

3ª prueba Liga C-LM  
**ORIENTACIÓN**

22  
mayo

# Quintanar de la Orden



Info:

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





- Organiza:** CD. Deporte Integral / Toledo Orientación.  
Federación de Orientación de Castilla-La Mancha.
- Director de la Prueba:** Vicente Tordera Ovejero.
- Equipo de Campo:** Ismael Delgado, Alex Tordera, Jaime Tordera.  
*Coordinados por Joaquín González Pérez.*
- Salidas:** Pilar Ruíz, José Antonio Carrillo, José Luis de la Fuente y Miriam Redondo.  
*Coordinados por Mariano Flores García.*
- Técnicos de cronometraje:** Manuel Caro Huertas y Agustín García Díaz.  
*Coordinados por Mario Arellano Córdoba.*
- Trazados:** Pedro Salgado.  
*Coordinado por Carlos Pérez Lorente.*
- Logística:** Equipo de logística del Toledo-O.
- Secretaría:** Sagrario Martín-Tesorero Casasolas.
- Web:** Javier Martínez Muñoz.
- Fotógrafo:** Vicente Esteban Bueno

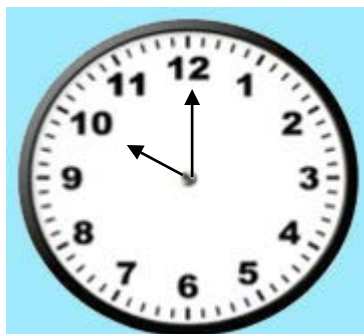


*Run, run, think, run...*



## Programa

Sábado 22 de mayo 2021.

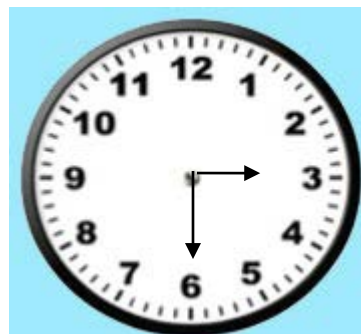


**10:00 H** – Apertura del Centro de Competición (La Rizosa).

**10:30 H** – Primeras salidas carrera media distancia

**12:00 H** – Cierre de salidas

**13:30 H** – Cierre de meta y retirada de controles



**15:30 H** – Apertura del Centro de Competición (La Rizosa).

**16:00 H** – Primeras salidas carrera micro-sprint.

**17:00 H** – Cierre de salidas.

**17:45 H** – Cierre de meta y retirada de controles.

**18:00 H** – Entrega de premios Micro-Sprint

## Plano general de situación



**COORDENADAS GPS:** [39.61569987687744 -2.987879272954177](https://www.google.com/maps/place/39.61569987687744,-2.987879272954177)

**ENLACE DE UBICACIÓN:** <https://goo.gl/maps/QBJySZFn1RFiVnJA>

**COMO LLEGAR:** Desde Quintanar de la Orden, nos dirigimos al polideportivo municipal Fred Galiana, a unos 3 km de la localidad, por la carretera TO-2899 que va a los Hinojosos.

Una vez que pasamos el polideportivo, a unos 250 m, junto a una casa, giramos a la izquierda por una pista de tierra. Continuamos aproximadamente algo menos de 3 km hasta llegar a un navajo o balsa, donde hay un cruce de caminos. En este momento, giramos a la derecha y continuamos 1 km hasta llegar al centro de competición, marcado en el mapa.

A partir del polideportivo municipal habrá señalización característica hasta el Centro de Competición.



## Información Técnica

**La participación en la competición supone la aceptación del cumplimiento de las normativas y reglamentos de la Liga de Castilla-La Mancha de Orientación y de la normativa del Circuito de Orientación de Toledo 2021.**

Esta competición corresponde a la tercera prueba de la **XVIII Liga de Castilla-La Mancha de Orientación 2021** y se realiza paralela a la organización de la cuarta prueba del **Circuito Provincial de Orientación de Toledo (COTO'21)**.

Competición individual de un día:

- ◀ Sábado mañana **Distancia intermedia**.
- ◀ Sábado tarde **Micro-Sprint** (no puntuable para la Liga C-LM, ni COTO).

### **1) MAPA LA RIZOSA (prueba matinal, puntuable Liga C-LM)**

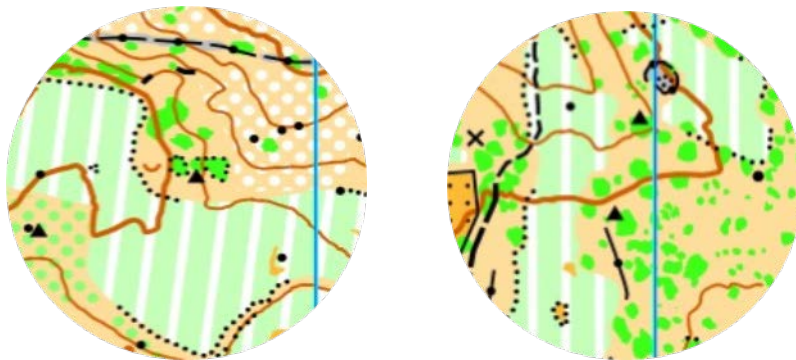
Mapa Nuevo cartografiado por Pedro Salgado (2020)

Escala: 1:7500 para todas las categorías. Equidistancia curvas nivel: 2,5 m.

Trazador: Pedro Salgado / Carlos Lorente.

El mapa de la Rizosa está situado en una zona de monte bajo, muy cerca de Quintanar de la Orden. Cuenta con desniveles muy pequeños, especialmente en los extremos del mapa. El mapa cuenta con varias zonas diferenciadas, siendo la vegetación predominante la encina y la coscoja, aunque también cuenta con zonas de pinar de repoblación que se han marcado en el mapa con el símbolo (408) para diferenciarlas del resto de vegetación, pudiéndose definir muy bien los límites.

Un elemento característico del mapa son los mojones o grupos de piedras aislados, los cuales están representados con el símbolo de grupo de piedras (207) para una mejor interpretación. También cuenta con muros de piedra de dimensiones considerables, pero completamente pasables, los cuales están marcados en el mapa con el símbolo (514) rodeado de una banda gris (214).



Comentarios sobre los trazados de la prueba de la mañana: La distancia de prácticamente todas las categorías, se puede considerar como intermedia, o mejor dicho, como una **distancia media alargada**. Los trazados, aunque cuentan con algún tramo largo, se caracterizan por tener un gran número de controles y cambios de dirección, que nos obligarán a estar concentrados durante toda la carrera.



El suelo, en algunas zonas del mapa, como en la parte norte, *es muy pedregoso* y puede ralentizar la velocidad de la carrera y exigirnos una buena técnica. Si estás acostumbrado a vendarte los tobillos, no olvides hacerlo en esta carrera.

En resumen, una *carrera técnica*, en terreno suave, donde tendrás que saber leer muy bien el mapa, especialmente la vegetación, y tendrás que apoyarte en la brújula en muchos momentos para no cometer muchos errores. ¡Lo pasarás bien!



## **2) MAPA “SPRINT QUERCUS” (prueba vespertina, no puntuable para la Liga C-LM)**

Mapa nuevo extraído del mapa original de la rizosa, ampliando la escala en su parte Sur.

Escala: **1:2500**. Equidistancia 2,5m

Trazados: Pedro Salgado

**El sprint “Quercus”** es un mapa donde *se han dibujado fielmente las manchas y formas de la vegetación (encinas y coscojas)*. Es una zona prácticamente llana, donde la velocidad de lectura de las manchas de vegetación será fundamental. Te espera un auténtico sprint en bosque.



### Comentarios sobre los trazados del sprint:

Con el sprint “Quercus”, lo que queremos es que te diviertas y pases un buen rato. Se han dibujado tres trazados con objeto de “repartir” a los corredores por el bosque. Dos de ellos son similares en nivel de dificultad y otro un poco más fácil. Los trazados pondrán a prueba no sólo tu capacidad de leer el mapa, sino sobre todo, tu velocidad de lectura de las manchas de la vegetación y tu capacidad de navegar rápidamente entre ellas. Ten en cuenta que la escala es 1:2500 y por ejemplo en un trazado de 2 km habrá veinte controles...

¿Serás capaz de mantener una velocidad de lectura alta sin equivocarte? ¡Aquí tienes una buena prueba! ¡Seguro que te sorprenderá gratamente! ¡Te esperamos!



## Carrera de la Rizosa (mañana, puntuable Liga C-LM)

Recorrido	Controles	Longitud	Desnivel
<b>M21 Elite</b>	28	6,8 km	95 m
<b>M35, F21 Elite</b>	26	6,0 km	90 m
<b>M18</b>	28	5,9 km	90 m
<b>M45, F18</b>	24	5,1 km	70 m
<b>F35</b>	22	4,9 km	65 m
<b>M16</b>	17	4,5 km	55 m
<b>M55, F45</b>	18	4,1 km	55 m
<b>F16</b>	17	4,0 km	50 m
<b>F55</b>	15	3,4 km	50 m
<b>M21B</b>	15	4,2 km	50 m
<b>F21B</b>	14	3,7 km	45 m
<b>M14</b>	13	3,0 km	45 m
<b>F14</b>	11	3,0 km	45 m
<b>OPEN NARANJA</b>	13	3,0 km	40 m
<b>M12 / F12</b>	12	2,2 km	35 m
<b>OPEN FAMILIAR</b>	11	2,1 km	35 m
<b>U10</b>	10	2,1 km	25 m

## Sprint "Quercus" (por la tarde)

Recorrido	Controles	Longitud	Desnivel
<b>DIFÍCIL Senior</b> M/F sin limite (obligatorio para > 16 a < 45)	20	2,0 Km	15 m
<b>DIFICIL Veteranos</b> M/F > 45	18	1,8 Km	10 m
<b>MEDIO Escolares</b> M/F < 16	13	1,3 Km	5 m.



## Categorías e Inscripciones

CATEGORÍA	EDAD
U10	Nacidos en 2011 y posteriores
M/F 12 ALEV	Nacidos en 2009 y 2010
M/F 14 INF	Nacidos en 2007 y 2008
M/F 16 CAD	Nacidos en 2005 y 2006
M/F 18 JUV	Nacidos en 2003 y 2004
M/F 21 Elite	Sin límite de edad
M/F 21B	Sin límite de edad
M/F 35 VET	Nacidos entre 1977 y 1986
M/F 45 MAST	Nacidos entre 1967 y 1976
M/F 55 MAST+	Nacidos en 1966 y anteriores
O-NAR	Iniciación adultos
O-FAM	Iniciación niños

### Inscripciones:

Se realizarán a través de la plataforma **SICO** de la **FEDO**

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

### Cuotas



Prueba de media distancia:

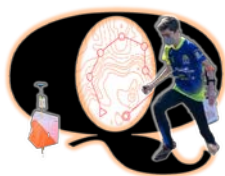
CATEGORÍA	FEDERADOS	NO FEDERADOS
U10	3,00 €	5,00 €
M/F 12 ALEV	3,00 €	5,00 €
M/F 14 INF	3,00 €	5,00 €
M/F 16 CAD	3,00 €	5,00 €
M/F 18 JUV	3,00 €	5,00 €
M/F 21 SEN	6,00 €	8,00 €
M/F 21B SEN	6,00 €	8,00 €
M/F 35 VET	6,00 €	8,00 €
M/F 45 MAST	6,00 €	8,00 €
M/F 55 MAST+	6,00 €	8,00 €
O-NAR	3,00 €	5,00 €
O-FAM	3,00 € persona	5,00 € persona



Prueba de micro-sprint:

CATEGORÍA	CORRESPONDENCIA	EDAD	Importe
M/F ESCOLAR	U10 M/F 12 ALEV M/F 14 INF M/F 16 CAD	Nacidos 2005 y posterior	3,00 €
M/F SENIOR	M/F 18 JUV M/F 21 SEN M/F 21B SEN M/F 35 VET	Sin límite de edad	3,00 €
M/F VETERANO	M/F 45 MAST M/F 55 MAST+	Nacidos en 1976 y anteriores	3,00 €

**Fecha límite:** lunes 17 de mayo a las 23:59 horas.



## Otras cuotas y forma de pago

**Fuera de plazo:**

2,00 euros en cada una de las categorías, en caso de ser admitida su participación (tramitar mediante e-mail a [orientoledo@gmail.com](mailto:orientoledo@gmail.com)).


**Alquiler Sportident:**

2,00 euros.

**Pagos:**

- **Preferiblemente por tarjeta de crédito o débito** (siguiendo instrucciones del sistema).
- Por transferencia bancaria (pago y justificación).

Titular: Club Deportivo DEPORTE INTEGRAL / TOLEDO ORIENTACIÓN

IBAN: ES94 2048 6081 6334 0000 2133 **Liber**  **bank**


Concepto: Quintanar + Club.

Enviar justificante de haber realizado el ingreso al e-mail [orientoledo@gmail.com](mailto:orientoledo@gmail.com)

No se considera realizada la inscripción hasta no haber recibido copia del justificante bancario.

## Sistema de Control



La competición se gestionará con el sistema  **SPORTident**  
Make the most of your sport!

Por ello, todos los corredores deben comunicar a la organización el número de su tarjeta SI o bien alquilarla a la organización. **NO** estará activado el modo **AIR**.

Para el alquiler del sistema de control de tiempos Sportident, se deberá dejar como depósito el DNI o 50,00 €, reembolsables al finalizar la prueba. El participante que deteriore o pierda la tarjeta alquilada, acepta, por el hecho de tomar la salida, abonar el importe de la misma, valorada en 45,00 euros.



## Protocolo COVID-19 y actuación en competición

En el Centro de Competición se establecerá un servicio de Secretaría para resolver las incidencias que se puedan producir y recoger las tarjetas Sportident alquiladas. No hay dorsales, ni es preciso recoger ninguna acreditación previa. Los participantes se pueden dirigir directamente a la zona de salidas y entrega de mapas.

### **PROTOCOLO DE SALIDA.**

Se van a asignar horas de salida a todos los participantes para evitar riesgos de contagio ante la situación de pandemia que sufre el país.

Recomendamos a los participantes acudir con tiempo suficiente al Centro de Competición para realizar los trámites de Secretaría, calentamiento personal, etc. y poder estar en la zona de salida con cinco minutos de antelación a la hora de salida que les corresponda.

Se debe seguir siempre las indicaciones de los Jueces de Salida.

Las horas de salida se publicarán en la web de Toledo-O.

### **Zona de entrega de mapas.**

Hay que seguir las instrucciones de los Jueces de Salida al llegar a la zona de entrega de mapas, pasando un control de temperatura al acceder a ella y procediendo también a efectuar un lavado de manos con hidrogel.

A continuación y en la zona “-3” procederán a “Limpiar” y “Comprobar” el funcionamiento de su tarjeta electrónica Sportident.

En la zona “-2”, donde habitualmente pueden recoger la descripción de controles de su recorrido, en esta prueba no estará disponible este servicio. El jueves anterior a la competición se publicarán en la web [www.orientoledo.es](http://www.orientoledo.es) la descripción de controles de todas las categorías, pudiendo cada participante imprimir la correspondiente a su categoría y llevarla consigo el día de la prueba. La descripción estará también impresa en el mapa.

Los participantes permanecerán todo el tiempo con  **mascarilla**. En la zona “-1” y una vez cogido el mapa y en el minuto anterior a la hora de comenzar su recorrido podrán quitarse la misma y guardarla hasta que lleguen al control de Meta. Es responsabilidad del orientador disponer de una pequeña bolsa de cintura o bolsillo en su equipación para poder guardar con seguridad la mascarilla durante el recorrido, y poder volver a utilizarla al finalizar el mismo.

La salida será mediante **“Baliza START”**. A la hora fijada, el corredor picará en la base electrónica de salida para activar la toma de tiempos. Los corredores que lleguen con retraso a la salida NO picarán “Baliza START”, seguirán las indicaciones de los jueces de salida y después de coger su mapa iniciaran su recorrido directamente. Es responsabilidad del orientador coger el mapa que le corresponda y manejar correctamente la tarjeta Sportident (limpiar, comprobar y start), para que el sistema pueda registrar correctamente su recorrido.

Al llegar a la **META** y una vez picada la base electrónica que hay en ella, el recorrido habrá finalizado y se detendrá el tiempo.

Deberán ponerse de nuevo la mascarilla y dirigirse a la zona Secretaria/Sportident, para que los jueces puedan comprobar la correcta realización de su recorrido y que le sea asignado el tiempo que han realizado. Previamente dispondrán de hidrogel para efectuar una desinfección de manos.

Una vez cruzada la línea de meta ningún participante puede volver a entrar en la zona de competición, ni ayudar a otros competidores que no hayan finalizado. Los participantes deberán de actuar con deportividad y honestidad, no podrán recibir ayuda externa, excepto en casos de lesión o peligro. Los mapas no se recogerán en meta, se apela al **“Juego Limpio”**.

Devolución de la tarjeta Sportident, si ha sido proporcionada por la organización.

Aunque no se complete el recorrido, es **OBLIGATORIO** pasar por meta y notificar el abandono para poder tener un seguimiento de aquellos corredores que aún están en carrera.

Es obligatorio durante todo el tiempo de permanencia en el Centro de Competición mantener la distancia social y cumplir todas las indicaciones para el control de la pandemia. Es muy recomendable permanecer el menor tiempo posible en el Centro de Competición una vez finalizada nuestra participación en la prueba.

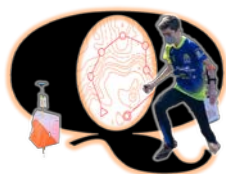
Se ruega mantener **silencio** en la zona de salida para evitar la pérdida de concentración de otros corredores. Se espera de los corredores el máximo respeto y cuidado del medio ambiente.

## Premios



No habrá trofeos para ninguna categoría en la competición de distancia media.

Al término de la prueba de micro-sprint, se entregaran unos obsequios, productos típicos de Quintanar de la Orden, a los tres primeros clasificados de cada una de las seis categorías.



## Suelo duro



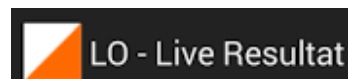
No hay disponibilidad del servicio de Suelo Duro.

## Seguimiento de la prueba y clasificaciones



No habrá información impresa en papel en el Centro de Competición.

Resultados online en directo de todas las categorías a través de



<http://liveresultat.orientering.se>

Los resultados finales se publicarán en la página web del C.D. Deporte Integral / Toledo Orientación.

<https://www.orientoledo.es/>

Para cualquier aclaración o duda pueden dirigirse al club organizador por los siguientes medios:- **e-mail:** [orientoledo@gmail.com](mailto:orientoledo@gmail.com)

- **Teléfono:** 661 224 733 (Tito)