



BOLETÍN 0 INFORMATIVO
7ª y 8ª LIGA NORTE. SIERRA DE URBASA
27 y 28 de julio de 2024. Larga y Media Distancia



BOLETÍN 0
JUNIO 2024

PRÓXIMO BOLETÍN 1: 4 DE JULIO DE 2024

Organiza:





BOLETÍN 0 INFORMATIVO
7ª y 8ª LIGA NORTE. SIERRA DE URBASA
27 y 28 de julio de 2024. Larga y Media Distancia

INDICE

1.	3
1.1	3
1.1.1	3
2.	4
2.1	4
2.2	4
3.	5
3.1	5
3.2	6
4.	6
5.	7
6.	8
7.	9

BOLETÍN 0 INFORMATIVO

7ª y 8ª LIGA NORTE. SIERRA DE URBASA
27 y 28 de julio de 2024. Larga y Media Distancia

1. PRESENTACIÓN

Volvemos con la Liga Norte a la Sierra de Urbasa. Os ofrecemos nuevamente dos pruebas oficiales, de Larga y Media distancia. Seguimos estrenando mapas, avanzando hacia el este, al otro lado de la carretera del camping, buscando nuevamente sorprenderos y haciendo que exploréis nuevos secretos de Urbasa.

En nuestro afán de facilitar la participación de todas y todos, continuaremos ofreciendo los servicios de siempre: suelo duro, guardería y guardarropa en las salidas.

Para calentar motores, ofrecemos la cuarta edición del O'Tech, abierto a todas las edades y niveles, la semana previa a las pruebas de Liga Norte.

Todo ello, en un entorno natural especial y, como sabéis, mágico para practicar orientación que, como no puede ser de otra manera, os pedimos a todas las personas que acudáis, que lo cuidéis como siempre habéis hecho.

¡Os esperamos!

1.1 EQUIPO ORGANIZADOR

Responsable de prueba	Asier Elizalde Zubillaga
Técnico Sportident	Eric Colon
Cartógrafo y trazador	Roberto Pascual
Secretaría e inscripciones	Raquel Perez
Logística	A definir más adelante
Salidas	A definir más adelante
Comunicación	A definir más adelante

1.1.1 JURADO TÉCNICO (Liga Norte)

- Responsable de la prueba, Asier Elizalde Zubillaga
- Presidente del Club (o representante) de la siguiente prueba a celebrarse (Galitius). A definir próximamente

BOLETÍN 0 INFORMATIVO

7ª y 8ª LIGA NORTE. SIERRA DE URBASA
27 y 28 de julio de 2024. Larga y Media Distancia

- Deportista elegido por sorteo. A definir próximamente
- Coordinador de Liga Norte.

2. PROGRAMA

2.1 PREVIOS

O'Tech. 23 al 26 de julio. Entrenamientos técnicos de orientación a todos los niveles.
Más información en: <https://aprendorientacion-cdnavarra.blogspot.com/>

2.2 PRUEBAS OFICIALES

Viernes, 26 de julio:

Apertura del Centro de competición → 11:00h a 13:00h y 18:00h a 21:30h
Ubicado en el [Camping de Urbasa](#)

Model Event → 11:00h a 21:00h

Sábado, 27 de julio: **prueba media distancia**

Apertura del Centro de competición → 10.00h
Ubicado en el [Camping de Urbasa](#)

Model Event → 10:00h a 14:00

Carrera Media Distancia

14:30 h □ Salida de primer participante
17:00 h □ Salida de último participante
19:00 h □ Cierre de meta

Domingo, 28 de julio: **prueba larga distancia**

Apertura del Centro de competición → 8.30h
Ubicado en el [Camping de Urbasa](#)
14:30 h □ Entrega de premios

BOLETÍN 0 INFORMATIVO
7ª y 8ª LIGA NORTE. SIERRA DE URBASA
27 y 28 de julio de 2024. Larga y Media Distancia

Carrera Larga Distancia

8:30 h □ Salida del primer corredor
11:00 h □ Salida de último participante
14:00 h □ Cierre de meta

3. PROCESO DE INSCRIPCIÓN

Fecha de apertura de inscripciones: 17 de junio del 2024.

Fecha límite de inscripciones: **21 de julio del 2024 (domingo previo)**

Mucho ojo con la fecha límite de inscripciones, ya que este cambio es debido a que después de esta fecha, organizaremos el O'Tech en Urbasa y casi todos los integrantes del club estaremos también en la organización de esta, y ya sabéis que la cobertura telefónica en Urbasa no es muy buena, y para poder gestionar y preparar con más tranquilidad todas las inscripciones, cronometradas Sportident etc. nos sería de gran ayuda tener las inscripciones cerradas antes de irnos todos para Urbasa

Se realizarán a través de la SICOFEDO: <https://www.sico.fedo.org/>

En caso de tener un seguro deportivo que cubra la actividad habrá que especificarlo en la misma inscripción.

3.1 PAGO DE LAS INSCRIPCIONES

Todas las inscripciones deberán abonarse con anterioridad a la prueba. Los pagos se pueden hacer con tarjeta o a través de transferencia bancaria. En caso de realizar transferencia se realizará en la siguiente cuenta:

Titular: Club Deportivo Navarra
Entidad: CAJA LABORAL
IBAN: ES54 3035 0058 3605 8011 6766
Concepto: "Número del pedido" LN URBASA

Las inscripciones no se considerarán formalizadas hasta realizar el ingreso bancario, el cual se acreditará enviando una copia del justificante de la transferencia, a la dirección de correo electrónico: inscripcion.o.cdn@gmail.com indicando club y números sico.

BOLETÍN 0 INFORMATIVO
7ª y 8ª LIGA NORTE. SIERRA DE URBASA
27 y 28 de julio de 2024. Larga y Media Distancia

3.2 CUOTAS DE INSCRIPCIÓN

Categoría	Precio
M/F 21 y superiores	10€/ prueba
M/F 20 e inferiores	7€/ prueba
Open Amarillo	5€/ prueba
Open Naranja y Rojo	8€/ prueba

Cambio de nº de Tarjeta 3 € (después del cierre de inscripciones)

Cambio de nº de Tarjeta 5 € (en competición)

Cuotas extras	
Seguro de prueba *	2€/prueba
Alquiler Tarjeta Sportident	2€/prueba
Model Event	3€

*Los corredores no federados deberán de abonar la cantidad de 2€ extra por prueba para la tramitación del seguro de prueba. Se consideran licencias federativas válidas: Licencias FEDO, licencias de MONTAÑA (Navarra), Licencias FCOC y Licencias de federaciones de Orientación extranjeras.

IMPORTANTE:

No se admitirán inscripciones pasada esa fecha, para garantizar una correcta gestión de la prueba.

Las peticiones de preferencia para horas de salida no se aceptarán pasada la fecha límite de inscripciones.

4. CRONOMETRAJE

Se utilizará el sistema de cronometraje SPORTident.

BOLETÍN 0 INFORMATIVO
7ª y 8ª LIGA NORTE. SIERRA DE URBASA
27 y 28 de julio de 2024. Larga y Media Distancia

Se publicarán los resultados en directo a través de la plataforma:

www.liveresultat.orientering.se

5. CATEGORIAS

Las categorías de competición corresponden a las estipuladas por las [Normas de Liga Norte 2024](#).

CATEGORÍAS	
F/M-12	Personas nacidas en 2012 y posteriores. Categoría mixta
F-14 / M-14	Personas nacidas en 2010 y 2011
F-16 / M-16	Personas nacidas en 2008 y 2009
F-18 / M-18	Personas nacidas en 2006 y 2007
F-20 / M-20	Personas nacidas en 2004 y 2005
F-21 / M-21	Personas nacidas en 2003 y anteriores
F-E / M-E	Categoría Élite. Cerradas.
M-AK / F-AK	Categorías destinadas a la gente de M-21 y F/M-35 que se les hace dura esta categoría, y como paso intermedio a la gente nueva que tras pasar por Open no quiere dar el salto a M-21 y F/M-35.
F-35 / M-35	Personas nacidas entre 1980 y 1989, ambos inclusive.
F-45 / M-45	Personas nacidas entre 1970 y 1979 ambos inclusive.
F-55 / M-55	Personas nacidas entre 1960 y 1969 ambos inclusive.
F-65 / M-65	Nacidos/as en 1959 y anteriores
Open Amarillo	Iniciación de niños y niñas
Open Naranja	Iniciación de adultos

BOLETÍN 0 INFORMATIVO

7ª y 8ª LIGA NORTE. SIERRA DE URBASA

27 y 28 de julio de 2024. Larga y Media Distancia

Open Rojo

Recorrido de nivel medio para adultos.

Los corredores pueden participar en la categoría que les corresponda por edad o en una superior, nunca inferior, siempre que cumplan los requisitos de edad.

Por ejemplo, un M-16 podrá participar en M-20, pero no en M-14 o M-35. Así mismo, las mujeres podrán participar en categorías de hombres siempre y cuando les corresponda por edad. Por ejemplo, una F-16 podrá participar en M-16 pero no en M-14.

6. INFORMACIÓN TÉCNICA

6.1 Terreno

Parque Natural con más de 100 km² aptos para la Orientación a pie. Como muchos sabéis se trata de un hayedo kárstico de excelente penetrabilidad. Con profusión de relieve negativo y con detalles de roca, tiene unos desniveles entre suaves y fuertes y una altitud comprendida entre 900 y 1100 metros.

6.2 Climatología

Urbasa en verano suele ofrecer temperaturas más suaves que otras zonas, gracias a la altura y a la gran presencia de bosque. Pueden producirse tormentas y cambios bruscos del clima, incluso tener de protagonista la niebla.

6.3 Técnica, cartografía, trazados, seguimiento

En el siguiente boletín habrá más información sobre las características de las pruebas, así como de las distancias y desniveles.

6.4 Mapas

Comentarios del cartógrafo:

“En esta ocasión nos vamos al E del camping. Para ambas distancias el terreno se caracteriza por una alternancia de zonas de abundantes detalles de roca y relieve con otras con falta de ellos o muy someros. Todo mezclado con una variabilidad de penetrabilidad y visibilidad en el bosque, desde el blanco immaculado ultrarápido hasta el verde medio haciendo slalom entre hayas jóvenes, que dará lugar a recorridos variados, divertidos y exigentes. “

BOLETÍN 0 INFORMATIVO
7ª y 8ª LIGA NORTE. SIERRA DE URBASA
27 y 28 de julio de 2024. Larga y Media Distancia

6.5 Localizaciones

Como en ocasiones anteriores, el centro neurálgico de la prueba será el Camping de Urbasa “BIOITZA”

[Camping de Urbasa](#)



7. INFORMACIÓN INTERÉS Y SERVICIOS

7.1 AVITUALLAMIENTOS

Tras finalizar cada prueba se ofrecerá avituallamiento en la zona del camping de agua y fruta. No existirá avituallamiento en zona de carrera.

Punto ECOSOSTENIBLE: No se facilitarán vasos, cada participante deberá llevar su propio vaso.

7.2 SUELO DURO:

Estamos trabajando para poder ofreceros suelo duro, para ajustar la necesidad de este servicio, os pedimos, a las personas que tengáis pensado hacer uso de este, rellenéis el siguiente formulario: [Formulario suelo duro](#)

Os confirmaremos el suelo duro con la publicación del próximo boletín, para ello, es importante que rellenéis el formulario. ¡Gracias!

7.3 SERVICIO DE GUARDERIA

BOLETÍN 0 INFORMATIVO

7ª y 8ª LIGA NORTE. SIERRA DE URBASA

27 y 28 de julio de 2024. Larga y Media Distancia

Se dispondrá de un servicio de guardería con carpa a cubierto (no climatizada) que se encontrará en el camping, para facilitar la participación de todos los miembros de las familias. A cargo de la guardería estarán monitores habilitados para este servicio que realizarán actividades lúdicas.

Por favor, indicad en la inscripción el uso de este servicio. En el centro de competición deberéis confirmar y facilitar los nombres de los menores.

Junto a la guardería se habilitará una tienda para guardar mochilas de cambio de ropa para adultos y menores.

7.4 APARCAMIENTO

Por favor, respetar la parcelación de la organización y las indicaciones de los voluntarios. Como respeto al entorno, a los animales, a los participantes y a los senderistas, por favor reduzcan notablemente la velocidad de circulación en los alrededores del camping y el propio aparcamiento.



8. ALOJAMIENTOS POR LA ZONA

Adjuntamos el listado con la información de alojamientos de Sakana. Y en la página de turismo de Sakana www.sakana.eus disponéis de un apartado específico con la información de los alojamientos en función a su tipología.

En el siguiente enlace tenéis un rico y variado listado de alojamientos en el valle de Sakana:

[LISTADO ALOJAMIENTOS SAKANA](#)

Se os informará en próximos boletines de la posibilidad de disponer de **SUELO DURO**.

Campings.

Bioitza (Centro de Competición): <http://www.campingurbasa.com/>

Artaza: <http://www.campingartaza.com/>

Etxarri: <http://www.campingetxarri.com/>

Arbizu: <http://www.campingarbizu.com/>

Albergues.



BOLETÍN 0 INFORMATIVO
7ª y 8ª LIGA NORTE. SIERRA DE URBASA
27 y 28 de julio de 2024. Larga y Media Distancia

Etxarri: albergue en el Camping.

Estella: [Albergue juvenil "Oncineta" de Estella](#)

Eulate: [Refugio juvenil de Eulate](#)

Colabora:



BOLETÍN 0 INFORMATIVO
7ª y 8ª LIGA NORTE. SIERRA DE URBASA
27 y 28 de julio de 2024. Larga y Media Distancia

9. COMPROMISOS

9.1 Sostenibilidad

Comprometidos con el medio ambiente, más si cabe por ser Parque Natural, pondremos a disposición de los participantes contenedores de basura diferenciados para reciclaje, acotado de zonas de uso limitado, etc.

Se ruega por favor respeten este entorno tan enorme que nos ofrece la naturaleza y nos comportemos como grandes orientadores que somos: Integrados y respetuosos con ELLA.

9.2 Cuidado del entorno

Como sabéis, la Sierra de Urbasa es un entorno natural de gran interés y, por lo tanto, protegido. Os pedimos atención y respeto con la normativa específica del Parque, podéis consultarla en este folleto informativo: <https://www.turismo.navarra.es/imgs/rtrt/05/01/05/00/3168DOC2.PDF>

Más información: <http://www.parquedeurbasa.es/informacion/el-parque.html>

CONTACTO Club Deportivo Navarra

Página web sección orientación:

<http://orientaciondeportivonavarraliganorte.blogspot.com/>

Página web club:

<https://cdnavarra.com/>

Correo electrónico: