



CESA25

Campeonato de España de Selecciones Autonómicas de Orientación en Edad Escolar Boletín Final



C E S A
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN

Viernes, 20 de junio
Monte Enxa (Porto do Son)
Monte do Gozo (Santiago de Compostela)

Sábado, 21 de junio
Monte Enxa (Porto do Son)
Campus Sur USC (Santiago de Compostela)

Domingo, 22 de junio
Cidade da Cultura (Santiago de Compostela)

20-22 JUNIO25





CESA 20-22 JUNIO



PRESENTACIÓN CESA 2025

SALUDAS

PROGRAMA

OBJETIVOS

ALOJAMIENTO

INDICACIÓN PARA AUTOBUSES

ACREDITACIÓN

CATEGORÍAS

INSCRIPCIÓN

ROPA Y CALZADO

CATEGORÍAS

JURADO TÉCNICO

INFORMACIÓN TÉCNICA

REGLAMENTO

ZONAS EMBARGADAS

INFORMACIÓN TÉCNICA

SISTEMA DE CRONOMETRAJE

MAPAS

EQUIPO ORGANIZADOR

CONTACTO Y REDES SOCIALES

MEDIOAMBIENTE



CESA
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN



Consejo
Superior
de Deportes



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO



Un abrazo con todo cariño para todas las personas
que organizáis y participáis en los Campeonatos de España
en edad escolar 2025. Seguir siendo una gran referencia
en el deporte de base. ¡Enhorabuena! y muchos éxitos.

ABRIL 25

Lexi R.



CESA 20-22 JUNIO



SALUDA PACO GÓMEZ COBAS



SALUDA DEL PRESIDENTE DE LA FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ORIENTACIÓN, PACO GÓMEZ COBAS

Un saludo para toda la familia de la Orientación.

Volvemos de nuevo a Galicia. Esta vez nos reunimos en Santiago de Compostela y Porto do Son (A Coruña) para celebrar los Campeonatos de España Escolares en edad escolar por Selecciones Autonómicas (CESA) 2025. Las pruebas se desarrollarán entre los días 20 y 22 de junio.

Desde hace años el Consejo Superior de Deportes (CSD) viene convocando estos Campeonatos de España como un programa de competición de ámbito estatal que se constituye al más alto nivel para jóvenes deportistas. La Orientación es, desde siempre, uno de los deportes que participan en este proyecto del CSD.

En 1997, se celebró el primer Campeonato de España Escolar de Orientación, cuando aún faltaban seis años para que la Orientación obtuviese el estatus de federación, un deporte con todos sus derechos a nivel nacional. Evidentemente, poco tiene que ver aquel Campeonato en el que participaron seis comunidades, con lo que hoy es y significa el CESA, 28 años después.



CESA
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN



**Consejo
Superior
de Deportes**



**XUNTA
DE GALICIA**

**DEPORTE
GALEGO**



CESA 20-22 JUNIO



Es una satisfacción tener la ocasión de saludar a la Xunta de Galicia y a los Concellos de Santiago y Porto do Son que permiten que los más jóvenes de nuestros deportistas utilicen sus instalaciones, calles y sus magníficos terrenos para practicar esta maravillosa modalidad deportiva que es la Orientación. Quiero, por lo tanto, agradecer a todos ellos las atenciones recibidas desde el momento en que la Federación Gallega de Orientación (FEGADO) solicitó realizar esta competición en esta zona del interior de la tierra gallega.

Por otra parte, saludo y agradezco a la FEGADO el esfuerzo realizado en la organización de este evento. Al equipo de organización le deseo los mayores éxitos en la ejecución. Estoy seguro de que será así, ya que cuentan con magnífico grupo organizativo y con contrastada experiencia. Constituyen un conjunto humano cargado de ilusión y con una extraordinaria capacidad de trabajo. Por todo ello, confío en que nuestros jóvenes orientadores disfrutarán de una magnífica prueba deportiva en un impresionante enclave.

Finalmente, a todos los jóvenes orientadores que participan en esta competición les deseo: una feliz estancia en Galicia, inteligencia y suerte en la consecución de los controles, buen tiempo para disfrutar de la prueba y éxito final en la clasificación. Espero que todos disfruten de los buenos trazados y de todas las atenciones que ofrece esta buena organización. Deseo, finalmente, que este fin de semana en la bella Galicia sea, como siempre, una nueva y feliz reunión de la familia de la Orientación, en este caso de los más jóvenes.

Paco Gómez Cobas
Presidente FEDO



CESA
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN



Consejo
Superior
de Deportes



fedo
Federación Española de Orientación



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO



CESA 20-22 JUNIO

SALUDA SONIA GÓMEZ



SALUDA DE LA PRESIDENTA DE LA FEDERACIÓN GALLEGA DE ORIENTACIÓN, SONIA GÓMEZ NAYA

En nombre de la Federación Gallega de Orientación de Galicia, es para mí un honor daros la bienvenida a este Campeonato de España de Orientación Escolar 2025.

Hace 28 años que Galicia acogía este campeonato de España Escolar. Para muchos puede parecer una cifra más, pero para quienes llevamos años caminando senderos, dibujando mapas y soñando con poner a Galicia de nuevo en el corazón de la orientación, este momento es muy simbólico.

Recuerdo perfectamente cuando era una joven deportista, llena de nervios y ganas, corriendo por los mismos bosques por los que ahora lo haréis vosotras y vosotros. Nunca imaginé que, tantos años después, estaría aquí, como Presidenta de la Federación Gallega, dando la bienvenida a una nueva generación de orientadores. Es un ciclo que se cierra... y otro que se abre con más fuerza que nunca.



CESA
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN



**Consejo
Superior
de Deportes**



**XUNTA
DE GALICIA**



**DEPORTE
GALEGO**



CESA 20-22 JUNIO



Quiero expresar, de corazón, nuestro agradecimiento al Ayuntamiento de Porto do Son, al Ayuntamiento de Santiago, a la Universidad de Santiago, a la Ciudad de la Cultura y al Monte do Gozo. Gracias por abrirnos sus puertas y permitirnos disfrutar de sus paisajes, de su patrimonio y de sus espacios, que se convierten estos días en escenarios vivos de orientación, emoción y descubrimiento.

Gracias también a la Federación Española de Orientación por confiar en Galicia. Y gracias, sobre todo, a quienes hacéis posible este campeonato: el personal técnico, los voluntarios y voluntarias, las familias y, por supuesto, cada una de las personas jóvenes que habéis llegado hasta aquí para dar lo mejor de vosotros mismos.

Que estos días os llenen de aprendizaje, de amistades nuevas, de experiencias que recordaréis siempre. Que sintáis esta tierra como vuestra casa, y que os llevéis un pedacito de Galicia en cada paso del recorrido.

Benvidas e benvidos. Esta é a vosa carreira, este é o voso momento.

¡Disfrutadlo al máximo!

Sonia Gómez Naya
Presidente FEGADO



CESA
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN



Consejo
Superior
de Deportes



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO



CESA 20-22 JUNIO



SALUDA DIEGO CALVO POUSO



SALUDA DEL CONSELLEIRO DE PRESIDENCIA, XUSTIZA E DEPORTES, DIEGO CALVO POUSO

Santiago de Compostela, la ciudad meta de miles de peregrinos cada año y que alberga una de las universidades más antiguas de España, se convierte el próximo junio también en punto de encuentro de escolares de todo el Estado para participar en el Campeonato de España de Orientación en Edad Escolar 2025, donde estoy seguro de que la selección gallega tendrá un papel protagonista y repleto de éxito.

Las pruebas se desarrollan además en dos lugares emblemáticos en relación con estas realidades que han dado fama a Compostela a lo largo de los siglos, la peregrinación y la vida universitaria, como son el Monte del Gozo, habitualmente último descanso antes de entrar en la ciudad para los peregrinos que recorren el Camino Francés, y el Campus Sur.

A ellos se suma otro emblema de la ciudad, ya actual, como es la Ciudad de la Cultura. Los participantes tendrán además la oportunidad de conocer la belleza paisajística de la costa gallega, con pruebas en el monte Enxa de Porto do Son.



CESA
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN



**Consejo
Superior
de Deportes**



**XUNTA
DE GALICIA**

**DEPORTE
GALEGO**



CESA 20-22 JUNIO



La orientación es un deporte moderno que nació en los comienzos del siglo XIX en los países nórdicos y que pronto mostró sus bondades para la población, en general, y para los escolares, en particular. Todas sus modalidades suponen disciplinas idóneas para el desarrollo físico y psicológico de los deportistas, especialmente en las edades más tempranas, y destacan por ser actividades realizadas en contacto directo con el medio que nos rodea, por lo que ponen en valor esa coexistencia sostenible entre deporte y naturaleza.

La orientación deportiva permite al estudiante, por tanto, desarrollar no solo el aspecto motriz, sino que también favorece el desarrollo cognitivo, emocional y social, además de hacerse consciente del respeto a ese entorno que lo rodea. Desde la Xunta creemos que este campeonato es una ocasión magnífica para que todos los niños y niñas de España conozcan nuestra tierra y utilicen sus mapas y brújulas para llegar a la meta en el menor tiempo posible.

Galicia cerró 2024 con cerca de 320.000 personas que hacen deporte con una licencia federada. El 60% de nuestros escolares de entre 6 y 16 años participan en nuestro Programa Xogade que junta toda la oferta deportiva escolar y federada y en el que está incluida la orientación en ambas modalidades. La Federación Gallega de Orientación contabiliza cerca de 700 personas federadas. No me cabe duda de que, tras estos Campeonatos de España en Edad Escolar, todas estas cifras crecerán.

Diego Calvo Pouso
Conselleiro de Presidencia, Xustiza e Deportes



CESA
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN



Consejo
Superior
de Deportes



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO



CESA 20-22 JUNIO



SALUDA GORETTI SANMARTÍN REI



SALUDA DEL ALCALDESA DE SANTIAGO DE COMPOSTELA, GORETTI SANMARTÍN REI

Santiago de Compostela é mundialmente coñecida por ser punto de encontro e por ser unha cidade acolledora que, ao longo da historia, sempre se caracterizou por propiciar interesantes intercambios culturais, lingüísticos, científicos, e, por suposto, tamén deportivos.

Compostela, na súa condición de capital do país, acolle cada ano multitude de eventos de diversa índole, desde o deporte de base que enche de actividade os pavillóns e pistas dos barrios e das parroquias, até campionatos e carreiras nacionais e internacionais que elixen este concello como circuíto ou meta.

De todas as competicións que recalcan nesta cidade, teñen especial interese para as que se integran co territorio, as que lle permiten ás persoas participantes tripar camiños e carreiros, como é o caso da orientación deportiva. Unha modalidade única que une o deporte, a natureza e o pensamento estratéxico, que esixe correr e pensar, explorar as capacidades propias e fomentar tanto a condición física como a agudeza mental.



CESA
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN



**Consejo
Superior
de Deportes**



**XUNTA
DE GALICIA**



**DEPORTE
GALEGO**



CESA 20-22 JUNIO



Por iso, non podo deixar de parabenizar a organización deste Campionato de Orientación Escolar por escoller Santiago de Compostela, como espazo principal desta competición, mais tamén como espazo de convivio e de confraternización para todas as persoas participantes, xunto coas súas familias e equipos deportivos.

Para todas as persoas que nos visitan con motivo deste Campionato vaia o meu desexo de que a Estrela de Santiago, emblema desta cidade que durante séculos orientou o itinerario de visitantes desde todos os puntos do planeta, lles sirva de guía venturera e lles sinala sempre o camiño para volver. Moita sorte para todas na competición, mais, unha vez que remate a proba, lembre que Compostela ten infinitas posibilidades para ser visitada e habitada e que sempre ten unha cara hospitaleira para quen se achega.

Goretti Sanmartín Rei,
Alcaldesa de Santiago de Compostela



CESA
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN



Consejo
Superior
de Deportes



fedo
Federación Española de Orientación



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO



CESA 20-22 JUNIO

SALUDA LUIS OUJO POUSO



SALUDA DEL ALCALDE DE PORTO DO SON, LUIS OUJO POUSO

Queridos participantes, organizadores e veciños:

É unha honra para min, como Alcalde, dirixirme a todos vos nun evento tan espacial como é o Campionato de España de Seleccións Autonómicas en Idade Escolar de Orientación.

Este ano, os días 20 e 21 de xuño, Porto do Son será escenario dunha xornada onde o esforzo, a estratexia, a capacidade de análise e a paixón pola orientación se unen para celebrar o deporte en conexión coa natureza.

Quero dar a benvinda e felicitar a todos os participantes polo seu esforzo e dedicación, e agradecer ós organizadores, voluntarios e patrocinadores o seu compromiso e traballo que fan posible que este campionato sexa unha realidade, garantindo o éxito e o desfrute de todos os participantes.

Sigamos impulsando o deporte como un pilar de unión e benestar na nosa comunidade. Moito éxito a todos e desfrutade de este magnífico evento e de Porto do Son!!!

Luis Oujo Pouso
Alcalde Porto do Son



CESA
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN



Consejo
Superior
de Deportes



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO



CESA 20-22 JUNIO



PRESENTACIÓN CESA 2025

La resolución del CONSEJO SUPERIOR DE DEPORTES sobre la propuesta de celebración de los Campeonatos de España Escolares (CESA) aprueba la concesión de la organización del Campeonato de ORIENTACIÓN a la Federación Española, y su lugar de celebración en Santiago de Compostela, A Coruña.

La Federación Española delega en la Federación Gallega de Orientación la organización del Campeonato. Ésta, junto Clubes, voluntarios, patrocinadores e instituciones colaboradoras, asume la organización del Campeonato.

Este Campeonato reunirá, entre el 20 y el 22 de junio, a jóvenes talentos de toda España, que pondrán a prueba su capacidad de orientación en terrenos gallegos, combinando deporte, estrategia y naturaleza en un marco histórico y cultural.



CESA
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN



Consejo
Superior
de Deportes



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO



CESA 20-22 JUNIO



PROGRAMA

19 DE JUNIO (LLEGADA)

- Llegada de los equipos.
- 19:00 Acreditaciones.
- 20:00 Cena 3 turnos
- 21:30 Reunión informativa entrenadores

20 JUNIO (PRUEBA LARGA, LABERINTO Y TRAIL-O)

- Desayunos 06:45: 1º turno/07:15: 2º turno
- 07:50 Salida de los equipos desde el alojamiento
- 08:50 Llegada a zona competición larga distancia
- 09:30 Salida del 1º corredor
- 12:30 Salida último corredor
- 15:00 Cierre Meta
- 17:30 Inicio Trail-O
- 17:30 Inicio Laberinto
- 20:00 Entrega Premios - Monte do Gozo
- 20:30 Cena 3 turnos

21 JUNIO (PRUEBA MEDIA Y SPRINT)

- Desayunos 06:45: 1º turno/07:15: 2º turno
- 08:10 Salida de los equipos desde el alojamiento
- 09:10 Llegada a zona competición media distancia
- 10:00 Salida del 1º corredor
- 12:00 Salida último corredor
- 14:00 Cierre Meta
- 16:00 a 16:30 Cuarentena
- 17:00 Salida 1º corredor sprint
- 18:00 Salida último corredor sprint
- 19:00 Cierre Meta
- 20:00 Entrega Premios - Monte do Gozo.
- 20:30 Cena 3 turnos
- 21:30/ 23:30 FIESTA CESA 2025 con DJ

22 JUNIO (RELEVOS MIXTOS)

- Desayunos 06:45: 1º turno/07:15: 2º turno
- 08:00 Salida de los equipos desde el alojamiento
- 08:20 Llegada a zona competición relevos
- 09:00 Explicación relevo
- 09:30 Salida en Masa
- 11:30 Prevista salida en Masa resto participantes
- 12:30 Cierre Meta
- 13:00 Ceremonia de premiación, Cidade da Cultura.

El programa podrá ser modificado para el correcto desarrollo del campeonato.



CESA
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN



Consejo
Superior
de Deportes



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO



CESA 20-22 JUNIO



Se ha escogido un lugar idílico para acoger a todos los participantes, entrenadores y representantes de las distintas federaciones: El Albergue do Monte do Gozo, en Santiago de Compostela. Éste va a ser el punto neurálgico de todos los días y de las distintas carreras que se van a realizar.

Nuestro objetivo es organizar un evento atractivo para los escolares y por este motivo hemos escogido los mejores mapas de la zona para realizar las distintas modalidades de carrera.



Monte Enxa



Cidade da Cultura



CESA
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN



**Consejo
Superior
de Deportes**



fedo
Federación Española de Orientación



**XUNTA
DE GALICIA**



**DEPORTE
GALEGO**



CESA 20-22 JUNIO



OBJETIVOS

Con el propósito de ofrecer un CESA significativo, formativo y memorable para los participantes, los técnicos y los mismos organizadores, se apuntan los siguientes objetivos específicos:

ORGANIZAR UN COMPETICIÓN DE ALTO NIVEL donde los mejores deportistas en edad escolar puedan expresar sus cualidades técnicas y físicas con la máxima calidad organizativa.

FACILITAR EL APRENDIZAJE DEL DEPORTE Y DE LA COMPETICIÓN ofrece, para ayudar a los deportistas jóvenes a mejorar en los aspectos técnicos, físicos y psicológicos que la orientación aporta.

PROMOVER HÁBITOS SALUDABLES entre los deportistas durante las carreras, y también fuera del ámbito deportivo.

FOMENTAR LAS RELACIONES SOCIALES Y EL COMPAÑERISMO entre los y las deportistas de la misma comunidad autónoma, cómo del resto, facilitando así que la motivación de seguir en el deporte aumente.



CESA
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN



Consejo
Superior
de Deportes



fedo
Federación Española de Orientación



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO



CESA 20-22 JUNIO

ALOJAMIENTO Y COMIDAS

[Ver boletín 2](#)

LOS TURNOS DE LAS COMIDAS SE INDICARÁN EN LA REUNIÓN INICIAL

INDICACIONES PARA AUTOBUSES

Desde FEGADO podemos ayudar a las federaciones a gestionar el alquiler de autobuses dentro de la comunidad. Para más información, escribir a escolaruniversitario@fegado.es



CESA
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN



Consejo
Superior
de Deportes



Federación Española de Orientación



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO



ACREDITACIÓN

Será en el Monte del Gozo. A partir de las 18:30 el jueves 19 de junio. Tendrán que venir provistos de los DNI original y derechos de imagen de los participantes.

Los equipos deberán dar número de teléfono y mail de la persona de contacto durante el evento, para asegurar a la organización un contacto directo con el responsable de cada selección.

CATEGORÍAS

- **Campeonato de España infantil:**

Deportistas nacidos/as en 2011 y 2012.

Se permite la participación de deportistas nacidos en 2013.

- **Campeonato de España cadete:**

Deportistas nacidos/as en 2009 y 2010.

Se permite la participación de deportistas nacidos en 2011.

- **Campeonato de España juvenil:**

Deportistas nacidos/as en 2007 y 2008.

Se permite la participación de deportistas nacidos en 2009.

- **Campeonato de España OI:**

2 participantes por CC.AA y categoría (OI-Infantil, OI-Cadete y OI Juvenil) sin distinción de sexo.

Deberán venir provistos de certificado original indicando su discapacidad.

Cantidad máxima de deportistas y técnicos por comunidad autónoma:

| CATEGORÍAS | DEPORTISTAS | | TÉCNICOS | JEFE DELEGACIÓN | TOTAL CCAA |
|------------|-------------|---|----------|-----------------|------------|
| | M | F | | | |
| INFANTIL | 4 | 4 | 2 | 1 | 37 |
| CADETE | 4 | 4 | 2 | | |
| JUVENIL | 4 | 4 | 2 | | |



CESA
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN



Consejo
Superior
de Deportes



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO



CESA 20-22 JUNIO



INSCRIPCIÓN

[Ver boletín 2](#)

INFORMACIÓN TÉCNICA

ROPA Y CALZADO

No habrá regulación de ropa nada más que la que imponga cada selección.

Se pondrán usar tanto zapatillas de clavos como de tacos de goma. En todos los eventos salvo en las urbanas.

JURADO TÉCNICO

JUEZ CONTROLADOR: JULIO GARRIDO

DIRECTOR TÉCNICO: FRANCISCO VARELA

CANARIAS: ULISES ORTIZ

CASTILLA LA MANCHA: MARÍA DEL MAR DEL CAMPO



CESA
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN



Consejo
Superior
de Deportes



Federación Española de Orientación



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO



CESA 20-22 JUNIO



INFORMACIÓN TÉCNICA

DISTANCIA LARGA (VIERNES POR LA MAÑANA) Y

DISTANCIA MEDIA (SÁBADO POR LA MAÑANA)

Monte Enxa. Porto do Son. Comentarios cartografía

En este mapa nos encontraremos con todo tipo de terrenos. Tendremos bosques de pinos (bosque blanco), bosque con vegetación rastrera, zonas despejadas de fácil tránsito, zonas con detalles de rocas y cortados y, por supuesto, zonas de vegetación espesa (tojo y silva gallego). Esperamos que disfrutéis de este maravilloso entorno con unas vistas espectaculares sobre la Ría de Muros-Noya.



CESA
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN



**Consejo
Superior
de Deportes**



fedo
Federación Española de Orientación



**XUNTA
DE GALICIA**



**DEPORTE
GALEGO**



CESA 20-22 JUNIO



Debido a los brotes de primavera, el grado de penetrabilidad de la vegetación puede haber aumentado en un punto.

Cabe destacar la presencia de vallas delimitadoras que pueden incidir en la elección de ruta. Se marcan los pasos abiertos con el símbolo 710



reducido para mejorar la visibilidad.

Ver ejemplos de las vallas:

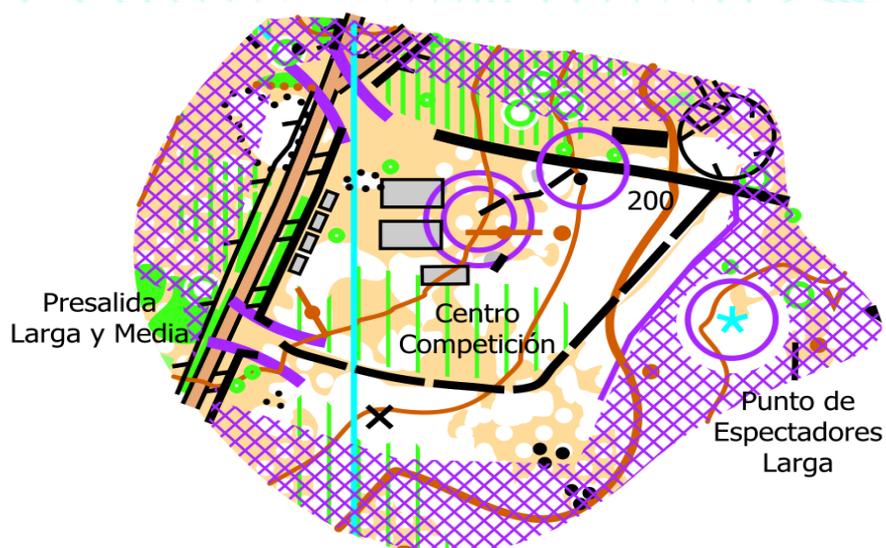
Valla infranqueable



Valla franqueable



Centro de Competición Larga y media



CESA
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN



Consejo
Superior
de Deportes



fedo
Federación Española de Orientación



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO



CESA 20-22 JUNIO



Monte Enxa. Seguridad y Prevención

Carreteras secundarias sin apenas tráfico. Tendremos personal de la organización señalizando los cruces más importantes, el tráfico en esta zona es casi nulo.

Zonas de vegetación espesa, recomendamos uso de ropa que cubra todo el cuerpo y calzado de monte.

Animales domésticos: caballos, vacas, cabras... (en ganadería extensiva).

Se ha solicitado la concentración de todo este ganado en dos zonas de área prohibida marcadas en el mapa con el símbolo 709. 🚫

Garrapatas. Se ha registrado su presencia en varias zonas, es importante usar spray ahuyentador y revisarse bien después de cada carrera. Se recomienda su extracción por un profesional.



CESA
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN



Consejo
Superior
de Deportes



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO



CESA 20-22 JUNIO

Prueba de distancia Larga (viernes por la mañana)

Mapa escala 1: 10.000 equidistancia 5 m. Formato A4 vertical

Distancia desde donde dejan los autobuses a los participantes, al centro de competición, 450 m

Distancia del centro competición a salida 750 m

Presalida: 10 min

Salida primer corredor: 9:30

Tiempo máximo de carrera: 180 min

PRUEBA DISTANCIA LARGA

| CATEGORÍA | Nº BALIZAS | DISTANCIA | DESNIVEL | ESCALA |
|-----------|------------|-----------|----------|----------|
| INF FEM | 15 | 3.730 m | 160 | 1:10.000 |
| INF MASC | 15 | 4.640 m | 180 | 1:10.000 |
| CAD FEM | 17 | 4.890 m | 225 | 1:10.000 |
| CAD MASC | 19 | 6.300 m | 285 | 1:10.000 |
| JUV FEM | 20 | 6.010 m | 270 | 1:10.000 |
| JUV MASC | 25 | 7.330 m | 355 | 1:10.000 |

Comentarios de los trazadores

En la larga distancia, las elecciones de ruta serán determinantes, ya que se ha buscado ofrecer alternativas viables adaptadas a distintos perfiles de orientador. El trazado atraviesa zonas muy variadas: áreas de vegetación espesa, secciones que requieren navegación fina, tramos con desniveles moderados y otras con gran riqueza de detalles técnicos. La capacidad de tomar buenas decisiones a lo largo del recorrido marcará la diferencia.



CESA
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN



Consejo
Superior
de Deportes



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO



CESA 20-22 JUNIO



Prueba de distancia Media (sábado por la mañana)

Mapa escala 1: 7.500 equidistancia 5 m. Formato A4 vertical

Distancia desde donde dejan los autobuses a los participantes, al centro de competición, 450 m

Distancia del centro competición a salida 700 m

Presalida: 10 min

Salida primer corredor: 10:00

Tiempo máximo de carrera: 120 min

| PRUEBA MEDIA DISTANCIA | | | | |
|------------------------|------------|-----------|----------|---------|
| CATEGORÍA | Nº BALIZAS | DISTANCIA | DESNIVEL | ESCALA |
| INF FEM | 12 | 2.540 m | 105 | 1:7.500 |
| INF MASC | 12 | 2.930 m | 145 | 1:7.500 |
| CAD FEM | 15 | 2.940 m | 155 | 1:7.500 |
| CAD MASC | 16 | 3.660 m | 165 | 1:7.500 |
| JUV FEM | 16 | 3.550 m | 165 | 1:7.500 |
| JUV MASC | 20 | 3.960 m | 195 | 1:7.500 |

Comentarios de los trazadores

En la media distancia, los corredores se enfrentarán a un recorrido con numerosos cambios de dirección, donde será clave regular la velocidad de carrera. La vegetación, los desniveles –que varían de moderados a fuertes– y la exigencia técnica de algunas zonas requerirán una navegación precisa y un buen control del ritmo.



CESA
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN



Consejo
Superior
de Deportes



FEDO
Federación Española de Orientación



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO



CESA 20-22 JUNIO

**P. Trail-O (viernes por la tarde) y Laberinto Inclusivo
(INFORMACION por parte de FEDO)**

Monte do Gozo. Santiago de Compostela. Comentarios cartografía.

Ladera con edificaciones y terrenos abiertos de fácil tránsito

Mapa Monte do Gozo. Abril de 2025. Escala 1:3.000, equidistancia 2,5m.
Superficie 0,67Km2.

Es un mapa con **normativa Sprint** pero pensado desde un inicio para una competición de Trail-O.

Presalida 5 min

Salida primer corredor 17:30.

Tiempo máximo de carrera 34 min

| CATEGORÍA | Nº BALIZAS | DISTANCIA | DESNIVEL | ESCALA |
|-----------|------------|-----------|----------|----------|
| INFANTIL | 20 | 400 m | 10 | 1: 3.000 |
| CADETE | 20 | 400 m | 10 | 1: 3.000 |
| JUVENIL | 20 | 400 m | 10 | 1: 3.000 |

Croquis zona de carrera



La zona de concentración previa será la plaza más pegada a la salida y por la cubierta de la cafetería



CESA
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN



Consejo
Superior
de Deportes



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO



CESA 20-22 JUNIO



Explicación del tipo de competición

Trail-O en modalidad **sprint**, tal y como establecen las normas específicas del CESA. Una serie de controles con respuesta A/Z. Una baliza por cada punto de control. La baliza está en el lugar correcto (A) o no (Z)

Características de trazado

La distancia a recorrer por los participantes 300-400m

20 controles con diversidad de detalles de colocación

Caminos adecuados a usuarios en silla de ruedas

El tiempo de espera de los participantes y la publicación de los resultados será breve

Tiempo máximo: 34 minutos. A partir de ahí, 1 punto de penalización por cada 1 minuto sobrepasado o fracción.

Tiempo de fuera de control: 50 minutos

La modalidad **sprint** requiere rapidez en la toma de decisiones. La pretensión es que se lea el mapa, se distingan los elementos importantes y se tome la decisión, sin buscar encerronas ni trucos de magia.

Las únicas técnicas necesarias son las de lectura del mapa, identificación de las características sobre el terreno y en algunas ocasiones la estimación de distancias entre elementos. Se prescinde de otras cuestiones como complejos alineamientos entre detalles alejados entre sí.

El mapa tiene mucho detalle y es muy preciso, pero ni se pretende que todos los elementos individuales estén alineados con todos los demás, principalmente porque también hay que cumplir con las reglas de la cartografía para lograr una buena legibilidad, como la exageración, la simplificación gráfica o el desplazamiento. Sin embargo, apenas se han dejado elementos sin cartografiar, si acaso una cierta simplificación selectiva en zonas con árboles pequeños o arbustos, generalizada a terreno abierto con árboles dispersos.

Tampoco se busca que los desafíos sean enrevesados. La modalidad **sprint** requiere rapidez en la toma de decisiones. La pretensión es que se lea el mapa, se distingan los elementos importantes y se tome la decisión, sin buscar encerronas ni trucos de magia.



CESA
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN



Consejo
Superior
de Deportes



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO



CESA 20-22 JUNIO



Y la otra cuestión fundamental es la de la tolerancia Z. Ya que todos los desafíos son A (ubicación correcta) o Z (ubicación no correcta), hay que tener muy presente que la tolerancia se mide solo en metros. En concreto, si una baliza está separada del punto correcto 4 metros o más, entonces la respuesta será Z. Aunque haya una pequeña disparidad, o incluso un error de colocación por el punto cardinal (que esté en el NE en lugar de estar en el N, o incluso que se haya puesto al S cuando tendría que estar al N) eso no hará que la respuesta sea Z.



Los colocadores de balizas lo van a hacer de la mejor manera posible y tratando de evitar los errores de colocación. En el trazado hay puntos que están colocados en lugares que no son el centro de los círculos de los controles, pero siempre van a estar a más de 4 metros del lugar correcto, incluso a veces muchos más metros para no tener que exigir al participante unas dotes de medición extraordinarias, sobre todo para los puntos que están visualmente más lejanos, siguiendo los preceptos de la normativa de Trail-O de la IOF.



CESA
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN





CESA 20-22 JUNIO



Prueba Sprint (sábado por la tarde)

Campus Vida. Santiago de Compostela. Comentarios cartografía

Zona semiurbana con edificios institucionales, amplias zonas verdes e instalaciones deportivas exteriores.

Mapa escala 1:4.000 equidistancia 2,5 m. Formato A4 horizontal

Cuarentena: entre las 16:00 y 16:30

Centro de Competición



Presalida: 5 min

Salida primer corredor 17:00

Tiempo máximo de carrera 50 min

PRUEBA DISTANCIA SPRINT

| CATEGORÍA | Nº BALIZAS | DISTANCIA | DESNIVEL | ESCALA |
|-----------|------------|-----------|----------|----------|
| INF FEM | 20 | 1.870 m | 25 | 1: 4.000 |
| INF MASC | 25 | 2.470 m | 40 | 1: 4.000 |
| CAD FEM | 28 | 2.240 m | 45 | 1: 4.000 |
| CAD MASC | 27 | 2.340 m | 55 | 1: 4.000 |
| JUV FEM | 30 | 2.380 m | 60 | 1: 4.000 |
| JUV MASC | 28 | 2.440 m | 65 | 1: 4.000 |
| O-I | 6 | 1.120 m | 8 | 1: 4.000 |



CESA
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN



Consejo
Superior
de Deportes



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO



CESA 20-22 JUNIO



Comentarios de los trazadores

En la carrera sprint, el recorrido se divide en dos partes claramente diferenciadas. La primera exigirá una toma de decisiones rápida y precisa, donde las elecciones de ruta serán claves para ganar tiempo. Mientras que en la segunda, los corredores se encontrarán con tramos más abiertos y mayor visibilidad, por lo que la velocidad de carrera podrá incrementarse y cualquier error, por pequeño que sea, puede penalizar.

Campus Vida. Seguridad y Prevención. Carreteras secundarias sin apenas tráfico. Tendremos personal de la organización vigilando en los cruces más importantes. Recomendamos el uso de ropa que ligera y calzado de monte (no usar de clavos pues hay bastantes zonas asfaltadas)

Prueba Relevos Mixtos (domingo por la mañana)

Monte Gaiás. Santiago de Compostela. Comentarios cartografía

Colina alargada con buenas vistas sobre la ciudad de Santiago de Compostela. Tiene una zona urbana con edificios de construcción singular, otra zona de terreno vasto de fácil progresión y laderas con bosques dispersos y hierba alta.

Debido a los brotes de primavera, el grado de penetrabilidad de la vegetación, puede haber aumentado en un punto.

Mapa escala 1: 4000 equidistancia 2,5 m. Formato A4 vertical

Distancia desde donde dejan los autobuses a los participantes, al centro de competición, 200 m

Salida primer corredor 10:00

Tiempo estimado entre baliza del espectador y cambio de posta 3 min.

Tiempo máximo de carrera 180 min



CESA
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN



Consejo
Superior
de Deportes



XUNTA
DE GALICIA



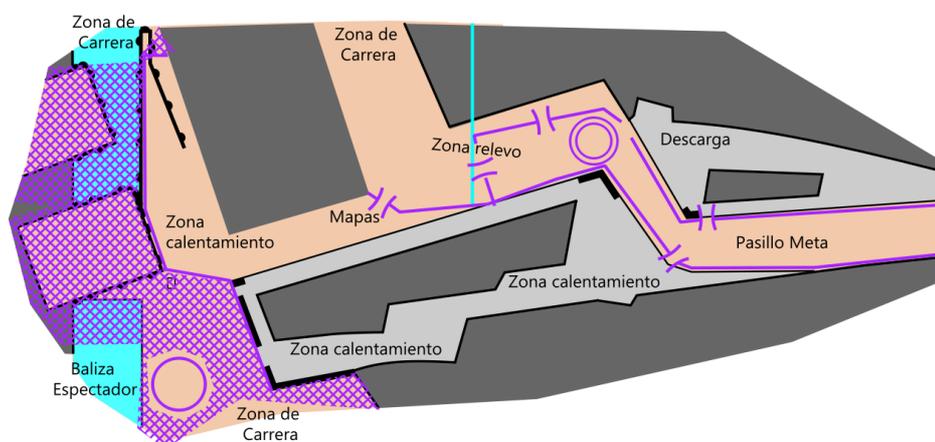
DEPORTE
GALEGO



CESA 20-22 JUNIO



Centro de Competición



| CATEGORÍA | Nº BALIZAS | DISTANCIA TOTAL RELEVO | DESNIVEL POR POSTA | ESCALA |
|-----------|------------|------------------------|--------------------|----------|
| INFANTIL | 15 | 7.970 m | 85 | 1: 4.000 |
| CADETE | 18 | 9.756 m | 110 | 1: 4.000 |
| JUVENIL | 21 | 10.755 m | 145 | 1: 4.000 |

Comentarios de los trazadores

La carrera de relevos se desarrolla en un entorno típica de sprint mixto, combinando una zona urbanizada, con una zona de parque en ladera, donde llevar el control de la altura será un factor clave. No hay que olvidar que se trata de un relevo por lo que la concentración en carrera deberá ser alta debido al número de balizas que se puede encontrar el corredor durante el recorrido.

Monte Gaiás. Seguridad y Prevención.

Recomendamos el uso de ropa que cubra todo el cuerpo y calzado de monte (no usar de clavos pues hay bastantes zonas asfaltadas).

REGLAMENTO

[REGLAMENTO 2025](#)

[NORMATIVA DE LOS CTOS. EN EDAD ESCOLAR DEL CSD](#)



CESA
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN



Consejo
Superior
de Deportes



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO



CESA 20-22 JUNIO



SISTEMA DE CRONOMETRAJE

Larga, Media, Sprint y relevos

Sportident Air será usado por los competidores pero no obligatorio. La organización prestará sin coste alguno a aquellos que no tenga SiAC si quieren participar con ellas.

En caso de pérdida la comunidad se hará cargo de su reposición.

Trail-O

Se utilizará el sistema de cronometraje ToePunch.

Es un sistema de registro electrónico de los marcajes de las respuestas en el Trail-O. Sus principales componentes son dos: la estación/unidad (Toe Box) y un conjunto de siete chips NFC/RFID.

[Guía de uso](#)



CESA
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN



Consejo
Superior
de Deportes



Federación Española de Orientación



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO

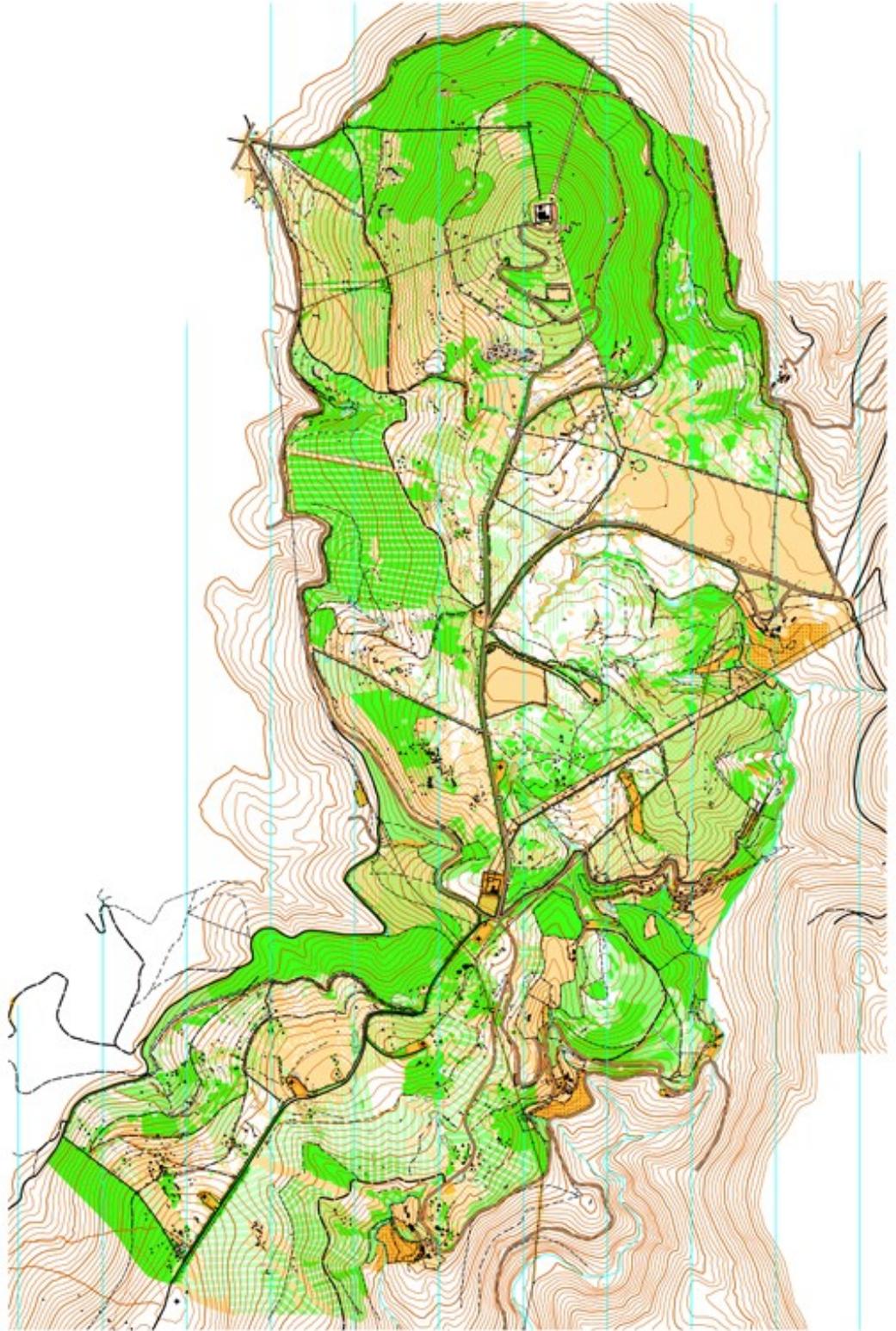


CESA 20-22 JUNIO



MAPAS

MONTE ENXA (MAPA ANTIGUO)



CESA
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN



Consejo
Superior
de Deportes



fedo
Federación Española de Orientación



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO



CESA 20-22 JUNIO



MONTE GAIAS (MAPA ANTIGUO)



CAMPUS DA VIDA (MAPA ANTIGUO)



CESA
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN



Consejo
Superior
de Deportes



Federación Española de Orientación



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO



CESA 20-22 JUNIO



EQUIPO ORGANIZADOR

| Función | Responsable |
|------------------------------|---|
| ORGANIZACIÓN | FEGADO |
| DIRECCIÓN DE LA PRUEBA | Francisco Varela |
| CARTOGRAFÍA LARGA Y MEDIA | Antonio Piñeiro y David Lareo (C-3389-23) |
| ACTUALIZACIONES | Diego Rodríguez Corrochano y Francisco Varela |
| CARTOGRAFÍA RELEVOS Y SPRINT | Eduardo Ramos (C-2869-21) |
| ACTUALIZACIONES | Diego Rodríguez Corrochano y Francisco Varela |
| CARTOGRAFÍA TRAIL-O | Javier Arufe |
| TRAZADOS | Jesús y Diego Rodríguez Corrochano |
| CRONOMETRAJE | Abel Otero y Javier Arufe |
| JUEZ CONTROLADOR | Julio Garrido |

CONTACTO Y REDES SOCIALES

Email: escolaruniversitario@fegado.es

WEB: fegado.es

Rúa Fotógrafo Luis Ksado, 17, Planta 2, Oficina 22
36209, Vigo - Pontevedra

Tfno: 696 459 544

Presidente FEGADO: Sonia Gómez Naya



[FACEBOOK](#) | [INSTAGRAM](#)



CESA
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN



Consejo
Superior
de Deportes



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO



CESA 20-22 JUNIO



MEDIOAMBIENTE

Dentro de nuestro compromiso con el medio ambiente, FEGADO acordó adoptar una serie de medidas dentro del área de competición, desde el punto de vista ecológico.



Por eso, no realizaremos marcas ni señales identificativas permanentes para la prueba. Tan sólo estará marcado con cintas el tramo de unos metros desde salida al triángulo de salida (cintas reutilizadas de carreras previas y posteriores).

También procederemos a la retirada de todo tipo de señalizaciones instaladas el mismo día de la prueba y tras la finalización de esta, así como a la eliminación de todos los residuos eventualmente generados.

Invitamos a toda la comunidad de deportistas a mantener el mismo espíritu de conservación del entorno y demostrar, una vez más, que el deporte de Orientación es un defensor de la ecología y la naturaleza.



CESA
Campeonatos de España
en Edad Escolar
ORIENTACIÓN



Consejo
Superior
de Deportes



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO



CESA 20-22 JUNIO



COLABORADORES



CONCELLO DE SANTIAGO



FUNDACIÓN CIDADE DA CULTURA DE GALICIA



concello **Porto do Son**



LAFAMILIA

GASTRO, S.L.

GADIS

USC

UNIVERSIDADE DE SANTIAGO DE COMPOSTELA

//ABANCA



CESA
Campeonatos de España en Edad Escolar ORIENTACIÓN



Consejo Superior de Deportes



fedo
Federación Española de Orientación



XUNTA DE GALICIA



DEPORTE GALEGO