

I RAID DE AVENTURA
**TIERRA DE
DE**

CAMEROS

30 SEP '23

01 OCT '23

EL RASILLO DE CAMEROS

INSCRIPCIONES: WWW.PLAN-0.RUN

ORGANIZAN



EJECUTAN



PATROCINA



PROMUEVE

COLABORAN



HACIENDA
LOPEZ DE HARO





BOLETÍN 2

I RAID TIERRA DE CAMEROS

30 de septiembre - 1 de octubre de 2023



CONTENIDO

CONTENIDO.....	3
1. DESCRIPCIÓN GENERAL.....	4
2. TURISMO – COMARCA DEL CAMERO NUEVO Y MUNICIPIO DE EL RASILLO.....	6
3. AGENDA.....	8
4. CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN.....	9
5. INFORMACIÓN TÉCNICA.....	14
6. INSCRIPCIONES.....	22
7. SERVICIOS Y ALOJAMIENTOS.....	23
8. CLASIFICACIÓN Y PREMIACIÓN EN CADA EVENTO.....	25
9. CRONOMETRAJE.....	25
10. CONDUCTA DURANTE EL RECORRIDO.....	25
11. DESCARGO DE RESPONSABILIDAD.....	26
12. MEDIO AMBIENTE.....	26
12. ASISTENCIA SANITARIA Y RESCATES.....	26
13. DERECHOS DE IMAGEN.....	27
14. CONTACTOS Y RESPONSABLES.....	27
15. PROMUEVEN, COLABORAN Y PATROCINAN.....	2

1. DESCRIPCIÓN GENERAL

El I RAID TIERRA DE CAMEROS está promovido por el Ayuntamiento de El Rasillo de Cameros, organizado por la Federación Española de Orientación y el C.D. Rioja Alta Orientación, y ejecutado por dMillennial Rural Projects y Non-Stop Aventura. Puntuable para la Liga Española de Raids de Aventura 2023.



Todo el comité tiene como objetivo principal el dar a conocer el espectacular entorno natural y paisajístico proyectando el **Camero Nuevo** como marca de Turismo Activo y Rural sostenible a través del deporte en la naturaleza, luchando de esta manera **contra la despoblación y éxodo rural**.

Los Raids de aventura son pruebas donde se practican diferentes disciplinas deportivas y donde la orientación juega un importante papel.

Existen carreras de muy diversa duración y distancia, desde unas pocas horas hasta varios días en formato non stop, como aquellos celebrados en las series mundiales. Los Raids son pruebas de larga duración, en condiciones extremas, con el objetivo de poner a prueba tanto la capacidad de resistencia física como la psicológica de los participantes.

Los participantes deben completar un extenso recorrido de orientación en el menor tiempo posible, superando las dificultades naturales que encuentren a su paso y utilizando exclusivamente sus propias fuerzas sin recibir ayuda externa, ni valerse de medios motorizados (a pie, btt, kayak, esquís, cascots, cuerdas, guantes, bastones...)

El recorrido, desconocido, se organiza en etapas, secciones, pruebas especiales y puntos de control intermedios, de paso obligado o voluntario. El recorrido entre controles es libre y no estará señalado en el terreno, lo cual supone la necesidad de obtener la información del itinerario por fuentes no habituales, como el mapa. Principal fuente de información, por lo que se necesitan grandes habilidades de orientación.

La orografía del terreno, la vegetación y los obstáculos naturales son los que marcan los verdaderos atractivos y dificultades de la prueba. Sobre estos elementos se hace el planteamiento de las distintas disciplinas, secciones y pruebas especiales, siempre de forma respetuosa y compatible con el medio.

La participación es por equipos, obligados a competir juntos en todo momento. Los equipos son autosuficientes y pueden llegar a estar varios días sin percibir ayuda externa, avanzando de día y de noche, descansando a la intemperie y luchando contra los elementos. La estrategia logística tiene gran relevancia.

Los resultados de las secciones se expresan en puntos. El equipo que más puntos tenga al completar el evento será el ganador, en caso de empate el que invirtió menos tiempo.

Toda la información del evento estará disponible con suficiente antelación en www.plan-o.run y en nuestras redes sociales [@planorientacion](https://www.instagram.com/planorientacion) en Instagram y [@planorientacion](https://www.facebook.com/planorientacion) en Facebook.



2. TURISMO – COMARCA DEL CAMERO NUEVO Y MUNICIPIO DE EL RASILLO

La Rioja tiene nombre de vino, pero no todo son tierras de viña. Hay una parte de esta Comunidad Autónoma que se sitúa en las laderas del Sistema Ibérico con cumbres que superan los dos mil metros de altitud.

En uno de sus valles recorrido por el río Iregua, está el Camero Nuevo, tierra de bosques, pastizales, cumbres y pequeños valles, donde se sitúan 13 pueblos con historia, tradiciones y leyendas.

Se trata de un territorio que cuenta con un patrimonio paisajístico importante, en el que los colores van cambiando a lo largo de las estaciones, desde el blanco invernal, al verde brillante de la primavera, y a los tonos rojizos y ocres del otoño. El río, articula este espacio, desde su nacimiento en una zona que nos recuerda los entornos glaciares del Pirineo hasta llegar al cortado de las Peñas de Viguera e Islallana, donde se abre la puerta de la sierra al valle.

Os invitamos a conocer esta comarca con historia, a respirar su paisaje, disfrutar de su color, vivir con sus gentes y saborear sus productos, convencidos de que os sorprenderá y dejará huella.

Esta primera edición tendrá como sede principal la localidad de El Rasillo de Cameros con la recepción de participantes, salida, meta y entrega de trofeos.

Sobre el embalse de González Lacasa se levanta este pueblo rodeado de pinares. Sorprende el contraste existente entre la construcción tradicional en el entorno de la Iglesia, con varios ejemplos de casa camerana de sillería con acceso con arco de medio punto y puertas de madera claveteada (algunas datadas del siglo XVIII) y restos de algunas manifestaciones de arquitectura popular, con paredes de adobe y entramados de madera de roble. Junto a este enclave histórico, se encuentra la urbanización, iniciada en los años 70, que aprovecha la ladera orientada al medio día y tiene una magnífica vista sobre el embalse.

Es el único caso en la comarca de una urbanización diseñada con exclusivo fin turístico, lo que ha contribuido a mantener la economía y a forjar el carácter abierto de sus habitantes. Y es que por algo se dice que El Rasillo es el pueblo de las mil fiestas. El lugar fue aldea de Ortigosa hasta el año 1817, que se independiza.



Contaba en 2017 con 150 habitantes empadronados. Altitud: 1.101 m.

El Rasillo está dotado de servicios que permitirán a los participantes y acompañantes disfrutar del fin de semana con comodidad y poder volver en otras épocas del año para entrenar, visitar o recorrer junto a familiares y amigos.

+ INFO: <https://sierracameros.es/municipio/el-rasillo-de-cameros/>



3. AGENDA

Lunes 18	00.00h	Inicio de plazo con recargo
Domingo 24	23.59h	Cierre de plazo de inscripciones
Viernes 29	17.00-23.00h	Acreditación de los participantes
Sábado 30	8.00-10.30h	Acreditación de los participantes
	11.00h	Inicio categorías Elite / Open Non-Stop / Aventura Masc-Fem-Mix / Open Aventura / Aventura Juvenil / Open Bici Aventura
	16.00h	Final Etapa 1 categorías Aventura Masc-Fem-Mix / Open Aventura / Aventura Juvenil Final Carrera categoría Open Bici Aventura
	20.00h	Inicio Etapa 2 categorías Aventura Masc-Fem-Mix / Open Aventura
	00.00h	Final Etapa 2 categorías Aventura Masc-Fem-Mix / Open Aventura
Domingo 1 de octubre	9.00h	Inicio Etapa 3 categorías Aventura Masc-Fem-Mix / Open Aventura Inicio Etapa 2 Aventura Juvenil Inicio Carrera Orienta-Raid
	13.00h	Final de carrera para todas las categorías
	14.00h	Comida popular
	15.00h	Entrega de premios

4. CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN

REQUISITOS:

- Ser mayor de 17 años (para categorías élite y aventura) o juveniles autorizados en su caso.
- Estar reglamentariamente inscrito en la competición.
- Poseer las capacidades físicas y técnicas suficientes para afrontar estas pruebas.
- No encontrarse sujeto a alguna sanción disciplinaria que así lo impida.
- Poseer licencia de temporada/licencia anual FEDO para participar en la Liga Española de Raids. El resto de participantes sin licencia de temporada podrán participar en categoría OPEN sin puntuar para la liga, siempre contratando la licencia de día.

CATEGORÍAS:

Élite (absoluta):

- Características: recorrido exigente para deportistas con buena preparación y especialistas en Raids
- Participantes: mayores de 17 de años
- Componentes: 3 componentes siempre en carrera, sin cambios
- Todos los componentes deben estar federados.
- Asistencia: no necesaria pero permitida. Se podrá contratar, por comodidad o para reducir peso en mochila, ver apartado inscripciones.
- Trazado: complejo con secciones variadas de BTT, Trekking, Kayak y pruebas especiales
- Etapa: 1 non-stop, 27 horas de tiempo máximo.
- Optan a trofeos y clasifican en la Liga Española

Open Non-Stop:

- Características: recorrido exigente para deportistas con buena preparación y especialistas en Raids
- Participantes: mayores de 17 de años

- Componentes: 3 componentes siempre en carrera, sin cambios
- No es necesario que los corredores estén federados (sí que obtengan una licencia de prueba)
- Asistencia: no necesaria pero permitida. Se podrá contratar, por comodidad o para reducir peso en mochila, ver apartado inscripciones.
- Trazado: complejo con secciones variadas de BTT, Trekking, Kayak y pruebas especiales
- Etapa: 1 non-stop, 27 horas de tiempo máximo.
- No optan a trofeos ni clasifican en la Liga Española.

Aventura Mixto:

- Características: recorrido para todos sin necesidad de ser especialista en la modalidad y adaptado al nivel de los equipos participantes
- Participantes: mayores de 17 de años. Al menos una componente femenina y uno masculino.
- Componentes: mínimo 2 y máximo 3. 2 siempre en carrera (+1 relevista opcional). La componente femenina debe de completar al menos el 30% de secciones.
- Todos los componentes deben estar federados.
- Asistencia: no necesaria pero permitida. Se podrá contratar, por comodidad o para reducir peso en mochila, ver apartado inscripciones.
- Trazado: complejo con secciones variadas de BTT, Trekking, Kayak y pruebas especiales.
- Etapas: 2 durante el sábado y 1 el domingo.
- Optan a trofeos y clasifican en la Liga Española.

Aventura Masculino:

- Características: recorrido para todos sin necesidad de ser especialista en la modalidad y adaptado al nivel de los equipos participantes.
- Participantes: mayores de 17 de años de ambos sexos.
- Componentes: mínimo 2 y máximo 3. 2 siempre en carrera (+1 relevista opcional).
- Todos los componentes deben estar federados.

- Asistencia: no necesaria pero permitida. Se podrá contratar por comodidad o reducir peso en mochila, ver apartado inscripciones.
- Trazado: complejo con secciones variadas de BTT, Trekking, Kayak y pruebas especiales.
- Etapas: 2 durante el sábado y 1 el domingo.
- Optan a trofeos y clasifican en la Liga Española.

Aventura Femenino:

- Características: recorrido para todos sin necesidad de ser especialista en la modalidad y adaptado al nivel de los equipos participantes.
- Participantes: mayores de 17 de años.
- Componentes: mínimo 2 y máximo 3. 2 siempre en carrera (+1 relevista opcional).
- Todos los componentes deben estar federados.
- Asistencia: no necesaria pero permitida. Se podrá contratar por comodidad o reducir peso en mochila, ver apartado inscripciones.
- Trazado: complejo con secciones variadas de BTT, Trekking, Kayak y pruebas especiales.
- Etapas: 2 durante el sábado y 1 el domingo.
- Optan a trofeos y clasifican en la Liga Española.

Open Aventura:

- Características: recorrido para todos sin necesidad de ser especialista en la modalidad y adaptado al nivel de los equipos participantes.
- Participantes: mayores de 17 de años sin licencia de temporada y sin distinción de sexo.
- Componentes: mínimo 2 y máximo 3. (1 relevista opcional)
- No es necesario que los corredores estén federados (sí que obtengan una licencia de prueba)
- Asistencia: no necesaria pero permitida. Se podrá contratar por comodidad o para reducir peso en mochila, ver apartado inscripciones.
- Trazado: complejo con secciones variadas de BTT, Trekking, Kayak y pruebas especiales.

- Etapas: 2 durante el sábado y 1 el domingo.
- No optan a trofeos ni clasifican en la Liga Española.

Juvenil:

- Características: recorrido para todos sin necesidad de ser especialista en la modalidad y adaptado al nivel de los equipos participantes
- Participantes: de 15 a 18 años, sin distinción de sexo.
- Componentes: mínimo 2 y máximo 3. 2 siempre en carrera (+1 relevista)
- Todos los componentes deben estar federados.
- Asistencia: necesaria
- Trazado: complejo con secciones variadas de BTT, Trekking, Kayak y pruebas especiales.
- Etapas: 1 durante el sábado y 1 el domingo.
- Optan a trofeos y clasifican en la Liga Española.

OPEN Bici Aventura:

- Características: recorrido de iniciación a la Orientación en Mountain Bike. Para experimentar lo que es un Raid de Aventura.
- Participantes: mayores de 18 años y menores de 18 acompañados.
- Componentes: mínimo 2 y máximo 4. 2 siempre en carrera (+1 o 2 relevistas)
- No es necesario que los corredores estén federados (sí que obtengan una licencia de prueba)
- Asistencia: no se requiere
- Trazado: en BTT
- Etapas: 1 sola etapa durante el sábado
- No optan a trofeos ni clasifican en la Liga Española

Orienta-Raid (sin BTT):

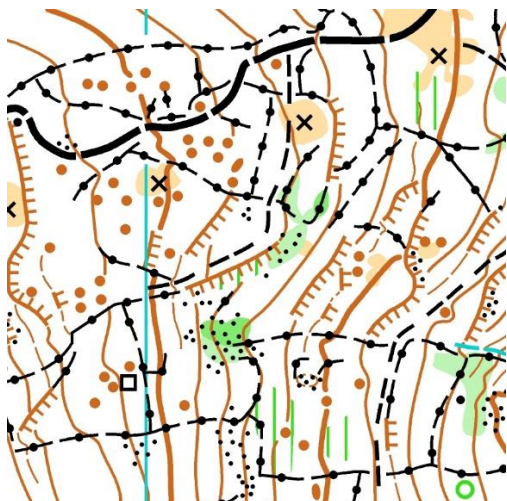
- Características: recorrido de iniciación a pie, sección de kayak y prueba especial. Para experimentar lo que es un Raid de Aventura sin BTT.

- Participantes: mayores de 18 años y menores de 18 acompañados
- Componentes: mínimo 2 y máximo 4. 2 siempre en carrera (+1 o 2 relevistas)
- No es necesario que los corredores estén federados (sí que obtengan una licencia de prueba)
- Asistencia: no se requiere.
- Trazado: sencillo a pie, con sección de kayak y con pruebas especiales, sin BTT
- Etapas: 1 sola etapa durante el domingo.
- No optan a trofeos ni clasifican en la Liga Española.

RECORRIDO	CATEGORÍAS	ETAPAS	DISCIPLINAS	RAIDERS
REC 1	ELITE	1 (sábado a domingo)	BTT, Trekking, Kayak, Espeleología, Barranquismo, Tiro con Arco	3 siempre en carrea
	OPEN NON-STOP			
REC 2	AVENTURA MIXTO	3 (2, sábado y 1, domingo)	BTT, Trekking, Kayak, Espeleología, Tiro con Arco	2 siempre en carrera +1 relevista opcional
	AVENTURA MASCULINO			
	AVENTURA FEMENINO			
	AVENTURA OPEN			
REC 3	AVENTURA JUVENIL	2 (1, sábado y 1, domingo)	BTT, Trekking, Kayak, Espeleología, Tiro con Arco	2 siempre en carrera +1 relevista opcional
REC 4	OPEN BICI AVENTURA	1 (sábado)	BTT	2 siempre en carrera +1 o 2 relevistas opcionales
REC 5	ORIENTA-RAID	1 (domingo)	Trekking, Kayak, Tiro con Arco	2 siempre en carrera +1 o 2 relevistas opcionales

5. INFORMACIÓN TÉCNICA

Durante la competición los participantes podrán encontrar 3 tipos de secciones: a pie, en bici y acuáticas. Todas ellas se deberán de completar navegando con mapas de orientación: unos extraídos de MAPANT y otros de **orientación específica cartografiados para la ocasión**, os dejamos 2 capturas de ejemplo:



Además, durante las secciones existirán pruebas especiales en las que la organización proporcionará el material mínimo necesario para poder realizarlas excepto en la categoría non-stop durante la prueba especial de cuerdas, en la que los equipos tendrán que llevar su propio material. En el punto 5.2 se especifica el material necesario.



Esta competición está sometida al Reglamento de [Raid de Orientación y Aventura 2023](#) y a las normas de [Liga Española 2023](#) descargables desde la página de la [Federación Española de Orientación](#).

5.1. Distancias aproximadas

ÉLITE / OPEN NON-STOP			
Etapa	Disciplina	Secciones	Distancia
1	Trekking	3	45k
	MTB	5	60k
	Kayak/Orientación	1	6k/2,5K
	Orientación a pie	1	3K
	Rapel	1	40m
	Barranquismo	1	300m
	Tiro con Arco	1	1K-2K

AVENTURA MASC-MIXTA-FEM / AVENTURA OPEN			
Etapas	Disciplina	Secciones	Distancia
1	Trekking	2	20k
	MTB	3	35k
	Orientación a pie	1	1,5k
	Rapel	1	40m
	Tiro con Arco	1	1K-2K
2	Trekking	1	9K
	MTB	2	25K
3	Orientación a pie	2	12k
	Kayak	1	6K

AVENTURA JUVENIL			
Etapas	Disciplina	Secciones	Distancia
1	Trekking	2	20k
	MTB	3	35k
	Orientación a pie	1	1,5k
	Rapel	1	40m
	Tiro con Arco	1	1K-2K
2	Orientación a pie	2	12k
	Kayak	1	6K

ORIENTA-RAID			
Etapas	Disciplina	Etapas	Distancia
1	Orientación a pie	2	12k
	Kayak	1	6K

OPEN BICI AVENTURA			
Etapas	Disciplina	Etapas	Distancia
1	MTB	1	35k




5.2. Material obligatorio

MATERIAL OBLIGATORIO

			MATERIAL OBLIGATORIO – TODAS LAS DISCIPLINAS		
Sí/No	Nombre	Imagen	Cantidad	Descripción	
✓	Silbato		1 x por competidor	Cada competidor debe llevar consigo en todo momento un silbato sin bola interior de corcho que funcione en condiciones húmedas. Debe ser fácilmente accesible en todo momento para avisar en caso de emergencia	
✓	Linterna (Frontal)		1 x por competidor	Fuente de luz (frontal), resistente al agua, con las baterías necesarias para cada sección de carrera. Se pueden usar diferentes fuentes de luz en diferentes disciplinas, frontales, luces de bici.	
✓	Chaqueta impermeable		1 x por competidor	La capa externa o chaqueta debe ser impermeable, resistente al viento, y respirable (de acuerdo a las especificaciones del fabricante). La chaqueta debe tener una capucha, costuras cerradas y ser adecuada para las condiciones extremas posibles de una carrera de aventura.	
✓	Capa interna, cabeza		1 x por competidor	Gorro o buff, ajustado a la cabeza, de material sintético o de lana, ligero, que absorba humedad. Puede ser llevado o puesto.	
✓	Manta térmica		1 x por competidor	Sábana o material cubierto con un agente reflectante metálico. Se utiliza en emergencias para reflejar el calor. Se puede usar para contrarrestar la hipotermia o para generar sombra (Nota: las mantas pueden deteriorarse con el tiempo).	
✓	Brújula magnética		1 x por equipo	Brújula de calidad para orientación.	
✓	Libro de ruta y mapas		1 x por equipo	Mapas, notas de la ruta, y pasaporte/tarjeta de control, proporcionados por la organización, de acuerdo a la etapa de la carrera.	
✓	Botiquín		1 x por equipo	El contenido específico del botiquín se describe abajo. Se debe llevar en una bolsa impermeable	
✓	Teléfono / Comunicaciones de emergencia		1 x por equipo	Teléfono celular, con batería completamente cargada y en una bolsa/contenedor a prueba de agua. Sólo para llamadas de emergencia.	
✓	Tracker GPS		1 x por equipo	Aparato específico provisto por Expedición Guaraní; se debe llevar y usar de acuerdo al reglamento.	

		MATERIAL OBLIGATORIO - MOUNTAIN BIKE		
Sí/No	Nombre	Imagen	Cantidad	Descripción
✓	Mountain Bike		1 x por competidor	Una bicicleta de montaña apropiada para una carrera de aventura; no se permiten bicicletas de carretera o ciclocross.
✓	Casco		1 x por competidor	Casco de bicicleta con una certificación de seguridad apropiada.
✓	Luz delantera		1 x por competidor	Luz blanca frontal. Puede estar montada en el casco o en el manubrio.
✓	Luz trasera		1 x por competidor	Luz roja trasera. Debe estar montada en la bicicleta. Se recomienda que un integrante lleve una luz trasera adicional.

		MATERIAL OBLIGATORIO - KAYAK		
Sí/No	Nombre	Imagen	Cantidad	Descripción
✓	Chaleco salvavidas		1 x por competidor	Provisto por la organización. Se puede usar un chaleco propio.
✓	Palas		1 x por competidor	Provista por la organización. Se puede usar una pala propia.
✓	Kayak		1 x por equipo	Provisto por la organización.

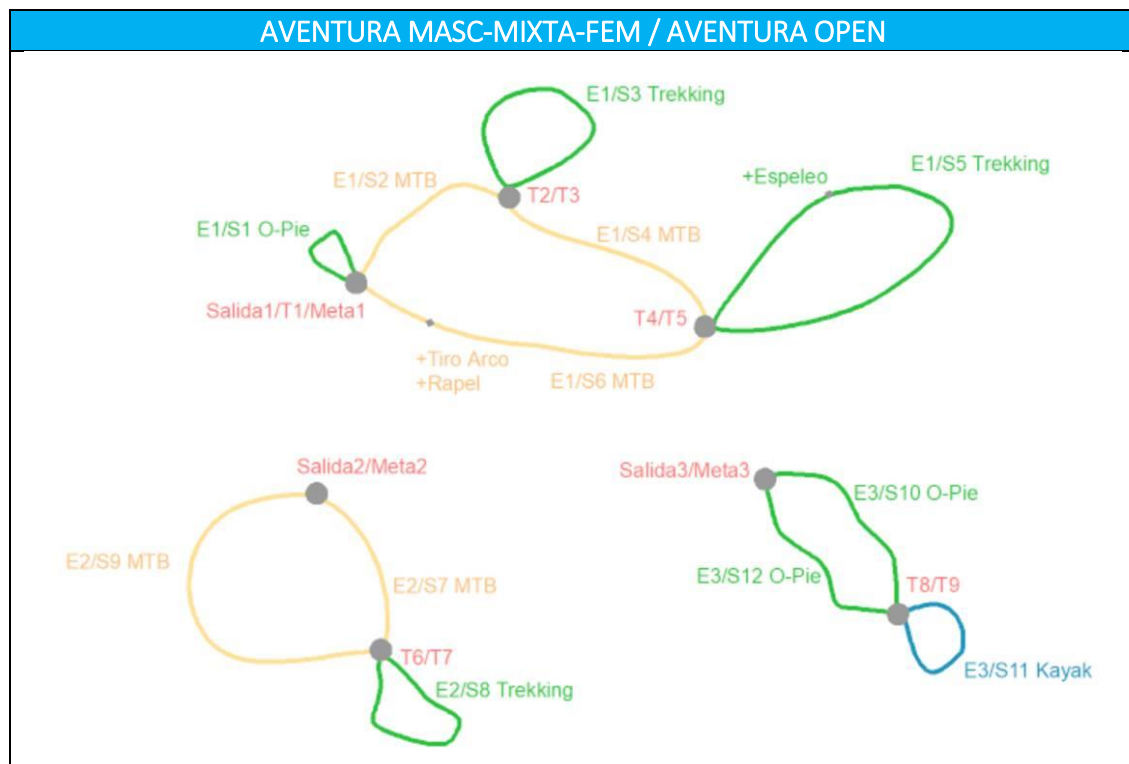
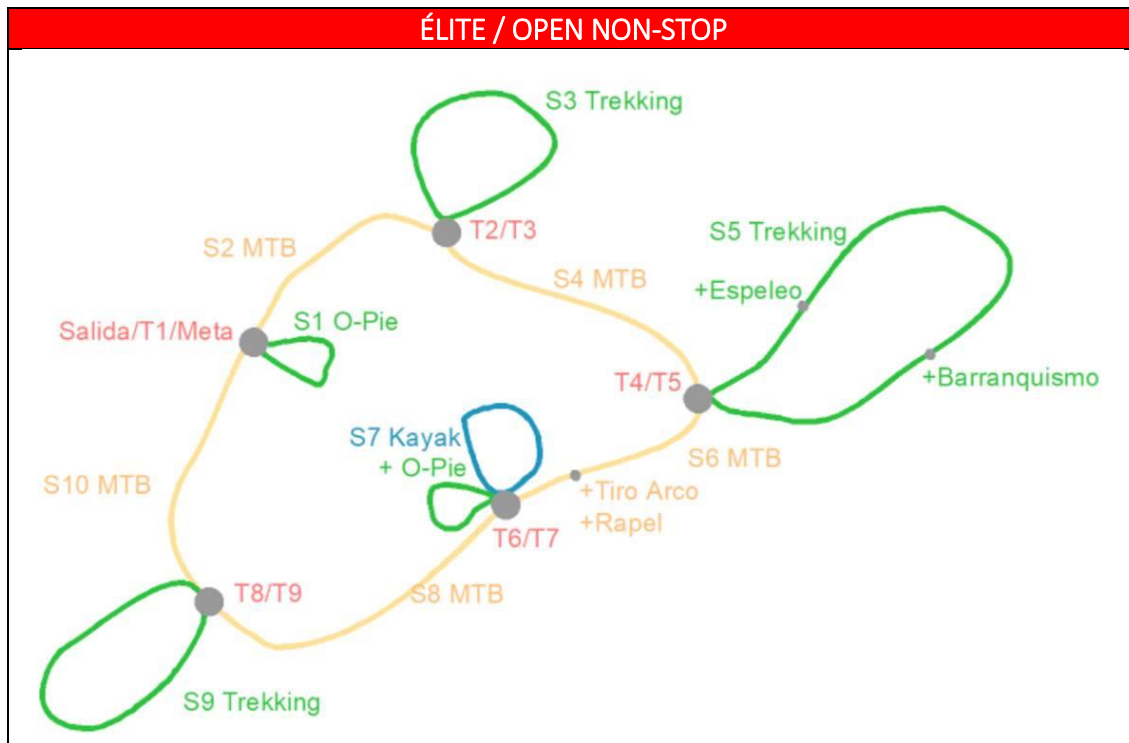
		MATERIAL OBLIGATORIO – SECCIONES DE CUERDAS		
Sí/No	Nombre	Imagen	Cantidad	Descripción
✓	Arnés de escalada		1 x competidor*	Debe ser de la medida del participante.
✓	Casco		1 x competidor*	Puede ser el mismo casco de las secciones de bicicleta de montaña.
✓	Eslinga/Cinta cosida approx. 60cm		1 x competidor*	Una eslinga cosida es una cinta que tiene los extremos cosidos para formar un lazo continuo, generalmente de 60cm de diámetro. La eslinga se engancha en el bucle de aseguramiento del arnés (o punto de fijación central). La resistencia mínima a la rotura de la eslinga cosida debe ser de 22kN. NO se aceptan eslingas anudadas.
✓	Mosquetón con seguro		2 x competidor*	Los mosquetones con seguro se utilizan en cada uno de los siguientes puntos: 1) Eslinga #1 2) Dispositivo de Rápel o descendedor
✓	Par de guantes de cuero		1 x competidor*	Deben ser del tamaño de la mano entera; pueden ser las mismas de la sección de bicicleta pero con las palmas de cuero.
✓	Descendedor		1 x competidor*	Dispositivo de rápel, 8 o ATC

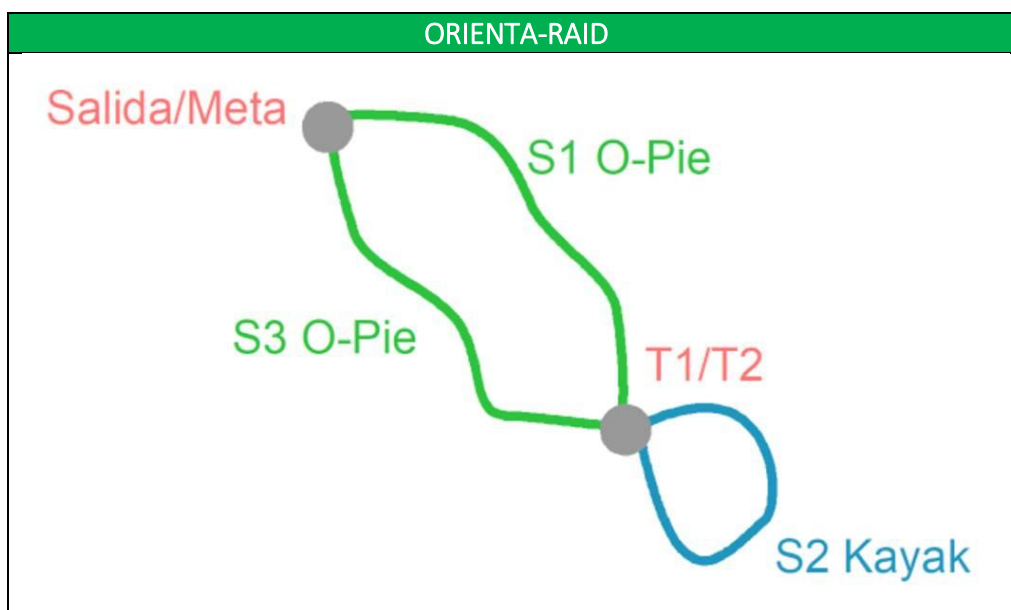
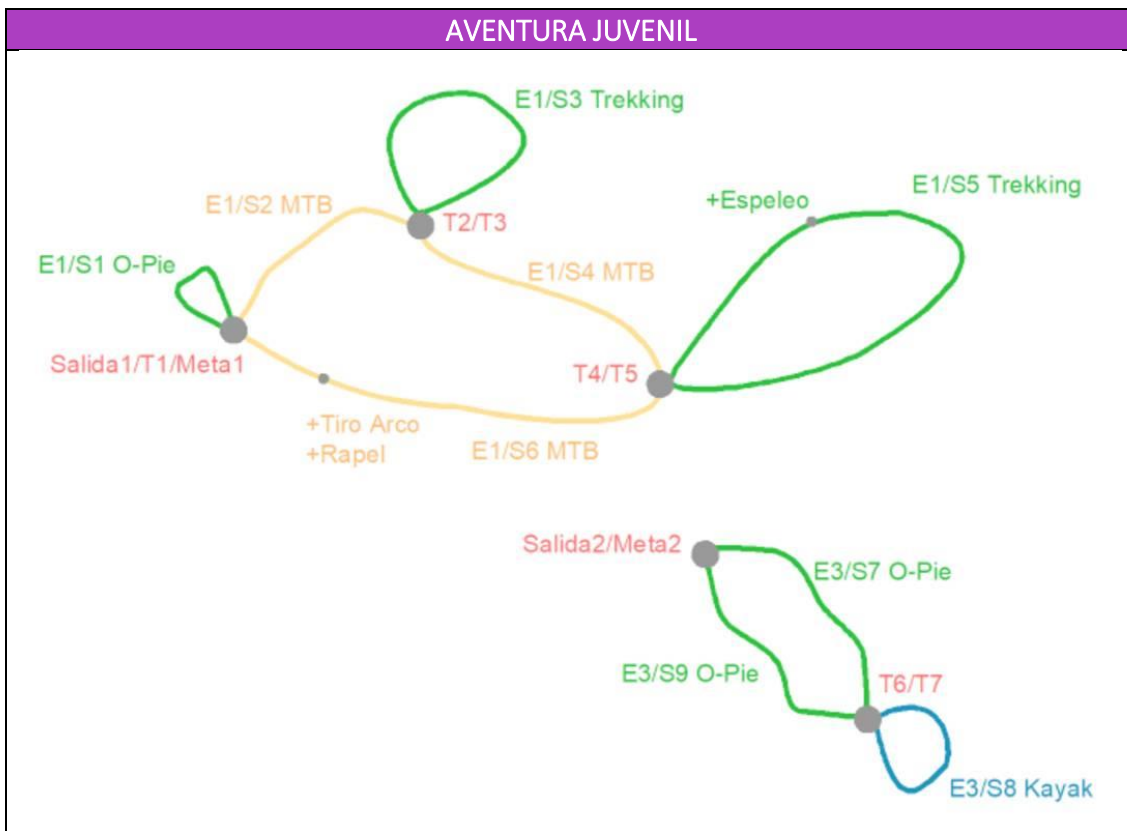
*Será facilitado por la organización excepto en las categorías non-stop y no se podrá acceder a la prueba especial sin este material. Las pruebas especiales son siempre optativas.

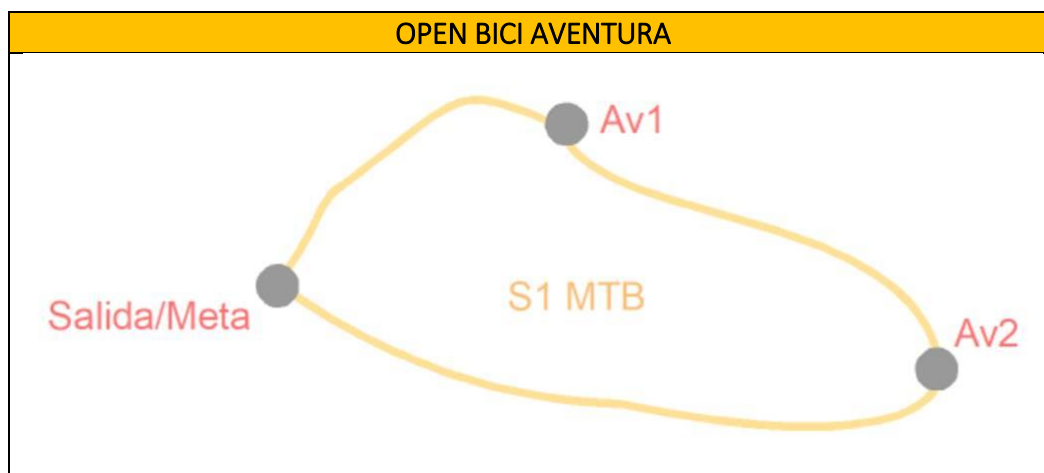
		BOTIQUÍN – EN TODO MOMENTO – TODAS LAS DISCIPLINAS – I RAID TIERRA DE CAMEROS		
Sí/No	Nombre	Imagen	Cantidad	Descripción
✓	Venda (Elástica)		2m largo x 7.5cm ancho	El largo mínimo (sin estirar) debe ser de 2 metros por 7.5 centímetros. Se permiten múltiples vendas. Se usa para aplicar presión sobre una lesión.
✓	Vendaje de heridas (Estéril)		2 x	Cada uno debe tener, como mínimo, las dimensiones 7.5 x 7.5 centímetros. Se aplica a una lesión para evitar más daños y para ayudar a curarla. Puede ser autoadhesivo o usado en conjunto con una venda. Se recomienda una cobertura de gasa antiadherente.
✓	Cinta quirúrgica (Adhesiva)		1 x	Un rollo de cinta quirúrgica. Se puede usar para asegurar una venda o gasa o para improvisar una férula.
✓	Antihistamínicos		4 x dosis adulto	Las pastillas antihistamínicas inhiben la acción de histaminas y se puede tomar en caso de una reacción alérgica.
<p>Artículos recomendados - Se recomienda los siguientes artículos adicionales para el botiquín (siempre y cuando no contravengan las reglas anti doping): analgésicos, anti-inflamatorios, suero oral, anti diarreicos, soluciones/cremas desinfectantes y antisépticas, tratamiento para ampollas, escudo facial para reanimación cardiopulmonar, guantes.</p>				

		MATERIAL PROHIBIDO	
Nombre		Descripción	
Dispositivos GPS		Incluye dispositivos que muestran su posición, muestran mapas, la distancia recorrida, etc. (excluye rastreadores GPS proporcionados por la organización y relojes Garmin en modo Adventure Race)	
Teléfonos móviles, radios, otros dispositivos de comunicación o con acceso a internet		Excluido el teléfono de emergencia obligatorio.	
Otros mapas que no sean los proporcionados por la organización		Específicamente, desde el comienzo de la carrera hasta cruzar la línea de meta.	

5.3. Croquis de carrera







6. INSCRIPCIONES

- Las **inscripciones son online** y se podrán realizar a través del sistema de la Federación Española:

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

- El **cupó máximo** de equipos queda fijado en **60** por lo que se asignarán dorsales por riguroso orden de inscripción.

- El **plazo** de inscripción **se inicia** el miércoles **7 de junio** y **finaliza** el domingo **24 de septiembre** a las 23.59 o al completar los 60 equipos.

- A partir del día **18 de septiembre** de aplicará un **recargo de 10€ por participante**.

- **Precios inscripción por participante:**

CATEGORÍAS	CUOTA / PARTICIPANTE
ÉLITE (NON-STOP)	45€
AVENTURA MASCULINO	45€
AVENTURA MIXTO	35€
AVENTURA FEMENINO	35€
JUVENIL	25€
OPEN NON-STOP	45€
OPEN AVENTURA	35€
OPEN BICI AVENTURA	20€
ORIENTA-RAID	15€
OTRAS TARIFAS	
LICENCIA DE PRUEBA (NO FEDERADOS)	4€
SERVICIO DE ASISTENCIA EQUIPO (porte de bolsa a transición)	20€
SUELO DURO / ZONA ACAMPADA	3€
ALQUILER TARJETA SPORTIDENT (CRONO)	5€


7. SERVICIOS Y ALOJAMIENTOS


Se habilitará una zona de acampada y suelo duro cuya información se publicará próximamente.

<p>Casa Rural El Olmo 941 46 22 84 607 51 63 85 info@casaelolmo.com Carretera de Nieva, s/n www.casaelolmo.com</p>	 Casa rural
--	---


<p>Casa Rural Entrebosques 616 41 27 69 608 57 73 12 info@casaentrebosques.com Urbanización, Parcela 14 www.casaentrebosques.com</p>	 Casa rural
--	---

<p>La Vereda del Pastor 941 46 22 84 607 51 63 85 info@casaelolmo.com C/ Julio Castroviejo, 9 A www.casaelolmo.com</p>	 Casa rural
--	---

<p>Albergue Juvenil El Rasillo 941 46 20 25 618 92 39 06 info.juventud@irj.es C/ Somera s/n www.irj.es</p>	 Albergue
--	--

<p>Club Náutico 941 462 037 gerencia@nauticorestaurante.es Carretera Los Molinos (Embalse González Lacasa) www.nauticorestaurante.es</p>	 Restaurante
--	--

<p>Restaurante Los Cameros 941 46 21 21 Cerrauco 2</p>	 Restaurante
---	--

<p>Museo Etnográfico Victoriano Labiano 645 74 41 05</p>	 Exposición
--	---

<p>La Mielería de Cameros 941 46 22 95</p>	 Exposición
--	---

<p>Club Náutico El Rasillo 609 36 93 71</p>	 Club Náutico
---	---

Apartamento El Olmo

941 46 22 84
info@casaelolmo.com
Carretera de Nieva, 233
www.casaelolmo.com



Apartamento
turístico

Apartamentos Luar

646 21 68 55
juanjunen80@hotmail.com
C/ Somera, 11



Apartamento
turístico

Casa Rural Los Pinos

941 46 22 41
610 45 83 55
info@casalospinos.com
Carretera de Nieva, 214
www.casalospinos.com



Casa rural

Casa Rural Mabe

941 46 21 19
678 28 72 36
info@casamabe.com
C/ La Mata, 17
www.casamabe.com



Casa rural

Casa Rural Bosque Azul

941 46 20 46
699 47 97 17
casarural@bosqueazul.com
Carretera de Nieva, 13
www.bosqueazul.com



Casa rural

Casa Rural Cañada El Vallejo I y II

941 46 21 82
662 33 92 69
elvallejo@elrasillo.com
Travesía Julio Castroviejo, 3
www.elrasillo.com



Casa rural

8. CLASIFICACIÓN Y PREMIACIÓN EN CADA EVENTO

Se publicará una clasificación de las categorías oficiales de la Liga Española de Raids de Aventura y otra conjunta con las categorías OPEN

Los PREMIOS para las categorías **LER** consistirán en trofeos y obsequios para los integrantes del pódium de acuerdo a las siguientes tablas:

CATEGORÍA	PREMIADOS	PREMIO
Élite	1º, 2º y 3º	Medalla + vino
Aventura	1º, 2º y 3º en mixta, femenina y masculina	Medalla + vino
Juvenil	1º masculina, 1ª femenina y 1ª mixta	Medalla + vino

9. CRONOMETRAJE

Se utilizará el **sistema SportIdent (SI)** para todos los equipos participantes sean o no federados. En caso de no estar en propiedad de una tarjeta SI, se deberá de alquilar 1 tarjeta por participante junto con la inscripción según el precio establecido.

La tarjeta SI será precintada al participante antes de tomar la salida y se le retirará al llegar a meta.

10. CONDUCTA DURANTE EL RECORRIDO

Ayuda externa: Está terminantemente prohibido recibir ayuda o avituallamiento de cualquier persona ajena a la carrera durante el desarrollo de la prueba fuera de las transiciones.

No arrojar desperdicios

En caso de emergencia, los corredores deberán prestarse auxilio y, en caso de necesidad, solicitar ayuda a la organización para él o para otro corredor. El denegar auxilio a otro corredor será motivo de descalificación y de pérdida de todos los derechos adquiridos con la inscripción.

No portar el material obligatorio durante toda la duración de la carrera también es motivo de descalificación

11. DESCARGO DE RESPONSABILIDAD

La organización se hará responsable de aquel accidente que se registre dentro del recorrido de las distintas modalidades, pero declina toda responsabilidad legal en caso de accidente o incidente por negligencia o incumplimiento de las normas de este reglamento por parte del participante o que ocurra fuera del recorrido marcado. Los participantes serán responsables de todo perjuicio que puedan causarse a sí mismos y a terceros durante la participación en la/s prueba/s y/o actividades.

Todos los participantes, por el mero hecho de inscribirse, declaran aceptar el presente reglamento y aceptan este Descargo de Responsabilidad.

12. MEDIO AMBIENTE

14.1. La carrera se desarrolla en un entorno natural de gran belleza y diversidad faunística y paisajística. La organización tiene como máxima, la protección y el respeto del entorno en el que se desarrolla la prueba deportiva, por ello:

- a) Los avituallamientos dispondrán de cubos de basura para tirar los desperdicios que se puedan generar durante la prueba y queda prohibido sacar del mismo residuos y basura.
- b) No se empleará iluminación ni megafonía salvo en las zonas de salida y meta.
- c) Todos los elementos empleados para el marcaje del recorrido serán retirados por la organización al finalizar la prueba deportiva.
- d) Queda terminantemente prohibido tirar cualquier residuo en el entorno, todos los desperdicios se depositan en las respectivas mochilas para tirarlo posteriormente a su contenedor respectivo.

12. ASISTENCIA SANITARIA Y RESCATES

La organización dispondrá de un dispositivo de seguridad que coordinará las asistencias sanitarias o rescates. Un equipo sanitario permanecerá en la zona de meta y otro móvil acercándose a los puntos de evacuación más cercanos al recorrido.

En caso de necesitar asistencia, llamar al número facilitado por la organización impreso en el dorsal para que la organización pueda gestionar la ayuda lo antes posible.

En caso de incidente grave, en el que esté en peligro la vida, o se produzca un desastre natural como aludes, incendios o corrimientos de tierra, llamar directamente al número de coordinación de emergencias 111, antes que a la organización.

13. DERECHOS DE IMAGEN

Todos los participantes autorizan a la organización de la carrera y a sus colaboradores y patrocinadores a utilizar y publicar libremente toda fotografía o video obtenido en el contexto del evento de manera ilimitada.

14. CONTACTOS Y RESPONSABLES

COORDINACIÓN:

Rubén Pérez

DIRECTOR DE CARRERA:

Urtzi Iglesias Mota

JUEZ CONTROLADOR:

Santiago del Moral Durá

El contacto oficial con la organización se realizará a través del e-mail info@plan-o.run, además existen otros canales de comunicación:

WEB:

www.plan-o.run

E-MAIL:

info@plan-o.run

REDES:

facebook.com/planorientacion/

instagram.com/planorientacion/



15. PROMUEVEN, COLABORAN Y PATROCINAN

