



BOLETIN 1



¡VUELVE LA LIGA!
V CARRERA LIGA 0-PIE 2024 - VII LIGA ESCOLAR
(28 SEPTIEMBRE)
EL PARDO

CARRERA DE LARGA DISTANCIA
CORRE, NAVEGA, VUELA, DISFRUTA DE LA MEJOR ZONA DE EL PARDO

CÁRCAVAS DE EL PARDO

CENTRO DE COMPETICION: se encuentra en la carretera de El Pardo a Fuencarral, entrando por el desvío que sube a la salida trasera del Palacio de La Quinta, (la carretera cortada)

A partir de las 10:00 h. última salida a las 12:00 h.
Recorridos Carrera Larga Distancia.

-MAPA: El Pardo Realizado según normas IOF, revisado en Diciembre 2019, Escala 1:15.000, 1:10.000 Equidistancia: 5 m.

-LUGAR: Cárcavas de El Pardo

-COMO LLEGAR: <https://maps.app.goo.gl/Lge87LAvJcwiZ6648>

40.509109, -3.748901 El Pardo, Fuencarral-El Pardo, 28048 Madrid

-SALIDAS a partir de las 10:00 h.

-ULTIMA SALIDA a las 12:00 h.

-CIERRE DE META a las 14:15 h.



Coca-Cola

PROGRAMA

- **Miércoles 25 de septiembre:** 23:59 Cierre de inscripciones.
- **Sábado 28 de septiembre:**
 - 9:30 Apertura del Centro de Competición.
 - 10:00 Salida de los primeros corredores.
 - 12:00 Salida de los últimos corredores.
 - 14:15 Cierre de Meta y Recogida de Balizas.

NOTA IMPORTANTE: Por instrucciones de Medio Ambiente y por el bien de los futuros permisos para la actividad de orientación, se ruega no formar aglomeraciones, especialmente en salida, meta y aparcamiento, siendo importante que una vez acabado el recorrido se abandone el Centro de Competición lo antes posible. Muchas Gracias. Lamentamos las molestias.

LA SALIDA: Se encuentra a 100 m. del Centro de Competición.

APARCAMIENTO: En el mismo Centro de Competición. Por haber poco espacio, se ruega que una vez acabada la carrera se abandone lo antes posible.

CATEGORIAS: Las de la Liga Femado y Liga Escolar. Los participantes sin licencia de temporada FEDO, solo podrán tomar parte en las categorías Open. Se recomienda que aquellos corredores de categorías Open con menor experiencia tomen la salida en las primeras franjas horarias tras la apertura de las salidas.

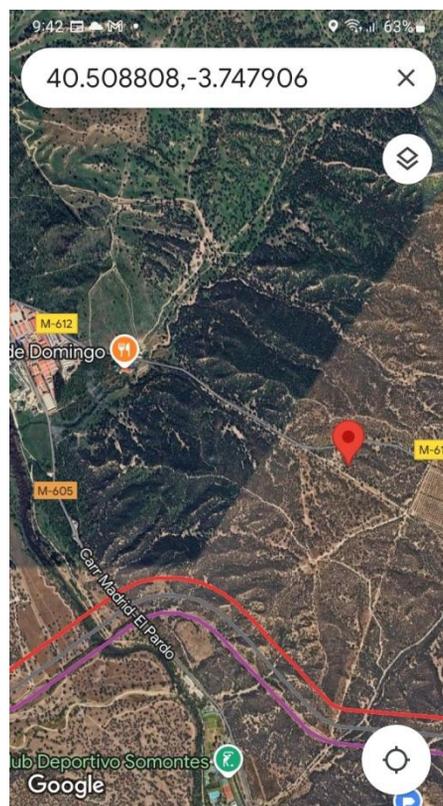


TABLA DE RECORRIDOS/CATEGORÍAS (según normativa FEMADO 2024)

RECORRIDO	CATEGORIA	DISTANCIA	DESNIVEL	CONTROLES	ESCALA	TIEMPO ESTIMADO GANADOR
R-1	M-E	8,6	330	21	1:15.000	75'-80'
R-2	M-21 / M-35 / M-40 F-E	6,4	270	19	1:15.000	55'-60' 70'- 75'
R-3	F-21 / F-35 / F-40	4,9	200	13	1:15.000	65'-70'
R-4	M-16 /M18 /M45 /M50	5,0	190	13	1:10.000	50'-55'
R-5	F-18 / F-45 / F-50	4,1	160	11	1:10.000	55'- 65'
R-6	M-55 / M-60 F-16	4,3	140	13	1:10.000	55'- 60'
R-7	F-55 / F-60	3,4	90	10	1:10.000	50'- 55'
R-8	M-21-B OPEN ROJO	4,1	140	11	1:10.000	45'- 50'
R-9	M- 65/ F-21-B	3,7	140	11	1:10.000	50'- 55'
R-10	M-14 / F-14 OPEN NARANJA	2,9	80	9	1:10.000	25'-30'
R-11	U-12	2,2	50	10	1:10.000	25'-30
R-12	U-10 OPEN AMARILLO	1,9	40	8	1:10.000	25-30'

Tiempo máximo de carrera: 2 h 15´.

Según el reglamento IOF de orientación todo corredor que supere el tiempo máximo de carrera tendrá que dirigirse a la meta. Todos los corredores tendrán que pasar por meta antes de las 14:15 h.

Se ruega a los corredores que salgan a pasear y disfrutar del bosque, que lo hagan a primera hora, para estar en meta antes de la hora de la recogida de balizas.

INSCRIPCIONES Y PAGOS

La inscripción a la prueba se realizará con el sistema **SICO** de la FEDO.

- **PLAZO LIMITE DE INSCRIPCIÓN: Hasta el miércoles 25 sep. 23:59**
- **CORREDORES NO FEDERADOS (sin licencia de temporada FEDO):** Si no se está dado de alta en el sistema de inscripciones SICO se deben seguir los siguientes pasos:
 - Dar de alta
 - **1.-** Darse de alta en SICO como individual. Para ello ir a la web: <https://sico.fedo.org/index.php> Ir a “acceder” y hacer click en “Dar de Alta”.
 - Seguir las instrucciones para darse de alta, se recibirá confirmación en el correo electrónico del usuario y contraseña.
 - **2.-** Volver a la web del SICO, logearse, elegir la carrera e inscribirse. Al no tener licencia federativa anual, el sistema solo dejará inscribirse en las categorías OPEN o abiertas a no federados que son: OPEN AMARILLO, OPEN NARANJA y OPEN ROJO.
- Los **Pagos** se deberán abonar por tarjeta bancaria en el momento de realizar la inscripción:
- **CORREDORES NO FEDERADOS:** Pago por tarjeta
- **CORREDORES FEDERADOS DE CLUBES NO FEMADO:** Pago por tarjeta
- **CORREDORES FEDERADOS CUYO CLUB FEMADO NO HAGA UN PAGO ÚNICO:** Pago por tarjeta
- **CLUBES FEMADO QUE HAGAN UN ÚNICO PAGO DE TODOS SUS CORREDORES:** Se permite pago por transferencia bancaria a aquellos clubes madrileños que lo soliciten, una vez cerrado el plazo de inscripción, **IBAN Nº E552 0073 0100 5605 3095 0556**

CATEGORIAS	CORREDORES CON LICENCIA FEDO/FEMADO DE CLUBES ADSCRITOS A LA FEMADO	CORREDORES CON LICENCIA FEDO DE OTROS CLUBES NO FEMADO	CORREDORES SIN LICENCIA
CATEGORÍAS OFICIALES	8€	8€	N / A
OPEN AMARILLO	4€	4 €	6 €
OPEN NARANJA	6€	6€	10€
OPEN ROJO	8€	8€	13 €
Categorías Oficiales MENORES de 18	4€	4 €	N / A
FAMILIAS FEMADO (2)	13€	N / A	N / A

Datos bancarios para el pago de inscripciones:

Titular: Ángel Rojas Alabarda

IBAN Nº E552 0073 0100 5605 3095 0556

Concepto: “Nombre de la persona a inscribir o club”

Enviar el justificante de pago a alabarda-o@hotmail.com, no se considerará formalizada la inscripción hasta recibir el justificante de pago.

Las Inscripciones y pagos fuera de plazo llevará un recargo de 2 € en la cuota correspondiente.

(2) Dos deportistas de la misma unidad familiar (que convivan en el mismo domicilio) ambos mayores de 18 años con licencia de temporada en clubes FEMADO. Cada miembro adicional, 4€ de inscripción. (Sólo federados de clubes adscritos a la FEMADO)

La participación del evento esta bajo la responsabilidad y propio riesgo de los participantes.

- **-SISTEMA DE CONTROL:**
- Se utilizará el sistema de cronometraje sportident con baliza de salida o start.
- Todos los corredores que no dispongan de tarjeta electrónica SPORTIDENT podrán alquilarla por 3 €, mas 50 € de fianza que serán devueltos al entregar la tarjeta.
- Se recuerda que es obligatorio pasar el control de meta para todos los que tomen la salida, de no ser así saldremos a buscarte y se activara el protocolo de urgencias.

NORMATIVA

La prueba se registrá por los Reglamentos y las Normas vigentes aplicables.

Entre dichos Reglamentos y Normas están (al menos) los siguientes:

[NORMATIVA DE LA TEMPORADA 2024 – FEDERACIÓN MADRILEÑA DE ORIENTACIÓN](#)
[REGLAMENTO DE COMPETICIÓN – FEDERACIÓN MADRILEÑA DE ORIENTACIÓN](#)

Los participantes deben seguir en todo momento las instrucciones de los jueces y personal de la organización.

OTRA INFORMACIÓN IMPORTANTE

- Desde la publicación de este boletín queda prohibida cualquier actividad relacionada con la orientación en la zona de competición, apelamos al juego limpio.

- Aunque no se complete el recorrido, es OBLIGATORIO pasar por meta y descargar la tarjeta Sportident para así poder tener un seguimiento de aquellos corredores que aún están en carrera.

- 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.

- Aquellos corredores que finalicen su recorrido no deberán mostrar el mapa a los corredores que todavía no hayan tomado la salida, ya que no se recogerá el mapa. Apelamos al juego limpio.

-Los competidores deben permanecer en silencio durante la prueba, no está permitido el seguimiento a otros competidores, y excepto en caso de accidente o peligro está prohibido ayudar o recibir ayuda de otros competidores.

-Es un deber de todos ayudar a los competidores accidentados: todo competidor que incumpla el reglamento o se beneficie de su incumplimiento será descalificado.

- Se espera de los corredores el máximo respeto y cuidado del medio ambiente. No verter ni abandonar objetos o residuos sólidos o líquidos fuera de los lugares habilitados. No abandonar restos de materiales, envoltorios o alimentos utilizados durante la competición.

Por instrucciones de Medio Ambiente y por el bien de los futuros permisos para la actividad de orientación, se ruega no formar aglomeraciones, especialmente en salida, meta y aparcamiento, siendo importante que una vez acabado el recorrido se abandone el Centro de Competición lo antes posible. Muchas Gracias. Lamentamos las molestias.

- **DIRECTOR de la prueba y Trazador :** Ángel Rojas.
- **INSCRIPCIONES:** Mercedes Jiménez
- **TECNICO SPORTIDENT:** Adrián Ureta
- **SECRETARIA:** Rosa Silveira
- **SALIDAS:** Pedro Yllán.
- **JEFE DE META:** Stanislav Vnuk
- **TRABAJO DE CAMPO:** Antonio Cano.
- **JUEZ de la prueba :** Eusebio Andrés Garnacho

