

DECATHLON

DECATHLON

DECATHLON

DECATHLON

DECATHLON

DECATHLON

DECATHLON

DECATHLON

DECATHLON

DECATHLON

DECATHLON

DECATHLON

DECATHLON

DECATHLON

DECATHLON

DECATHLON

DECATHLON

DECATHLON

# ORIENTACIÓN

## DISFRUTA EN LA NATURALEZA

# PARQUE DE BENS

**Domingo 13 de noviembre**

**Salida 10:00 Horas**

COLABORAN



DECATHLON

DECATHLON

DECATHLON

DECATHLON

DECATHLON

DECATHLON

DECATHLON

DECATHLON

# CARRERA DE ORIENTACIÓN

La Carrera de Orientación es una carrera contra reloj, en la que el deportista tiene que pasar por una serie de **controles**, los cuales están señalados con exactitud en su **mapa**, y situados en el terreno mediante una **baliza**.

Esta modalidad deportiva consiste en realizar un recorrido, a través de un espacio (normalmente terreno natural), en el que hay colocadas un número conocido de postas o balizas, que cada corredor debe encontrar y visitar. El número de balizas, la longitud del recorrido (o extensión del terreno utilizado) y la dificultad del terreno (cuestas, bosque, obstáculos naturales, etc.) son variables y se eligen en función del nivel de los participantes.

El objetivo de la carrera es completar el recorrido (pasar por todas las postas) en el menor tiempo posible valiéndose tan sólo de la información aportada por el mapa y en todo caso con la ayuda de la brújula como instrumento de apoyo para orientar el mapa o a nosotros mismos.

Las balizas, son unos cuadros o unas bolsas de color blanco y naranja, así como otro sistema para marcar la tarjeta (o el mapa) que el corredor entrega al llegar a meta. De esta forma la clave de cada baliza garantiza que el corredor ha pasado por las balizas y que además ha sido capaz de identificarlas con respecto al mapa.



El próximo **DOMINGO 13 de NOVIEMBRE** te invitamos a participar y disfrutar con nosotros en un paraje ideal y al mismo tiempo aprender un poco de **ORIENTACIÓN**.

Organizaremos esta carrera apta tanto para los deportistas más preparados como para los iniciados, en un entorno único, el parque municipal de BENS.

DECATHLON (Oleiros) te anima a participar en esta carrera de demostración para los iniciados y entrenamiento para el resto de practicantes de este bello deporte.

Al final de la carrera habrá sorteo de material deportivo entre todos los participantes.

**Lugar.** Parque Municipal de BENS (A Coruña)

**Hora de Salida:** 10:00

**Hora de Cierre de Meta:** 13:00

**Categorías:**

**Niños (Hasta 14 años)**

**Recorrido 1 (Fácil y corto)**

**Recorrido 2 (Dificultad y distancia media)**

**Recorrido 3 (Dificultad alta y larga distancia)**

**Mapa:** A escala 1:5000

**Inscripciones y toda la información en DECATHLON (Oleiros)**

**Los menores de 18 años precisarán la autorización paterna, que se facilitará en el momento de la inscripción.**

**Fecha límite para la inscripción Viernes 11 noviembre a las 22:00**

**Material recomendado por corredor:**

**Ropa deportiva y Brújula**

**Os esperamos en BENS**