1ª CARRERA LIGA REGIONAL MURCIANA ORIENTACIÓN

16 ENERO 2022

Al terminar la carrera entrega de premios Liga Regional 2021

C.C.Thader Murcia

THADER

DECATHLON Thader

+INFO

INSCRIPCIONES HASTA EL 13 DE ENERO

Federación MURCIANA de ORIENTACIÓN

TOTANA ORIENTACION

fedo Federación Española de Orientación

Consejo Superior de Deportes

Región de Murcia

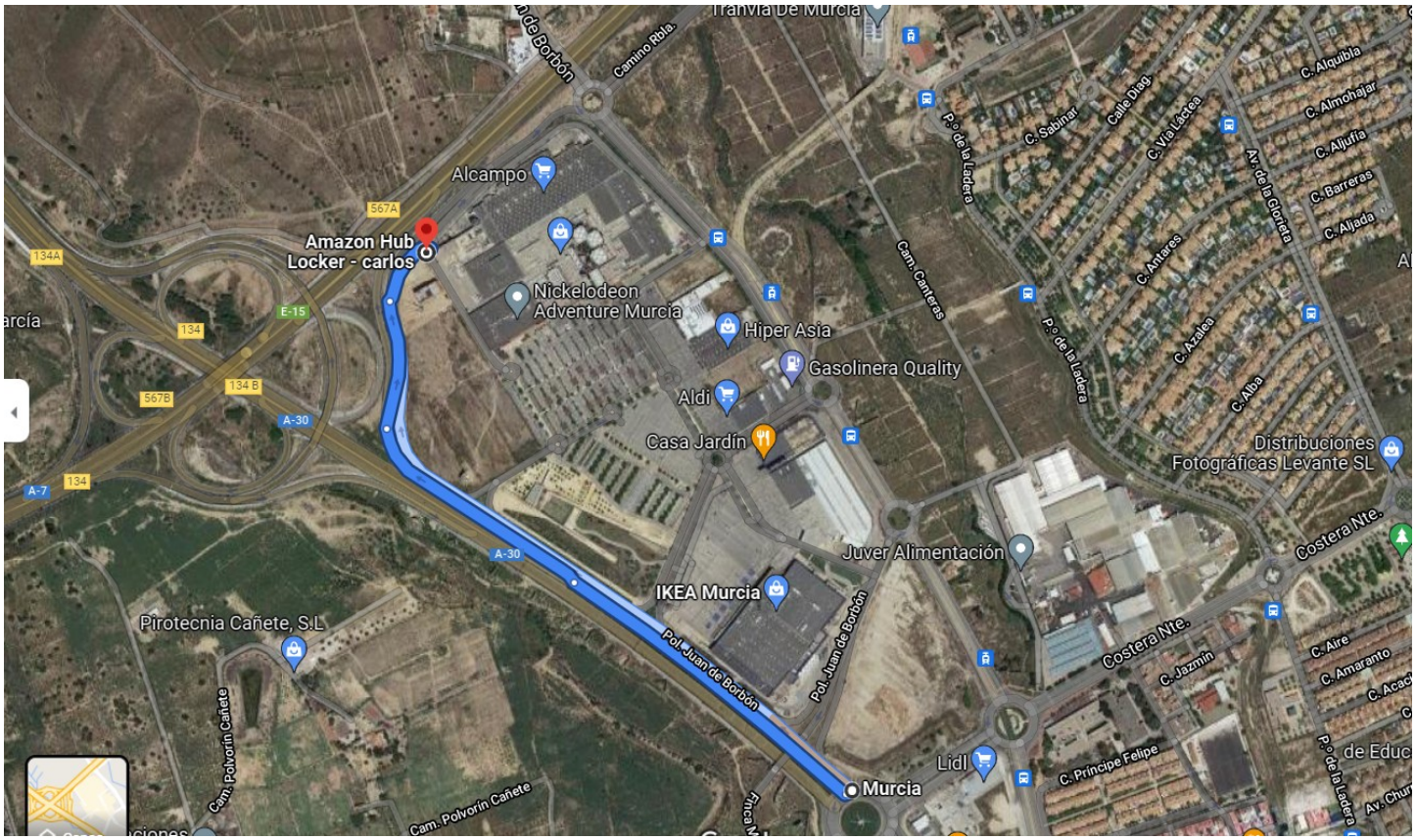
BOLETÍN 1

Fecha de actualización 25 de Diciembre

PUNTUABLE
LIGA REGIONAL MURCIANA DE O-PIE 2022, 1ª CARRERA.

CLUB ORGANIZADOR
Totana-o.
Director de la competición: Salvador Martínez Cánovas.
Coordinador Covid: Isabel Cuenca.
Colocadores: Fermín Barceló. Carolina Segura. María Teresa Barceló. Cristina Túdela
Salida: Pablo J. Costa, Ramón Segura, Bartolomé Molino, Isabel Cuenca,Irene
Meta y avituallamiento: Carlos, Salvador, Melchor
Entrega de tarjetas alquiladas:Raquel Tudela.
Sportident:Rosa Sánchez, Marta Martínez, Tomás .

ACCESOS



COORDENADAS DE ACCESO AL PARKING DEL CENTRO COMERCIAL

38°01'55.9"N 1°09'05.0"W

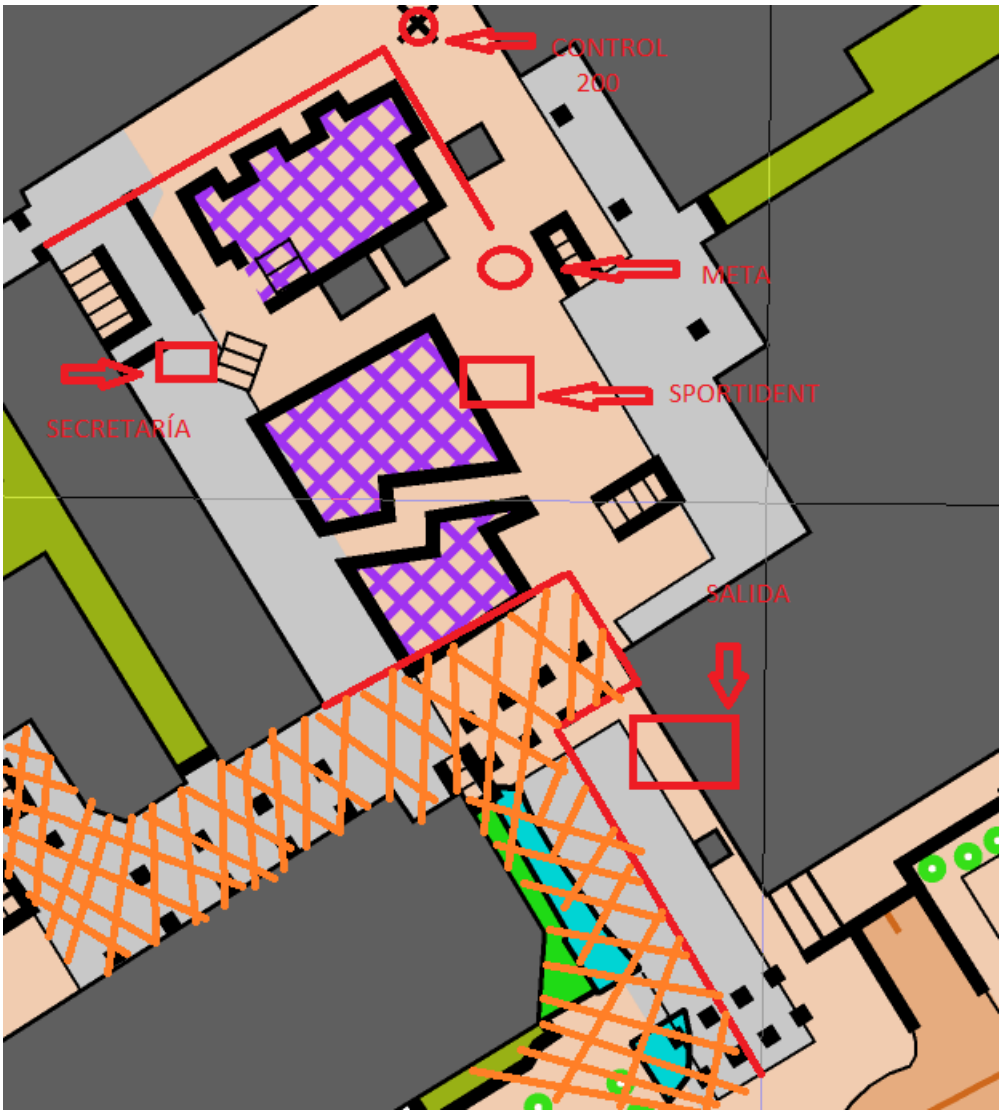
ÚNICA PUERTA DE ACCESO AL PARKING DEL CENTRO COMERCIAL

TODAS LAS DEMÁS ENTRADAS AL CENTRO COMERCIAL THADER ESTARÁN CERRADAS.

PROGRAMA DE LA COMPETICIÓN

- Cierre de inscripciones en la plataforma control200.com hasta las 00:00 horas del jueves 13 de enero.

- **Día de competición:**
    - Distancia de la zona de parking al centro de competición (zona de meta, zona de salida, secretaría y punto de información de la competición): 50 metros.
    - Distancia del aparcamiento a la salida: 50 metros.
    - Apertura de la mesa de entrega de tarjetas alquiladas: 08:15 horas.
    - Primera salida: 9:30.
    - Última salida: 11:30 horas.
    - Cierre de meta: 12:30 horas.
    - Entrega premios de la liga regional 2021: 13:00 horas



ACCESO DESDE EL PARKING A LA ZONA DE COMPETICIÓN.

El acceso desde el parking subterráneo del Centro Comercial se realizará por las escaleras mecánicas que dan acceso a la zona ajardinada exterior dónde esta la Noria.
Los deportistas deberán de permanecer en esa zona y en la zona superior dónde se encuentran los restaurantes.
El resto de zonas del centro comercial estarán prohibidas. Los accesos a zonas prohibidas estarán debidamente señalizados con vallas y cintas que no deberán de sobrepasar.

INSCRIPCIONES

A través de la plataforma control200
https://www.control200.com/Eventos.aspx
En la zona de competición no se podrán hacer inscripciones el día del evento.

ENTREGA DE PREMIOS DE LA LIGA REGIONAL MURCIA 2021.

LISTADO DE LOS PREMIADOS (EN BREVE)

MAPA

- Nombre del mapa: THADER, mapa nuevo, realizado en 2021 por Juan Fco. Sánchez.
- Nombre del trazador: Salvador Martínez Canovas.
- Escala de todos los mapas: 1/4000.
- Equidistancia: 2,5 metros.

COMPETICIÓN

- Tipo de carrera por orden de paso: en línea.
- Por distancia: Sprint.
- **Avituallamientos en carrera: No.**
- **Avituallamiento en meta: SI.**
- No habrá descripciones de controles impresas en papel en la salida, estas se podrán descargar de la web y el corredor se las podrá imprimir en casa (si irán impresas en el mapa)

- Reglamento de la Liga Regional Murciana de orientación a pie
- Formato de impresión: A4 a 1 cara.
- TARJETAS SPORTIDENT VÁLIDAS PARA CADA RECORRIDO:
- R01 **S.I. CARD 8, 9, 10, SIAC1**
- R02 **S.I. CARD 8, 9, 10, SIAC1**
- R03 **S.I. CARD 8, 9, 10, SIAC1**
- R04 **S.I. CARD 8, 9, 10, SIAC1**
- R05 **S.I. CARD 8, 9, 10, SIAC1**
- R06 **S.I. CARD 8, 9, 10, SIAC1**
- R07 **S.I. CARD 8, 9, 10, SIAC1**
- R08 **S.I. CARD 8, 9, 10, SIAC1**
- R09 **S.I. CARD 8, 9, 10, SIAC1**
- R10 **S.I. CARD 8, 9, 10, SIAC1**
- R11 **S.I. CARD 9 , 10, SIAC 1**

COMENTARIOS DEL TRAZADOR

Los trazados se han confeccionado teniendo en cuenta la características tan peculiares del mapa. Se ha intentado que sean carreras rápidas, dinámicas y divertidas, dónde la anticipación de los controles, elecciones de ruta, buena lectura de las descripciones de control van a determinar el resultado final de la carrera.
El tráfico en la zona de carrera va a estar cortado. Debemos de tener mucha precaución en zonas del mapa prohibidas cercanas a carreteras muy transitadas, siempre debemos correr por las aceras de las zonas permitidas.

REVISAR BIEN LOS NÚMEROS DE LOS CONTROLES
Al haber muchos controles en el monte y cercanos unos de otros.

DISTANCIAS, DESNIVELES Y CONTROLES

	Categorías	Distancia	Desnivel	Controles	Escala
R01	OPEN-AMARILLO	1,4 km	20 m	15	1/4000
R02	F-12, M-12	1,8 km	20 m	18	1/4000
R03	F-14, M-14	2,3 km	25 m	20	1/4000
R03	OPEN-NARANJA	2,3 km	25 m	20	1/4000
R04	F-16, F-21B	2,5 km	30 m	19	1/4000
R05	M-16, M-21B	2,6 km	35 m	22	1/4000
R05	OPEN-ROJO	2,6 km	35 m	22	1/4000
R06	F-55, F-65	2,6 km	35 m	21	1/4000
R07	F-18, F-45, M-65	2,8 km	50 m	20	1/4000
R08	F-35, M-55	2,8 km	50 m	26	1/4000
R09	M-18, M-45	2,9 km	50 m	27	1/4000
R10	F-21A, M-35	3,7 km	55 m	29	1/4000
R11	M-21A	4,1 km	60 m	33	1/4000

PROTOCOLO BÁSICO DE PRÁCTICAS DEPORTIVAS RESPONSABLES DE PROTECCIÓN

para el deporte de la orientación en la Región de Murcia, actualización 12 de octubre 2021:
https://docs.google.com/document/d/18iRGIku5tw0x-tFXyP73sPeXZkroeZ3SeG0HHTldP4s/edit?usp=sharing

Los cambios respecto al anterior protocolo son:

- En general, la pauta completa de vacunación, el uso de la mascarilla y el distanciamiento social se consideran la forma más eficaz de reducir al mínimo el riesgo de transmisión de la enfermedad, junto con las buenas prácticas de higiene, como el lavado regular de manos. A este respecto se recuerda que al entrar en la salida y al cruzar la línea de meta los corredores seguirán aplicándose gel hidroalcohólico proporcionado por la organización.
- Ya no se tomará la temperatura en la presalida.
- La mascarilla se la podrán retirar los corredores, guardándose para su posterior uso, en la zona de salida -3 siempre y cuando se garantice la separación de 1,5 m entre participantes. Durante la carrera no será obligatorio el uso de mascarilla, pero al cruzar la línea de meta la tendrán que volver a poner.
- Grupos en carrera: En los recorridos de iniciación se podrá hacer la carrera en pequeños grupos de un máximo de 10 y se les instruirá en las medidas de seguridad que deben cumplir en todo momento.

SERVICIOS MÉDICOS

En la zona de meta.