



AYUNTAMIENTO
RIBADESELLA



**CUERRES
RIBADESELLA
27 - MARZO**



ORIENTE ORIENTACIÓN

DOS DIAS DOS CARRERAS



**FINAL JUEGOS
DEPORTIVOS**

**26 - MARZO
NUEVA
DE LLANES**



La brújula
orientación



AYUNTAMIENTO
LLANES

LIGA ASTURIANA DE ORIENTACIÓN 1ª Y 2ª PRUEBA

- Categorías populares y de iniciación
- Inscripciones:
 - o Nueva de Llanes hasta el 20 de Marzo
 - o Cuerras hasta el 22 de Marzo

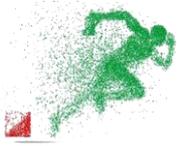
www.labrujula.info

www.nordesteorientacion.es



www.last-o.es





BOLETÍN FINAL

LECTURA OBLIGATORIA

Queremos dar comienzo al boletín final de la carrera del 27 de marzo con una serie de reflexiones en voz alta, que esperamos sean bien recibidas y mucho más respetadas:

Teniendo en cuenta la característica de la prueba que os ofrecemos y el tamaño que comprende la zona donde se disputa, desde el Nordeste hemos tenido que realizar un inmenso trabajo de localización de propietarios y solicitud de permiso de pasos a estos.

Aquellas propiedades que está en magenta (prohibido) o en verde "aceituna" (propiedad privada), no se presentan así por una mera casualidad o capricho por nuestra parte. Como intuiréis y esperamos que comprendáis, son propiedades por donde no nos han permitido el paso. Os pedimos por favor que no crucéis por estas zonas, ya que vuestra acción, puede reportar al club posibles sanciones y la negación de futuros permisos por parte del Ayuntamiento de Ribadesella para la celebración de carreras de orientación, con el perjuicio que esto puede suponer, no solo para el club Nordeste sino también para la orientación Asturiana. A nivel nacional, ya son varias las pruebas a las que no les han concedido los pertinentes permisos, en muchos casos las razones no son ni más ni menos que las que os exponemos.

Os pedimos que respetéis las zonas prohibidas y las zonas privadas, si encontráis "portillas" cerradas y pasáis por ellas, aseguraros de dejarlas cerradas, en algún prado os podéis encontrar hilos de pastores eléctricos, por favor procurar no romperlos, respetar las vallas.

Confiamos en vosotros y estamos seguros que tratareis por todos los medios de no realizar acciones que nos puedan suponer sanciones o incómodas situaciones con dueños o llevadores de las propiedades.

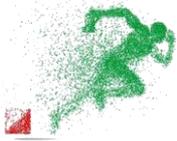
Gracias.

NOVEDADES

Aquí tenéis el Boletín Final de la carrera de Cuerres con las siguientes novedades:

- Escalas mapas/cantidad de controles.
- Mapas y escalas.
- Información importante a tener en cuenta en la inscripción.
- Vestimenta aconsejable.
- Últimas indicaciones.





BOLETÍN 1

¿QUIENES SOMOS?

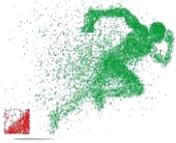
Hola amigos, os presentamos la primera carrera del club Nordeste Orientación para esta temporada 2022 en la cual os invitamos a que participéis y disfrutéis con la prueba que estamos preparando para vosotros. En esta ocasión, desde el Club Nordeste Orientación os ofrecemos una carrera en modalidad Score (recorrido libre) y de duración determinada.

El **27 de marzo** os esperamos en Cuerres (Ribadesella), para que podáis disfrutar de una prueba de orientación, valedera para la Liga Asturiana de Orientación 2022 (LAST-O). **100% MAPA NUEVO** (ya os informaremos en próximos boletines sobre él). Como es habitual, en esta carrera tendremos categorías oficiales y categorías OPEN para no federados o corredores que se inician en la orientación deportiva.

Las categorías en la que pueden participar los corredores populares son:

1. **OPEN AMARILLO:** Iniciación niños, Solo un acompañante.
2. **OPEN NARANJA:** Iniciación adultos. indicada para adultos sin experiencia en la orientación deportiva o no muy buen nivel físico. Solo un acompañante
3. **OPEN ROJO:** Indicada para adultos con experiencia en orientación deportiva o con buena forma física. Es la única categoría en la que no se puede correr acompañado.
4. **OPEN PAREJAS:** (Adultos que podrán ir en grupo de 2, 3 o 4 personas): Por las características de la prueba volvemos a tener esta categoría en la cual los adultos que ya hayan participado en alguna prueba de orientación o tengan buena forma física, se pueden inscribir en pareja si así lo consideran. En esta categoría todos los corredores llevarán un mapa y deberán abonar la inscripción cada uno, no existiendo la figura del acompañante.
5. **OPEN FAMILIAS:** Creamos esta categoría para que las familias puedan pasar una entretenida mañana de domingo en compañía practicando orientación, los requisitos para poder inscribirse en esta categoría serán:
 - Los equipos, estarán compuestos entre 3 y 5 familiares, siendo los menores no mayores de 15 años (será obligatorio, que el equipo este compuesto por uno o más menores).





- Un componente de la familia, será el que se inscriba y los demás figuraran como acompañantes.

* Damos por entendido que esta categoría OPEN FAMILIAR es de "marcado carácter lúdico", quienes quieran participar de una forma más competitiva tienen otras categorías en las cuales poder participar.

Aproximadamente hacia las 13:00h los niños y niñas de 4 a 9 años podrán disfrutar de un divertido "CORRELÍN" (Pequeña carrera de orientación adaptada para dichas edades), pero deberéis inscribir a los peques (en el formulario o por orienteering) para que no se queden sin la deliciosa sorpresa con que obsequiaremos a todos los inscritos.

LOCALIZACIÓN



PROGRAMA

DOMINGO 27 de Marzo:

10:00 Apertura de secretaria.

10:30 Charla iniciación (expres) OPEN NARANJA, ROJO, PAREJAS Y OPEN FAMILIAS.

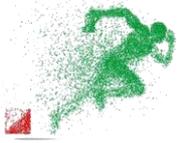
11:00 Salida categorías: ME, FE, M21, M40.

DURACIÓN MÁXIMA 3 HORAS. EN META A LAS 14:00.

11:15 Salida categorías: F SENIOR, OPEN ROJO, OPEN PAREJAS, M16, F16.

DURACIÓN MÁXIMA 2 HORAS, EN META A LAS 13:15,





11:30 Salida categorías: OPEN NARANJA, OPEN FAMILIAS, M12, F12, M14, F14
DURACIÓN MÁXIMA 1 HORA, EN META A LAS 12:30

12:00 Salida categoría: OPEN AMARILLO (carrera en línea).

13:00 Salida Correlin. Para niños de 4 a 8 años, previa inscripción (gratuita).

14:45 Cierre de meta.

15:00 Entrega de trofeos.

*Esta prueba se rige por la [Normativa de la Liga Asturiana de Orientación](#).

** Este programa puede sufrir modificaciones por necesidades organizativas.

INFORMACIÓN TÉCNICA DEL MAPA Y TRAZADOS

Comparando con las anteriores ediciones del maxi-score de Ribadesella, en esta ocasión, además de ser zona nueva, podemos resaltar las siguientes diferencias: menor exigencia física y mayor relevancia de la estrategia

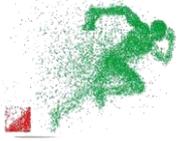
La exigencia física será menor debido a que el desnivel acumulado no será muy importante. A pesar de tratarse de una zona kárstica, esta característica adquiere cierta importancia en el espectacular extremo Norte del mapa, mientras que en el resto apenas se nota y el relieve es muy suave. Por otra parte, la extensa red de caminos y senderos y los laberintos de prados y



cultivos delimitados por barreras vegetales requieren una atención superior a la hora de planificar el recorrido, siendo de esperar unas opciones de estrategia más variadas. A pesar de ser bastante representativo de la franja costera asturiana, con pequeños núcleos rurales agrupados en un extremo y una amplia zona de prados, el mapa incluye algunas otras particularidades que contribuirán a que los participantes disfruten de una carrera muy interesante, tanto desde el punto de vista deportivo como por el simple placer de descubrir un entorno y paisaje singulares.

Podemos destacar: plantaciones de aguacates (una novedad en el





Oriente de Asturias), un hermoso bosque de ribera con saltos de agua y sobre todo una zona rocosa rebosante de depresiones, fosos y simas.

El recorrido de una hora se desarrolla al 75% por zonas urbanizadas y puede completarse casi integralmente transitando por calles y caminos.

MAPAS Y ESCALAS

Las escalas y mapas que se usarán en los distintos recorridos serán:

2 horas y 3 horas: 1:10.000 formato A3

1 hora: 1:7500 formato A4

Open Amarillo: 1:7500

Los recorridos de las categorías Elite tienen más de 30 controles.

Los recorridos de 1 hora y Open Amarillo tienen menos de 20 controles.

Los demás recorridos tienen entre 20 y 30 controles.

INFORMACIÓN IMPORTANTE A TENER EN CUENTA EN LA INSCRIPCIÓN

Las categorías ME, FE, M40 y M21 tendrán recorridos con un tiempo máximo de 3 horas. Sin embargo, habrá 2 recorridos: ME y FE tendrán un recorrido de más de 30 controles, mientras que M40 y M21 tendrán un recorrido algo menos largo con 30 controles. Recordamos que se trata de una carrera de tipo score en la que no es obligatorio visitar todos los controles. Aun así, recomendamos tener en cuenta la capacidad de la tarjeta Sportident a la hora de inscribirse (la tarjeta SI-8 tiene memoria para 30 picadas, a partir de la SI-9 hay memoria para 50 o más picadas)

VESTIMENTA ACONSEJABLE

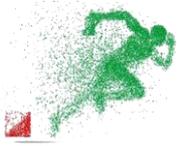
Es aconsejable participar en la carrera con pantalón y camiseta largos, estamos en Asturias y la vegetación es muy densa.

El calzado que usemos el día de la carrera hay que tenerlo en cuenta, se transitara por todo tipo de caminos, pistas y carreteras al igual que por diferentes tipos de terreno (bosque, prados, terrenos embarrados y encharcados...)

ÚLTIMAS ACLARACIONES

- El viernes 25 publicaremos las horas de salida de la categoría open amarillo. Estas horas serán meramente de "referencia".
- En el mapa están indicadas las fuentes de agua (3 en el recorrido de 3 horas y 2 en el de 2 horas) con el símbolo habitual (cuadrado azul) y además, para que se puedan localizar más rápidamente, con el símbolo magenta de avituallamiento. En todo caso, no hay avituallamiento en carrera por parte de la organización y las fuentes indicadas se encuentran muy distantes entre sí. Por eso, en los recorridos largos, puede ser conveniente que los corredores lleven avituallamiento liquido propio.





- Hay carreteras que están totalmente prohibidas, solo pudiéndose cruzar o transitar por puntos muy concretos marcados en el mapa.
- Existe una línea de ferrocarril (FEVE) que está totalmente prohibido cruzar fuera de los puntos permitidos, que son donde hay una carretera o camino que la cruce (en la mayoría de los casos puentes o pasos por debajo de la vía). Además, en ningún caso se puede ganar tiempo cruzando fuera de estos puntos de paso. El incumplimiento de esta prohibición implica la descalificación.
- Muchos controles son comunes a varios recorridos, pero no todos. Aunque picar controles equivocados no implica ninguna penalización (pero no proporciona ningún punto), se recomienda prestar atención a este hecho para no llenar inútilmente la memoria de la tarjeta Sportident, con la posibilidad de que se quede sin espacio para los controles correctos.

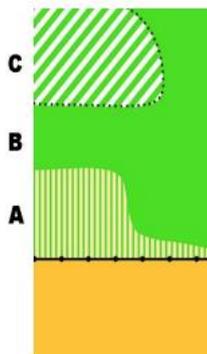
SIMBOLOGÍA EMPLEADA A TENER EN CUENTA

Para facilitar la lectura del mapa, se ha introducido un símbolo no oficial que indica un tipo de vegetación presente en la zona de carrera. Se trata del bosque de eucaliptos impasable que normalmente se dibuja con el verde 3. Abundan en el mapa las zona de vegetación baja intransitable (matorral hasta metro y medio de altura) que también se indica con el verde 3. Para diferenciar los dos tipos de vegetación que a menudo se encuentran colindantes, el eucalipto se dibuja con verde 3 rayado de blanco en diagonal y delimitado además con puntos negros (límite de vegetación).

Los eucaliptos por su altura se distinguen desde lejos y de esta manera se facilitan la orientación y navegación. Las raras zonas de eucalipto transitable se dibujan como es habitual en blanco.

Como ejemplo, este trozo de mapa y relativa foto con la descripción.

- Amarillo con rayado 2: helechos secos (transitable, paso muy lento)
- Verde 3: matorral alto (intransitable)
- Verde 3 rayado de blanco: bosque de eucaliptos (intransitable)





GUÍA RÁPIDA CARRERA DE ORIENTACIÓN

La práctica de la orientación deportiva, puede quizá resultar diferente al inicio en comparación con otras disciplinas, pero es muy sencillo, con esta **guía** te resolvemos todas tus posibles dudas.

DINÁMICA DE LA CARRERA

En las Zonas de Salida y meta, los participantes deben seguir las instrucciones de los jueces y personal de la organización, no acatar estas normas podría suponer el no permitir tomar la salida o no realizar la descarga al finalizar la prueba.

En la salida, se dispondrá de bases para limpiar y chequear las tarjetas Sportident. **Es responsabilidad de cada corredor limpiar y chequear su tarjeta electrónica antes de comenzar el recorrido**, así como de coger el mapa correspondiente a su categoría.

La carrera que os proponemos para el día 27 de marzo es una prueba en formato SCORE (la organización no propondrá un recorrido a seguir), con un tiempo limitado será el propio orientador quien decida el orden y el número de controles a visitar (estrategia).

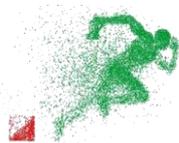
El objetivo de la prueba es conseguir el mayor número de puntos en el menor tiempo posible. Estos puntos se consiguen pasando por los controles marcados en el mapa que se entregara al comienzo de la prueba. Habrá "numerosos" controles, plasmados en el mapa, con puntuación diferente, según su dificultad física y/o técnica para llegar a ellos.

La puntuación de cada control la nos lo indica el número de las decenas del código de la baliza, por ejemplo, la baliza 62 tendrá una puntuación de 6 puntos; la baliza 49 tendrá una puntuación de 4 puntos...

No será obligatorio pasar por todos los controles, tampoco será obligatorio estar en carrera las 3 horas / 2 horas / 1 hora indicadas como tiempo máximo, se puede finalizar la carrera en cualquier momento dentro de ese tiempo. Se recomienda dedicar unos minutos a hacer dicha planificación (estrategia), marcando con un rotulador la ruta prevista. Una vez avance la carrera, será importante valorar si se está cumpliendo la previsión, teniendo en cuenta el ritmo que se lleva y el tiempo que queda...

¿Es mejor conseguir visitar menos controles y llegar dentro de las horas estipuladas por la organización en cada categoría a conseguir más puntos y llegar tarde a meta?. ¿Qué opináis?

Llegar fuera de tiempo supondrá una penalización. Por cada minuto de retraso se perderá 1 punto!!!!



Ejemplo penalización para 3 horas de carrera:

| | | |
|----------------------|-------|---------------------------|
| De 3:00:01 a 3:01:00 | ----- | 1 punto de penalización. |
| De 3:01:01 a 3:02:00 | ----- | 2 puntos de penalización. |
| De 3:02:01 a 3:03:00 | ----- | 3 puntos de penalización. |

Más de 30 minutos se pierden TODOS los puntos obtenidos.

Todas las categorías sin excepción usarán el sistema de tarjeta SportIdent. La organización dispondrá de tarjetas para su alquiler. En todos los controles existirá pinza manual para utilizar en caso de detectar el fallo de alguna base. No presentar la correspondiente tarjeta electrónica en meta, será motivo de descalificación.

Al cruzar y ticar la línea de meta, el corredor habrá terminado su recorrido y deberá seguir las indicaciones de jueces y personal de la organización; una vez que haya descargado su tarjeta electrónica, podrá recoger el correspondiente control de tiempos.

Es **OBLIGATORIO** pasar por meta para controlar los corredores que faltan por llegar.

BAREMOS DE VICTORIA.

La clasificación final se establecerá según los siguientes criterios:

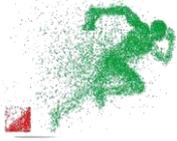
- Vencerá quien consiga más puntos, como resultado de la suma de los valores de los controles visitados menos posibles penalizaciones por la llegada tarde a meta.
- En caso de empate: quien haya empleado menos tiempo.
- Si continúa el empate: quien haya visitado más controles.
- Y si aun así continuara el empate quien tenga mayor número de controles de mayor puntuación (seguiríamos así hasta que se rompa el empate).
- EL TIEMPO FINAL DEL EQUIPO, LO PRECISA EL ULTIMO COMPONENTE DE DICHO EQUIPO QUE TIQUE LA META.

PROCEDIMIENTO DE CERTIFICACIÓN DEL CONTROL

Las categorías OPEN PAREJAS, en las cuales se permite la participación en pareja y/o equipo, para darles por buenos los controles que visiten, todos los miembros del equipo deberán ticar el control (en caso contrario el control no se dará por bueno) también es obligatorio en estas categorías que los miembros del "equipo" no transiten con una separación mayor de 50m entre los componentes del equipo (si los jueces de carrera o los propios participantes identifican o denuncian a un equipo por este hecho, podrían ser excluidos de la carrera).

Así mismo en el ticado del control por parte del equipo al completo, no se podrá demorar más de 60 segundos desde que tica el primer componente y tica el ultimo componente del equipo.





COMPOSICIÓN JURADO TÉCNICO

- Piloña Deporte (siguiente club que organiza): Eduardo Valero.
- Astur Extrem (un club elegido al azar): Nicolas Zonzalez Alonso.
- Nordeste (club organizador): Nayo Tarno

INSCRIPCIONES

Todos los corredores deberán inscribirse a través de sus respectivos clubes. Sólo se admitirán inscripciones en pareja/equipo en las siguientes categorías: OPEN AMARILLO, OPEN NARANJA, OPEN PAREJAS Y OPEN FAMILIAS.

TODOS los corredores que no tengan licencia FEDO **deben suscribir licencia de prueba**, siendo datos obligatorios: Nombre Completo, DNI, fecha de nacimiento y categoría.

Los pasos para inscribirse son los siguientes:

1. Los corredores de Club deben de tramitar la inscripción a través de la página www.orientteeringonline.net en este [enlace](#). Los corredores independientes, cumplimentando este [formulario](#).
2. El pago de las inscripciones se deberá realizar con anterioridad a la prueba. Los corredores independientes serán responsables de su pago. Los Clubes serán responsables del pago de las inscripciones de sus socios. Los clubes deberán realizar un único ingreso bancario con el importe correspondiente a las inscripciones de sus socios en la siguiente cuenta:

Titular: Club Nordeste Orientación.
Entidad: OPENBANK ES23 0073 0100 5905 0530 2094

Concepto: "nombre del Club/Persona + CUERRES" La inscripción no se considerará formalizada hasta efectuar el ingreso bancario.

3. Enviar justificante de pago una vez realizado el ingreso a la dirección de correo electrónico: tesoreria@nordesteorientacion.es. El plazo de inscripciones finaliza a las 23:59 horas del martes 22 de MARZO de 2022.

Las inscripciones fuera de plazo, estarán condicionadas a la existencia de mapas de la categoría correspondiente, se solicitarán directamente al club a través del correo electrónico (info@nordesteorientacion.es) y en todos los casos se les aplicará un recargo de 2€ por inscripción.





CUOTAS

- Inscripción: 8 € por persona/mapa (acompañantes solo 2 € del seguro, no llevan mapa).
- Seguro de prueba: 2 € OBLIGATORIO para TODO corredor que no tenga licencia FEDO independientemente de si es acompañante o no.
- Alquiler SportIdent: 2 € DNI a modo de fianza cuando se retire.
- Correlín gratuito.

En la categoría **OPEN PAREJAS** TODOS los corredores llevarán **MAPA** y **SPORTIDENT** durante la carrera siendo necesario el abono de la inscripción por parte de cada uno de los integrantes del equipo. En esta categoría no existe la figura del acompañante

INFORMACIÓN IMPORTANTE: Todos los corredores deben participar con un seguro, los que no tengan licencia FEDO deberán hacerlo con la licencia de prueba. Las 4 categorías Open son las únicas en las que pueden participar los deportistas sin licencia FEDO.

CATEGORÍAS

Categorías participantes populares "sin licencia federativa anual"

| | |
|---|---|
| OPEN AMARILLO (Iniciación Niños) | Posibilidad de correr acompañando al niño, en este caso se debe rellenar en la inscripción los datos completos del acompañante. Máximo 2 personas |
| OPEN NARANJA (Iniciación Adultos) | Posibilidad de correr acompañando, en este caso se debe rellenar en la inscripción los datos completos del acompañante. Máximo 2 personas |
| OPEN ROJO Adultos con experiencia o buena forma física). | Solo se permite la participación individual en esta categoría. |
| OPEN PAREJAS (Adultos con experiencia o buena forma física) | Se permite la participación <u>en pareja, trio, equipo...</u> en esta categoría. Es necesario rellenar en la inscripción los datos completos del acompañante. |
| OPEN FAMILIAS (Adultos con niños) | Los equipos estarán compuestos entre 3 y 5 familiares, siendo los menores no mayores de 15 años (será obligatorio, que el equipo este compuesto por al menos un menor). Se deben de rellenar los datos completos de los acompañantes. |

Categorías corredores federados "categorías oficiales"

| | |
|------------|---|
| M12 | Niños que cumplan en esa temporada 12 años o menos. |
| F12 | Niñas que cumplan en esa temporada 12 años o menos. |
| M14 | Niños que cumplan en esa temporada 14 años o menos. |
| F14 | Niñas que cumplan en esa temporada 14 años o menos. |





| | |
|-----------------|---|
| F16 | Niñas que cumplan en esa temporada 16 años o menos. |
| M16 | Niños que cumplan en esa temporada 16 años o menos. |
| F SENIOR | Mujeres que cumplan esa temporada 17 años o más. |
| M40 | Hombres que cumplan esa temporada 40 años o más. |
| M21 | Hombres que cumplan en esa temporada 17 años o más. |
| F ELITE | Mujeres que cumplan en esa temporada 17 años o más, con experiencia en el deporte de la orientación y capacidad para completar recorridos exigentes. |
| M ELITE | Hombres que cumplan en esa temporada 17 años o más, con experiencia en el deporte de la orientación y capacidad para completar recorridos exigentes. Temporada 2022 - Categoría abierta a corredores con licencia |

CATEGORÍAS M ELITE

Esta temporada 2022 la categoría M Elite estará abierta a todos los corredores que esta temporada tengan 17 años o más y que además cuenten con licencia federativa en vigor y que cumplan las capacidades tanto físicas o técnicas para completar recorridos exigentes.

MÁS INFORMACIÓN:

WEB: <http://www.nordesteorientacion.es>

Email: info@nordesteorientacion.es

Teléfono: 627 59 18 51.

