

BOLETÍN 2 – CECEO

26 y 27 de noviembre de 2016 – Porrúa (Asturias)

MAPA / TERRENO:

Debido al caluroso otoño que hemos tenido la vegetación no ha bajado todavía mucho, aunque si lo hará un poco más con las lluvias y fríos de estas fechas. Por eso **el mapa será mucho más “limpio” que el terreno** en la realidad. Este mapa está hecho en invierno y representa el terreno básicamente en los meses de enero a marzo.

Símbolos 403 (terreno abierto/ basto) 405 (bosque carrera fácil) presentan una vegetación de base con helechos y tojo bajo que ralentiza la progresión, a modo de los mapas nórdicos.

Símbolos de vegetación 407 (rayado verde 1, maleza, carrera lenta) a las edades en las que nos movemos es carrera muy lenta, el símbolo 409 (rayado verde 2, maleza, difícil de pasar) en estas edades muy difícil, prácticamente impasable.

Por ello, hemos tenido que modificar bastante los recorridos, sobre todo en la prueba de larga distancia y llevarlos a la parte del mapa más limpia y transitable.

Otra característica, son un número importante de Dolinas, que estarán representadas en el mapas con el símbolo típico de depresión a una sola curva con su trazo de pendiente, pues bien la mayoría de esas depresiones superan los 5 metros de profundidad aunque solo vengan representadas con una sola curva (la curva en el mapa está a 5 metros).

TRAZADOS:

Los trazados se adaptarán a los tiempos de los ganadores, que para este campeonato son más bajos de lo habitual. Las distancias de las carreras pueden parecer muy cortas, pero la velocidad media en el terreno será muy lenta, sobre todo para los más pequeños.

Es básica una correcta lectura de las zonas limpias y mejores para transitar. Creemos que esta será la clave en las elecciones de ruta que se plantearán.

LARGA DISTANCIA

CATEGORÍA	DISTANCIA	Desnivel aprox.	CONTROLES	Escala
Alevín masculino	2390	50	10	1:7500
Alevín femenino	1810	40	10	1:7500
Infantil masculino	2940	70	9	1:10,000
Infantil femenino	2790	65	9	1:10,000
Cadete masculino	3310	90	14	1:10,000
Cadete femenino	3160	85	11	1:10,000

MEDIA DISTANCIA

CATEGORÍA	DISTANCIA	Desnivel aprox.	CONTROLES	Escala
Alevín masculino	1470	40	8	1:7500
Alevín femenino	1410	40	8	1:7500
Infantil masculino	1720	50	8	1:7500
Infantil femenino	1770	50	8	1:7500
Cadete masculino	2060	70	9	1:7500
Cadete femenino	2030	70	10	1:7500

ATENCIÓN: la salida de los dos días estará lejos del centro de competición y la meta del sábado también. Una vez picada la meta estará balizada para volver al CC y efectuar la descarga de la tarjeta Sportident. En la meta habrá personal de la organización para indicar a los corredores.

Sábado 26. Larga distancia.

Centro Competición – 2,400m – Salida // Meta – 2,700m – Centro de Competición. La ropa de frío o lluvia se puede dejar en la salida ya que una vez cruzada la meta, para volver al Centro de Competición se pasa por la Salida.

Se establece una presalida de -25' a 2000m de la salida.

Domingo 27. Media distancia.

Centro Competición – 750m – Salida // Meta – 0m – Centro de Competición

Se establece una presalida de -10' a 700m de la salida.

OTRAS ADVERTENCIAS:

- Se adelanta la primera salida del domingo a las **9:30 horas**. Intentaremos hacer la entrega de premios a las 13:00 o la hora más cercana, con el fin de poder agilizar el viaje de vuelta de todos los equipos.
- Existe una gran cantidad de ganado, sobre todo vacuno, en la zona de carrera. El ganado está suelto por los caminos, prados y bosques. Es un ganado totalmente manso. Con un grito y aspaviento no habrá problema para que se aparte.
- Se hace del todo **OBLIGATORIO** correr con las piernas totalmente cubiertas, muy recomendable el uso de doble pantalón y polainas también. La elección de manga larga es **ALTAMENTE RECOMENDABLE** también, se recomienda que debajo del pantalón de Orientación se lleve una malla larga.
- Debido al otoño cálido y a la abundancia de ganado en la zona puede que aún exista el riesgo de que alguna garrapata se nos pegue. Para ello deberemos cambiarnos de ropa nada más llegar a meta y revisarnos totalmente la piel. No hay problemas en quitarlas simplemente con unas pinzas y un poco de líquido antiséptico el mismo día. Os publicamos un díptico editado por la consejería de sanidad del Gobierno de Asturias sobre esto. Como podéis ver no hay tanto problema como os pueda parecer en un primer momento.
- Tener en cuenta la lejanía a las zonas de salida, sobre todo a la del sábado, para llegar en tiempo y sin problemas. El acceso será siempre por pistas importantes y con poco desnivel. El recorrido estará perfectamente señalizado con cintas plásticas.
- La meta del sábado no estará en el centro de competición. Se encontrará a unos 200 m de la salida. En la meta se picará con el sportident para parar el tiempo y de allí los corredores volverán hasta el pueblo a descargar, volviendo a pasar por la salida, donde podrán dejar alguna prenda de ropa para recogerla al regresar.
La meta del domingo si estará en el centro de competición.

ACREDITACION:

En la Recepción de corredores (consultar Web), de 20 a 22 horas, atención a la documentación a presentar, si alguien ve que llegará pasada esa hora contactar con el Juez Controlador, Julio Garrido 619.539.110.

REUNIÓN TECNICA:

Sabiendo que será imposible reunir a una hora a todos los representantes de los equipos, se confeccionará una nota, que se repartirá a cada entrenador sobre todos los aspectos técnicos que no se hayan publicado y en el acto de acreditación se resolverán las posibles dudas.