

ORGANIZA



BOLETIN 2

COLABORAN



VIII CARRERA LIGA O-PIE 2024 - XI LIGA ESCOLAR LIGA COTO 16 DE NOVIEMBRE EL PARDO-MINGORRUBIO

**CARRERA DE MEDIA DISTANCIA
BOSQUE DE PINOS LIMPIO DE VEGETACION**

CENTRO DE COMPETICION: MINGORRUBIO

A partir de las 10:00 h. última salida a las 12:00 h.

Recorridos Carrera Distancia Media.

-MAPA: El Pardo Realizado según normas IOF, revisado en Diciembre 2023,
Escala 1:10.000 Equidistancia: 5 m.

-LUGAR: MINGORRUBIO El Pardo

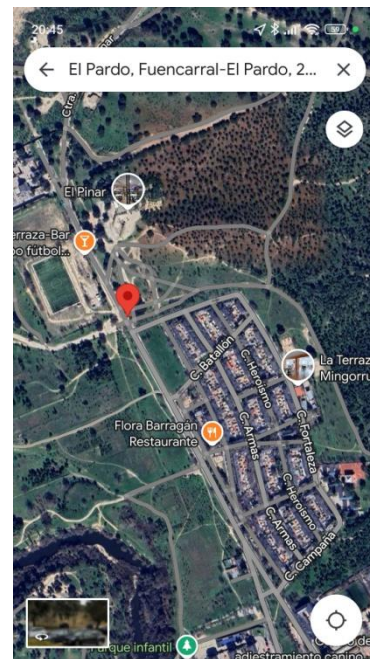
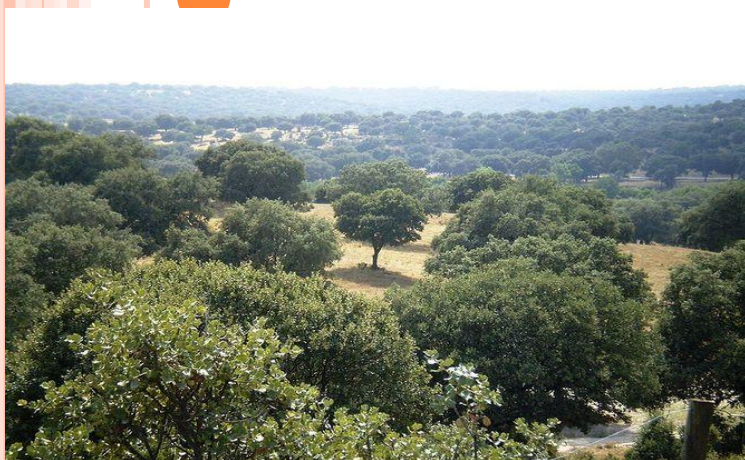
-COMO LLEGAR:

https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1gb_1YZ_n80P4pbE2hAxZ-9AaAGm8Pmw&usp=sharing

-SALIDAS a partir de las 10:00 h.

-ULTIMA SALIDA a las 12:00 h.

-CIERRE DE META a las 13:30 h.



PROGRAMA

- **Martes 12 de noviembre:** 23:59 Cierre de inscripciones.
- **Sábado 16 noviembre:**
 - 9:30 Apertura del Centro de Competición.
 - 10:00 Salida de los primeros corredores.
 - 12:00 Salida de los últimos corredores.
 - 13:30 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 y meta, 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 500 m. del Centro de Competición (5' andando).

APARCAMIENTO: En Mingorrubio y alrededores.

https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1gb_1YZ_n80P4pbE2hAxZ-9AaAGm8Pmw&usp=sharing

CATEGORIAS: Las de la Liga Femado, Liga Escolar y Liga COTO

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.



- Se utilizará el sistema de cronometraje sportident con baliza de salida o start.

○ CATEGORÍAS COTO

CATEGORÍA	NACIDOS ENTRE	CATEGORÍA	NACIDOS ENTRE
M/F 12	2013 y posteriores	M/F VETERANO	1989 y anteriores
M/F 14	2010 y 2011	O-NAR	Iniciación
M/F 16	2008 y 2009	O-FAM	Iniciación familias
M/F SENIOR	Sin límite de edad		

○ CATEGORÍAS FEMADO

CATEGORÍA	NACIDOS ENTRE	CATEGORÍA	NACIDOS ENTRE
U10	2014 y posteriores	M/F 45	1975 y 1979
U12	2012 y 2013	M/F 50	1970 Y 1974
M/F 14	2010 y 2011	M/F 55	1965 y 1969
M/F 16	2008 y 2009	M/F 60	1960 Y 1964
M/F 18	2006 y 2007	M65	1959 y anteriores
M/F Elite – 21A - 21B	Sin límite de edad	O-ROJO	Adultos sin licencia
M/F 35	1985 y 1989	O-NARANJA	Iniciación adultos
M/F 40	1980 Y 1984	O-AMARILLO	Iniciación niños y familias

○ AGRUPACIÓN DE CATEGORÍAS (Precaución inscribirse en la correcta según la FEDERACION)

	FEMADO			COTO
R1	ME			
R2	M21 / M35 / M40	FE		M-SENIOR
R3		F21 / F35 / F40		F-SENIOR
R4	M16 / M18 / M45 / M50			M-VETERANO y M-16
R5		F18 / F45 / F50		F-VETERANA
R6	M55 / M60			
R6-B		F16		F-16
R7		F55 / F60		
R8	M21B		O-ROJO	
R9	M65	F21B		
R10	M14	F14	O-NARANJA	M14/F14 y O-NARANJA
R11			U12	M12/F12
R12			U10 O-AMARILLO	OPEN FAMILIAR

TABLA DE DISTANCIAS Y DESNIVELES POR RECORRIDO

RECORRIDO	DISTANCIA	DESNIVEL	CONTROLES	ESCALA	TIEMPO ESTIMADO GANADOR
R-1	5.3	230	20	1:10.000	35' – 40'
R-2	4.8	215	17	1:10.000	35' – 40'
R-3	4.0	205	16	1:10.000	35' – 40'
R-4	3.4	150	15	1:10.000	30' – 35'
R-5	3.3	140	12	1:10.000	30' – 35'
R-6	3.3	160	15	1:10.000	30' – 35'
R-6-B	2.7	120	12	1:10.000	30' – 35'
R-7	2.9	130	12	1:10.000	30' – 35'
R-8	3.1	130	13	1:10.000	30' – 35'
R-9	2.8	130	12	1:10.000	30' – 35'
R-10	2.7	90	12	1:10.000	30' – 35'
R-11	2.6	90	11	1:10.000	30' – 35'
R-12	2.0	60	8	1:10.000	30' – 35'

Tiempo máximo de carrera: 1 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 13:30 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 martes 12 de nov. 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:
 - Darme 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 “Darme 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 preferiblemente por transferencia bancaria** en caso de no ser posible se harán con tarjeta en el momento de realizar la inscripción:
 - CORREDORES NO FEDERADOS: Pago por transferencia bancaria o tarjeta
 - CORREDORES FEDERADOS DE CLUBES NO FEMADO: Pago por transferencia bancaria o tarjeta
 - CLUBES FEMADO QUE HAGAN UN ÚNICO PAGO DE TODOS SUS CORREDORES: pago por transferencia bancaria, una vez cerrado el plazo de inscripción,
- **IBAN Nº ES52 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: A.R. Alabarda

IBAN Nº ES52 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:** Ángel Rojas.
- **TRAZADOR:** David Rojas
- **INSCRIPCIONES:** Mercedes Jiménez
- **TECNICO SPORTIDENT:** Javier Serrano
- **SECRETARIA:** Rosa Silveira
- **SALIDAS:** Pedro Yllán.
- **JEFE DE META:** Stanislav Vnuk
- **TRABAJO DE CAMPO:** Antonio Cano, Hector Sanchis.
- **JUEZ :** Eusebio Andrés Garnacho

