



II CARRERA DE ORIENTACIÓN NOCTURNA "A LA LUNA DE CUENCA"

VII CIRCUITO PROVINCIAL DE ORIENTACIÓN DIPUTACIÓN DE CUENCA

LUGAR: BARRIO DE LOS TIRADORES-
ZONA DE CENTRO SOCIAL "CRISTO
DEL AMPARO"- PUERTA DE VALENCIA.
FECHA: 26 DE AGOSTO A PARTIR DE
LAS 21:00 horas

CARRERAS PARA TODOS LOS
NIVELES Y EDADES,
COMPETICIÓN INDIVIDUAL Y
EN GRUPO,
ANÍMATE Y CONOCE ESTE DEPORTE

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES:
www.corientaciondipucuenca.com
www.elerutorientacion.org
elerut_orientacion@hotmail.com

SORTEO PARA TODOS AL FINALIZAR LA PRUEBA



II CARRERA DE ORIENTACIÓN NOCTURNA “A LA LUNA DE CUENCA”

Dentro del VII Circuito de Orientación Diputación Provincial de Cuenca, desde ELERUT se organizará la II CARRERA NOCTURNA DE ORIENTACIÓN “A LA LUNA DE CUENCA”, un evento basado en la combinación entre la carrera, la orientación y los juegos lúdicos-deportivos, que tuvo el pasado año el marco del Parque Fluvial del Júcar, y en esta segunda edición el barrio de Tiradores, Santa Teresa y laderas del Cerro del Socorro.

En el caso de la categoría Open Amarillo y Open Naranja se busca dar a conocer el deporte de orientación y su promoción entre la población, independientemente de la edad, con el fin de que se vaya introduciendo en la práctica del mismo.

La prueba se denomina “II Carrera de Orientación Nocturna A La Luna de Cuenca”, y consistirá en realizar en el menor tiempo posible, un itinerario previamente fijado que discurrirá por el entorno del Barrio de Tiradores, Barrio de Santa Teresa y laderas adyacentes cercanas a al Cerro del Socorro de Cuenca.

En el transcurso de ese itinerario, la organización planteará ocho recorridos en base a la oficialidad del evento, dos muy básicos y cortos de promoción para las familias y grupos, continuando la tradición de promocionar la actividad física y potenciar este deporte y los siguientes recorridos en relación con el VII Circuito Diputación Provincial de Cuenca.

- INFANTIL H/D
- JUNIOR H/D
- SENIOR H/D – ÉLITE
- VETERANO H/D
- MASTER H/D

Además se incluirán tres categorías de INICIACIÓN abiertas y con la finalidad de que todos los participantes conozcan este deporte:

- OPEN AMARILLO: menores de 15 años
- OPEN NARANJA: adultos. Sin conocimientos.
- OPEN ROJO: adultos. Nivel avanzado.

PARTICIPANTES EN PAREJA O GRUPO

Con el propósito de fomentar la participación de aquellos que están iniciándose, estará permitido correr en pareja o grupo.

El recorrido a realizar será el de Open Amarillo o el de Open Naranja en función de la edad de los miembros del grupo.

Las parejas o grupos correrán con una sola tarjeta sportident.

Para todas las categorías se empleará el sistema “SPORTident”. En caso de no tener se deberá alquilar en el centro de competición.

El alquiler de la tarjeta Sportident será de 2€. el alquiler de la tarjeta Sportident conlleva el depósito del DNI, el cual será devuelto con el retorno de la misma al finalizar la prueba. Si el participante pierde o extravía la tarjeta sportident deberá abonar su valor.

INSCRIPCIONES.-

CUOTAS INSCRIPCIÓN:

CATEGORÍAS	<u>TODOS LOS FEDERADOS DE CLUBES FEDO</u>	SIN LICENCIA (*)
H/D SENIOR	3 €	6 €
H/D VETERANOS	3 €	6 €
H/D MASTER	3 €	6 €
H/D JUNIOR	3 €	6 €
H/D INFANTIL	3 €	6 €
OPEN ROJO	3 €	6 €
OPEN NARANJA	GRATIS	3 €
OPEN AMARILLO	GRATIS	3 €
PAREJAS/GRUPOS	GRATIS	3 €
ALQUILER DE PINZA 2 €		

LICENCIAS DE PRUEBA:

Todos los corredores (incluidas las categorías de iniciación) que no cuenten con licencia de temporada, deberán solicitar una licencia o seguro de prueba en el mismo formulario de inscripción.

Las inscripciones deben realizarse antes **del jueves 21 de agosto a las 23:59.**

INSCRIPCIÓN DE CORREDORES FEDERADOS Y CLUBES FEDO:

- La inscripción se realizará a través del sistema Orienteeringonline
- Realizar el ingreso en el Banco CCM: 2105 5080 89 3010040674 con el concepto: **CLUB + Luna de Cuenca.**
- Enviar el justificante de ingreso bancario a elerut_orientacion@hotmail.com
- **La inscripción se considerará formalizada una vez recibido el justificante del ingreso bancario.**

INSCRIPCIÓN DE PARTICIPANTES NO FEDERADOS:

- La inscripción de los participantes que no pertenezcan a ningún club FEDO se realizará rellenando el formulario de inscripción que se encuentra en la página www.elerutorientacion.org y enviándolo a la dirección e-mail elerut_orientacion@hotmail.com
- Cuando se trate de parejas o grupos deberán indicarse en el formulario todos los componentes del mismo.
- Realizar el ingreso en el Banco CCM: 2105 5080 89 3010040674 con el concepto: **NOMBRE + Luna de Cuenca.**
- Enviar el justificante de ingreso bancario a elerut_orientacion@hotmail.com
- **La inscripción se considerará formalizada una vez recibido el justificante del ingreso bancario.**
- En caso de cualquier duda o consulta enviar un e-mail a elerut_orientacion@hotmail.com o llamar al teléfono 650675554.

CALENDARIO.-

La prueba se realizará el martes 26 de agosto de 2014, en la zona del Barrio de Tiradores, Santa Teresa y entorno de Cuenca, teniendo como base el entorno del **Centro Social “Cristo del Amparo”, junto a la entrada de la Iglesia.**

El programa de actividades para el día de la prueba será el siguiente:

21:00 Entrega de dorsales en la zona de competición.
21:30 Salida de los participantes cada minuto o dos minutos, en función de la inscripción.
22:30 Finalización de la prueba.
22:45 Elaboración de Resultados.
23:00 Entrega de trofeos y sorteo de regalos.

MAPA.-

Mapa Nuevo: Judería Conquense (2 km2)
Mapa base: IGN, Lidar
Trabajo de Campo: David Prieto López.
Escala 1:4.000, Equidistancia 5 m.

TERRENO.-

Mapa escala 1:4.000 con equidistancia de curvas a 5 metros del Barrio de Tiradores, Santa Teresa, Ars Natura, ladera suroeste del Cerro Socorro y zona de la Fuente del Canto de la localidad de Cuenca. Zona Urbana y semiurbana, combinada con zona abierta pero a la que la competición nocturna añadirá más necesidad de concentración, desniveles moderados.

Entorno urbano, entramado de calles, zona donde será muy importante la concentración y la correcta lectura de la ubicación exacta de los controles, combinado con zonas de campo sin vegetación a las que el carácter nocturno de la prueba darán mayor dificultad. Hay zonas semiabiertas, combinado con escasas zonas de vegetación densa y arbustiva que unido a alguna zona con desnivel alto pueden dificultar en algunos tramos una carrera rápida. Desnivel medio-alto

Para las categorías Open-Iniciación el trazado evitará las zonas de campo y la dificultad de los recorridos será baja, potenciando en carácter popular de la prueba.

PREMIOS.-

<u>CATEGORÍA</u>	<u>1º</u>	<u>2º</u>	<u>3º</u>
<u>PAREJAS/GRUPOS</u>	<u>MEDALLA</u>	<u>MEDALLA</u>	<u>MEDALLA</u>
<u>OPEN AMARILLO</u>	<u>MEDALLA</u>	<u>MEDALLA</u>	<u>MEDALLA</u>
<u>OPEN NARANJA</u>	<u>MEDALLA</u>	<u>MEDALLA</u>	<u>MEDALLA</u>
<u>OPEN ROJO</u>	<u>MEDALLA</u>	<u>MEDALLA</u>	<u>MEDALLA</u>
<u>H/D-INFANTIL</u>	<u>MEDALLA</u>	<u>MEDALLA</u>	<u>MEDALLA</u>
<u>H/D-JUNIOR</u>	<u>MEDALLA</u>	<u>MEDALLA</u>	<u>MEDALLA</u>
<u>H/D-SENIOR</u>	<u>MEDALLA</u>	<u>MEDALLA</u>	<u>MEDALLA</u>
<u>H/D-VETERANO</u>	<u>MEDALLA</u>	<u>MEDALLA</u>	<u>MEDALLA</u>
<u>MASTER</u>	<u>MEDALLA</u>	<u>MEDALLA</u>	<u>MEDALLA</u>

HABRÁ UN SORTEO PARA TODOS LOS PARTICIPANTES AL FINAL DE LA PRUEBA CON LOS PRODUCTOS DONADOS POR NUESTROS COLABORADORES.

MATERIAL.-

Se aconseja llevar durante la competición el siguiente material:

- Linterna (con pilas) o frontal.
- Ropa cómoda.
- Calzado deportivo.

DESTINATARIOS.-

Dirigido a cualquier edad, desde niños a personas de edad avanzada.

REGLAMENTOS.-

La competición se ajustará a lo establecido por el Reglamento del VII Circuito Provincial de Orientación “Diputación de Cuenca” los Reglamentos de Deporte de Orientación de la Fecamado y de la FEDO (Federación Española de Orientación).

La inscripción a la competición conlleva la aceptación de las normas del Reglamento del VII Circuito Provincial de Orientación “Diputación de Cuenca” los Reglamentos de Deporte de Orientación de la Fecamado y de la FEDO (Federación Española de Orientación) así como aquellas que adopta la organización para el desarrollo de la prueba.

PROTOCOLO DE ACTUACIÓN EN LA COMPETICIÓN.-

SISTEMA DE CRONOMETRAJE

Se usará el sistema de control SPORTident. Obligatorio para todas las categorías. Se usará estación de salida para activar el tiempo de carrera.

Procedimiento de uso: En los minutos previos a la salida se comprobará el número de tarjeta, a la vez que el corredor se encargará de borrar los posibles datos de competiciones anteriores, y de comprobar que su tarjeta está realmente vacía de datos anteriores.

Es responsabilidad de cada corredor recoger el mapa y la descripción correspondiente a su categoría, así como de borrar correctamente los datos anteriores de la tarjeta electrónica.

Al llegar a meta todos los corredores deben picar las estaciones que se encuentren en la línea de llegada para asignar un tiempo de finalización al recorrido. Tras la línea de llegada se descargarán los datos de la tarjeta en el ordenador de la organización.

SALIDA

No habrá horas de salida. Los corredores conforme estén listos, se irán acercando a la salida donde existirá una fila por cada recorrido. Se irán dando salidas cada 2 minutos, separando corredores del mismo club dentro de la misma categoría.

El cronometraje será con el sistema SPORTident para todas las categorías. Cada corredor indicará en la inscripción el número de su pinza, pudiendo alquilarla en caso de no poseerla.

Antes de la salida, el corredor deberá proceder a la limpieza (LIMPIAR) y comprobación (COMPROBAR) de la pinza electrónica EN LAS BASES SEÑALIZADAS AL EFECTO (si no sonara o se iluminara, hay que volver a limpiar). Es responsabilidad de cada corredor realizar estas acciones.

La salida se dará con estación de salida, siendo obligatorio su "picado" al comienzo de la carrera.

Es responsabilidad del corredor coger el mapa correspondiente a su categoría. Los mapas estarán convenientemente separados en cajas por recorridos. En cada caja se indicará asimismo a qué categorías corresponde cada recorrido.

La carrera comienza en el triángulo de salida, siendo obligatorio el paso por el mismo antes de cualquier elección de ruta

RECORRIDO:

Tras tomar la salida, el corredor procederá a realizar su recorrido, éste estará marcado en el mapa en color magenta y deberá realizarse por orden. Saltarse el orden de los controles es motivo de error en tarjeta, al igual que no picar alguno de ellos.

Para demostrar la realización del recorrido, el corredor deberá picar en cada control con su tarjeta; la pérdida de ésta será motivo de descalificación. En caso de fallo de alguna base, se procederá a marcar con la pinza manual en las casillas destinadas para tal fin en el mapa.

El corredor debe verificar que la base emite una señal luminosa y/o sonora. Si un control no reproduce estas señales (luminosas y/o sonoras), el corredor debe picar con la pinza tradicional, que se encontrará en el mismo soporte, en una de las casillas de reserva que llevará su mapa

META:

Tras cruzar la línea de meta, el corredor habrá terminado su recorrido. Descargará los datos de su pinza electrónica y seguirá las indicaciones de la organización.

Es obligatorio pasar por meta aunque se abandone la competición para que los jueces tengan en cuenta los corredores que faltan por llegar.

Durante la competición se expondrán en la zona de meta las clasificaciones provisionales de las distintas categorías. Éstas serán actualizadas cada cierto tiempo para que los corredores puedan consultar su puesto y el tiempo empleado en realizar su recorrido.

NORMATIVA BÁSICA DE LA PRUEBA.-

1. Está prohibido realizar parte o el total de un recorrido en colaboración con uno o más corredores (salvo las categorías de Iniciación).
2. El recorrido se debe hacer en el orden oficial de los controles.
3. Respetar la propiedad privada.
4. NO ABRIR O DERRIBAR las cercas o vallas de las fincas particulares o casas.
5. Recomendable el uso de prendas que protejan las extremidades.
6. Utilizar calzado adecuado. Una parte del terreno es semiurbano (para las categorías oficiales), con lo cual es recomendable el uso de un calzado acorde al mismo.
7. Aunque no se complete el recorrido, es obligatorio pasar por meta para controlar los corredores que faltan por llegar.
8. Es recomendable llevar una brújula.
9. Cualquier percance ocasionado por el orientador por no respetar las normas de circulación o la propiedad privada son responsabilidad del orientador.
10. Es muy importante el JUEGO LIMPIO , por lo que se recuerda que no se debe ni hablar, ni mostrar los mapas a los participantes que aún no han realizado su recorrido, al igual que no modificar las balizas del recorrido. Habrá una zona en el mapa rayada, que indica que está prohibido circular por ella. El participante que realice alguna de estas infracciones será inmediatamente excluido.
11. Está terminantemente prohibido arrojar cualquier tipo de residuo y/o desperdicio al suelo.
12. No se cortará la circulación de vehículos durante la competición, en caso de tener que cruzar por alguna carretera o calle es necesario extremar la precaución y respetar las normas de tráfico.

La no adopción de alguna de estas medidas será motivo de descalificación.

BREVE INTRODUCCIÓN AL DEPORTE DE ORIENTACIÓN.-

Elementos característicos de este deporte:

- **Mapa:** con una simbología específica y unas características comunes a todos los tipos de mapas: escala, equidistancia, líneas de meridianos...
- **Brújula:** existen diferentes tipos (de regleta, de dedo, de muñeca).
- **Tarjeta de control:** Consiste en dotar al corredor de una "pinza electrónica" que llevará atada a su dedo y que introducirá en la base que encontrará en cada baliza hasta que vea la señal luminosa y/u oiga el pitido de confirmación de dicha base. Ésta guarda en la pinza del corredor la hora de paso por el punto de control. Esto ofrece la ventaja de controlar el orden de paso y el cálculo de los tiempos efectuados tanto parciales como totales.



La secuencia completa es:

1. El corredor, en la zona de salida, borra los datos de su pinza electrónica en una base que estará debidamente señalizada. Lo hace introduciendo la pinza hasta ver y/u oír la confirmación de borrado.
 2. También en la zona de salida, comprueba que su pinza está lista para empezar la carrera en otra base de comprobación que está igualmente señalizada. Par ello procede de la misma forma que para el borrado.
 3. A su paso por cada punto de control introduce su pinza en la base del control hasta la confirmación.
 4. En la meta introduce su pinza en una base de descarga de datos.
 5. La organización normalmente puede entregar los datos de la carrera con tiempos parciales, acumulados y totales en pocos minutos al corredor.
- **Hoja de descripción de controles:** se le da al participante junto con el mapa. En el deporte de orientación consiste en una serie de símbolos internacionales que informan al participante de la situación exacta de la baliza en el terreno.

· **El control:** Viene materializado en el terreno por una baliza, el código, una pinza y un soporte; y señalizado en el mapa con un círculo de 6 mm de diámetro (lo que equivale, aproximadamente, a 90 metros en el terreno).

o *Baliza:* Sirve para señalar el lugar exacto del control. Es un prisma triangular de 30x30 cm, de color blanco y naranja. La baliza nunca debe estar escondida: se debe ver sin ningún problema desde el elemento en la que está colocada.



o *Sistema de marcaje:* Se realiza mediante una base o estación electrónica que se halla fijada la baliza o fijada al soporte.

o *Código de control:* Es un número a partir de 30 que indica al participante que se encuentra en el punto de control correcto. El número debe estar bien visible, encima o en los laterales de la baliza.

o *Soporte:* Puede ser de tipo natural (una rama, piedra, etc.) o artificial. Esta última consiste en una barra de metal o madera clavada en el suelo, con un soporte para colocar las pinzas y el código de control. También se colgará del mismo la baliza.

AGRADECIMIENTOS.-

A LOS PROMOTORES DEL EVENTO, LA EXCELENTÍSIMA **DIPUTACIÓN PROVINCIAL DE CUENCA** QUE, A TRAVÉS DE LOS CIRCUITOS PROVINCIALES, POTENCIA Y APOYA EL DEPORTE EN GENERAL, Y CON EL VII CIRCUITO PROVINCIAL DE ORIENTACIÓN LA ORIENTACIÓN EN PARTICULAR MANTENIENDO LAS AYUDAS PARA LA ORGANIZACIÓN DE PRUEBAS COMO ESTA,

A LOS MIEMBROS DEL **CLUB DE ORIENTACIÓN ELERUT** QUE HAN DADO APOYO Y COLABORACIÓN EN LA PRUEBA.

A LA **JUNTA DE COMUNIDADES DE CASTILLA LA MANCHA** Y EL **SERVICIO DE DEPORTES** EN CUENCA EN POR APOYAR EL DEPORTE EN TODOS SUS ÁMBITOS, ESPECIALMENTE LA PROMOCIÓN DEPORTIVA CON PROGRAMAS COMO CASTILLA-LA MANCHA ACTIVA Y AL EXCELENTÍSIMO **AYUNTAMIENTO DE CUENCA** Y SU **ÁREA DE DEPORTES** EN PARTICULAR POR EL APOYO EN LOS MEDIOS.

PARA LA PRUEBA DE LOS TIRADORES HEMOS CONTADO CON EL INESTIMABLE APOYO DE **ACEITES DE LA ALCARRIA** QUE ESTARÁN AHÍ CON SU “ORO LÍQUIDO” DE LAS PROVINCIAS DE CUENCA Y GUADALAJARA, EL **CAFÉ CALDERÓN** DE CUENCA, LOS CHICOS DE **GRUPO LOGURA** Y **CAMISETEANDO**, **MACDONALDS CUENCA**, EL **GRUPO ENCANTADOS** DE ACTIVIDADES EN LA NATURALEZA Y EL **ALBERGUE DE SAN BLAS** SITUADO EN UN ENTORNO ÚNICO, A **PRODUCTOSREFLECTANTES.COM** (**SSCOVADONGA.COM**) POR DARNOS VISIÓN NOCTURNA Y AL **GIMNASIO MUEVE-T** DANZA-FITNESS.