligaron a recortar y modificar el recorrido. Sin embargo, la prolongada y anormal sequía de los últimos meses ha provocado que no sea así e incluso algunos arroyos están secos, aunque en algunos puntos concretos sí que podemos mojarnos un poco y hay un par de cuestas en las que es mejor tener buen agarre en las suelas.

Los controles están repartidos de forma desigual, con zonas bien diferenciadas: desde terreno muy rápido y sencillo a zonas lentas y técnicas. Uno de los retos a los que se afrentarán los corredores será el de saber reconocer dónde podrán puntuar más según sus capacidades y decidir el recorrido en función de esto. El recorrido más evidente puede no ser el óptimo.

Es importante tener en cuenta el número de controles para la capacidad del SportIdent.

- Recorrido 1 hora: menos de 20 controles
- Recorrido 2 horas: menos de 30 controles
- Recorrido 3 horas: más de 30 controles (aunque pensamos que nadie conseguirá hacerlos todos, los pocos que puedan pasar por más de 30 controles deben de tener una pinza Sportident con suficiente capacidad).





GUÍA RÁPIDA CARRERA DE ORIENTACIÓN

La práctica de la orientación deportiva, puede quizá resultar diferente al inicio en comparación con otras disciplinas, pero es muy sencillo, con esta guía te resolvemos todas tus posibles dudas.

DINÁMICA DE LA CARRERA

En las Zonas de Salida y meta, los participantes deben seguir las instrucciones de los jueces y personal de la organización, no acatar estas normas podría suponer el no permitir tomar la salida o no realizar la descarga al finalizar la prueba.

En la salida, se dispondrá de bases para limpiar y chequear las tarjetas Sportident. **Es responsabilidad de cada corredor limpiar y chequear su tarjeta electrónica antes de comenzar el recorrido**, así como de coger el mapa correspondiente a su categoría.

La carrera que os proponemos para el día 7 de abril es una prueba en formato SCORE (la organización no propondrá un recorrido a seguir), con un tiempo limitado será el propio orientador quien decida el orden y el número de controles a visitar (estrategia).

El objetivo de la prueba es conseguir el mayor número de puntos en el menor tiempo posible. Estos puntos se consiguen pasando por los controles marcados en el mapa que se entregará al comienzo de la prueba. Habrá "numerosos" controles, plasmados en el mapa, con puntuación diferente, según su dificultad física y/o técnica para llegar a ellos.

La puntuación de cada control la detallara el numero de decenas del código de la baliza, por ejemplo, la baliza 62 tendrá una puntuación de 6 puntos; la baliza 49 tendrá una puntuación de 4 puntos...

No será obligatorio pasar por todos los controles, de hecho, lo más probable es que nadie lo consiga. Por ello, hacer una buena planificación previa del recorrido que se quiere realizar, será fundamental. Tampoco será obligatorio estar en carrera las 3 horas / 2 horas / 1 hora indicadas como tiempo máximo, se puede finalizar la carrera en cualquier momento dentro de ese tiempo. Se recomienda dedicar unos minutos a hacer dicha planificación (estrategia), marcando con un rotulador la ruta prevista. Una vez avance la carrera, será importante valorar si se está cumpliendo la previsión, teniendo en cuenta el ritmo que se lleva y el tiempo que queda...

¿Es mejor conseguir visitar menos controles y llegar dentro de las horas estipuladas por la organización en cada categoría a conseguir más puntos y llegar tarde a meta?. ¿Qué opináis?

Llegar fuera de tiempo supondrá una penalización. Por cada minuto de retraso se perderá 1 punto!!!!

Ejemplo penalización para 3 horas de carrera:

De 3:00:01 a 3:01:00-----1 punto de penalización.

De 3:01:01 a 3:02:00----- 2 puntos de penalización.

De 3:02:01 a 3:03:00----- 3 puntos de penalización.

Más de 30 minutos se pierden TODOS los puntos obtenidos.

Todas las categorías sin excepción usarán el sistema de tarjeta SportIdent. La organización dispondrá de tarjetas para su alquiler. En todos los controles existirá pinza manual para utilizar en caso





de detectar el fallo de alguna base. No presentar la correspondiente tarjeta electrónica en meta, será motivo de descalificación.

Al cruzar y ticar la línea de meta, el corredor habrá terminado su recorrido y deberá seguir las indicaciones de jueces y personal de la organización; una vez que haya descargado su tarjeta electrónica, podrá recoger el correspondiente control de tiempos.

Es **OBLIGATORIO** pasar por meta para controlar los corredores que faltan por llegar.

BAREMOS DE VICTORIA.

La clasificación final se establecerá según los siguientes criterios:

- Vencerá quien consiga más puntos, como resultado de la suma de los valores de los controles visitados menos posibles penalizaciones por la llegada tarde a meta.
- En caso de empate: quien haya empleado menos tiempo.
- Si continúa el empate: quien haya visitado más controles.
- Y si aun así continuara el empate quien tenga mayor número de controles de mayor puntuación (seguiríamos así hasta que se rompa el empate).
- EL TIEMPO FINAL DEL EQUIPO, LO PRECISA EL ULTIMO COMPONENTE DE DICHO EQUIPO QUE TIQUE LA META.

PROCEDIMIENTO DE CERTIFICACIÓN DEL CONTROL

Las categorías OPEN AMARILLO Y OPEN PAREJAS, en las cuales se permite la participación en pareja y/o equipo, para darles por buenos los controles que visiten, todos los miembros del equipo deberán ticar el control (en caso contrario el control no se dará por bueno) también es obligatorio en estas categorías que los miembros del "equipo" no transiten con una separación mayor de 50m entre los componentes del equipo (si los jueces de carrera o los propios participantes identifican o denuncian a un equipo por este hecho, podrían ser excluidos de la carrera).

Así mismo en el ticado del control por parte del equipo al completo, no se podrá demorar más de 60 segundos desde que tica el primer componente y tica el ultimo componente del equipo.

COMPOSICIÓN JURADO TÉCNICO

- Siguiendo Club Organizador (La Brújula):
SIGUE ESTANDO PENDIENTE
- Corredor elegido por el Nordeste al azar (CASTROPOL ORIENTACIÓN):
SIGUE ESTANDO PENDIENTE
- Club Organizador (Nordeste):
Nayo Tarno





ESCALA MAPAS DE LOS DIFERENTES RECORRIDOS

Las escalas que se usarán en los distintos recorridos serán:

- 3 horas, escala 1:10000, **39 controles**
- 2 horas, escala 1:10000, **29 controles**
- 1 Horas, escala 1:10000, **16 controles**
- Open Amarillo, escala: 1:7500, **10 controles**

VESTIMENTA ACONSEJABLE

Es aconsejable salir a la carrera con pantalón y camiseta largos, estamos en Asturias y la vegetación no es cosa de bromas.

El calzado que usemos el día debe tenerse muy en cuenta, se transitara por todo tipo de caminos, pistas y carreteras al igual que diferentes tipos de terreno (bosque, prados, terrenos embarrados y encharcados...), sin dejar pasar la duración de la prueba. **Excepto para el recorrido de Open Amarillo, desaconsejamos el uso de zapatillas de correr pensadas para asfalto, siendo muy recomendables zapatillas tipo trail con suela todoterreno.**

ÚLTIMAS INDICACIONES

- El viernes día 5 publicaremos las horas de salida de la categoría open amarillo. Estas horas serán meramente de "referencia".
- **En función de la categoría, son hasta 3 horas de competición.** Aunque haya fuentes por la zona, quizás sea conveniente llevar avituallamiento líquido.
- Hay carreteras que están totalmente prohibidas, solo pudiéndose cruzar o transitar por puntos muy concretos marcados en el mapa.
- **Al ser una carrera de duración limitada en el tiempo, es buena idea llevar reloj para saber cuándo volver...**
- **En este tipo de carreras, puede ser útil un rotulador para trazar sobre el mapa la ruta que pensamos realizar (estrategia).**

INSCRIPCIONES

Sólo se admitirán inscripciones en pareja/equipo en las categorías OPEN AMARILLO, OPEN NARANJA, Y OPEN ROJO PAREJAS.

Los corredores que no tengan licencia FEDO deben suscribir **seguro de prueba 2€**, siendo datos obligatorios: Nombre Completo, DNI, fecha de nacimiento y categoría.

- Inscripción corredores con licencia FEDO y/o club:
En este enlace: www.orienteingonline.net
- Inscripción corredores sin Club (sin licencia FEDO)
En este enlace: [formulario](#)





El pago de las inscripciones se deberá realizar con anterioridad a la prueba. Los corredores independientes serán responsables de su pago. Los Clubes serán responsables del pago de las inscripciones de sus socios. Los clubes deberán realizar un único ingreso bancario con el importe correspondiente a las inscripciones de sus socios en la siguiente cuenta:

Titular: Club Nordeste Orientación.
Entidad: OPEN BANK ES23 0073 0100 5905 0530 2094

Concepto: "nombre del Club/Persona + RIBADESELLA 2019" La inscripción no se considerará formalizada hasta efectuar el ingreso bancario.

3. Enviar justificante de pago una vez realizado el ingreso a la dirección de correo electrónico: tesoreria@nordesteorientacion.es. El plazo de inscripciones finaliza a las 23:59 horas del martes 2 de abril de 2019.

Las inscripciones fuera de plazo, estarán condicionadas a la existencia de mapas de la categoría correspondiente, se solicitarán directamente al club a través del correo electrónico (info@nordesteorientacion.es) y en todos los casos se les aplicará un recargo de 2€ por inscripción.

CUOTAS

Inscripción: **8€** por persona (los acompañantes de OPEN AMARILLO y OPEN NARANJA no pagan inscripción).

Seguro de prueba OBLIGATORIO para quien no tenga Licencia Federativa: **2€** (incluidos acompañantes)
Alquiler SportIdent: **2€** + DNI a modo de fianza cuando se retire. (LOS ACOMPAÑANTES NO LLEVAN)

En la categoría OPEN ROJO PAREJAS todos los corredores llevarán mapa y SportIdent durante la carrera siendo necesario el abono de la inscripción por parte de cada uno de los integrantes del equipo. En esta categoría no existe la figura del acompañante.

INFORMACIÓN IMPORTANTE: Todos los corredores deben participar con un seguro, los que no tengan licencia FEDO deberán hacerlo con la licencia de prueba (2 €). Las categorías OPEN son las únicas en las que pueden participar los deportistas sin licencia FEDO.

CATEGORÍAS

Categorías participantes populares "sin licencia federativa anual"

OPEN AMARILLO (Iniciación Niños)	Posibilidad de correr acompañado. Si el niño va acompañado se debe de indicar en la inscripción con quien va acompañado en "nombre equipo".
OPEN NARANJA (Iniciación Adultos)	Se puede correr en grupo indicándolo previamente en la inscripción en el apartado "nombre equipo".
OPEN ROJO Adultos con experiencia o buena forma física).	Solo se permite la participación individual en esta categoría.
OPEN ROJO PAREJAS (Adultos con experiencia o buena forma física)	Se permite la participación <u>en pareja, trió, equipo...</u> en esta categoría.





Categorías corredores federados "categorías oficiales"

F12	Chicas que cumplan en esa temporada 12 años o menos.
M12	Chicos que cumplan en esa temporada 12 años o menos.
F14	Chicas que cumplan en esa temporada 14 años o menos.
M14	Chicos que cumplan en esa temporada 14 años o menos.
F16	Chicas que cumplan en esa temporada 16 años o menos.
M16	Chicos que cumplan en esa temporada 16 años o menos.
F-SENIOR	Mujeres sin límite de edad, física y técnicamente, menos exigente que la categoría Elite Femenino.
M40	Hombres que cumplan esa temporada 40 años o más.
M21	Hombres que cumplan en esa temporada 17 años o más.
F ELITE	Mujeres que cumplan en esa temporada 17 años o más, con experiencia en el deporte de la orientación y capacidad para realizar recorridos exigentes.
M ELITE	(Categoría cerrada): Hombres que cumplan en esa temporada 17 años o más y con derecho a correr en dicha categoría.

MÁS INFORMACIÓN:

WEB: <http://www.nordesteorientacion.es>

Email: info@nordesteorientacion.es

Teléfono: 627 59 18 51.

