



**Ilmo. Ayuntamiento de Navalagamella**

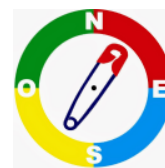
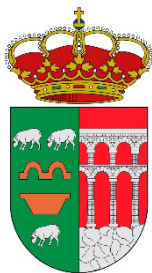


# **Concentración Trail-O**

**Selecciones Española y  
Portuguesa**



**Navalagamella, 16 y 17 de marzo de 2024**



# Concentración Trail-O

## Selecciones Española y Portuguesa

### Navalagamella, 16 y 17 de marzo de 2024

Los días 16 y 17 de marzo de 2024 la Delegación Fedo de Trail-O organizó unas jornadas de tecnificación de Orientación de Precisión cuyo objetivo principal era la preparación de la Selección Española con vistas a su participación en el Campeonato de Europa de 2024 (ETOC24) a celebrar en Finlandia. A las jornadas acudió también una delegación de la Selección Portuguesa, con el mismo objetivo, y pensando en iniciar una colaboración a largo plazo para hacer concentraciones anuales alternas em ambos países. Estas pruebas fueron organizadas con la inestimable ayuda del Ayuntamiento de Navalagamella, que concedió los permisos para celebrar los entrenamientos en las zonas de monte público que rodean el pueblo, así como un edificio dentro de su zona deportiva que sirvió de suelo duro. La prueba conto también con el apoyo de la Federación Española de Orientación (FEDO) del Consejo Superior de Deportes (CSD) y del club Imperdible.

En total participaron 34 orientadores. De ellos, 10 son los integrantes de la Selección que acudirá al ETOC (con una excepción perfectamente justificada), 7 integrantes de la Selección Portuguesa, 4 jóvenes sub-16 que han destacado en las competiciones nacionales y autonómicas y 13 participantes más que se han destacado por sus resultados y podrían llegar en el futuro a representar la selección. Dentro de este último grupo, la Delegación FEDO agradece a 4 de ellos por su ayuda prestada en esta y la anterior Concentración de 2022.



Una imagen durante el desarrollo de la prueba del sábado 16 de marzo

Las pruebas se disputaron en las zonas de monte público que rodean Navalagamella, Monte Elenco y Monte Tres Cruces, así como una pequeña parte urbana. Los mapas para la ocasión fueron elaborados por Miguel Berruezo y Juan Pedro Caraça-Valente, normativa ISSPROM-19, a escalas 1:4000 y 1:3000.

## Programa

El programa de la Concentración fue el siguiente:

### 16 de marzo

9h30 Punto de Encuentro, bienvenida a los participantes y definición de procedimientos

10h00 Inicio del entrenamiento "Clasificatoria de TempO"

11h00 Inicio del entrenamiento "Final de TempO". Este entrenamiento sirvió como prueba de selección para la plaza de TempO en el ETOC de la Selección Portuguesa

13h00 Análisis de las estaciones de TempO por grupos

15h30 Inicio del entrenamiento de "Sprint 1" con mapas de diferente dificultad

16h30 Inicio del entrenamiento de "Sprint 2" con mapas de diferente dificultad

17h30 Análisis de los entrenamientos de la tarde

### 17 de marzo

9h50 Punto de encuentro y descripción del entrenamiento del día

10h Demostración de cómo resolver problemas de Pre-O por parte de 3 miembros de la selección española y portuguesa

10h30 Inicio de la parte 1 del Entrenamiento de Pre-O por parejas. Al terminar, análisis del recorrido por parejas

12h00 Inicio de la parte 2 del Entrenamiento de Pre-O por parejas. Al terminar, análisis del recorrido por parejas y resultados finales

14h30 Final de la Concentración

## Entrenos

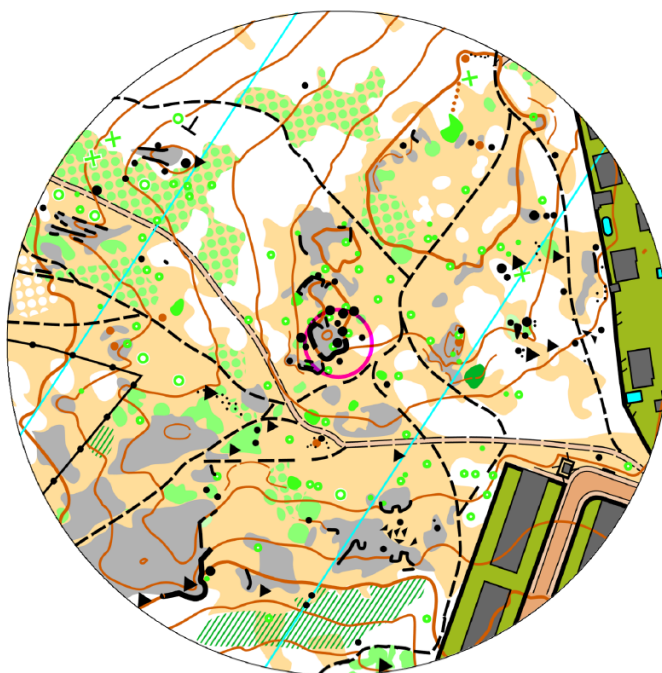
En relación con el aspecto deportivo, los entrenamientos se realizaron sin ningún problema (salvo la anulación antes de empezar de una de las estaciones de TempO de la parte urbana, que no afectó al desarrollo de la prueba).

### TempO

La primera parte del entreno "Clasificatoria" trataba de simular la clasificatoria de los Campeonatos Internacionales de forma a aumentar la presión a los participantes mejor preparados para la parte "Final". Constaba de 3 estaciones en zona urbana y parques.

Para la segunda parte del entreno, la "Final" se prepararon 7 estaciones en terreno de bosque y abierto con abundancia de detalle de roca. Los 5 mejores en la clasificatoria, así como los integrantes de la Selección Portuguesa empezaron la parte Final en último lugar.

En ambas partes, las estaciones fueron gestionadas por los propios participantes, la "clasificatoria" por los portugueses, la "Final" por los españoles que no estaban entre los 5 mejores. Pero todos los participantes en la concentración hicieron todas las estaciones.



Mapa de uno de los desafíos de una de las estaciones de la "Final"



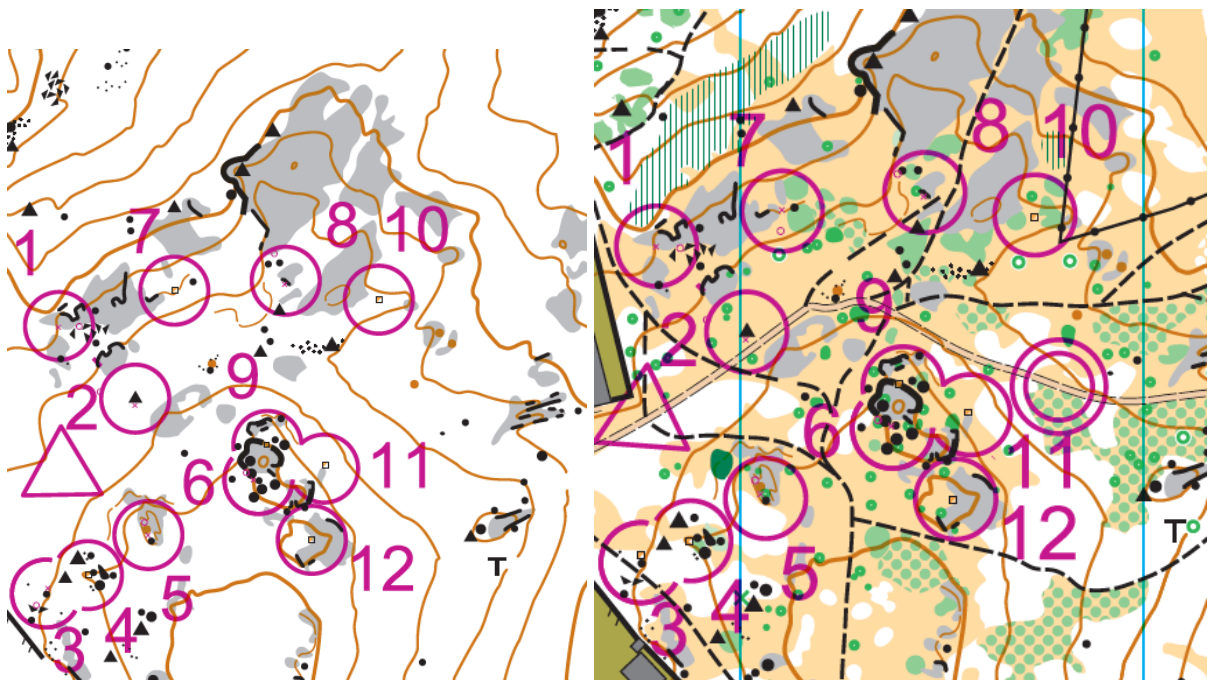
La Selección Portuguesa preparándose para la "Final"

Aunque no es lo importante en un evento con estos objetivos, a modo de curiosidad y referencia, así quedaron los resultados de los 5 primeros:

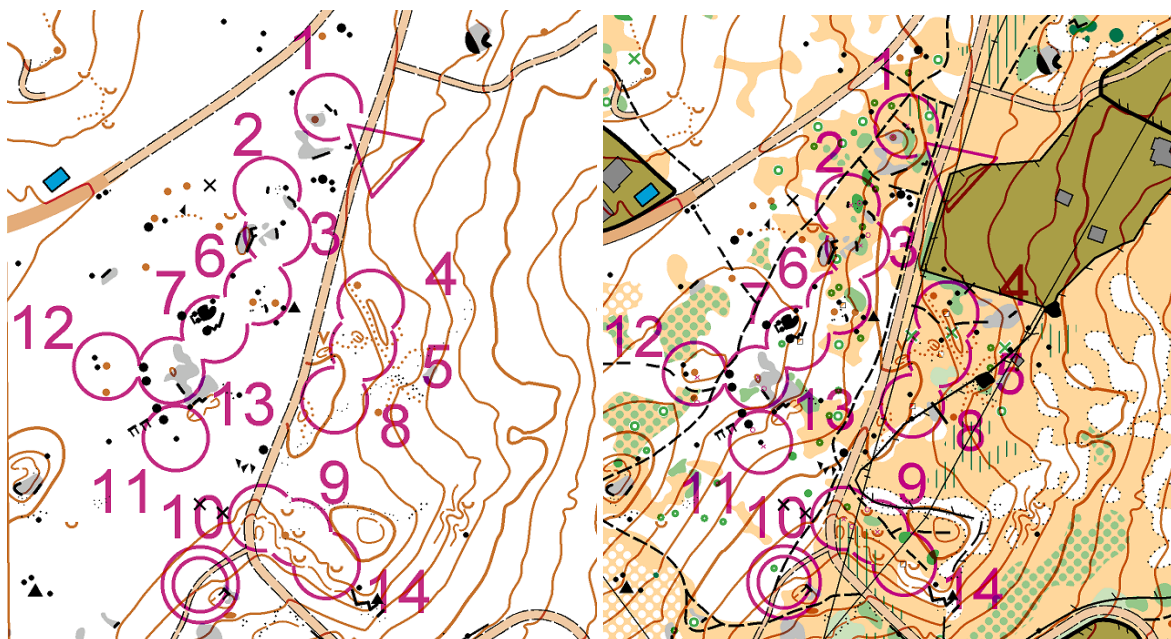
N	Nombre	Apellidos	Club	Calificatoria	Final
				Total	Total
1	Luis	Gonçalves	CPOC_PT	78	360
2	Alejandro	Aguilar Lara	COMA	62	379
3	Andreu	Espinosa Bajo	SANT_JOAN	66	380
4	Verónica	Rodríguez Brome	COMA	83	429
5	Nuno	Rebello	Palmela_PT	54	458

### **Sprint**

La tarde del sábado se reservó para los entrenos de Sprint. Un primer entreno en la misma zona de las estaciones finales de TempO con 12 desafíos y un segundo Sprint en una zona nueva con 14 desafíos. Para aumentar la dificultad del sprint a los participantes más expertos, se prepararon mapas diferentes, retirando detalles como se puede ver en las imágenes. En el primer mapa se retiraron todos los detalles de vegetación, caminos, etc. dejando solo curvas de nivel y rocas. En el segundo mapa se retiraron los detalles de vegetación y curvas de nivel y en otra zona los detalles de vegetación y rocas, dejando solo curvas de nivel y elementos de relieve. Se aconsejó a cada participante, en función de su experiencia, si deberían elegir el mapa completo o el mapa con menos detalles.



Las dos versiones del mapa del Sprint1 sin detalles de vegetación y caminos y la versión completa.



Las dos versiones del mapa del Sprint2 sin distintos detalles a ambos lados del camino y la versión completa.

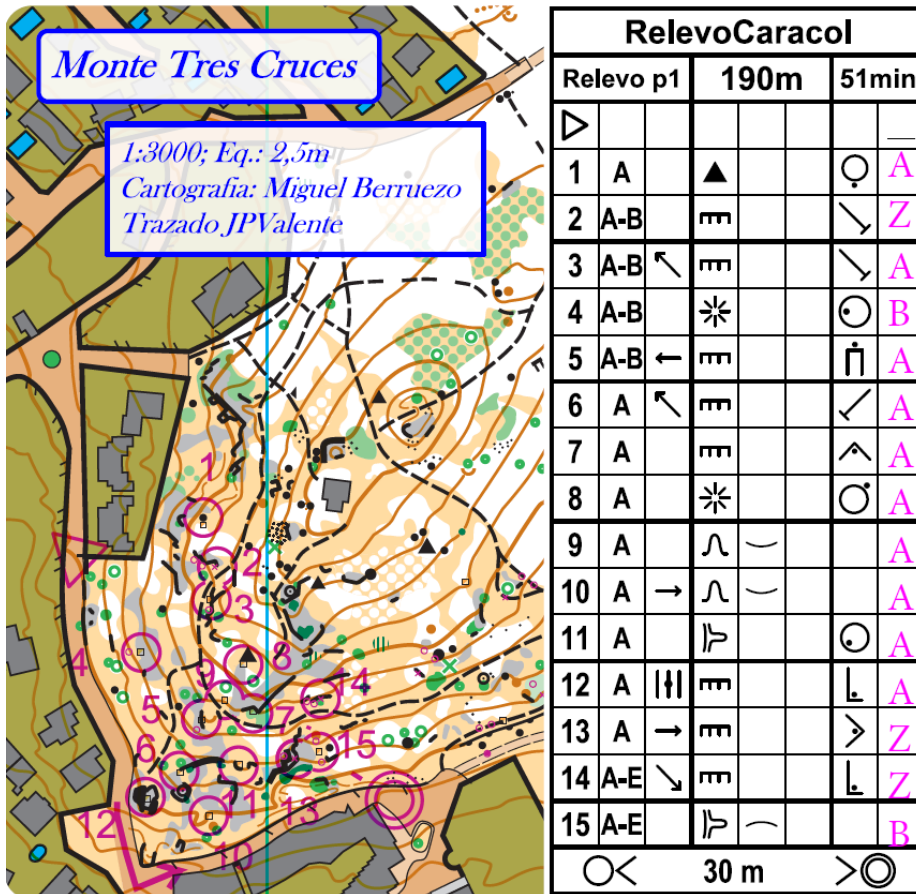
Los 5 mejores sumando ambas partes del sprint, todos con un solo fallo, fueron:

N	Nombre	Apellidos	Club	Sprint1		Sprint2		TOTAL	
				Pt	Tpo	Pt	Tpo	Pt	Tpo
1	Héctor	Lorenzo Yustos	IMPERDIBLE	12	11:37	13	13:44	25	25:21
2	Dinis	Santo	COC_PT	12	13:46	13	15:17	25	29:03
3	Luis	Gonçalves	CPOC_PT	12	13:37	13	17:35	25	31:12
4	Juan Emilio	Montero Sánchez	COMA	11	16:49	14	18:42	25	35:31
5	Alejandro	Aguilar Lara	COMA	11	16:09	14	20:29	25	36:38

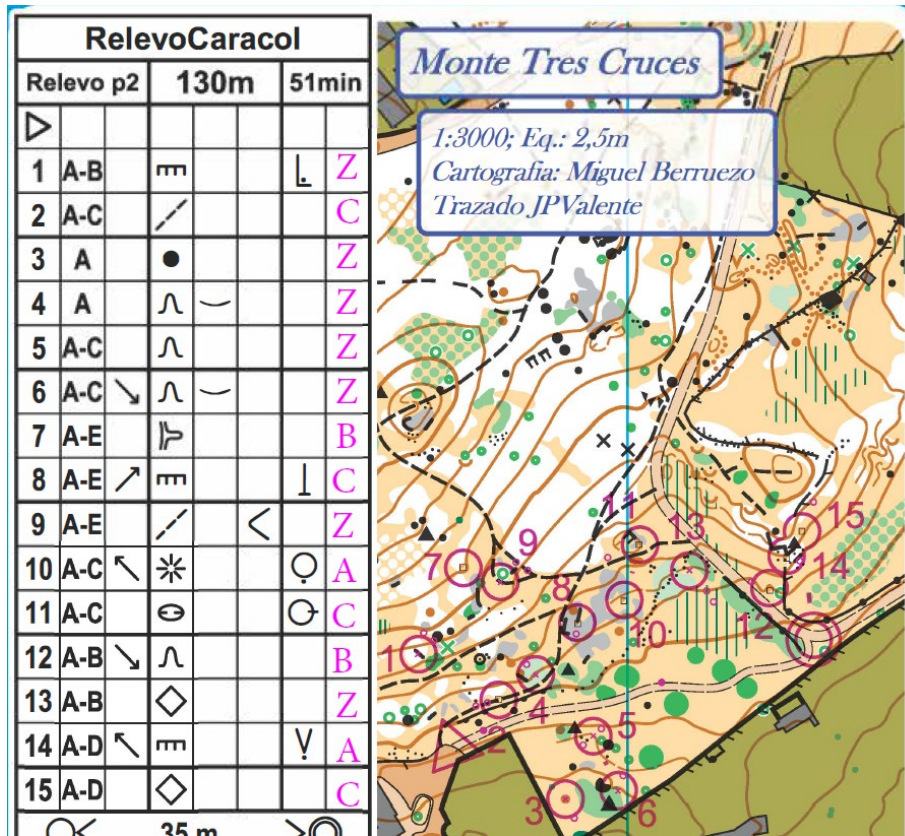
### Relevo Pre-O

La mañana del domingo se disputó el entrenamiento para la modalidad Pre-O, dividido en dos partes de 15 puntos cada una, con mapa a escala 1:3000 en una zona nueva, Monte Tres Cruces, también adyacente a Navalagamella. Para fomentar el entrenamiento e intercambio de ideas, se empleó el mismo formato de relevo por parejas usado con éxito en la anterior concentración. Dicho formato se divide a los participantes en parejas, de similar nivel, ambos integrantes harán todos los puntos, pero para el resultado del relevo, elegirán una parte del entrenamiento de cada uno (sin conocer las soluciones podrán decidir en el terreno durante 10min al final de cada parte). De este modo los participantes hacen el entrenamiento completo y además pueden analizar las diferencias entre sus respuestas y de esta manera intercambiar estrategias.

Además, en la parte inicial del entrenamiento se pidió a 3 de los mejores participantes presentes en la disciplina de Pre-O (Alejandro Aguilar, Alex Tello y Luis Gonçalves) que hicieran una demostración de como resuelven los desafíos de Pre-O, “pensando en voz alta” como resolver los 3 primeros desafíos.



Primera parte de la prueba de PreO.



Segunda parte de la prueba de PreO.

Los resultados por parejas fueron:

Pos.	Equipo	Nombre	Apellidos	Club	Parte 1		Parte 2		TOTAL
					Pt	Pt- Equipo	Pt	Pt- Equipo	Total- Eq
1	10	Daniel	Silva	Estarreja_PT	14	14	11		28
	10	Luis	Gonçalves	CPOC_PT	12		14	14	
2	2	Arturo	García Dengra	ESCONDITE-M	13	13	15		27
	2	Enrique	Rolland López de Coca	MONTELLANO	12		14	14	
3	3	Alejandro	Aguilar Lara	COMA	13	13	14		26
	3	Andreu	Espinosa Bajo	SANT_JOAN	11		13	13	
3	12	Miguel	Álvarez Berruezo	RUMBO MADRID	14	14	15		26
	12	Lourdes	Cano Rodriguez	IBERIA	6		12	12	

Los resultados Individuales:

Equipo	Nombre	Apellidos	Club	Parte 1	Parte 2	TOTAL
				Aciertos	Aciertos	
(1)	Miguel	Álvarez Berruezo	RUMBO MADRID	14	15	29*
1	Arturo	García Dengra	ESCONDITE-M	13	15	28
2	Alejandro	Aguilar Lara	COMA	13	14	27
2	Anxo	Somoza Seoane	GALLAECIA_RAID	13	14	27
2	Alex	Tello Lacal	VALENCIA-O	13	14	27
5	Rafael	Arranz Muñoz	RUMBO MADRID	11	15	26
5	Luis	Gonçalves	CPOC_PT	12	14	26

## Material y Organización

El material usado para el montaje de los entrenos fue cedido por el Club Imperdible y CPOC de Portugal.

La organización estuvo a cargo de:

**Miguel Berruezo:** cartografía en su mayor parte, gestión de permisos y suelo duro

**Juan Pedro Caraça-Valente:** una pequeña parte de cartografía, revisión general del mapa, trazados de todos los entrenos y montaje de los entrenos.



Juan Pedro Caraça-Valente, Club Imperdible