

# CARRERA DE ORIENTACIÓN DE LA MUJER 2019

9 de Noviembre de 2019  
Parque Central - Tres Cantos

¡ Inscripción GRATUITA para  
todas las mujeres !

INSCRIPCIONES: [www.orientacioncolmenar.es](http://www.orientacioncolmenar.es)

Recogida dorsal y cursillo 16.00 h  
Salida 17.00 h

Encuentra todas las balizas  
posibles en 1 hora.



ORGANIZA



COLABORAN



Contacto: [orientacion.colmenar@gmail.com](mailto:orientacion.colmenar@gmail.com)  
Web: [www.orientacioncolmenar.es](http://www.orientacioncolmenar.es)

# Carrera de Orientación de la mujer.

Parque Central de Tres Cantos

# Colaboran



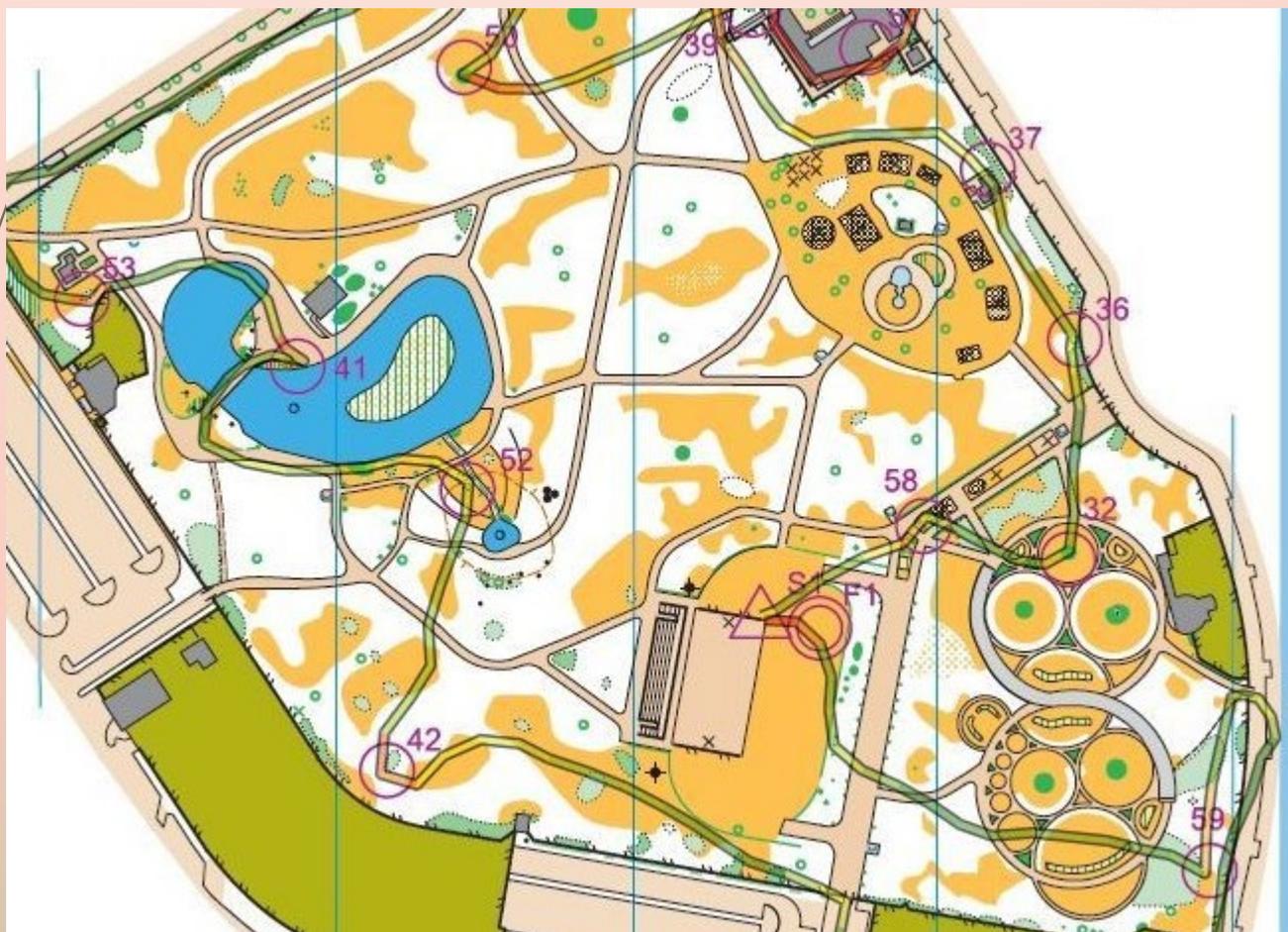
Al finalizar la carrera, se sortearan varias prendas técnicas y mochilas de la firma Regatta Great Outdoors de gran calidad y diseño.

REGATTA   
GREAT OUTDOORS®

DARE 2B 

# ¿En que consiste una carrera de orientación tipo Score/Rogaine?

- Se proporciona un mapa del terreno con unos determinados puntos marcados con círculos y un número en cada uno de ellos.
- El objetivo de la carrera es pasar por el mayor número de puntos en 45min. A partir de ese momento se empezara a penalizar por cada minuto que se llegue tarde. Tiempo máximo de carrera 1 hora.
- Para practicar una carrera de orientación se necesita una brújula. Si no la tuvieras, la organización intentaría proporcionarla.
- Aunque en este caso se puede elegir el orden de paso entre los puntos, la norma general de una carrera de orientación es pasar por todos los puntos en un orden predeterminado.



*Ejemplo de plano de orientación*

# Sistema de control y cronometraje

**SICard:** Quien no tenga tarjeta electrónica se le prestará una por la organización dejando el DNI como fianza.

## Inscripciones

**Federadas:** A través de la plataforma SICO FEDO.

<https://sico.fedo.org/>

**No Federadas:** Rellenando el siguiente formulario hasta el Miércoles 6 de Noviembre. <https://forms.gle/yJRC5frkm6wh1dNM6>

**Plazo de inscripción: Miércoles 6 de Noviembre.**

**Si no se completan las 300 inscripciones se dejará abierta la inscripción hasta el Jueves 7 de Noviembre hasta las 15:00.**

**Toda la información actualizada se puede consultar en la web del club Colmenar**

[www.orientacioncolmenar.es](http://www.orientacioncolmenar.es)

## Categorías

- Infantil: Nacidas en 2005 y posteriores
- Senior: Sin limite de Edad
- Veteranas: Nacidas en 1984 y anteriores

LA PRUEBA CUENTA CON UN SEGURO DEPORTIVO.  
LA PARTICIPACIÓN EN EL EVENTO ESTÁ BAJO LA  
RESPONSABILIDAD Y PROPIO RIESGO DE LOS  
PARTICIPANTES.



# Premios



- Al finalizar la prueba, se sortearán varias prendas y mochilas de la marca Regatta Great Outdoor de gran calidad y diseño.
- Sorteo a las 18:00 entre todas las corredoras que se encuentren en el centro de competición

REGATTA   
GREAT OUTDOORS™

DARE 2B 



MEMBRANA



POLAR



MOCHILA