

TROFEO DE ORIENTACIÓN JAÉN PARAÍSO INTERIOR CADEBA 2023



IV PRUEBA DE LIGA ANDALUZA 2023

22-23 abril de 2023

BOLETÍN FINAL

CONTENIDOS DEL BOLETÍN

1. Presentación

2. Organización

3. Programa. Premios

4. Localización y accesos principales. Ubicaciones generales

5. Información técnica: mapas y terrenos.

6. Distancias de las carreras

7. Croquis aparcamientos, salidas y meta.

8. Climatología y posibles riesgos

9. Participación con animales de compañía

10. Autocaravanas

11. Consentimiento informado

12. Alojamientos

13. Contacto e información

Colaboradores y patrocinadores

1. Presentación

En los últimos años, la orientación en Jaén ha crecido en número de participantes a nivel provincial gracias al apoyo de instituciones como Diputación de Jaén y al esfuerzo y trabajo de los técnicos de deportes de las comarcas, y en especial de la comarca de Sierra de Segura.

Como agradecimiento, propusimos desde la delegación provincial FADO organizar conjuntamente un evento de carácter andaluz. Una vez más, recibimos el visto bueno y apoyo de Diputación de Jaén y de los ayuntamientos implicados.

Esperamos que este CADEBA y Liga Andaluza llevado por primera vez a la zona de Sierra de Segura sea del agrado de todos los participantes y acompañantes, y disfruten de la naturaleza y gastronomía local.

2. Comité organizador, técnicos y patrocinadores

Director técnico y de prueba: Carlos Rescalvo Palomares

Controlador: Mario Rodríguez Martínez

Cronometradora: Laura Hueltes y Abel Otero

Salidas: Jordi Ruiz Miras

Equipo de campo: Carlos Hueltes, Cristian Vega , Miguel Gómez, Sara López

Logística: Francis Plaza(ADR Sierra Segura),Diputación de Jaén

Jurado técnico

Controlador: Mario Rodríguez Martínez

Organizador: Carlos Rescalvo Palomares

Clubes:

Corredores:

Colaboradores y patrocinadores

Federación Andaluza Deporte de Orientación (FADO)

Diputación de Jaén

Club de Orientación Villacarrillo

ADR Sierra de Segura

Ayuntamiento de Orcera

Ayuntamiento de Segura de la Sierra

Ayuntamiento de Villarrodrigo

Junta de Andalucía

3. Programa

Fecha	Hora	Evento	Lugar
Sábado 22	9:30	Apertura centro competición	Campo de fútbol de Orcera
	10:30	E1: 1ª Salida Larga Distancia	
	15:00	Cierre de Meta	
	17:00	Apertura centro competición Sprint	Pabellón Municipal Segura de la Sierra
	18:00	E2:1ª Salida Sprint	
	19:30	Entrega premios cadeba larga y sprint	
	20:00	Cierre de Meta	
Domingo 23	9:00	Apertura centro competición.	Polideportivo Villarrodrigo
	10:00	E3: 1ª Salida Media Distancia	
	12:45	Entrega Premios CADEBA	
	13:00	Entrega Premios Liga Andaluza	
	13:00	Cierre de Meta	

Premios

Recibirán premios los 3 primeros de cada categoría en la suma del ranking de las 3 carreras: Larga, Media y Sprint

4. Localización y principales accesos

El centro de Competición estará situado en la localidad de Orcera, en pleno parque Natural de la Sierra de Segura. El mejor trayecto para llegar desde cualquier punto de la geografía andaluza es dirigirse a través de la autovía A-32 hasta Villanueva del Arzobispo para continuar por la nacional 322 dirección Albacete hasta Puente Génave y desde aquí pasando por La Puerta de Segura llegar a Orcera.

Distancias hasta Orcera		
Ciudad	Km	Tiempo
Jaén	144	1h 30'
Granada	230	2h 25'
Córdoba	230	2h 25'
Málaga	345	3h 30'
Almería	310	3h 20'
Sevilla	340	3h 40'
Huelva	460	4h 30'
Cádiz	480	4h 30'

Ubicaciones generales

Todas las etapas

5. Información técnica: mapas y terrenos

E1: Larga Distancia

Mapa: Cerro Sombrero E 1:10000, equidistancia 5m ISOM 2017. Mapa base y Cartografía: Mario Rodríguez, Marzo 2023 .Mapa nuevo

Terreno de bosque de pinos con diferentes tipos de vegetación, combinado con zonas de prados y olivar. Detalles de relieve y vegetación principalmente, además se dispone de una gran red de caminos y senderos. El bosque tiene bancales que hacen que la carrera sea fácil a curva de nivel pero más complicada en pendiente. Se recomienda atacar en zonas de bosque desde arriba o curva para evitar algunos bancales que tienen saltos desnivelados. La velocidad de carrera es muy alta en zona de olivar, prados y caminos y se ralentiza en zonas de verde, sobretodo verde 2 y 3 y rallado 2

ATENCIÓN: se han eliminado las líneas eléctricas del mapa excepto en categorías Open Amarillo, Open Naranja, MF12, MF14 y MF16

La zona de olivar está cartografiada como símbolo 402.0 Terreno abierto con árboles dispersos para favorecer la legibilidad.



Simbología para olivar



E2: Sprint

Mapa: Segura de la Sierra, E 1:3000, equidistancia 2.5 m ISSPROM 2019. Mapa base y cartografía: Mario Rodríguez, febrero 2023. Mapa Nuevo.

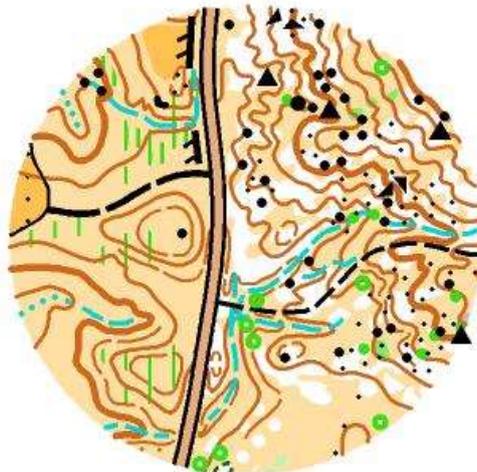
Zona urbana con muchas escaleras y calles estrechas. Encontramos también una ladera de bosque con detalles de roca y cortados. Un terreno muy interesante para la modalidad sprint. Los desniveles son fuertes.



E3: Media distancia

Mapa: Villarodrigo E 1:10000, equidistancia 5 metros. Realizado por Mundomap en 2013 y actualizado y ampliado zona noroeste por Mario Martínez en octubre de 2021. ISOM 2000. Terreno variado que combina una pequeña zona urbana con campos de cultivo y olivar, con una zona de bosque de pino con mucho detalle de roca y también con terreno abierto erosionado con numerosas vaguadas pequeñas. En la zona de bosque encontramos bancales que hacen que se corra mejor a curva de nivel.

¡¡ATENCIÓN!! Hay una carretera por la que se cruza varias veces en algunas categorías. Aunque hay poca circulación, se pide precaución.



CARACTERÍSTICAS CARRERAS

Larga distancia (Trazador: Carlos Rescalvo Palomares)

Carrera de larga distancia caracterizada en la mayoría de recorridos, exceptuando los niveles bajos, por tramos largos y físicos con elección de ruta, y pequeños bucles de tramos más cortos. Será importante desde el inicio planificar muy bien el tramo, el cual nos puede evitar desnivel. No siempre la ruta más corta necesariamente tiene que ser la más rápida. Se tendrá que valorar la técnica y condición física personal. En la zona del olivar habrá que tener cuidado con el desvío que nos puede provocar seguir una línea de olivos. En zona de bosque con bancales la carrera se vuelve más complicada en pendiente. Será importante la navegación o el ataque a curva de nivel o desde arriba.

ATENCIÓN: Las carreteras al noreste y al sur están totalmente prohibidas.

Hay una zona con panales de abejas señalizadas en el mapa como área prohibida (símbolo 709.0)

Igualmente hay una zona al final de una de las calles del polígono marcada como prohibida por la que no se podrá acceder.

Tramos balizados con cinta fuera de caminos para Open Amarillo, Naranja ,FM12

Sprint (Trazador: Carlos Rescalvo Palomares)

El Sprint será muy técnico en la zona urbana, en la cual será muy fácil saltarse una calle, o escalera, por lo que la concentración desde el inicio es fundamental. En muchos tramos habrá elecciones de ruta, donde no siempre la más corta puede ser la más rápida, ya que existen muchas escaleras, que hacen más lenta la carrera. Igualmente será importante la lectura de la descripción sobre todo en zonas de muros impasables.

Hay que mentalizarse que dominan las escaleras, tanto en subida como bajada.

El inicio para algunas categorías (M21E-M55-M50-F45-M20-M35-F20-F35-M16-F16) tendrá una zona de bosque con controles muy próximos entre ellos. Se recomiendan zapatillas con agarre, tipo trail, sobretodo si llueve, tanto para esta zona como para la urbana.

Media distancia (Trazador: Carlos Rescalvo)

La carrera de media distancia se caracteriza por tramos cortos y muchos cambios de dirección. La primera parte tiene más desnivel para a partir de mitad de carrera ir bajando hacia la zona de bosque en la parte central del mapa.

La primera parte de bosque, en el este, está separada de la segunda por una zona de cortados impasables, por lo que es peligroso intentar bajar por ellos. Todos los recorridos nos llevarán a un paso seguro para poder bajar a ésta segunda parte de bosque, en la cual será importante leer muy bien las vaguadas para evitar subir y bajar más de lo necesario.

Algunas categorías (M35-M21E-M45-M20) pasan a una tercera zona del mapa en el noroeste, más despejada y rápida, en la que habrá que cruzar por una carretera, muy poco transitada, pero donde habrá que tomar precauciones (se realizarán los pasos de ida y vuelta por una misma zona, donde se tiene previsto personal de organización para controlar los posibles vehículos)

Tramos balizados con cinta fuera de caminos para Open Amarillo, Naranja ,FM12

6. Distancias y desniveles

Larga distancia (Sábado)

CATEGORIA	DISTANCIA	DESNIVEL	CONTROLES	ESCALA
F-12	2,9	70	11	1:7500
M-12	2,9	70	11	1:7500
F-14	4,1	150	11	1:10000
M-14	4,7	170	13	1:10000
F-16	4,7	130	12	1:10000
M-16	5,9	180	12	1:10000
F-20	6,5	185	14	1:10000
M-20	8,3	250	13	1:10000
F-21 Élite	6,8	210	12	1:10000
M-21 Élite	9,2	315	17	1:10000
F-21B	4,2	130	8	1:10000
M-21B	5,4	120	10	1:10000
F-35	6,5	185	14	1:10000
M-35	8,3	250	13	1:10000
F-45	4,9	130	9	1:10000
M-45	7,6	230	15	1:10000
F-50	4	140	9	1:10000
M-50	6,7	200	12	1:10000
F-55	3,7	150	9	1:7500
M-55	5,5	185	12	1:7500
F-65	2,9	80	7	1:7500
M-65	4,2	120	10	1:7500
Open Amarillo	2,7	65	10	1:7500
Open Naranja	2,9	70	12	1:7500
Open Rojo	5,4	120	10	1:10000

Sprint (Sábado)

CATEGORIA	DISTANCIA REAL	DESNIVEL	CONTROLES	ESCALA
F-12	1,3	25	11	1:3000
M-12	1,3	25	11	1:3000
F-14	1,5	30	11	1:3000
M-14	1,7	40	12	1:3000
F-16	1,7	50	14	1:3000
M-16	1,9	60	14	1:3000
F-20	1,9	55	15	1:3000
M-20	2,3	80	19	1:3000
F-21 Élite	2,2	95	13	1:3000
M-21 Élite	2,6	105	19	1:3000
F-21B	1,7	40	12	1:3000
M-21B	1,8	60	13	1:3000
F-35	1,9	55	15	1:3000
M-35	2,3	80	19	1:3000
F-45	1,8	55	13	1:3000
M-45	2,2	95	13	1:3000
F-50	1,6	25	10	1:3000
M-50	2	65	15	1:3000
F-55	1,4	25	12	1:3000
M-55	1,9	40	13	1:3000
F-65	1,2	15	9	1:3000
M-65	1,4	25	12	1:3000
Open Amarillo	1,2	25	9	1:3000
Open Naranja	1,3	35	11	1:3000
Open Rojo	1,8	60	13	1:3000

*La distancia es la real aproximada por la ruta más rápida

Media distancia (Domingo)

CATEGORIA	DISTANCIA	DESNIVEL	CONTROLES	ESCALA
F-12	2,4	65	14	1:7500
M-12	2,4	65	14	1:7500
F-14	2,3	80	11	1:10000
M-14	2,5	90	15	1:10000
F-16	2,4	125	14	1:10000
M-16	2,7	135	16	1:10000
F-20	2,8	125	14	1:10000
M-20	3,7	150	18	1:10000
F-21 Élite	3	140	17	1:10000
M-21 Élite	4	170	19	1:10000
F-21B	2,4	105	12	1:10000
M-21B	2,6	105	14	1:10000
F-35	2,8	125	14	1:10000
M-35	3,7	150	18	1:10000
F-45	2,5	130	12	1:10000
M-45	3,3	165	16	1:10000
F-50	2,1	75	11	1:10000
M-50	3	130	15	1:10000
F-55	2	90	11	1:7500
M-55	2,5	130	12	1:7500
F-65	2	60	8	1:7500
M-65	2,1	85	11	1:7500
Open Amarillo	2,3	60	11	1:7500
Open Naranja	2,4	65	13	1:7500
Open Rojo	2,6	105	14	1:10000

7. Croquis aparcamientos, protocolo salidas

Todas las ubicaciones se encuentran con enlace en la página web y en el apartado 4 de éste boletín

Larga distancia



El centro de competición se encuentra en el campo de fútbol de Orcera. Habrá un parking de autocaravanas a 300 metros de la entrada al C.C. En el caso que se complete este parking, se podrá aparcar en las inmediaciones del suelo duro (Pabellón Municipal) Los coches podrán aparcar en cualquier zona permitida del casco urbano.

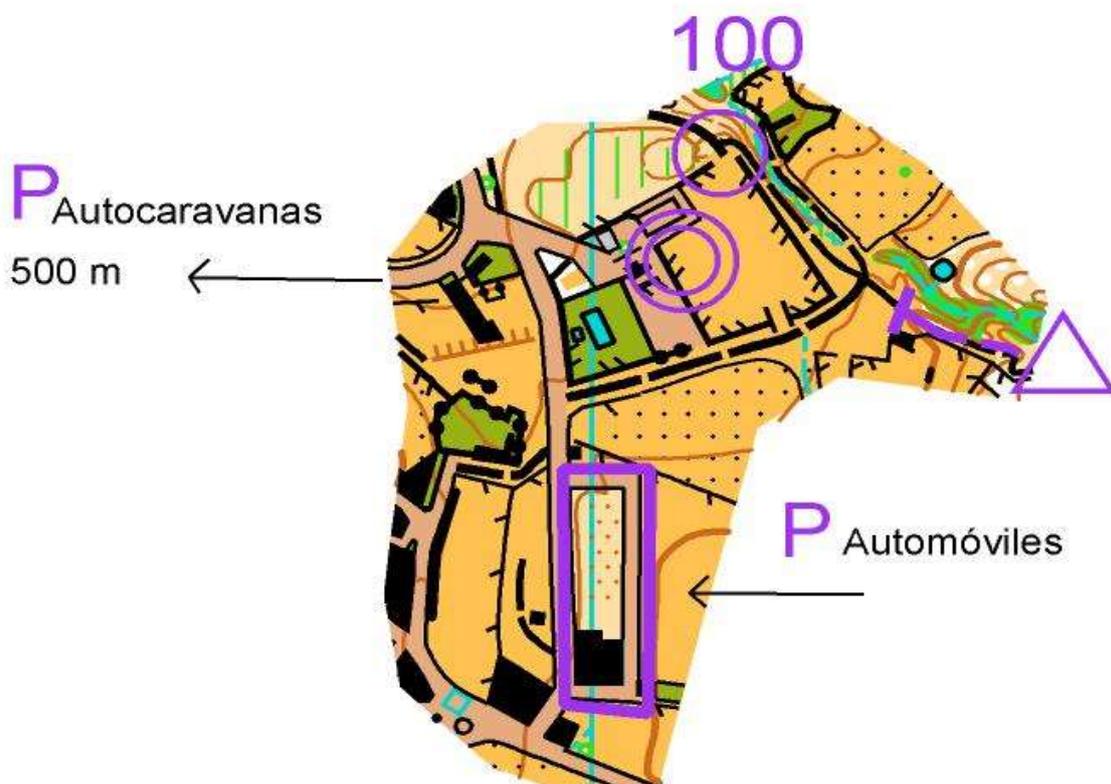
Sprint



El centro de competición se encuentra en el pabellón municipal de Segura de la Sierra. La salida se encuentra a unos 500 m y con desnivel alto, por lo que se recomienda ir desde el C.C con 15 minutos de antelación.

Segura de la Sierra tiene poco aparcamiento. Se habilitará uno para autocaravanas, el cual depende del número de asistentes por este medio no se asegura espacio para todas. Quien pueda acceder completando autocaravanas o automóviles, o autocares de las diferentes delegaciones será de agradecer. Los automóviles podrán aparcar en cualquier zona permitida del casco urbano.

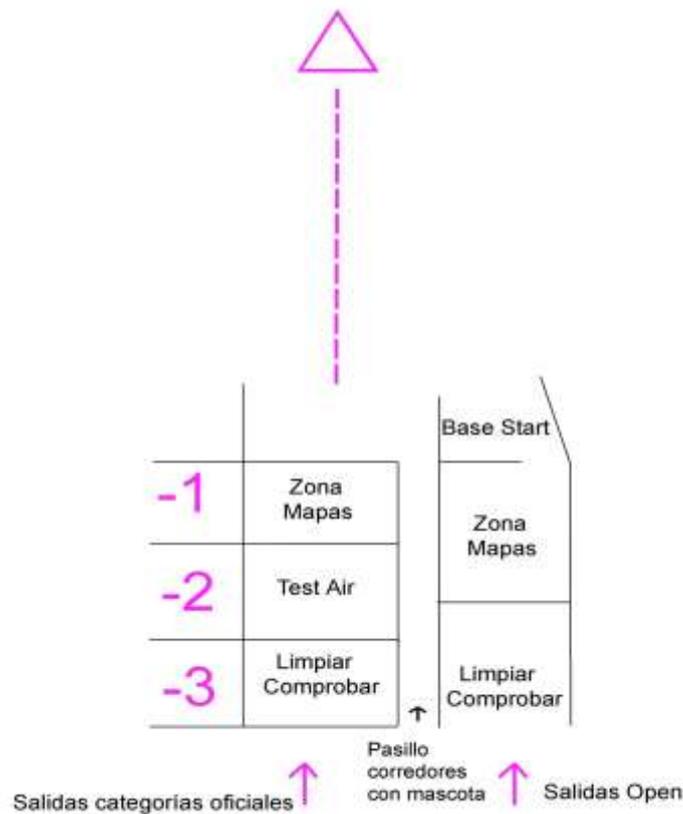
Media distancia



El centro de competición se encuentra en el polideportivo de Villarodrigo. Se habilitará un parking de autocaravanas en una explanada junto la plaza de toros, situado a unos 500 m del C.C.

Los automóviles podrán aparcar en el polígono muy cerca del polideportivo, y además en cualquier lugar del casco urbano.

Protocolo salidas



8. Climatología y posibles riesgos

Todas las carreras se disputarán en zonas sobre los 800 y 1000 m de altitud.

La climatología de la zona a finales de abril suele ser muy agradable, incluso en días soleados al medio día se puede alcanzar temperaturas sobre los 20 grados. A primeras horas de la mañana y por la noche, la temperatura suele caer por debajo de 10 grados.

Sin embargo, en días de lluvia, el ambiente puede ser más frío y desagradable, por lo que es importante consultar la meteorología previamente.

En cuanto a los riesgos, el terreno de larga distancia no tiene grandes riesgos. Habrá que tener en cuenta la protección de las piernas por las zonas de vegetación baja y cuidado en algunos bancales por su caída. Hay una zona de panales de abejas, marcado en el mapa con el símbolo de área prohibida (709.0)

Para el sprint se deberá poner sobretodo atención en la bajada de escaleras y también en la entrada a un edificio, donde hay una puerta estrecha y baja dentro de éste. También se deberá extremar la precaución en el caso de lluvia, donde las calles pueden estar resbaladizas, teniendo en cuenta las pendientes de algunas de ellas.

Por último, el terreno de media distancia tampoco tiene grandes riesgos, excepto un cortado impenetrable que divide el bosque del este y del oeste.

Algunas categorías cruzarán una carretera poco transitada pero en la que habrá que extremar precaución.

9. Participación con animales de compañía

En aplicación del artic. 20.3 de la NORMATIVA 2021 LIGA ANDALUZA O-PIE Y SPRINT La participación acompañados de perros debe ser informada por el deportista en el apartado de observaciones de SICO en el momento de la inscripción.

Los participantes, acompañados de animales de compañía, saldrán por un pasillo paralelo a los cajones de salida (con estructura similar a las salidas tarde), para evitar así coincidir con los otros participantes del mismo minuto en los cajones de salida.

Se advierte que el poseedor de un animal es responsable de los perjuicios que causare, aunque se le escape o extravíe, y deberá responder ante una posible infracción de la Ley de Caza, o de los daños o perjuicios que pudieran ocasionar al medio ambiente y/o a terceros. La organización no se hará responsable de los incumplimientos de aquellos participantes o acompañantes que no observen esta prohibición, ni por parte de terceros ajenos a la prueba que acudan a dicha zona sin tener nada que ver con el desarrollo del evento.

Se ruega a todos los participantes la máxima colaboración. En la zona urbana, por sus características se hace más complicado. Si se decide salir con mascota, mejor atado.

10. Autocaravanas

En la ubicación general, se encuentran las localizaciones de los aparcamientos para las autocaravanas.

Para la noche del viernes, se podrá pernoctar en los alrededores del albergue de Amurjo y en la explanada de aparcamiento previsto para la prueba de larga distancia del sábado.

Para la pernoctación del sábado se recomienda el desplazamiento a Villarrodrigo donde habrá disposición de una explanada habilitada.

11. Consentimiento Informado

NOMBRE DE LA PRUEBA: Trofeo Jaén Paraíso Interior Cadeba 2023

FECHAS: 22 y 23 de abril de 2023

LUGAR: Orcera, Segura de la Sierra y Villarrodrigo

MODALIDAD DEPORTIVA: Orientación a pie

1. Que mi inscripción a esta prueba, o la de mi representado (en el caso de menores de edad) implica la aceptación de este documento en todos sus puntos. 2. Que conozco y acepto íntegramente el Reglamento y Normas reflejadas en el Boletín de la Prueba, y acepto lo establecido en los reglamentos oficiales de la IOF (Federación Internacional de Orientación), FEDO (Federación Española de Orientación) FADO (Federación Andaluza de Orientación) en vigor.

3. Que me encuentro, o mi representado/a representado (en el caso de menores de edad) se encuentra, en condiciones físicas adecuadas y suficientemente entrenado/a para participar voluntariamente en esta competición de la modalidad deportiva de Orientación.

4. Que no padezco, o mi representado/a representado (en el caso de menores de edad) no padece, enfermedad, defecto físico o lesión que pueda agravarse y perjudicar gravemente la salud al participar en esta competición de la modalidad deportiva de Orientación.

5. Que si padeciera, o mi representado/a representado (en el caso de menores de edad) padeciera, algún tipo de lesión, defecto físico o cualquier otra circunstancia que pudiera agravarse o perjudicar gravemente la salud, al participar en esta competición de la modalidad

deportiva de Orientación, lo pondré en conocimiento de la Organización, aceptando las decisiones que al respecto se adopten por los/as responsables del evento.

6. Asumo los peligros y riesgos derivados de mi participación, o de mi representado/a (en el caso de menores de edad), en esta actividad deportiva, tales como, caídas; colisión con vehículos, participantes, espectadores; condiciones climáticas extremas y de humedad; estado de los viales, carretera y tráfico, (el presente enunciado tiene el carácter meramente indicativo). Respetaré en todo momento las normas de circulación como cualquier otro peatón, siendo responsable de mi propia seguridad en relación con el tráfico urbano.

7. Que me encuentro, o mi representado/a (en el caso de menores de edad) se encuentra en posesión de la licencia federativa en vigor. En caso contrario lo haré constar en el momento de la inscripción, abonando el canon correspondiente del seguro deportivo de la prueba para cada uno de los días de participación.

8. Acepto cualquier decisión que cualquier responsable de la carrera (Jueces, Médicos, ATS, Técnico de la Organización) adopte sobre mi habilidad, o la de mi representado/a, para completar esta competición de la modalidad deportiva de Orientación, con seguridad y sin riesgo para la salud.

9. Autorizo al Club Deportivo Orientación Villacarrillo, Diputación de Jaén y ADR Sierra de Segura para usar cualquier fotografía, filmación, grabación o cualquier otra forma de archivo de mi participación o la de mi representado/a, en este evento, sin derecho a contraprestación económica.

10.- Que eximo al Club Deportivo Orientación Villacarrillo, Diputación de Jaén y ADR Sierra de Segura y a cualquier persona física o jurídica vinculada con la organización de la prueba, de las responsabilidades derivadas de cualquier accidente causado tanto por motivo de hechos de la circulación, como por accidentes deportivos.

11.- Que eximo a los anteriormente citados de cualquier perjuicio que, por motivos de salud, pudieran derivarse de mi participación, asumiendo personalmente el riesgo inherente para la salud que supone el esfuerzo físico requerido para la participación en esta prueba.

12.- Que eximo a los anteriormente señalados de cualquier responsabilidad que de la participación en la prueba pudiera derivarse, tal como pérdida o deterioro de objetos personales, por robo, extravíos u otras circunstancias.

13.- Que existe la posibilidad de sufrir un accidente deportivo inherente a la práctica de la carrera, asumiendo personalmente la responsabilidad de los accidentes que pudiera causar a cualquier participante de la prueba, excluyendo a la Organización de cualquier responsabilidad derivada de estos accidentes.

14- Que existe la posibilidad de causar un accidente a un tercero ajeno a la prueba, asumiendo personalmente la responsabilidad íntegra de este accidente y excluyendo a la Organización de cualquier responsabilidad derivada de estos accidentes.

15.- Que declaro conocer y haber recibido información sobre los riesgos propios de la participación en esta prueba, estando satisfecho de la información recibida, pudiendo haber formulado las preguntas convenientes y aclaradas todas mis dudas.

Villacarrillo, a 22 abril de 2023

El/la participante inscrito/a

12. Alojamientos

Se ofrecerá suelo duro gratuito en el pabellón de la localidad de Orcera (viernes y sábado) y Villarrodrigo (sábado)

Para el resto de alojamientos consultar la página web

15. Información y contacto

Carlos Rescalvo Palomares

e-mail: cluborientacionvillacarrillo@gmail.com

Web: <https://www.trofeovillacarrillo.es/>

Telf. 659447477

ORGANIZADORES Y COLABORADORES

