BOLETÍN INFORMATIVO

XX LIGA ARAGONESA O-PIE

CARRERA DE ORIENTACIÓN – 4ª PRUEBA

Cosuenda (Zaragoza) Domingo 6 de Mayo 2018

Programa:
9,00 h.: Recepción corredores.
9,30 h.: Salida primeros corredores.
11,00 h.: Salida últimos corredores.
13,00 h.: Cierre de Meta.
13,30 h.: Entrega de Premios.

Mapa TOCC2017 Ampliado

Actividades:
Visita gratuita Museo Plantaria.
Duchas y Bares - Tapas.
Foto Oficial 2018 Club Ibón.
Seguimiento Recorrido MF Élite
Sorteo de Regalos.

Organiza:

FARO

CLUB IBÓN ZARAGOZA

Colaboran:

Comarca de Cariñena

ELKSPORT

AYTO. COSUENDA

SAN VALERO BODEGAS

Corredor de Seguros

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES EN: www.orientaragon.com / 676218701 (Jesús)

Patrocinadores

Organiza:

GOBIERNO DE ARAGON

FARO

CLUB IBÓN

COMARCA CAMPO DE CARIÑENA

AYTO. COSUENDA

Patrocinan:

BSV SAN VALERO BODEGAS

RUTA DEL VINO CAMPO DE CARIÑENA "La Ruta del Vino de las Piedras"

ELKSPORT

LA FAMA

Colaboran:

JL 976 292 560 www.jjgonzalez.org Corredor de Seguros

TOLDOS Serrano viste el interior, vive el exterior

Martín Martín

Presentación

Os presentamos la 4ª Prueba de la XIX Liga Aragonesa de Orientación, una de las mejores competiciones por pruebas de toda España, por terrenos, mapas, corredores y organizadores.

Será organizada por el Club Ibón de Orientación, para esta 4ª prueba de la Liga Aragonesa de Orientación, la localidad elegida será Cosuenda (Zaragoza) y el mapa que usaremos será el Bosque de “La Carrasca” de Cosuenda, parte de ese mapa fue el utilizado para la carrera Media del Trofeo de Orientación Campo de Cariñena, celebrado el 28 de Octubre de 2017, y que tantos recuerdos agradables nos trae a todos los que participamos en ese evento. Pero para esta ocasión ya usaremos zonas nuevas de mapa de una gran ampliación que se está realizando en la zona, para uso en futuras pruebas nacionales.

Desde el equipo organizador os estamos preparando una gran competición, llena de espectáculo y sorpresas que os iremos desvelando…

Con esta prueba de Liga Aragonesa que vamos a realizar el 6 de Mayo son varios los objetivos que nos marcamos cuando se programó: primero contribuir como club aragonés a ofrecer una competición de calidad dentro de la magnífica Liga que tenemos, segundo servir como preparación a los equipos que organizamos pruebas de Liga Aragonesa y Nacionales, y tercero ser un magnífico entrenamiento, para todos los deportistas y clubes que una semana más tarde iremos al Campeonato de España, que este año se celebrará en los bosques de Soria, y a la que ojalá seamos muchos los Aragoneses que nos acerquemos y demostremos el gran nivel, tanto de participación como de preparación que hay en nuestra Comunidad…ese es nuestro deseo.

Nuestra prueba será también puntuable para la Liga escolar de Orientación 2017-2018, y se aprovechará el mismo día de competición para dar a conocer este bonito deporte a toda la comunidad escolar y sus familias, de la Comarca del Campo de Cariñena, como finalización de unas jornadas de Orientación que se van a realizar en los colegios de la Comarca.

Nuestro agradecimiento a todos los organizadores, colaboradores y patrocinadores que han hecho posible la realización de esta prueba, depositando su confianza en nuestro deporte, sin ellos sería imposible su ejecución.

Todo el equipo organizador os hemos preparado esta prueba con mucha ilusión, dedicación y trabajo, esperamos haber acertado y que disfrutéis al máximo.

Os esperamos a todos el próximo domingo 6 de Mayo.

Un abrazo

El Equipo Organizador

Equipo Organización

Organiza: Club Ibón de Orientación.

Director Prueba: Jesús Paricio Peribáñez

Director Técnico: Alberto Santabárbara Lambea.

Inscripciones-Secretaría: Coral Francés Briz.

Equipo Campo-Balizadores: Jorge Paricio Francés, Alberto Santabárbara Lambea.

Cartografía: Santiago Chóliz Muniesa.

Mapa Base: Arturo Fernández Murúa.

Trazados: Alberto Santabárbara Lambea.

Salidas: Jorge Paricio Francés, Eduardo Paricio Francés.

Sportident: Jesús Paricio Peribáñez.

Logística y Avituallamiento: David Blas Gálvez, David Oroz Grima.

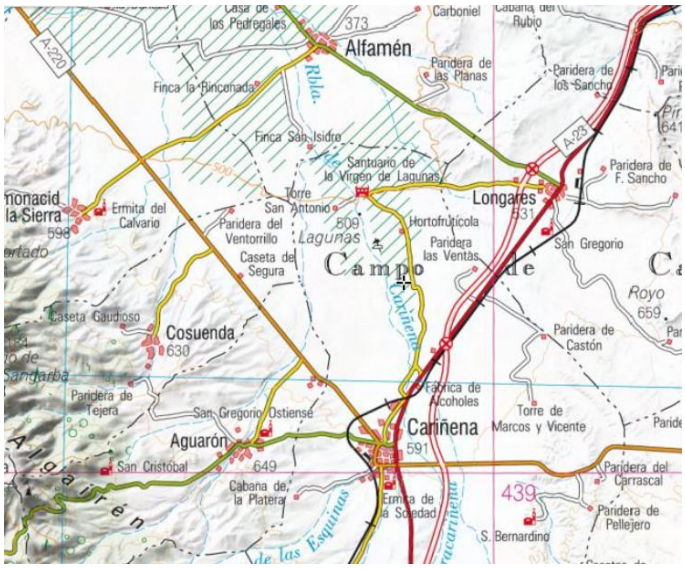
Señalización y Parking: Mario Paricio Peribáñez.

Fotografía: Jose González.

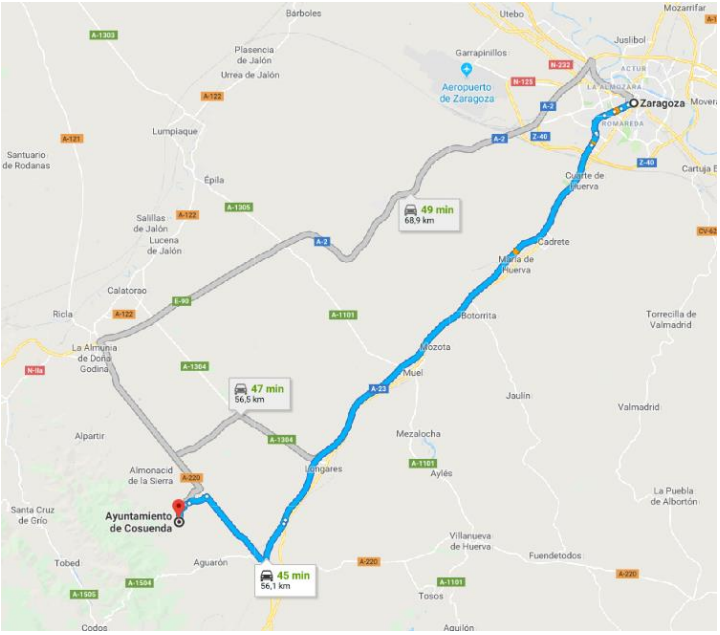
El Lugar de Competición

La competición se desarrollará en Cosuenda, provincia de Zaragoza, a 8 kilómetros de Cariñena.

Mapa de localización:



Ruta Recomendada para llegar desde Zaragoza:



El Parking estará situado en el Campo de Fútbol de Cosuenda, y estará con indicaciones de la Organización desde la entrada de la localidad. Para el que lo desee, también se puede aparcar en las inmediaciones del Pabellón Municipal, al lado del Centro de Competición, las dos zonas de parking están a diez minutos andando de la Salida de la carrera.

Por favor, sigan las indicaciones de la organización a la hora de aparcar.

Programa

El programa de actividades para el 6 de Mayo será el siguiente:

9,00 horas: Apertura secretaría y recepción de corredores.

9,30 horas: Salida primeros corredores.

11,00 horas: Salida últimos corredores.

13,00 horas: Hora límite carrera y cierre de Meta.

13,15 horas: Foto Oficial 2018 Club Ibón Zaragoza. Pabellón Cosuenda.

13,30 horas: Entrega de Trofeos y sorteo de regalos. Pabellón Polideportivo de Cosuenda.

Inscripciones

Todas las inscripciones se realizarán a través de la web: www.orientaragon.com , plazo de inscripción **hasta el Miércoles 2 de Mayo a las 23:59 horas.**

	Sin licencia FEDO	Con licencia FEDO	Alquiler SPORTident
CATEGORÍAS COMPETITIVAS			
Nacidos en 2000 y años anteriores	12 €	10 €	3 €
Nacidos en 2001 y años posteriores con licencia JDEE Aragón	2€		1 €
Nacidos en 2001 y años posteriores sin licencia JDEE Aragón	6 €	4 €	1 €
OPEN (no sirve la licencia de JDEE)			
Nacidos en 2000 y años anteriores	12 €	10 €	3 €
Nacidos en 2001 y años posteriores	6 €	4 €	1 €
PROMOCIÓN (no sirve la licencia de JDEE)			
	Sin licencia FEDO	**Con licencia FEDO**	**Alquiler SPORTident**
Nacidos en 2000 y años anteriores	5 €	3 €	1 €
Nacidos en 2001 y años posteriores	2 €	2€	1 €

- La licencia de JDEE no sirve en las categorías de PROMOCIÓN ni OPEN
- Las Inscripciones fuera de plazo tendrán un **recargo de 3 €,** excepto Promoción y Open.

Inscripciones **fuera de plazo** llamar al teléfono 676218701 (Jesús), para prever la impresión de los mapas; si no es así podría no haber mapas impresos suficientes.

Categorías

Las establecidas por la FARO:

Competitivas:

Categorías Junior: (Individual) MF12, F14, M14, M16, F16, M20, F20.

Categorías Senior: (Individual) M Élite, F Élite, F21, M21.

Categorías Veteranos: (Individual) M35, F35, M45, F45, M55.

Categoría Familiar: un adulto y un menor de <12 años.

No Competitivas:

OPEN

Promoción.

El Día de la Competición

Horas de Salida:

- Participantes de **Categorías Competitivas y de la Liga escolar**: Tendrán Salida con **Baliza Start**, así que, No tienen hora de salida asignada. Podrán tomar la salida hasta las 11,00 (cierre de Salida), pero se aconseja que no esperen hasta última hora para hacerlo, para evitar aglomeraciones y retrasos en el programa de competición.
- Participantes en **Categorías OPEN y Promoción**: Tendrán Salida con **Baliza Start**, así que, No tienen hora de salida asignada. Podrán tomar la salida hasta las 11,00 (cierre de Salida), pero se aconseja que no esperen hasta última hora para hacerlo, para evitar aglomeraciones y retrasos en el programa de competición.

Toma de Tiempos:

Todas las categorías utilizarán el sistema de control Sportident. Cada corredor deberá llevar su propia tarjeta, excepto en Promoción que será una por Equipo. El número de la misma deberá indicarse cuando se realice la inscripción. En el caso de no poseer tarjeta Sportident, se podrá alquilar.

En todos los controles existirá pinza manual para utilizar en caso de detectar el fallo de alguna estación.

Aunque no se complete el recorrido, es **OBLIGATORIO** pasar por Meta para controlar los corredores que faltan por llegar.

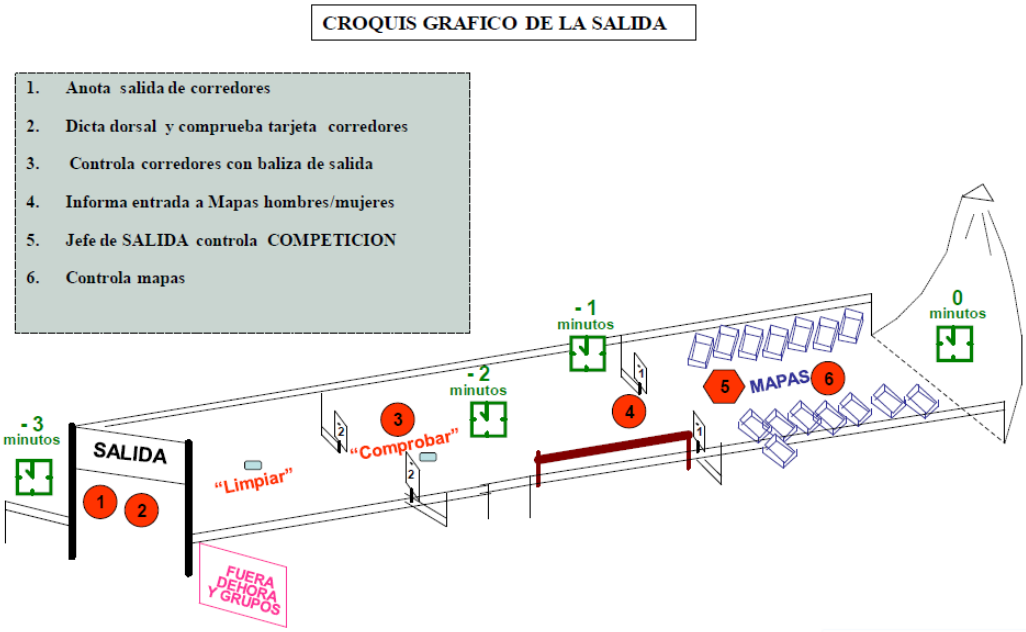
Acreditación y recogida de tarjetas Sportident:

En la zona de carrera se situará el Centro de Competición, Secretaría, Inscripciones y descarga de Sportident, si las condiciones climatológicas fuesen adversas, el Centro de Competición se situará en el Pabellón Municipal de Cosuenda. Los corredores que alquilen tarjeta electrónica deberán pasar por allí para recoger la misma. Igualmente deberán pasar por Secretaría, los corredores que estén pendientes de algún pago o formalización.

La Salida: Salida Start, sin Horas de Salida orientativas asignadas.

- **Participantes de Categorías Competitivas:** varios minutos antes de la hora que quiera realizar la Salida, el corredor (ya listo para realizar su recorrido) deberá presentarse en la zona de salida.
  Cuando el corredor considere, procederá a entrar en la zona de Salida donde deberá seguir las instrucciones de la organización.

- **Participantes de Categorías OPEN y Promoción:** Cuando estén preparados, se dirigirán a la salida y guardarán cola en los pasillos preparados para esas categorías hasta efectuar la Salida, siguiendo las indicaciones de los organizadores.



En el primer pasillo del stand de Salida, habrá una base para la limpieza de datos de la tarjeta. En el segundo pasillo, se dispondrá de una base para la comprobación del correcto funcionamiento de la tarjeta (si no sonara o se iluminara, hay que volver a limpiar). Es responsabilidad de cada corredor realizar estas acciones.

Es igualmente responsabilidad del corredor coger, en el momento de la Salida, el mapa correspondiente a su categoría. Los mapas estarán convenientemente separados en cajas por categorías.

Todos los corredores, deberán "picar" en la baliza Start en el momento en el los jueces les den la Salida. En ese momento les empezará a contar el tiempo de carrera. Es responsabilidad de estos corredores realizar esta acción, si no lo hicieran, aparecerán como "descalificados" en el sistema de cronometraje, ya que el mismo no podrá establecer en qué hora ha salido.

El Recorrido:

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

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

Durante la competición está prohibido seguir o ayudar a otros corredores, salvo en caso de accidente.

La Meta:

Tras cruzar la línea de meta, el corredor habrá terminado su recorrido. Descargará los datos de su tarjeta de control y seguirá las indicaciones de los jueces.

No se recogerá el mapa a los corredores que hayan finalizado la carrera, se confía en el "**JUEGO LIMPIO**" de este deporte para que no se muestre a los corredores que todavía no hayan tomado la salida.

Es **OBLIGATORIO** pasar por meta aunque 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.

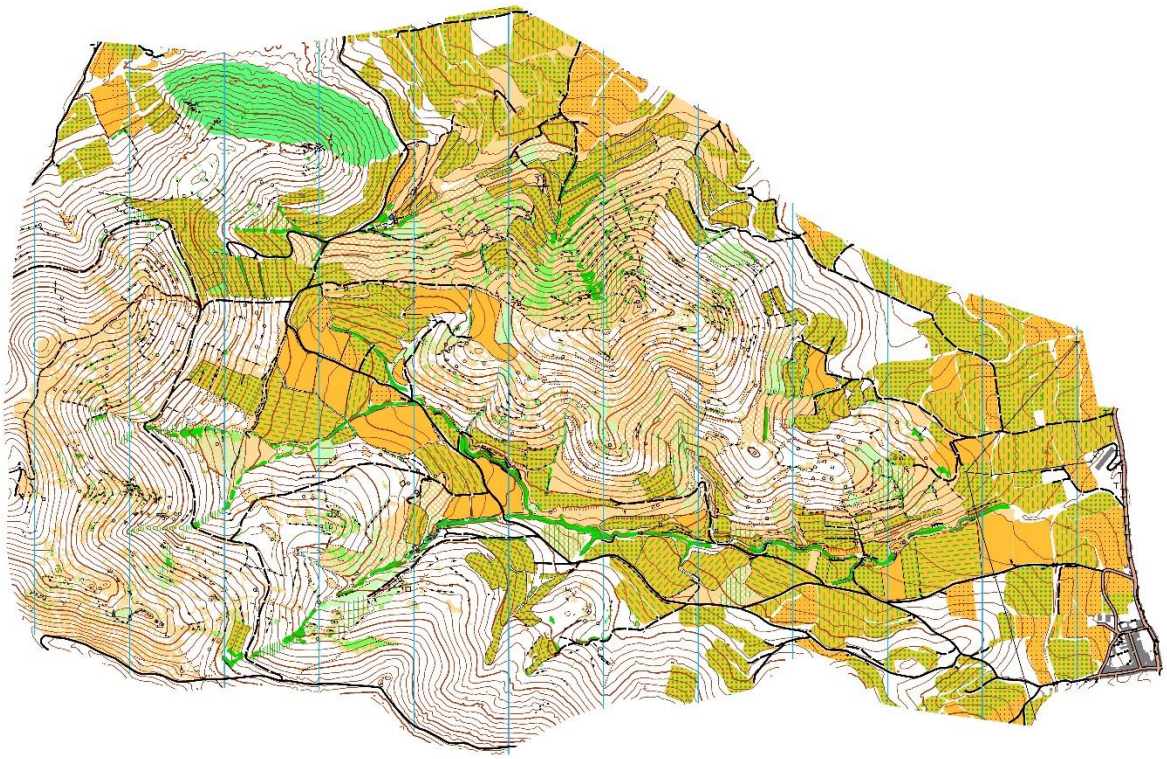
NOTA SOBRE CORREDORES QUE ACOMPAÑEN A OTROS CORREDORES DE PROMOCIÓN.

Con el fin de fomentar el "juego limpio" y la igualdad entre todos los competidores, aquellos corredores que quieran acompañar a corredores sin experiencia de categoría Promoción, deberán haber realizado su recorrido previamente. Con ello se evitará que tomen contacto con el terreno y que "estudien" el mapa, que debería ser nuevo y desconocido para todos.

NOTA SOBRE CORREDORES QUE CORRAN ACOMPAÑADOS POR SUS MASCOTAS.

Para asegurar la feliz coexistencia entre todos los corredores que salgan a realizar la competición acompañados de sus perros y el resto de participantes, se ruega a los propietarios de las mascotas, que los lleven convenientemente atados durante todo el recorrido. Esta acción deberá ser especialmente tenida en cuenta en las zonas de Salida y Meta.

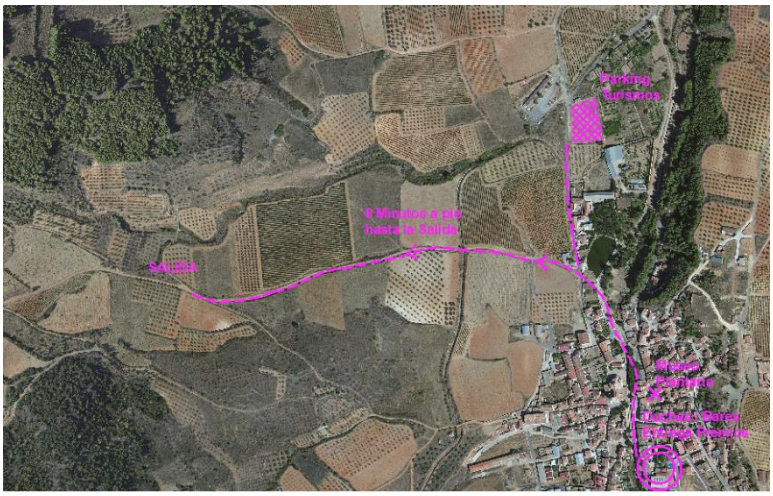
Mapa "La Carrasca" de Cosuenda:



Información Técnica

COSUENDA: MAPA TOCC2017 AMPLIADO (ABRIL 2018)

Descripción y Especificaciones Terreno:



El terreno del mapa de Cosuenda son lomas de pendiente moderada cubiertas por bosque de pino de buena penetrabilidad en un 85 % de la zona de carrera.

El pinar se ha desarrollado en zonas ocupadas anteriormente por encinas lo que hace que con frecuencia encontremos encinas integradas dentro del bosque de pinar, en la mayoría de los casos aisladas y representadas en el mapa como superficie verde al 50 % ya que ralentizan la velocidad de carrera en dichas zonas.

Descripción y Especificaciones Terreno:

Encontramos muchos tipos distintos de pinar, predominando sobre todo el pinar alto y completamente limpio que permite correr perfectamente por dentro y sin apenas sotobosque.

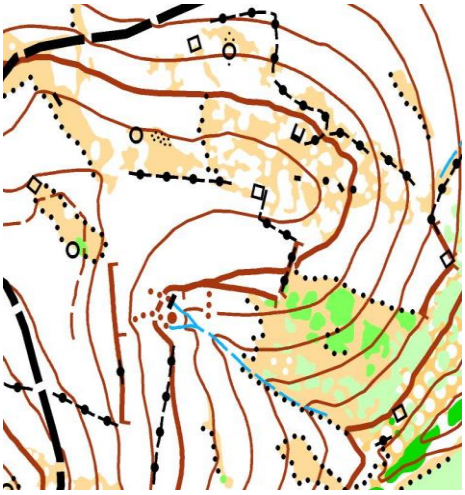
También existen grupos de pinos más jóvenes que ralentizan un poco más la carrera y vienen representados como verde al 25 %. Existen elementos rocosos tanto en forma de cortados como de rocas dispersos por todo el mapa siendo casi todos de escasa altura y apenas existen cortaduras infranqueables.

En el mapa hay abundancia de elementos creados por el hombre aunque bastante deteriorados por el paso del tiempo.

En este sentido deberíamos resaltar la presencia de pequeñas cotas compuestas de piedras que son perfectamente identificables (representadas por círculos negros). Pequeñas edificaciones utilizadas como parapeto en actividades de caza y muros en ruinas que aun estando en mal estado son perfectamente identificables y se han representado solo los que no ofrecen duda a su lectura.

Los muros son reconocibles sobre el terreno a pesar de estar derruidos y su escasa altura hace que sea fácil pasar corriendo por encima de ellos.

Aquí vemos una muestra de los montones de piedras representados como elementos hechos por el hombre (en el mapa vienen representados por círculos de 1 mm de anchura).



En líneas generales es un mapa fácil de leer ya que no existe gran densidad de elementos salvo en las afloraciones rocosas y la curva de nivel de la zona empleada para la competición no tiene pendientes pronunciadas.

Hay grados variables de penetrabilidad predominando el blanco para el bosque de pino y las zonas de peor penetrabilidad se concentran únicamente en el interior de algunos barrancos, con zonas de paso perfectamente plasmadas sobre el mapa.

Escala:

1:10000 todas las categorías.

Tiempo Máximo de Carrera: 120 minutos.

Cierre de Meta: 13,00 horas.

Información Técnica de Recorridos por Categorías:

Categoría	Dist. (Km.)	Desniv. (m.)	Controles
OPEN	3680	180	13
Familiar	2790	100	11
Promoción	2880	100	12
M/F-12	2790	100	11
M-14	2220	130	13
M-16	3680	180	13
M-20	4880	200	17
M-21	6300	350	17
M- 35	6720	370	19
M-45	5590	290	15
M-55	4880	200	17
M-E	7800	415	22
F-14	2790	100	11
F-16	2220	130	13
F-20	3680	180	13
F-21	4880	200	17
F-35	4880	200	17
F-45	3680	180	13
F-E	6720	370	19

ESCALA DEL MAPA:

- Mapa “La Carrasca de Cosuenda” 1:10.000

Reglamento Competición

Será de aplicación el Reglamento de la Liga Aragonesa de Orientación a Pie y, en todo lo no contemplado en las mismas, por la Normativa de la Federación Española de Orientación y la Federación Internacional de Orientación.

Desde la publicación de este Boletín está prohibido acceder a la zona de carrera para entrenar o reconocer el terreno.

Durante toda la competición, los participantes deben seguir las instrucciones del personal de la Organización.

Los componentes del Jurado Técnico serán nombrados y publicados en la zona de carrera.

Entrega de Trofeos

La entrega de premios comenzará a las 13,30 en el Pabellón Polideportivo de Cosuenda, y después de la ducha en las piscinas municipales, es una buena oportunidad para dar un paseo por el pueblo, tomar una tapa en sus bares, comprar algo en su tienda de vinos, con ofertas para los corredores, o visitar gratuitamente el Museo Plantaria.

Todos los deportistas que pasen por alguno de esos establecimientos y realicen alguna consumición, participarán en un sorteo al final de la entrega de premios, de dos lotes de productos variados entregados por los patrocinadores, unos lotes muy completos y sabrosos, valorados en 300€.

Desde la organización de este evento creemos que es muy importante que nuestro paso por estas zonas generan un cierto retorno económico a la zona, para que en futuras ocasiones y años sucesivos podamos seguir realizando pruebas de calidad en estas zonas muy interesantes para la práctica de nuestro deporte.

Suelo Duro

Por las características propias de la Liga Aragonesa de Orientación, no se habilita suelo duro, pero si alguien estuviese interesado en dormir en la zona, la organización podría buscar alojamiento siempre que se avise con tiempo suficiente.

Seguro Deportivo

Para participar es necesario la posesión de **licencia FEDO**. Si no se posee, se deberá solicitar una licencia de prueba al realizar la inscripción en www.orientaragon.com

Museo Plantaria

Visita Plantaria:

Durante la celebración de la Prueba de distancia Media que se desarrollará en la localidad de Cosuenda, durante todo el día 28 de Octubre y con entrada gratuita, se podrá visitar Plantaria, un Centro de Interpretación de la Naturaleza con más de 300 variedad de plantas de la zona expuestas en un bonito espacio cultural, sin duda alguna una magnífica oportunidad de ver la naturaleza desde otro punto de vista. El Centro está ubicado en el centro de la localidad, a escasos 600 metros del Centro de competición de la prueba. Más información en www.plantaria.es

Plantaria

Es un **centro de interpretación de la naturaleza** situado en la población de **Cosuenda**, a pie de monte de la **sierra de Algairén**, ubicada en el sistema ibérico zaragozano ocupando los primeros pliegues montañosos de la llanura del Campo de Cariñena y de la depresión del Ebro, a tan sólo 50 Km. de la capital aragonesa, y con una red de carreteras muy buena, nos ofrece un amplio abanico de posibilidades para conocer el mundo de la botánica.

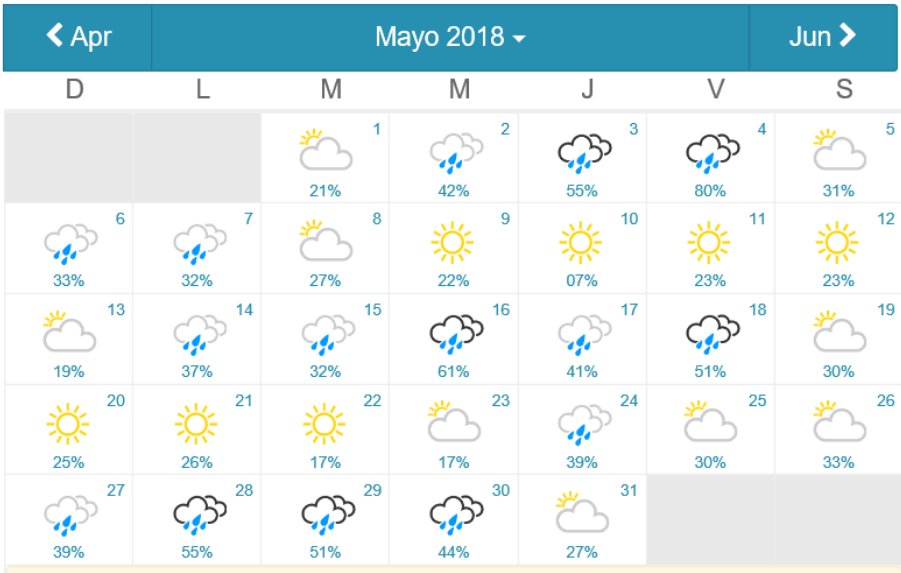
Desde el centro de interpretación se pretende que todo visitante conozca la amplia gama de especies botánicas que esta sierra alberga, desde especies en peligro de extinción como la ***Centáurea Pinnata***, o protegidas como el ***Acebo*** y el ***Rusco.*** También existen gran cantidad de plantas con propiedades medicinales en el sotobosque de encinares o pinares, con pequeños rodales de ***Roble Albar*** mezclados con ***Arces*** y algún ***Serval***.

Las plantas de este centro de interpretación están recolectadas en la *sierra de Algairén*, fueron prensadas, desecadas y clasificadas por un biólogo y varios ayudantes, expertos en la materia, dando lugar a la exposición con más de 300 especies diferentes.

PLANTARIA dispone de una maqueta a gran escala para poder interpretar la *sierra de Alguirén* desde el mismo centro de interpretación y de un aula de la naturaleza para realizar charlas medioambientales con proyecciones y audiovisuales para todo tipo de personas.

Última Hora...

Información del tiempo actualizada para todos aquellos que miran al cielo antes de apuntarse a las carreras de Orientación: hemos encargado un día soleado y primaveral, buen tiempo…



Comarca Campo Cariñena

Páginas web:

www.campodecarinena.es

Teléfonos útiles:

Comarca Campo de Cariñena: 976620817

Ayto. Cosuenda: 976627081

Oficina de Turismo Cariñena: 976620897

Emergencias: 112

Guardia Civil: 976620599

Bomberos: 976620317

Centro de Salud: 976621026

Servicio Taxi: 61500944 639878565

Director Prueba: Jesús Paricio Peribáñez 676218701

Director Técnico: Alberto santabárbara Lambea 654667562

Carta Ética Orientación

NUESTROS PRINCIPIOS:

EL RESPETO AL ENTORNO

Nos comprometemos a minimizar al máximo los impactos medio ambientales ligados al desarrollo de nuestra prueba. Para ello, formamos una comisión ambiental que será la encargada de identificar dichos riesgos y proponer acciones concretas de preservación, reparación y de compensación.
Desde dicha comisión animamos a la utilización de transporte público o a compartir vehículos. Cada corredor se debe comprometer a:

"*Hacer lo que esté en su mano para minimizar su impacto por los espacios que transite, especialmente no tirando ningún tipo de residuo".*

EL RESPETO AL EVENTO

Nos comprometemos a asegurar un respetuoso trato hacia el equipo organizativo, voluntarios, colaboradores, corredores, público en general y otros usuarios de la montaña. A tener un conocimiento del Reglamento y cumplirlo.

EL RESPETO A UNO MISMO

La búsqueda de un mayor rendimiento o el deseo de superar nuestros límites no debe justificar en ningún caso alterar la salud por lo que debemos en todo momento ser consciente de nuestras posibilidades.
Cada corredor debe comprometerse a no tomar sustancias dopantes, a no recurrir de forma abusiva a la automedicación e informar en caso de cualquier desfallecimiento a la organización, por lo que deberá permanecer atento y no sobrepasar sus límites al punto de poner en riesgo su integridad física.

SOLIDARIDAD

Cada participante de forma prioritaria debe acudir en ayuda de cualquier otra persona que se encuentre en peligro o dificultad.
Aplaudimos acciones solidarias y de desarrollo sostenible, en el plano ambiental, social y económico. Animamos a los equipos a "correr por causas humanitarias" y a reunir fondo en beneficio de asociaciones que ellos elijan.

LA EQUIDAD

Ningún equipo ni corredor debe favorecerse de ventajas que desfavorezcan a otros. Nuestras reglas han sido concebidas para todos y se aplican de forma idéntica para todos. Es nuestra responsabilidad garantizar este principio de equidad, efectuando los controles necesarios y ofreciendo las mejores condiciones de carreras posibles al conjunto de equipos.

"Lo que hoy es tú meta, mañana será tú salida"…