

# PNTD internacional verano 2018



**KOPAONIK OPEN**  
5 DAYS O-CHALLENGE  
18-22 July 2018



**KOPAONIK OPEN**  
5 DAYS KOPKO O-CAMP  
23-27 July 2018

Del 15 al 30 de julio



SERBIA

## BOLETIN 4 (FINAL): PNTD Internacional VERANO 2018

### 1.- Documentación:

- 1.- **PASAPORTE** en vigor hasta después del regreso. Llevar original y fotocopia.
- 2.- **DNI** con copia impresa.
- 3.- **Autorización para que los menores viajen al extranjero,**
- 4.- **CERTIFICADO MÉDICO DE ALERGIAS.** Quien lo necesite. (Con Copia)
- 5.- **LICENCIA FEDO.**

**¡¡¡OJO!!! No es posible viajar a Serbia sin pasaporte.**

### 2.- Seguro médico:

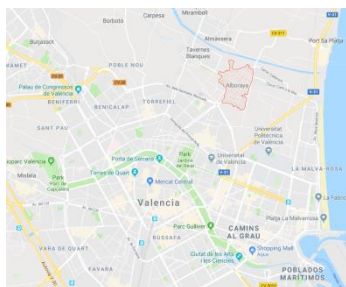
En Serbia no tiene cobertura la Tarjeta sanitaria Europea, por lo que se va a tramitar un seguro de viaje con la cobertura médica equivalente a la Tarjeta sanitaria europea para todos los componentes del viaje. El precio está incluido en el precio final del viaje.

Aparte se pueden llevar seguros médicos personales con cobertura en el extranjero y cobertura en lesiones durante la competición,, en ese caso por favor informar a los técnicos acompañantes de los mismo y que los niños lleven la documentación necesaria.

**Se publica el listado de participantes al final del boletín.**

### 3.- PROGRAMA

## Día 15: Punto de reunión de participantes:



### Pabellón de la ciudad deportiva de Alboraya. Valencia

Tiene conexión en metro con la estación de tren  
(línea 3 parada Peris Aragó.)  
Calle Valencia, 19 46120 Alboraya

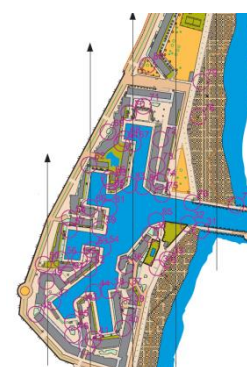
<https://www.google.es/maps/place/Ciutat+de+l'esport+d'Alboraya/@39.4986889,-0.3561513,17.63z/data=!4m5!3m4!1s0xd60463d9a6082cd:0x1ee81c99872d77ac!8m2!3d39.4995693!4d-0.3561236>



**HORA DEL ENTRENAMIENTO**  
20:30

Posibilidad de entrenamiento en Port Sa Platja  
(tipo sprint),  
Durante la tarde del día 15.  
Organizado por el club correcaminos.

<https://goo.gl/maps/FqVfT5Zkva72>



Día 16 y 17: Viaje en autobús.

Salida día 16 a las **7:00AM**, desde el pabellón  
de Alboraya (valencia).

**BARCELONA.**

**La parada en Barcelona la haremos en  
estacion "Sants", Plaza "Paisos Catalans"**

**HORA DE LA PARADA EN BARCELONA**  
ENTRE LAS 11:00 Y LAS 11:30

2596 kilómetros



Viaje hasta Kopaonic (centro de competición)

Llegada el día 17 al centro de competición.

*Todas las comidas del viaje corren a cargo de cada participante.*

Posibilidad de entrenamiento el día de llegada. MODEL EVENT

(Depende del horario de llegada)

## Días 18 al 27: competición y entrenamientos

[http://www.kopaonikopen.org/kop\\_map/index.html](http://www.kopaonikopen.org/kop_map/index.html)

### Event Program

Tuesday	17th of July	Competition center – Arrival, registration and support 0 stage: Training ground
Wednesday	18th of July	1st stage: Classic distance
Thursday	19th of July	2nd stage: Middle distance
Friday	20th of July	3rd stage: The Cup of Raska - Pancic Downhill 4th stage: Sprint
Saturday	21st of July	5th stage: Middle distance (WRE)
Sunday	22nd of July	6th stage: Long distance Awards Ceremony The official competition closing: "Kopaonik open 2018"

### Term and Location

- ✓ 18th to 22nd of July, 2018, Kopaonik, Serbia.
- ✓ Competition center will be located in the center of Kopaonik

### Events

- ✓ "Kopaonik open 2018" – 5 days – 5 stages of classic orienteering challenge
- ✓ "The Cup of Raska 2018" – Downhill promo race
- ✓ "Kopko O-camp 2018" – Orienteering training camp 23-27th of July

## Se adjuntan los boletines de Kopaonik Open y Kopko O-camp con mas informacion

El alojamiento ofertado por la organización es el siguiente:

Hotel "Olga Dedijer" <http://www.infokop.net/hoteli-centar-kopaonik/hotel-olga-dedijer.html>

El alojamiento esta a 500 metros de la centro de competición en régimen de desayuno y cena temprana. No es necesario llevar colchón hinchable o colchoneta ni al suelo duro de valencia ni al alojamiento de Serbia. Si es aconsejable llevar saco de dormir.

Group	Structure	Number of persons in the room	Number of rooms reserved	Number of persons accommodated	Check in	Check out	Number of nights	Feeding
Spain	2 bed-room	2	2	4	17.07.2018	28.07.2018.	11	Start with diner, finish with breakfast
Spain	3 bed-room	3	12	36	17.07.2018	28.07.2018.	11	Start with diner, finish with breakfast
Spain	4 bed-room	4	3	12	17.07.2018	28.07.2018.	11	Start with diner, finish with breakfast

Sábado día 28 de julio: viaje de regreso:

Salida del autobús dirección España a las 7:00 de la mañana.

*Todas las comidas del viaje corren a cargo de cada participante.*

Domingo día 29 de julio: Llegada a España,

Con parada en Barcelona. en estacion "Sants", Plaza "Paisos Catalans"

Llegada por la tarde/noche a **VALENCIA**

Posibilidad de pasar noche en suelo duro. Pabellón de la ciudad deportiva de Alboraya

Lunes 30 de julio: Regreso a casa de todos los participantes

### 3.- PRECIO.

550 €. Hay que enviar los justificantes de ingreso a la siguiente dirección electrónica

[Tecnificacion.fedo@gmail.com](mailto:Tecnificacion.fedo@gmail.com) (sin tilde en tecnificación)

### 4.- MONEDA.

La moneda local es el Dinar Serbio (RSD). El cambio es 1€ = 118 Dinars aproximadamente. En muchos sitios aceptan Euros sin problemas, tanto billetes como monedas, pero mejor llevar moneda local para no perder demasiado en el cambio, sobre todo para pequeños pagos. **Ha sido casi imposible conseguir dinero en España por lo que pararemos en el paso fronterizo para cambiar moneda. Se aconseja llevar billetes pequeños y no cambiar todo de golpe.**

### 5.- EQUIPAJE.

Es conveniente no olvidar incluir en el equipaje lo siguiente:

- **Abrigo recio (hará frío los primeros días) y sudadera. (estamos en zona de alta montaña)**
- Ropa de competición para varios días.
- **Chubasquero ligero** para la lluvia durante los ejercicios.
- Pinza, brújula, portadescripciones, polainas o calcetas.
- Zapatillas de paseo y zapatillas de competición (de campo y urbanas).
- Bolsa de aseo, toalla, chanclas.
- Gorra.
- Espray antimosquitos y **antigarrapatas**
- Jabón de lavar a mano.
- Medicación el que la necesite con las instrucciones muy claras.
- Frontal.
- Ropa de paseo.
- Ropa interior.
- Bolsas de plástico.

*El vestuario personal debe ser comedido ya que el espacio de la bodega de autobús es grande pero limitado (**no se puede traer todo el armario**), aconsejo una maleta de viaje grande por persona y la mochila de mano para llevar la comida y que sirva para los entrenamientos.*

Recomendación: No estaría de más llevar un diario o cuaderno de viaje y un bolígrafo para apuntar los ejercicios que se realizan, las vivencias que se tienen, los resultados obtenidos... con el tiempo tomarán mucho valor y será parte de nuestro recuerdo y de nuestro aprendizaje. Recordar que es un viaje de tecnificación, no unas vacaciones.

## LOS TELEFONOS MOVILES:

Los teléfonos personales **no estarán PERMITIDOS** en las horas de entrenamiento, competición, comidas y descanso **ni para escuchar música**, si lo estarán en las horas libres, viajes y de ocio. Probablemente por la tarde excepto en la cena. Por la noche en la hora de descanso, entre las 22:30h y 07:00h tampoco estará permitido su uso.

## MUCHA ATENCION:

Serbia no tiene cobertura europea por lo que cobran el roaming en las llamadas, las tarifas dependen de cada compañía pero son muy caras, sobre todo en cuanto al uso de datos para navegar por internet, por lo que es muy importante anular la itinerancia de datos, anular el uso de datos para navegar y limitar la navegación a las redes wifi. Las llamadas salientes y entrantes tienen coste así como los mensajes de texto. Si esto no se hace, la factura puede llegar a ser de 60€ al día por cada conexión a internet. Mucho cuidado con los móviles.

## 6.- NORMAS DE CONDUCTA.

Cada participante se compromete a respetar en todo momento las normas de conducta y horarios adoptados por el equipo de entrenadores, respetar y participar en todas las actividades, **respetar también los tiempos de descanso, las normas de higiene, nutrición e hidratación necesarias para la práctica deportiva** y también las normas de convivencia que han caracterizado siempre a este grupo en años anteriores.

## EL TIEMPO:

<https://www.tiempo.com/kopaonik.htm>

LUNES 16 Jul	MARTES 17 Jul	MIÉRCOLES 18 Jul	JUEVES 19 Jul	VIERNES 20 Jul	SÁBADO 21 Jul	DOMINGO 22 Jul	LUNES 23 Jul	MARTES 24 Jul	MIÉRCOLES 25 Jul	JUEVES 26 Jul
90%	90%	80%	80%	70%	60%	60%	60%	60%	60%	60%
2.9 mm	2.9 mm	1.6 mm	4.2 mm	1 mm	0.9 mm	0.9 mm	0.9 mm	0.2 mm	0.2 mm	0.2 mm
20° / 10°	19° / 11°	19° / 10°	18° / 9°	19° / 10°	19° / 10°	20° / 10°	25° / 10°	25° / 12°	17° / 9°	18° / 7°
8-34 km/h	14-59 km/h	6-25 km/h	11-42 km/h	10-36 km/h	5-29 km/h	3-22 km/h	8-32 km/h	7-33 km/h	8-31 km/h	9-33 km/h

Para cualquier aclaración por favor contactar con:  
Joaquín González  
Tecnificación FEDO

TELEFONO: 629709321

EMAIL: [TECNIFICACION.FEDO@GMAIL.COM](mailto:TECNIFICACION.FEDO@GMAIL.COM)



LISTADO **FINAL** DE PARTICIPANTES (por orden alfabético)

	NOMBRE	APELLIDOS	CATEGORIA: MF14 MF16 MF18	Sport Ident	Talla CAMISETA
1	AARON	GONZALEZ PEÑA	M16	8653284	M
2	ADRIÁN	TAMARIT ROYO	M18	8655247	M
3	ADRIANA	IRUZUBIETA PINILLOS	F-14	7207700	S
4	Aimar	Urquizu Diego	M14	8300899	S
5	AINHOA	GARCIA VENDRELL	F18	1403114	M
6	Ana	Caro-Patón Pérez	F16	1410469	S
7	Ana	Madoz de Vidal	F16	9016032	S
8	ANDRÉS	MOYA RODRÍGUEZ	M14	2054683	M
9	CARLOS	DIAZ CALATAYUD	M16	2056755	M
10	CARLOS	RAMIRO MARTÍN	M16	8651380	L
11	Carlota	Sempere Ureña	F16	7208344	S
12	CLARA	VIRGILI	f 14	8261004	S
13	DAVID	ROJAS JIMÉNEZ	M18	8150300	M
14	Diego	Ramírez Sampedro	M16	2050453	M
15	GABRIELA	FLÓREZ-ESTRADA FERRERO	F16	8651383	S
16	Isaac	Hernández Pindado	M18	7024836	M
17	JAIME	MOYA RODRÍGUEZ	M16	2054680	L
18	José Antonio	Villar Górriz	M16	8632155	L
19	JUAN MANUEL	POZO PRADA	M14	2023673	S
20	Judit	Ravell Solé	F-14	2010861	S
21	JULIA	PECIÑA CORRAL	F14	7209307	M
22	Kika	Basarán van Ham	F18	7202262	S
23	LARA	GARCÍA HERNÁNDEZ	F14	2102915	M
24	LAURA	FIDALGO CASARES	F16	1415156	S
25	LÍDIA	GRAU OLIVÉ	F14	1470617	S
26	Lucas	Rodríguez Llano	M/F14	8647698	S
27	LUCÍA	GARCÍA BAUTISTA	F-14	2063991	XS
28	María	García Peñas	F16	8654396	M
29	MARINA	APARICIO GARRIGÓS	F-16	2010918	M
30	Marta	Martínez Barceló	F-14	8651391	S
31	Miguel	Sabariego Monge	M14	427355	S
32	Miguel	Teruel Sempere	M16	1425717	S
33	NEREA	GONZALEZ PEÑA	F18	8653285	S
34	ÓSCAR	TAMARIT ROYO	M14	2021460	S
35	Pablo	Ballesteros Alguacil	M16	7202225	L
36	PABLO	RAMIRO MARTÍN	M14	8654399	L
37	Pablo	Ferrando Galán	M16	1391506	M
38	PATRICIA	TOLEDO NAVARRO	F14	8654392	s
39	PAULA	Reyes López	F-14	8123455	S
40	SARA	VIDAL PALACIOS	F18	7090601	S
41	SARA	ARNAU OCHANDO	F16	8656802	S
42	Saúl	Fernández Martínez	M-16	8651376	M
43	Sergio	Villanueva Muñoz	M16	7209310	S
44	SHEILA	GARCIA VENDRELL	F18	1403106	M
45	TOMAS	CUARTERO NAVARRO	M18	1407432	S
46	Unax	Galarraga Lopez	M16	7207679	L