

BOLETÍN 2

Campeonato de España de Orientación 2018

Media, Relevó, Sprint



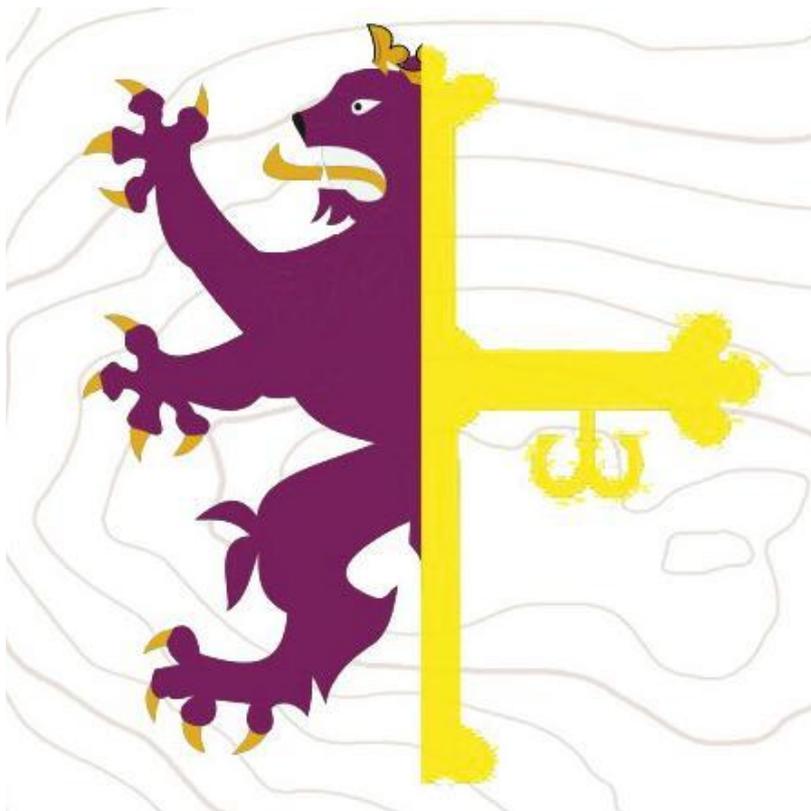
La Robla (León)

Viernes 30/03 - Domingo 01/04

CONTENIDO

COMITÉ ORGANIZADOR.....	5
INFORMACIÓN GENERAL.....	6
La Robla.....	6
Comunicaciones a La Robla.....	6
RESUMEN DE LAS INSCRIPCIONES.....	7
PROGRAMA	8
LOCALIZACIONES.....	9
ALOJAMIENTOS.....	15
Recomendados por la organización:	15
Hoteles en León con descuento:.....	16
Otros alojamientos situados en la comarca:	16
SUELO DURO.....	17
Suelo duro entrenamientos previos:.....	17
Normas de utilización del Suelo Duro CEO La Robla.....	17
INFORMACIÓN TECNICA.....	20
Media, 30 de marzo.....	20
Mapa:.....	20
Trazado:	21
Distancias y desniveles Media	22
Distancia a la salida. Pre-salida Media.....	22
Relevé, 31 de marzo.....	23
Mapa:.....	23
Trazado:	23
Distancias y desniveles Relevé	24
Salida en masa. Proceso de intercambio	24
Sprint, 1 de abril.....	25
Mapa:.....	25
Trazado:	25
Distancias y desniveles Sprint	26
Cuarentena. Distancia a la salida. Pre-salida Sprint.....	26

Entrenamientos previos, Model Event; sábado 23 a jueves 29 de marzo	27
Suelo duro entrenamientos previos:.....	28
Áreas embragadas	29
INSCRIPCIONES.....	30
Restricciones a la participación	30
Petición de horas de salida.....	30
Categorías.....	31
Categorías Media y Sprint.....	31
Categorías Relevos.....	31
Precios	32
Cambios de tarjeta electrónica	32
Alquiler tarjeta electrónica	32
Sistema de inscripciones.....	33
Inscripciones equipos de relevos:	33
SEGUIMIENTO EN DIRECTO DE LA PRUEBA.....	34
ESCUELA ORIENTACIÓN	35
NORMAS GENERALES.....	36
Jurado Técnico.....	36
Normas	36
POLITICA MEDIOAMBIENTAL	38
CONTACTO	39
ORGANIZADORES Y COLABORADORES	40
ORGANIZAN.....	40
COLABORAN.....	40



Queridos corredores y demás aficionados a la orientación:

Los clubes Alcón, Astur Extrem y Nordeste Orientación os invitamos a participar y acompañarnos durante la celebración del Campeonato de España de Orientación 2018 en La Robla (León), en un enclave que esperamos que os sorprenda y donde podréis disfrutar de unos días de orientación con nosotros.

Nos sentimos muy ilusionados ante este gran reto, estamos poniendo todo de nuestra parte para que este sea un gran CEO ¡Os esperamos!

Alcón, Astur Extrem y Nordeste Orientación

-Equipo organizador del CEO 2018-

COMITÉ ORGANIZADOR

Director de la prueba:	Antonio Hernández (coordceolr@gmail.com)
Centros de comp.:	Tagaday Cordobes y Nayo Tarno
Protocolo:	Emiliano Fidalgo
Tesorería:	Nines Monsalve (admonceolr@gmail.com)
Equipo:	Santiago Treceño y Miguel Moreno(crewceolr@gmail.com)
Suelo duro:	Roberto Montes
Parking:	Jesús M ^a Llamazares
Juez Controlador:	Julio Garrido Izquierdo
Juez Cronometrador:	Darío Fidalgo Casares (siceolr@gmail.com)
Dirección Técnica:	Ignacio Rubio Hernández (dirtecceolr@gmail.com)
Equipo de Campo:	Jose Sáez Álvarez y Andrés del Bustio.
Salidas:	Jose Domínguez y Eugenio Izquierdo
Entrenamientos:	Cosme Sánchez
Comunicación:	Antonio Hernández (comunicacionceolr@gmail.com)
Imagen:	Bene Santos
Speakers:	Javier Barahona y Ángel Frontela
Web:	Sergio Rezzonico
Inscripciones:	Eduardo Martínez Naredo (inscripcionesceolr@gmail.com)
Secretaría:	Nuria Calvo Segovia (infoceolr@gmail.com)

INFORMACIÓN GENERAL

Los **Campeonatos de España de Orientación temporada 2018** se celebrará en **La Robla, León, del 30 de marzo al 1 de abril** para las pruebas **Media, Relevos y Sprint**.

Podrán ser Campeones de España los orientadores con **nacionalidad española** y con **licencia de temporada** de la Federación Española de Orientación.

La **Secretaría** del evento, **Centro de Competición** y el **suelo duro** se ubicarán en el término municipal de **La Robla** (consultar más adelante localizaciones y horarios).

La Robla

La localidad de La Robla está ubicada en las faldas de la Montaña Central Leonesa. Este municipio está formado por otros nueve pueblos. En total viven 4.620 habitantes de los que 3.332 viven en La Robla, el núcleo más poblado de todo el municipio. Está situada a 950 metros de altitud sobre el nivel del mar. Este pueblo ha sido industrializado ya que a las afueras del mismo hay una Central Eléctrica. Gracias a ella, la villa incrementó notablemente su población.



La Robla perteneció antiguamente al ya desaparecido Concejo de Alba y buena prueba de ello son las ruinas del Castillo de Alba que aún sobreviven en el pueblo. También puede visitarse en La Robla la Ermita de Celada que data del siglo XIII y luce un espléndido estilo románico. La Obra de Vela Zanetti es un mural y cerámica que este artista colocó en el Colegio de Formación Profesional Virgen del Buen Suceso. Se ha convertido en

uno de los monumentos más conocidos del pueblo ya que en su colorista pintura se muestran muchas escenas de la vida tradicional de la comarca.

Por último, nadie puede irse de La Robla sin visitar el Acueducto “El Encañao”. Construido sobre los restos de un antiguo acueducto romano que conserva aún alguna parte de su estructura original.

Comunicaciones a La Robla

La Robla se encuentra por carretera a 28km de León (30’ en coche aproximadamente) y a 152km (1h 50’) del aeropuerto de Valladolid.

La compañía de autocares ALSA ofrece el servicio León – La Robla con una frecuencia de 1h30’ / 2h, siendo el trayecto de 30’ aproximadamente.

RESUMEN DE LAS INSCRIPCIONES

Boletín 3



PROGRAMA

- **Sábado 23 al jueves 29. Entrenamientos previos.** Mirar información a parte.

Desde el Viernes 23 Suelo duro especial entrenamientos en La Robla y Zona de Caravanas en Matallana de Torio

- **Jueves 29 de marzo. Model Event.** Candanedo de Fenar.

16:00 Apertura de Secretaría. Piscinas municipales de La Robla.

18:00 Apertura Suelo Duro. Polideportivo Municipal de La Robla.

- **Viernes 30 de marzo. Distancia Media.** Brugos de Fenar.

8:30 Apertura de Secretaría. Centro de Competición Brugos.

1ª Salida: Boletín 3.

14:30 Cierre de Secretaría. Centro de Competición Brugos.

- **Sábado 31 de marzo. Relevos.** Brugos de Fenar.

8:30 Apertura de Secretaría. Centro de Competición Brugos.

Salida: Boletín 3

Salida resto de equipos: Boletín 3.

14:00 Entrega de premios Media y Relevos. Centro de Competición Brugos.

15:00 Cierre de Secretaría. Centro de Competición Brugos.

- **Domingo 1 de abril. Sprint.** La Robla.

8:00 Apertura de Secretaría. Centro de Competición La Robla.

Cierre de cuarentena: Boletín 3.

1ª Salida: Boletín 3.

13:00 Entrega de premios Sprint.

15:00 Cierre de Secretaría. Centro de Competición La Robla.

LOCALIZACIONES

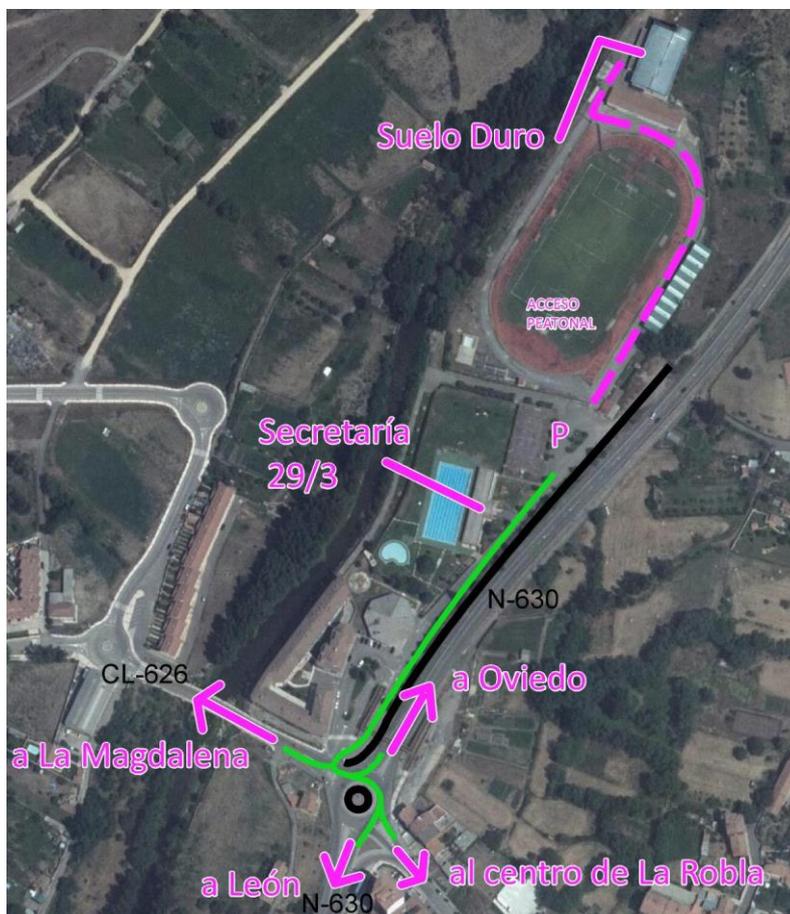
No se señalarán las ubicaciones de los lugares de interés de la prueba. Se facilitan mapas y coordenadas en este boletín.

- **Secretaría jueves 29 de marzo:** Piscinas Municipales de La Robla.
Plaza del Polideportivo s/n

42°48'26.7"N 5°37'51.3"W / 42.807419, -5.630913

- **Suelo duro:** Pabellón Municipal de La Robla.

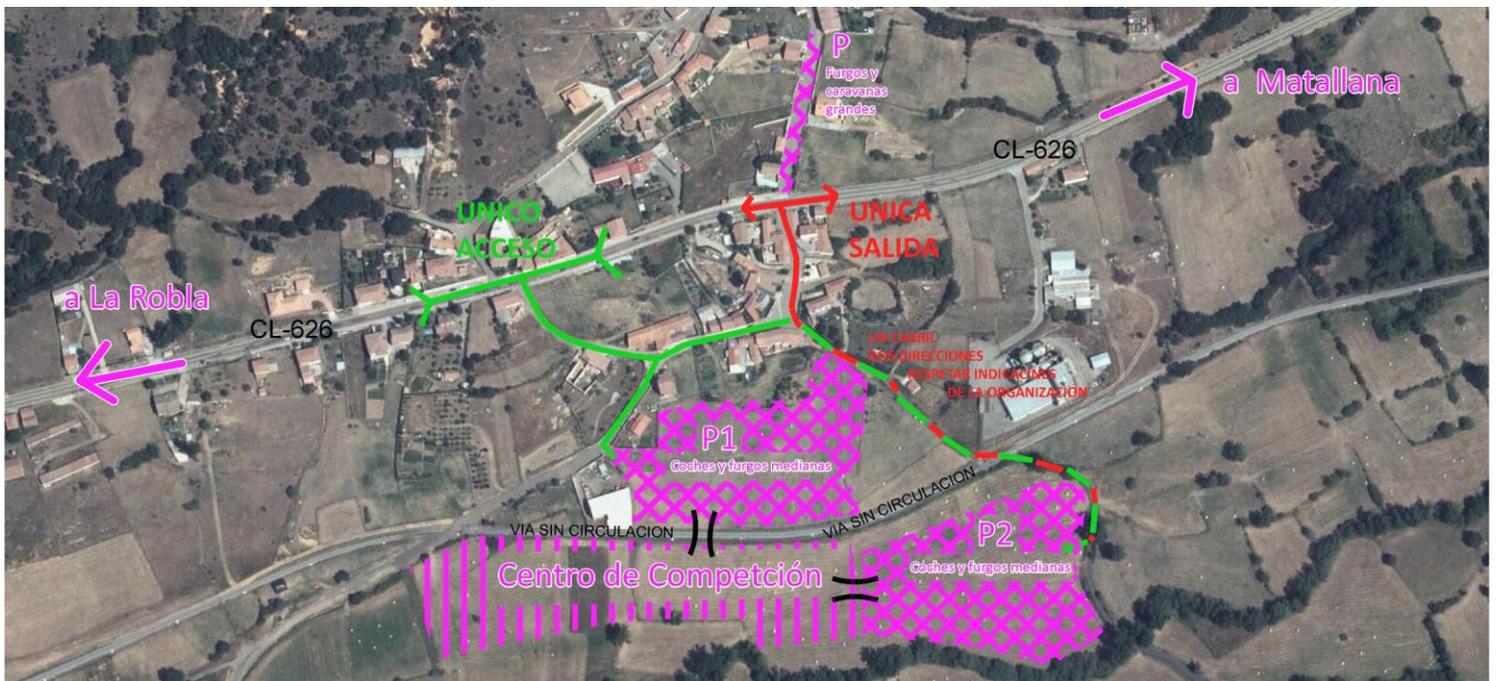
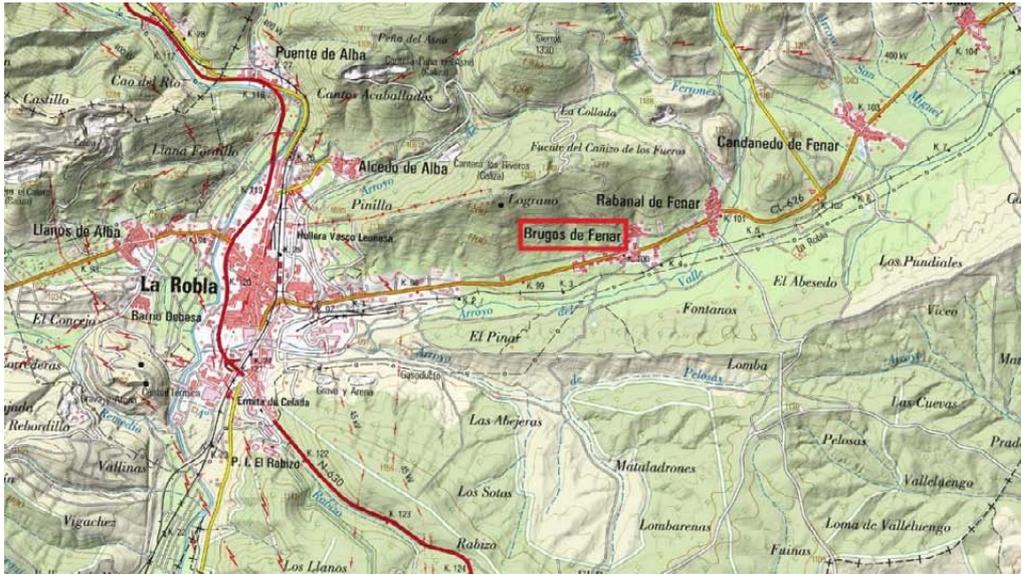
Misma localización que la Secretaría



- **Centro de competición Brugos. Media y Relevos. 30 y 31 de marzo.**
Brugos de Fenar

Coordenadas acceso pakings coches y furgonetas pequeñas y medianas:
42°48'18.7"N 5°35'10.4"W / 42.805191, -5.586222

Coordenadas acceso pakings furgonetas y caravanas grandes:
(autobuses, contactar previamente con la organización)
42°48'22.5"N 5°35'06.6"W / 42.806235, -5.585174



- **Centro de competición La Robla. Sprint. 1 de abril.**

Plaza de la Constitución, La Robla.

Cuarentena: IES Ramiro II, Ctra. la Magdalena, La Robla.

Coordenadas: **42.804291, -5.632227**



- **Zona habilitada para caravanas. Accesible desde el viernes 23 de marzo.**

Única zona con permisos medio ambientales permitida. No se permite la acampada en las zonas de parking de los entrenamientos ni en el centro de competición.

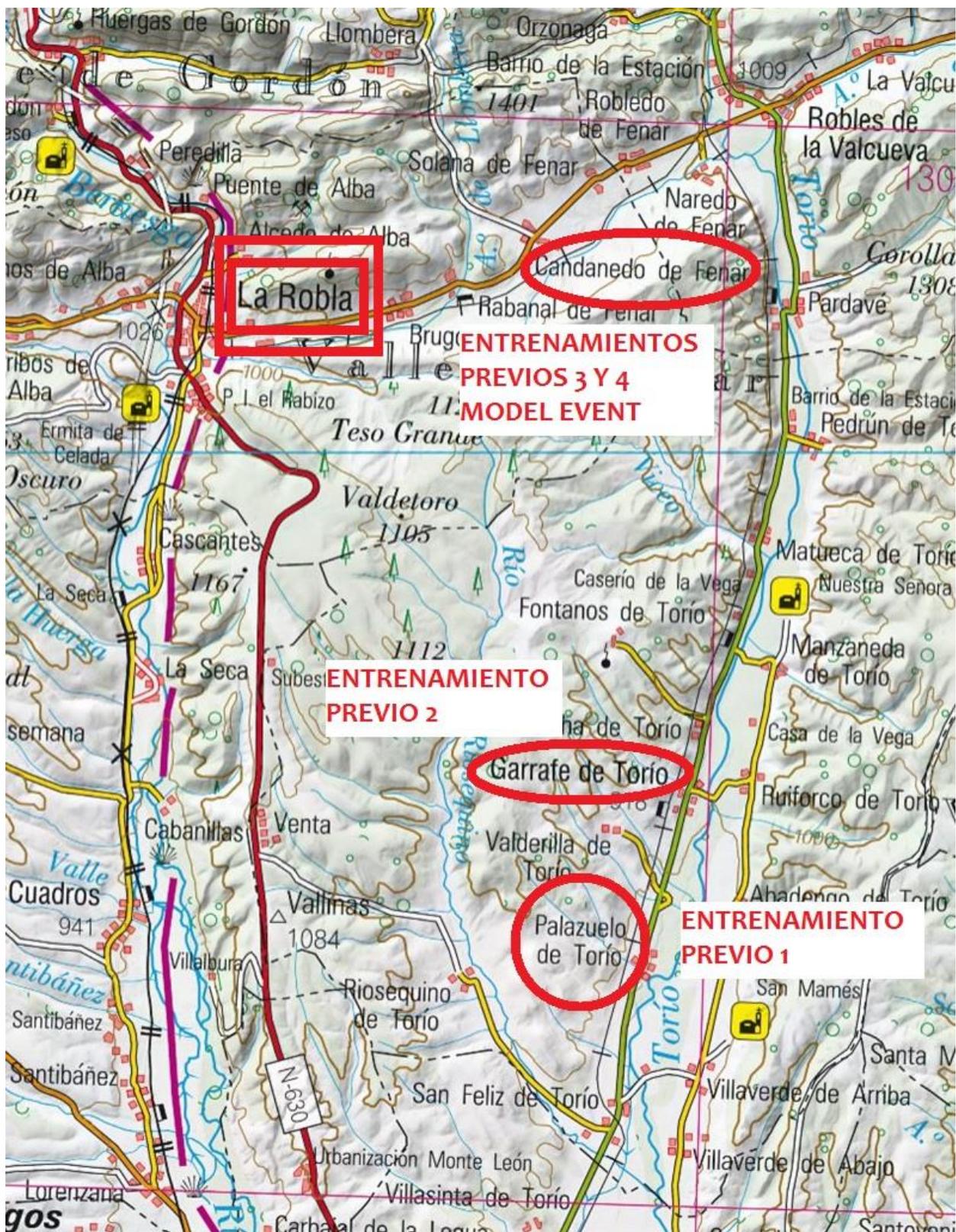
Dispone de baños.

Localización: Pabellón Matallana de Torio (Barrio La Estación) Calle San Bartolomé

Coordenadas: **42.837166, -5.520524**



Entrenamientos previos, Model Event.



- **Entrenamiento previo 1. Palazuelo de Torio (26km de La Robla, 14km de León)**

Punto de venta: Café Bar Las Eras, Calle de la carretera n^o 2

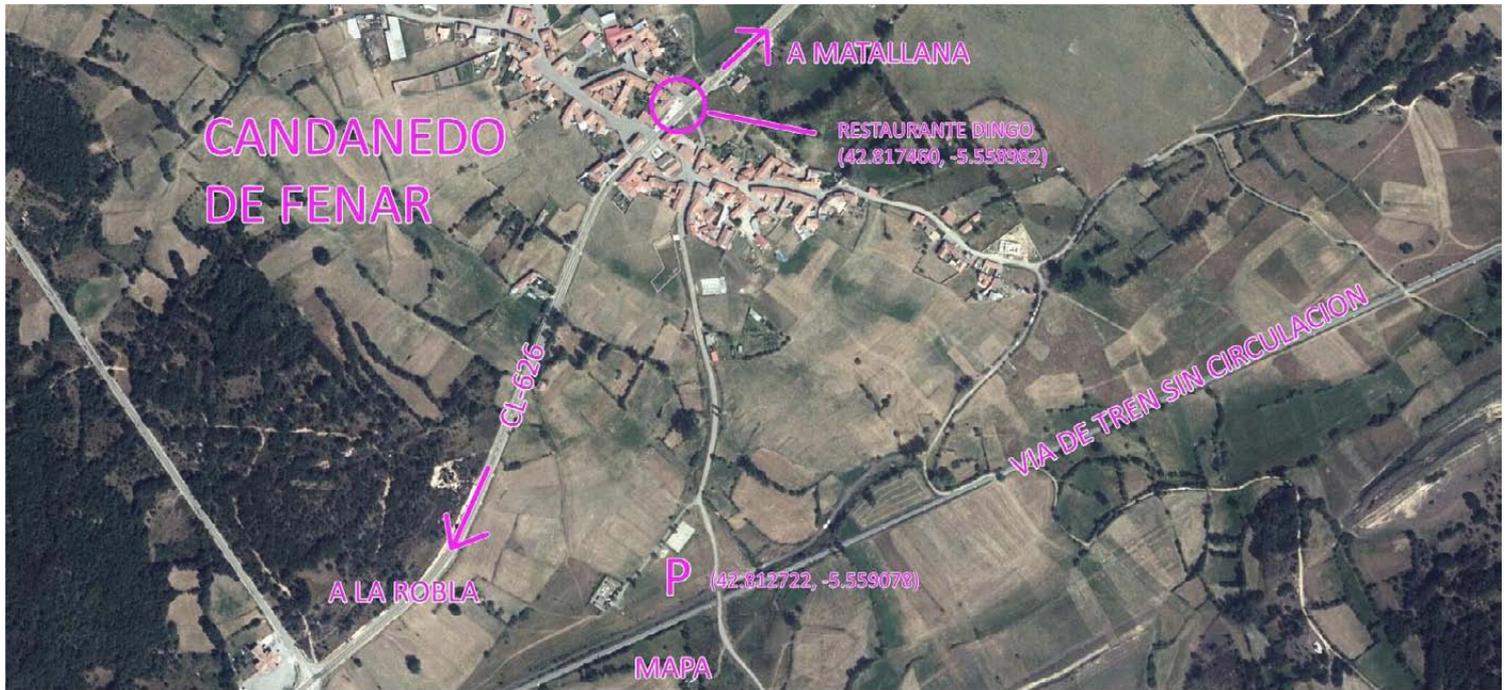


- **Entrenamiento previo 2. Garrafe de Torío (24km de La Robla, 16km de León)**

Punto de venta: Restaurante El Cuartel, C/ El Monte, 5



- **Entrenamientos previos 3 y 4. Model Event.**
Candanedo de Fenar (6 km de La Robla)
Punto de Venta: Restaurante el Dingo. Carretera Matallana,21



ALOJAMIENTOS

Recomendados por la organización:

- **GMR Summer Camps (5km del centro de competición de Brugos y 8km de La Robla)**

En Robledo de Fenar. Ofrece hasta 200 plazas en casas rurales, cabañas y bungalós. Reservas a través de su página web.

Precios:

Alojamiento	12€
Alojamiento y Desayuno	15€
Media Pensión	20€
Pensión Completa	28€



<https://www.gmrcamps.com/es/blog/2018/01/12/alojamiento-disponible-para-el-campeonato-de-espana-de-orientacion>

Reservas: camps@mundoenred.com

- **Albergue de Montaña “El Chaltén”**

En Vegacervera. Ofrece hasta 100 plazas en cabañas.

Precios:

Alojamiento y Desayuno	12€
Media Pensión	20€
Pensión Completa	28€



<http://www.kayakpicoazul.com/alojamiento-el-chalt%c3%a9n.html>

Además, la empresa que gestiona este alojamiento también ofrece las siguientes actividades en estas fechas: Escalada 12€/hora, Espeleología 20€, Rapel 12€/hora, Descenso de cañones 35€ (mayores de 15 años) * y descenso de la cueva de Valporquero 55€ (mayores de 15 años) *según condiciones

Los niños (menores de 14 años) tienen un 50% de descuento siempre que vayan acompañados de un adulto.

Las personas que se alojen en este albergue tienen un 10% de descuento en las actividades y las que no estén alojadas pero que estén inscritas en el CEO tienen un 5% de descuento

Para hacer las reservas tanto del alojamiento como de las actividades, podéis contactar a través del siguiente correo electrónico: correo@kayakpicoazul.com

- **Albergue Fuente del Oso**



En Aviados. Ofrece hasta 50 plazas.

Dispone de habitaciones de 2, 4 y 6 plazas en literas, todas con baño total 56 plazas en 12 habitaciones

Precios:

Alojamiento y Desayuno	12€
Media Pensión	22€
Pensión Completa	30€

Hoteles en León con descuento:

A través del enlace de hotel preferente, se aplicará un descuento para participantes del CEO del 10% sobre la tarifa vigente de reserva. Fechas activadas con descuento: del 28 de marzo al 1 de abril.

Hotel Riosol***

http://www.hotelriosolleon.com/?id_referer=CEO

Hotel Eurostars León****

http://www.eurostarshotels.com/eurostars-leon.html?id_referer=CEO

Aparthotel Exe Campus San Mames***

http://www.exehotels.com/apartahotel-exe-campus-san-mames.html?id_referer=CEO

Otros alojamientos situados en la comarca:

Más de 100 opciones diferentes de alojamiento rural en la zona accesibles a través de la web:

<http://www.cuatrovalles.es/>

App de reservas de Cuatro Valles:

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.proconsi.cuatrovalles.app&hl=en>

SUELO DURO

Localización: Pabellón Municipal de La Robla:

Plaza del Polideportivo s/n 42°48'26.7"N 5°37'51.3"W / 42.807419, -
5.630913

(mapa de acceso en el apartado Localizaciones)

Limitado a 250 plazas por riguroso orden de inscripción.

Acceso condicionado al respeto y conformidad con las normas utilización.

Apertura: jueves 29 de marzo 16:00h

Coste: 3€/persona (del 29 de marzo al 1 de abril)

Suelo duro entrenamientos previos:

Suelo duro con preinscripción obligatoria y conformidad con las normas de utilización (presentación obligatoria de Anexo 1)

Fechas y horario: del viernes 23 al jueves 29 de marzo. De 21 a 9h. Resto instalación cerrada.

Coste: 4€ independientemente de los días (pago junto con el resto de la inscripción).

Normas de utilización del Suelo Duro CEO La Robla

1. La utilización de la instalación implica la aceptación y el respeto de las normas aquí establecidas.
2. La organización se reserva el derecho de admisión a la instalación de aquellas personas que no acepten o que, una vez aceptadas, incumplan las normas aquí establecidas.
3. Los usuarios de la instalación serán identificados por una pulsera entregada por la organización. Deberán portarla en el momento de acceso a la misma y durante su estancia en el interior.
4. No se permite el uso de la instalación a menores de edad solos. Los menores de edad solamente podrán hacer uso de la instalación cuando un adulto, que también haga uso de la misma, se haga responsable de la aceptación y respeto de las normas aquí establecidas por el menor.
5. Normas generales:
 - 5.1 Queda prohibido cocinar dentro de las instalaciones.
 - 5.2 Queda prohibido el uso de cualquier material perteneciente a las instalaciones.
 - 5.3 Queda prohibido el uso de los enchufes fuera de la zona destinada a la recarga de teléfonos móviles.
 - 5.4 Queda prohibido el uso de las instalaciones para juegos y deportes.
 - 5.5 La instalación cerrará sus accesos entre las 10h y las 14h el viernes y el sábado. El domingo desde las 10h debe quedar a esta hora la pista despejada.

5.6 Se hará un consumo de agua responsable.

6. Normas para la pernocta:

- a. Se realizará respetando la señalización establecida por la organización, respetando en todo caso los pasillos de evacuación y las puertas de emergencia.
- b. Los utensilios para descansar serán individuales. Si son dobles, deberán ser usados por dos personas.
- c. No se permite la colocación de tiendas de campaña o similares dentro de la instalación.
- d. No se permite la instalación de equipamiento de camping (sillas, mesas, radiadores etc.).
- f. El horario de silencio y apagado de iluminación será de 23h a 7h.
- g. Le corresponde a la organización el encendido y apagado de luces.

7. La organización no se responsabiliza de las pérdidas o sustracciones de que pudieran ocurrir.

8. La organización no se responsabiliza de los accidentes que puedan sufrir los usuarios por el uso o dentro de las instalaciones.

9. Aquellos usuarios que debido al no cumplimiento de las normas aquí establecidas sean invitados a abandonar la instalación a requerimiento de la organización y no lo hagan serán denunciados por ello ante la autoridad competente.

10. En cuanto a la aceptación de las normas aquí establecidas: todos los usuarios de la instalación deberán presentar en secretaría firmado el ANEXO 1 antes de acceder a la misma.

- a) Los usuarios de la instalación mayores de 18 años firmarán en su nombre.
- b) Para los usuarios menores de edad que deseen hacer uso de las instalaciones será necesario hacer constar su nombre junto con la firma del adulto que vaya a pernoctar en la instalación y que se responsabilice de dicho menor.

11. Sólo tras la presentación del ANEXO 1 se hará entrega de la pulsera de identificación.

Modelo de Anexo 1 (descargable en la web del campeonato)

ANEXO 1

Normas de utilización Suelo Duro

Campeonato de España de Orientación 2018

La Robla (León)

(Nombre) _____

Con DNI o numero de pasaporte _____

pongo de manifiesto que he leído y acepto las normas para la utilización de la instalación de Suelo Duro durante la celebración del Campeonato de España de Orientación de 2018 entre los días 29 de marzo y 1 de abril de 2018.

Menores al cargo:

No

Sí

Nombre _____ DNI o Pasaporte _____

Para que conste, firmo la presente

En _____ a fecha _____

INFORMACIÓN TÉCNICA

Media, 30 de marzo

Mapa: Brugos de Fenar (Nuevo, noviembre 2017; 1:10.000, 5m)

Cartógrafo: Leonidis Malankov

Otros mapas del cartógrafo: Bosque de los Druidas; Liga Nacional 2017, Palacios de la Sierra

<http://3drerun.worldofoc.com/2d/index.php?idmult%5B%5D=-454220>

Descripción de terreno: Ladera de desniveles moderados con robledal en diferentes etapas de desarrollo, salpicado de pardos y algunas plantaciones de pino; transitable en un 95%, pero con incidencia en la velocidad y visibilidad. Parte norte praderías despejadas separadas por sebes. Ausencia total de elementos rocosos. Existen vallas de pasto de ganado (alambre sin pichos a media altura) no cartografiadas.



Mapa paralelo a Candanedo de Fenar Norte (*Model Event* y Entrenamiento previo 4):

<http://3drerun.worldofoc.com/2d/index.php?idmult%5B%5D=-307047>

Trazado: Andrés del Bustio

Trazados previos:

- Liga Norte Candanedo de Fenar, distancia larga, 2015.
(Entrenamiento previo 3)
<http://3drerun.worldofoc.com/2d/index.php?idmult%5B%5D=-307048>
- Liga Norte San Leonardo, distancia intermedia. 2016.
<http://3drerun.worldofoc.com/2d/index.php?idmult%5B%5D=-464961>
- Liga Norte San Leonardo, distancia media. 2016.
<http://3drerun.worldofoc.com/2d/index.php?idmult%5B%5D=-464958>
- Campeonato Asturias, sprint, 2015
<http://3drerun.worldofoc.com/2d/index.php?idmult%5B%5D=-464803>



Comentario:

La zona elegida para la distancia media de este campeonato de España presenta una ausencia casi total de elementos rocosos y humanos y, por el contrario, se caracteriza por una gran proliferación de vegetación de diversos tipos, siendo este elemento, junto con el relieve, los más representativos del mapa.

Será fundamental una interpretación precisa de las distintas tonalidades de verdes, así como de las zonas boscosas y semiarboladas. Por este motivo, mi recomendación es que todo aquel que pueda, haga uso de los entrenamientos y mapa modelo preparados para el evento, pues la familiarización con el terreno y la cartografía puede ser un factor clave.

Los recorridos trazados presentan características de distancia media, con cambios constantes de dirección, pero tratando de incluir también algunos tramos más largos de elección de ruta.

La velocidad de carrera será en general alta, pero estará condicionada por las distintas áreas que transitemos, algunas de ellas requieren de un ritmo más lento y otras donde nos encontramos con prados y vegetación más lineal permitirán alcanzar una velocidad casi máxima.

Espero que cada participante pueda encontrar en su recorrido una exigencia acorde a sus características y disfrute tanto de la carrera como yo lo he hecho trazándola.

Distancias y desniveles Media (Boletín 3)

Distancia a la salida. Pre-salida Media (Boletín 3)

Relevo, 31 de marzo

Mapa: Brugos de Fenar (Nuevo, noviembre 2017; 1:10.000, 5m)

Ver lo comentado para el mapa de la media

Trazado: Ignacio Rubio

Trazados previos:

- Liga Nacional San Leonardo, distancia intermedia. 2012.
<http://3drerun.worldofoc.com/2d/index.php?idmult%5B%5D=58626>
- Liga Nacional San Leonardo, distancia intermedia. 2013.
<http://3drerun.worldofoc.com/2d/index.php?idmult%5B%5D=84486>
- Liga Nacional San Leonardo, distancia sprint. 2013
<http://3drerun.worldofoc.com/2d/index.php?idmult%5B%5D=84486>
- Liga Norte Palazuelo de Torío, 2014. (Entrenamiento previo 1)
<http://3drerun.worldofoc.com/2d/index.php?idmult%5B%5D=-256655>
- Campeonato Regional de Castilla y León y de Asturias, Garrafe de Torío. 2016.
(Entrenamiento previo 2)
<http://3drerun.worldofoc.com/2d/index.php?idmult%5B%5D=-456735>



Comentario (también como director técnico de la prueba):

*Las carreras de monte del CEO se van a desarrollar en su totalidad en bosque de robledal, muy típico y extendido en la provincia de León. La carrera se disputa en ladera, aunque el diseño del trazado evita grandes desniveles. Es, por tanto, un terreno principalmente de detalles de vegetación, aunque también con numerosos elementos de tierra, como cortados de tamaño pequeño/mediano y surcos de erosión. El suelo es muy regular, en muchos partes con praderas de hierba, lo que hace que se pueda correr a gran velocidad. Desplazarse rápido es la gran dificultad en este terreno de vegetación, ya que es fácil confundirse con elementos similares. La visibilidad en la época en la que se celebra el CEO será muy alta, ya que hasta unos meses más tarde no crece la hoja, y la sensación es que los tonos de verde del mapa, en la realidad son más transitables. La interpretación de los verdes es clave, por eso desde la organización del CEO se han planteado 4 entrenamientos en este tipo de terreno, 1 de ellos, que igualmente hace las veces de **model event**, es el terreno justo al lado de donde será la media, por lo que se hace casi **imprescindible su realización**. Todos los entrenamientos son del mismo cartógrafo y mismo terreno, y estará puestos desde el sábado anterior al CEO. El model event también está actualizado a la nueva normativa cartográfica por lo que facilitará su asimilación.*

El terreno del relevo, a pesar de estar contiguo al de la media, tiene varias zonas diferenciadas, con terrenos abiertos y detalles de erosión, semiabiertos con gran visibilidad, zonas de fincas con pasillos de verdes, zonas con vegetación más densa y terreno más irregular, lo que hará que junto con la presión de los numerosos corredores sea una carrera muy técnica.

Distancias y desniveles Relevé (Boletín 3)

Salida en masa. Proceso de intercambio (Boletín 3)

Sprint, 1 de abril

Mapa: **La Robla (Usado, actualizado febrero 2018: 1:5.000, 5m)**

Cartógrafos: Sergio Rezzonico, Ignacio Rubio y Tegaday Cordobés.

Mapa antiguo:

<http://3drerun.worldofdo.com/2d/index.php?idmult%5B%5D=-313911&idmult%5B%5D=-313910>

(Acceder a la zona o a la cuarentena con el mapa antiguo en formato papel o digital será motivo de descalificación).

Descripción de terreno: Zona urbana sin desniveles, con tráfico abierto a la que se añadirán vallas impasables (saltarlas o “picar” por encima será motivo de descalificación).

Trazado: **Ignacio Rubio y Cosme Sánchez**

Por parte de Ignacio Rubio, además de lo ya comentado como trazador del relevo y director técnico de la prueba anteriormente, comenta ahora lo siguiente respecto del sprint:

Trazado previo:

- Sprint León O-Meeting. La Robla. Salida en masa, 2015.
<http://3drerun.worldofdo.com/2d/index.php?idmult%5B%5D=-313911&idmult%5B%5D=-313910>

Comentario:

El sprint se realizará en el municipio de La Robla, con una ampliación del mapa existente. La carrera tendrá algunas novedades que se publicarán en el boletín 3, y que favorecerá que la carrera sea algo más especial y diferente. Lo que si podemos adelantar es que será un recorrido donde primará la elección de ruta con fatiga, pues casi todos los controles tendrán varias posibilidades.

Por parte de Cosme Sánchez:



Hola, mi nombre es Cosme Sánchez y soy co-trazador del sprint junto con Ignacio Rubio. He participado como parte de la selección española en varias competiciones internacionales. Soy una persona muy analítica, un friki de la orientación, y me interesa sobre todo el apartado técnico de los trazados. El mapa de la Robla es idóneo para un sprint de velocidad elevada y toma rápida de decisiones. Nuestro trabajo como trazadores se ha centrado en combinar los diferentes estilos urbanísticos de la localidad (desde el núcleo urbano a la periferia) con los retos técnicos de mayor dificultad (como la incorporación de vallas artificiales, entre otros). El resultado es una carrera muy exigente cuyo ganador podrá llevar con orgullo el título de campeón de España.

Distancias y desniveles Sprint (Boletín 3)

Cuarentena. Distancia a la salida. Pre-salida Sprint. (Boletín 3)

Entrenamientos previos, Model Event; sábado 23 a jueves 29 de marzo

A la venta mapa maestro con claves de tres recorridos (descripción de control suelta incluida). Todos los mapas escala 1:10.000, 5m.

Preinscripción previa sin pago en el formulario de inscripciones (ayúdanos a prever la demanda para que encuentres un mapa y con alta calidad de impresión en los puntos de venta)

Precio: 1,5 €/copia

Localizaciones y puntos de venta: Ver apartado localizaciones.

Opciones de recorrido:

- Libre determinado por el atleta.
- Sugeridos por la organización de competiciones previas uniendo los controles.

Controles: Prebalizados con código de control.

ENTRENAMIENTO 1. PALAZUELO DE TORÍO				
COMPETICIÓN:	Liga Norte, 2014.		TIPO:	Larga
TRAZADOR:	Nacho Rubio (CEO Relevo y Sprint)		CONTROLES:	38
CARTÓGRAFO:	Jaime Montero (2014), última revisión de Leonid Malankov (2016)			
RECORRIDO	CATEGORÍAS	DISTANCIA	DESNIVEL	CONTROLES
1	ME	8130	195	25
2	M35, M20	6190	180	20
3	F20, F35, M18, M50	4370	145	19



ENTRENAMIENTO 2. GARRAFE DE TORÍO				
COMPETICIÓN:	Campeonato Regional CyL y Asturias, 2016		TIPO:	Intermedia
TRAZADOR:	Nacho Rubio (Ceo Relevo y Sprint)		CONTROLES:	37
CARTÓGRAFO:	Leonid Malankov (2016)			
RECORRIDO	CATEGORÍAS	DISTANCIA	DESNIVEL	CONTROLES
1	Senior	7030	245	27
2	F-Junior; F-VetA; M-VetB	4270	195	23
3	F-Vet B, M-Cadete	3050	95	12



ENTRENAMIENTO 3. CANDANEDO DE FENAR SUR				
COMPETICIÓN:	Liga Norte, 2015	TIPO:	Larga	
TRAZADOR:	Andrés del Bustio (Ceo Media)	CONTROLES:	30	
CARTÓGRAFO:	Leonid Malankov (2017) ISOM 2018			
RECORRIDO	CATEGORÍAS	DISTANCIA	DESNIVEL	CONTROLES
1	ME	7000	300	17
2	M35, M20	5800	260	15
3	F20, F35, M18, M50	4300	185	12



ENTRENAMIENTO 4. MODEL EVENT. CANDANEDO DE FENAR NORTE				
COMPETICIÓN:	Liga Norte, 2015	TIPO:	Media	
TRAZADOR:	Antonio Hernández (Ceo Director)	CONTROLES:	25	
CARTÓGRAFO:	Leonid Malankov (2017) ISOM 2018			
RECORRIDO	CATEGORÍAS	DISTANCIA (m)	DESNIVEL (m)	Nº CONTROLES
1	ME	5600	180	18
2	M35, M20	4400	150	15
3	F20, F35, M18, M50	3600	80	11



Suelo duro entrenamientos previos:

Suelo duro con preinscripción obligatoria y conformidad con las normas de utilización (presentación obligatoria de Anexo 1)

Fechas y horario: del viernes 23 al jueves 29 de marzo. De 21 a 9h. Resto instalación cerrada.

Coste: 4€ independientemente de los días (pago junto con el resto de la inscripción).

INSCRIPCIONES

Restricciones a la participación

Podrán **participar todas aquellas personas que lo deseen.**

Aquellas personas que **no posean licencia federativa española o portuguesa** para la temporada 2018 deberán **abonar un seguro por cada prueba** en la que deseen participar.

Las personas que **no posean licencia federativa española podrán participar en categorías oficiales**, pero **no optarán al Campeonato de España.**

Solo **optarán al Campeonato de España** las personas con **licencia federativa española (FEDO)** para la temporada 2018 y **nacionalidad española.**

En los **Campeonatos de España de Relevos** se permitirá la participación de deportistas **extranjeros, siempre que posean licencia de temporada FEDO**, optando al título de Campeón/a de España a todos los efectos. Habrá una limitación de **1 deportista extranjero por equipo en los relevos clásicos.**

Aquellas personas **con menos experiencia y no federados** deberán abonar un **seguro por prueba** y tendrán a su disposición los **recorridos OPEN** en diferentes niveles y sin hora de salida asignada previamente.

Relevos: Los equipos estarán formados por **3 deportistas de la misma comunidad con licencia de temporada** y que cumplan los requisitos de edad y sexo para la participación en la categoría. Se permitirá la participación de otros equipos con deportistas que no cumplan las condiciones anteriores, pero estos no entrarán en clasificación.

Petición de horas de salida

En todas las categorías, en la medida que el número de participantes lo permita, los corredores tomarán la salida con la máxima separación posible.

Con excepción de las categorías M/F E y M/F 20, los orientadores que participan en las categorías oficiales podrán seleccionar, en el momento de realizar su inscripción, la franja horaria siguiente: Temprano: salidas en el primer tercio. Tarde: salidas en el tercer tercio.

Los que no seleccionen franja serán sorteados aleatoriamente. Se ruega a todos los federados que se haga uso de esta herramienta solamente en caso de necesidad por motivos justificados (conciliación familiar, laborales...) en caso de excesivas solicitudes la organización no podrá atenderlas correctamente.

Categorías

Categorías Media y Sprint

U-10 Nacidos en 2008 y posterior (categoría mixta)
M/F-12 Nacidos en 2006 y posterior
M/F-14 Nacidos en 2004 y posterior M/F-16 Nacidos en 2002 y posterior
M/F-18 Nacidos en 2000 y posterior
M/F-20 Nacidos en 1998 y posterior
M/F-E Élite, categorías absolutas. Sin límite de edad.
M/F-35 Nacidos en 1983 y anterior
M/F-40 Nacidos en 1978 y anterior
M/F-45 Nacidos en 1973 y anterior
M/F-50 Nacidos en 1968 y anterior
M/F-55 Nacidos en 1963 y anterior
M/F-60 Nacidos en 1958 y anterior
M/F-65 Nacidos en 1953 y anterior
M/F-70 Nacidos en 1948 y anterior

OPEN AMARILLO (dificultad muy baja / distancia corta)
OPEN NARANJA (dificultad baja / distancia media)
OPEN ROJO (dificultad media / distancia media)
OPEN NEGRO (dificultad media / distancia larga)
CORRELÍN: (menores de 8 años) Recorrido para los más pequeños de 300-500m., con 6- 8 balizas y situado en el entorno inmediato de la zona de meta.

Categorías no oficiales (sin derecho a título de Campeón/a de España) pero puntuables para la Liga Española de Orientación y Liga Española de Sprint según proceda.

M/F-21A Sin límite de edad.
M/F-21B Sin límite de edad.
M/F-35B Nacidos en 1983 y anterior.

Categorías Relevos

M/F-Infantil Nacidos en 2004 y posterior
M/F-Cadete Nacidos en 2002 y posterior
M/F-Junior Nacidos en 1998 y posterior
M/F-Senior Sin límite de edad
M/F-Veterano A Nacidos en 1983 y anterior
M/F-Veterano B Nacidos en 1973 y anterior
M/F-Veterano C Nacidos en 1963 y anterior

Precios

		Seguro/día	Media	Relevo	Sprint
Categoría Oficial Licencia FEDO o FPO	Hasta M-F 20	No	5 €	4 €	6 €
	M-F Elite	No	9 €	4 €	6 €
	Desde M - F 21	No	9 €	4 €	6 €
Categoría Oficial Españoles NO Federados	Hasta M-F 20	8€ un día / 15 € dos o tres días	5 €	4 €	6 €
	M-F Elite	8€ un día / 15 € dos o tres días	9 €	4 €	6 €
	Desde M - F 21	8€ un día / 15 € dos o tres días	9 €	4 €	6 €
Categoría Oficial Extranjeros	Hasta M-F 20	3€ un día / 6 € dos o tres días	5 €	4 €	6 €
	M-F Elite	3€ un día / 6 € dos o tres días	9 €	4 €	6 €
	Desde M - F 21	3€ un día / 6 € dos o tres días	9 €	4 €	6 €
Categoría No Oficial Categorías de promoción	OPEN AMARILLO	2€ un día / 3 € dos o tres días	5 €	4 €	6 €
	OPEN NARANJA	2€ un día / 3 € dos o tres días	9 €	4 €	6 €
	OPEN ROJO	2€ un día / 3 € dos o tres días	9 €	4 €	6 €
	OPEN NEGRO	2€ un día / 3 € dos o tres días	9 €	4 €	6 €
Suelo Duro	3 € CEO / 4€ entrenamientos previos / 7 € total				

Cambios de tarjeta electrónica

A partir del cierre definitivo de inscripciones, los cambios de número de tarjeta electrónica que tengan que realizarse por estar él mismo erróneo en la inscripción, se cobrarán a 3 € para todas las carreras del campeonato, siempre que el corredor solicite en el centro de competición el cambio antes de tomar su salida. Si el error en el número de tarjeta se detecta al descargar en la meta, el técnico de cronometraje no podrá entregarle sus parciales ni clasificarlo hasta que vuelva del centro de competición dónde deberá abonar 5 € para el cambio de número de tarjeta electrónica de todas las pruebas del campeonato.

Alquiler tarjeta electrónica

Los participantes que no dispongan podrán alquilarla por 1,5€/día haciéndolo constar en su inscripción. Fianza (depositar en Secretaría al recoger tarjeta y dorsal): 50€.

Sistema de inscripciones

Todos los participantes realizarán su inscripción a través del sistema oficial de la FEDO

<http://www.sico.fedo.org>

FECHA LIMITE: 23:59:59 del lunes 19 de marzo de 2018

Cuenta bancaria: ES23 0073 0100 5905 0530 2094

Concepto: CEO *Club*

Para todas las categorías y pruebas.

Recordar:

- . **Suelo duro limitado, asignado por orden de inscripción y supeditado al cumplimiento de las normas.**
- . **Petición de horas de salida según lo regulado, se han de hacer constar en la inscripción.**
- . **Cambios posteriores tarjeta electrónica con cargos en todos los casos.**
- . **Preinscripción (sin pago) a los entrenamientos para garantizarte un plano de alta calidad.**

Inscripciones equipos de relevos:

Una vez realizadas las inscripciones de los corredores en la prueba de relevos desde cada federación autonómica o delegación territorial de la FEDO se harán llegar a la organización los equipos de relevos de su comunidad autónoma. Sólo una comunicación por CCAA.

Será responsabilidad de la federación o delegación que los equipos cumplan con los requisitos reglamentarios para optar al Campeonato de España.

Si hay corredores sin equipo se facilitarán en el mismo listado la relación de los mismos. La organización diseñará equipos para garantizar la participación de estos corredores.

Plazo: Domingo 25 de marzo 23:59:59

Contacto: inscripcionesceolr@gmail.com

Cambios de equipos con posterioridad sólo serán autorizados por el Juez Controlador con presentación de justificante médico o causa de fuerza mayor.

Ante la no presentación de equipos en fecha, la organización los realizará arbitrariamente siendo solamente modificables atendiendo al punto anterior.

SEGUIMIENTO EN DIRECTO DE LA PRUEBA

Boletín 3.

ESCUELA ORIENTACIÓN

Para aquellos corredores que no teniendo conocimientos previos de orientación y deseen participar se llevará a cabo desde la web del evento un curso online gratuito de nociones básicas acompañado de unas indicaciones de preparación física para la prueba.

Duración: 8 Semanas

Publicación semanal: a) Artículo sobre técnica.

b) Entrenamientos físicos para la semana.

Comienzo: Semana 5 al 11 de febrero.

Formadores: Ignacio Rubio y Antonio Hernández (equipo @orientaTraining)

NORMAS GENERALES

Jurado Técnico

Boletín 3

Normas

La programación de las pruebas puede sufrir modificaciones por necesidades organizativas.

Estas pruebas se rigen por las normas y reglamentos de la FEDO: (<http://www.fedo.org/web/competicion/o-pie/reglamentos>)

- Reglamento de Orientación
- Normas Campeonato de España de Orientación
- Normas Liga Española de Orientación
- Normas Liga Española de Sprint.

Durante toda la competición, los participantes deben seguir las instrucciones de los jueces y personal de la organización. Es obligatorio participar con el dorsal facilitado por la organización.

Las horas de salida se publicarán en la web del campeonato una vez finalizado el período de inscripciones. También se podrán consultar en el Centro de Competición y en las Zonas de Salidas. Es responsabilidad del corredor llegar puntual a la salida.

En las Zonas de Salidas se dispondrá de bases para limpiar y chequear las tarjetas electrónicas.

Los mapas estarán separados por categorías y colocados en cajas con su correspondiente identificación. 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.

Todas las categorías sin excepción usarán el sistema de tarjeta electrónica. La organización dispondrá de tarjetas para su alquiler o compra a los precios que se reflejan en el cuadro de inscripciones. En todos los controles existirá pinza manual para utilizar en caso de detectar el fallo de alguna base.

El recorrido estará marcado en el mapa en color magenta (rosa) y deberá realizarse en el orden indicado.

Saltarse el orden de los controles o no picar alguno de ellos, es motivo de descalificación.

En competición está prohibido seguir o ayudar a otros corredores, salvo en caso de accidente.

Al cruzar 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.

Los mapas no se recogerán en meta, recordad y practicad: JUEGO LIMPIO. **Aunque no se complete el recorrido, es OBLIGATORIO pasar por meta** para controlar los corredores que faltan por llegar.

Durante la competición estarán disponibles por internet las clasificaciones provisionales, las cuales se actualizan automáticamente (<http://liveresultat.orientering.se>).

Todos los mapas estarán disponibles en <http://3drerun.worldofoc.com/> en alta calidad desde la tarde después de cada competición.

POLITICA MEDIOAMBIENTAL

Con el fin de reducir el impacto medioambiental de este evento se realizarán determinadas actuaciones de obligado cumplimiento para los participantes y espectadores. La organización trabajará con una guía propia de buenas prácticas de medioambientales elaborada expresamente para este campeonato. Intentamos que nuestro deporte sea de verdad respetuoso con el medio ambiente.

CONTACTO

Email: infoceolr@gmail.com

Web: <http://ceolarobla.es>

Twitter, Instagram y Facebook: @CEOLaRobla

Telefonos de contacto:

686 94 79 35 / 676 76 00 50 / 687 90 83 08

ORGANIZADORES Y COLABORADORES

ORGANIZAN



Junta vecinal
BRUGOS de FENAR



Ayuntamiento de
La Robla



COLABORAN



Ayuntamientos de:



Garrafe de Torío

Matallana de Torío



Juntas vecinales de :
RABANAL DE FENAR
CANDANEDO DE FENAR
GARRAFE DE TORÍO
PALAZUELO DE TORÍO

