

RECORDATORIOS Y CONCEPTOS BÁSICOS ORIENTACIÓN

Hola,

Bueno, ya falta poco para que llegué el día 28 y ya estamos nerviosillos, sobre todo para aquellos que es la primera vez que váis a un evento de este tipo. Os vamos a dar unas indicaciones a todos los que participareis en esta prueba

1º.- Aunque el evento es a las 10:00 de la mañana, no os despisteis y estar como muy tarde en Orro a las 9 ya que entre recoger dorsales y tarjetas de control y prepararos el tiempo se va muy rápido.

2º.-Mucho cuidado con los esguinces, no vaya a ser que por mirar el mapa no veáis lo que hay en el suelo y ... El mapa hay que mirarlo pero sabiendo siempre donde ponemos los pies. Aquí no es asfalto.

3º.-Y muy importante, no se os ocurra tirar nada en el monte, nada de nada, si coméis algo que lleve envoltorio lo guardáis y lo tiráis cuando lleguéis a meta.

4º.- En los cruces con carreteras (son muy pocos), pero mucho ojo, mirad bien por si acaso.

Otras cosillas:

- El TRAIL es en autosuficiencia, por lo que se hace necesario llevar agua con sales o agua según cada uno. También podéis llevar trozos de fruta, geles, El tiempo que váis a tardar estará entre 1h 30' los primeros y sobre 3 horas los últimos +/- . No hay ninguna fuente en todo el recorrido.
- En la ANDAINA tendréis un avituallamiento líquido (agua) aproximadamente a mitad de recorrido.
- Llevar con vosotros el teléfono móvil por si se diera el caso (que no deseamos) de algún esguince, heridas... . Los teléfonos de los responsables de la organización van escritos en el mapa, llamarlos y decidles el lugar exacto donde os encontráis.
- Llevar sobre todo los de la andaina, calzado de respuesto, ya que váis a mojar los pies casi seguro.

CONCEPTOS PARA ORIENTAROS UN POQUITO MEJOR

(Aunque no es una orientación complicada y podréis hacerlo perfectamente sin brújula si vamos atentos)

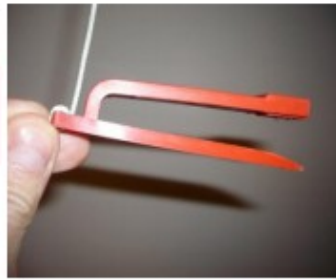
El mapa que os váis a encontrar esta a escala 1:15000 (esto quiere decir que cada centímetro del mapa son 150 m. en la realidad).

Sobre este mapa hay pintados una salida y una meta. La salida se representa con un triángulo y la meta con un doble círculo.

En nuestro caso tanto la salida como la meta están en el mismo lugar por lo que estos estarán superpuestos.



En el mapa váis a ver unos círculos, esos círculos son los puntos de control, los cuales tienen un número encima, por estos puntos es por donde hay que pasar para hacer el recorrido, y además hay que hacerlo en perfecto orden ¿Y como se que llegué a ese punto de control? Pues muy fácil, ahí tenemos colocadas las famosas balizas, o no tan famosas, que es un triángulo de tela blanca y naranja del que cuelga una pinza, la cual podéis imaginar como una grapadora en la cual introduciremos la tarjeta de control (esto se os dará en la salida junto con el mapa, y es una tarjeta con celdas para certificar el paso picando con la pinza que hay colgada de la baliza).



Esto es un punto de control en el mapa

- Lo más importante en orientación es saber en el punto que nos encontramos dentro del mapa.
- Una vez sabemos esto, lo siguiente más importante para saber por donde ir, es orientar el mapa igual que el terreno. Y diréis, como consigo esto ?. Pues con la brújula (esto en principio porque tambien se puede orientar observando el terreno y el mapa por como ves la realidad, el mapa en la misma posición).
- Para que la brújula funcione bien tiene que estar plana, nada de inclinarla mirando para uno o hacia el suelo, siempre plana, si no, no marca bien el norte (que es lo que nos interesa).
- Una vez vemos el norte en la brújula tenemos que colocar el mapa debajo de tal forma que coincida norte del mapa con norte de la brújula (la brújula nunca se mueve, se mueve el mapa). Ya tenemos el mapa orientado.



El primero por la izquierda esta bien orientado (norte de brujula: zona roja, coincide con el norte del mapa). En cambio el segundo podemos observar que no.

- Y ahora que ?: pues si el mapa y el terreno están igual, fácil, lo que hay delante mía en el mapa tiene que haberlo en el terreno, lo que hay a la izquierda en el mapa tiene que haberlo en el terreno. Con eso si se donde estoy ya se para donde tirar. Es como si dibujara una linea imaginaria desde donde estoy en el mapa y la prolongara fuera de el en la realidad. Y tirando por esa linea llegaré al mismo lugar que veo en el mapa.
- La teoría es sencilla pero luego a veces se lío uno.
- La historia es que va todo de “genial” siempre que nos desplazemos en la misma dirección, pero cuando cambiamos esta, hay que girar el mapa y volverlo a orientar (norte del mapa con norte de la brújula). Hacer esto rápido requiere práctica.