

# CARRERA FIESTA DE LOS MAYOS

DOMINGO 12 DE MAYO DE 2024



¡APÚNTATE!



LIGA REGIONAL MURCIANA O-PIE 2024 - LIGA ESCOLAR INVIERNO-PRIMAVERA 2024



## BOLETÍN 3.1

Los cambios o información añadida en el boletín 2 están en **VERDE**.

Los cambios o información añadida en el boletín 3 están en **AZUL**.

Los cambios o información de la última versión 3.1 están en **AMARILLO**

BOLETÍN 3.1.....	2
PRESENTACIÓN .....	3
PROGRAMA DE FIESTAS DE LOS MAYOS 2024 .....	3
COMÓ LLEGAR.....	4
TIENDA DE ORIENTACIÓN.....	4
INSCRIPCIONES.....	5
PROGRAMA .....	5
RUTA GUIADA.....	6
LIGA ESCOLAR .....	6
CENTRO DE COMPETICIÓN .....	7
DATOS TÉCNICOS .....	7
<b>O-TRACK</b> .....	9
<b>AVITUALLAMIENTOS EN CARRERA</b> .....	9
ZONA PROHIBIDA EN CARRERA .....	10
<b>TRAMOS BALIZADOS</b> .....	11
<b>DISTANCIAS Y DESNIVELES</b> .....	12
REGLAMENTOS.....	13
CUIDADO DEL MEDIO NATURAL.....	13
ORGANIGRAMA ORGANIZATIVO .....	14
DELEGADO FEDERATIVO.....	14
PREVENCIÓN DE RIESGOS E INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD .....	15
CONTACTO .....	16

## PRESENTACIÓN

El club ALHAMA COYM en colaboración con el Ayuntamiento de Alhama de Murcia y la Federación de Orientación de la Región de Murcia, organizará la quinta carrera de orientación de la Liga Regional Murciana de Orientación 2024 y cuarta de la Liga Regional Escolar 2024, que se celebrará el domingo 12 de mayo de 2024 en el mapa de La Muela de Alhama de Murcia.



## PROGRAMA DE FIESTAS DE LOS MAYOS 2024

<https://datos.alhamademurcia.es/descargas/10366n-folleto-fieta-mayos-2024.pdf>



## COMÓ LLEGAR

Cómo llegar a la zona de aparcamiento de la carrera:

<https://maps.app.goo.gl/PTL76bq6ypJ8MFuz7>

Para pernoctar en autocaravana:

- Zona de aparcamiento del Restaurante el Mirador de Gebas.
- Zona de aparcamientos de la urbanización Nueva España en Alhama de Murcia.



Está prohibido estacionar y pernoctar en cualquier tipo de vehículo, incluidas autocaravanas, en la zona de competición de 20:00 a 8:00 horas.

Distancias a pie:

- Distancia del aparcamiento al centro de competición: De 50 a 100 metros a pie.
- Distancia del centro de competición a la salida: 500 metros por itinerario balizado a pie **(12 a 15 minutos a ritmo tranquilo andando)**.
- Distancia de la meta a la descarga de Sportident: 50 metros a pie.

## TIENDA DE ORIENTACIÓN

En el centro de competición estará montada la tienda de:



## INSCRIPCIONES

**Vía de inscripción:** Todas las inscripciones se harán por la plataforma control200.com, en el siguiente enlace:

<https://www.control200.com/InfoEvento.aspx?Evento=227>

**Pagos:** Todas las inscripciones se abonarán con tarjeta bancaria.

**Tarifas:** <https://www.control200.com/Tarifas.aspx?Evento=227>

El día de la prueba no se podrán realizar inscripciones.

Plazos (ver programa de competición a continuación).

## PROGRAMA

**Antes de la carrera:**

**24:00 horas del miércoles 8 de mayo:** Cierre primer plazo de inscripciones sin recargo.

**21:00 horas del jueves 9 de mayo:** Plazo límite para abonar las inscripciones, vencido ese plazo se borrarán las inscripciones no pagadas.

**12:00 horas del sábado 11 de mayo:** Cierre del segundo plazo de inscripciones con recargo de 2 €, ***sujeto a disponibilidad de mapas.*** *Las inscripciones no pagadas al terminar este segundo plazo se borrarán.*



### El día de la carrera:

- 8:30, apertura del centro de competición, con la entrega de tarjetas Sportident alquiladas.
- 09:30, primera salida.
- 10:00, concentración de los escolares en el centro de competición.
- 10:15, concentración de participantes en el recorrido guiado en el centro de competición.
- 10:30, salidas de los escolares.
- 10:45, salida de los inscritos a la ruta guiada.
- 11:00, última salida.
- **14:30, cierre de meta.**

## RUTA GUIADA

Las personas no familiarizadas con el deporte de la orientación, que quieran iniciarse en el uso de la brújula e interpretación de un mapa de orientación, con ayuda de monitoras, podrán realizar este recorrido. Los inscritos deberán estar en el centro de competición a las 10:15 horas para recibir una breve charla introductoria y después realizar el recorrido buscando las balizas marcadas en el mapa.

Se recomienda llevar calzado y ropa apropiada y cómoda para andar por el monte, una mochila o bolsa con agua y muchas ganas de disfrutar y aprender las técnicas básicas de este deporte.

Es obligatorio inscribirse, como al resto de categorías.

## LIGA ESCOLAR

Esta prueba es la 4ª carrera puntuable de la Liga Escolar de la temporada 2024 organizada por la Federación de Orientación de la Región de Murcia.

**Para la Liga Escolar sólo hay un plazo de inscripción que es hasta las 24:00 horas del miércoles 13 de diciembre.**



Toda la información de la Liga Escolar se encuentra en la sección dedicada a esta competición de la web de la federación:

<https://www.orientacionmurciana.com/liga-escolar-regional/>

Los niños que vayan a participar en esta carrera en las categorías escolares deberán estar en el centro de competición a las 10:00 horas para recibir las instrucciones de los monitores.

## CENTRO DE COMPETICIÓN

- En el centro de competición estará la recogida de tarjetas Sportident alquiladas, siendo el mismo lugar donde se tendrán que devolver una vez finalizada la carrera.
- También estará el punto de descarga Sportident y recogida de tiempos realizados en carrera.
- En el centro de competición habrá un servicio sanitario de primeros auxilios.
- En el centro de competición habrá avituallamiento líquido de agua en garrafas con grifo, los corredores deberán llevar su propio vaso o mochila de hidratación para servirse el agua.

## DATOS TÉCNICOS

- **Mapa:** La Muela.
- **Cartografiado:**
  - 1ª versión: 1995 Lech Trzpil/Grzegorz Zwolinski/Robert Dragowsky.
  - 2ª versión: 2006 Jose Ant. García Murcia / Juan Ferra Casado.
  - 3ª versión: 2021 Juan Fco. Sánchez Sánchez.
- **Formato de impresión:** Ver tabla de distancias y desniveles.
- **Tipo de carrera:** En línea.
- **Por distancia:** Larga.



- **Trazador:** Manuel Ángel Paco Fernández.

- **Comentarios del trazador:**

- Carrera de **LARGA DISTANCIA** donde encontraréis varios tramos largos entre controles, las elecciones de ruta serán determinantes a lo largo de toda la prueba.
  - En cada uno de los tramos y con el cansancio acumulado los ataques a los controles serán también determinantes al final de cada tramo ya que los controles exigirán una orientación precisa y buena lectura mapa/terreno para no fallar.
  - La primera parte de los recorridos serán más lentos y con terreno más abrupto, para después continuar con una parte intermedia donde la carrera será más rápida utilizando una orientación más somera y ya en la parte final nos obligará a utilizar una orientación más precisa como si de una carrera media se tratara.
  - **Los recorridos pueden parecer a primera vista muy largos en distancia total, no olvidar que es modalidad larga distancia, pero después del primer tercio de carrera ésta será muy rápida y fluida.**
- **Sistema de cronometraje:** Todas las categorías utilizarán el sistema de control SportIdent y estarán configuradas en su modo Air+ (detección inalámbrica de paso) de tal manera que los participantes que dispongan de una tarjeta SIAC disfrutarán de las ventajas que ofrece este sistema. El resto de los corredores podrán utilizar sus tarjetas SI habituales. No se recomienda usar el modelo SI 5, y será responsabilidad, sólo del corredor, su uso. En el caso de no poseer tarjeta Sportident, tendrá que seleccionar la casilla “alquilar” al realizar la inscripción y la podrá recoger en la mesa del equipo SportIdent el día de la prueba.
  - **Importante:** Es obligatorio pasar por meta y descargar la información de la tarjeta electrónica en el puesto SportIdent, aunque no se haya completado la carrera.



- **Vestuario:** Se recomienda llevar protección en los tobillos debido a las características del terreno. La organización no dispondrá de guardarropas durante la competición.
- **CIERRE DE META:** **A las 14:30 horas.** Los corredores que a esa hora estén en el bosque deberán ir a la meta, y descargar su tarjeta Sportident.



## O-TRACK

[https://o-track.dk/es/temporary\\_events?filter\\_id=11841](https://o-track.dk/es/temporary_events?filter_id=11841)

Los corredores podrán subir su ruta en el servicio de O-Track (es necesario llevar un dispositivo propio para registrarlo y posteriormente subirlo).

## AVITUALLAMIENTOS EN CARRERA

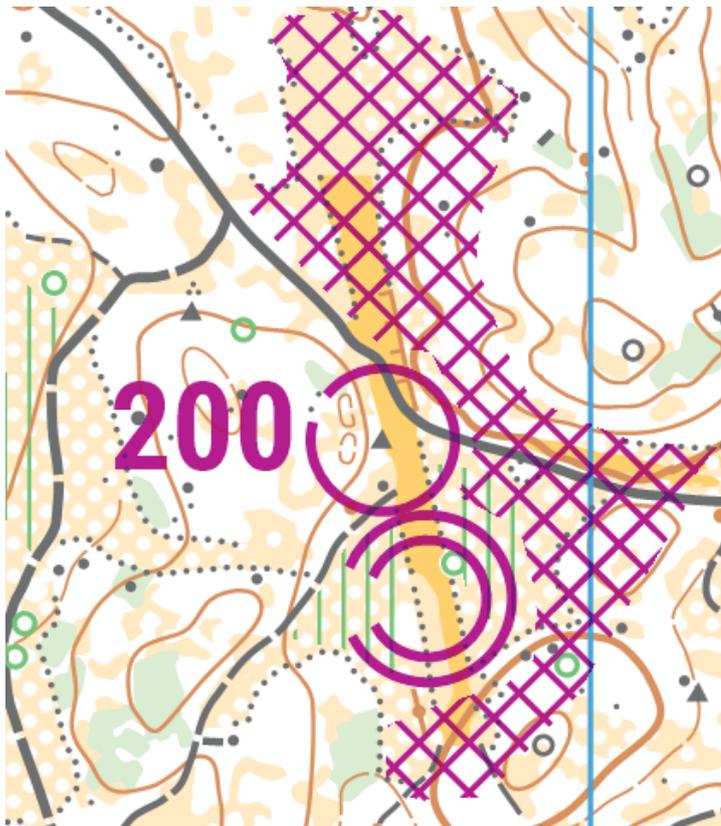
- Las categorías siguientes tendrán 3 puntos de avituallamiento líquido en carrera, mediante botellines de agua situados en cruces de caminos. Los botellines vacíos se depositarán en el lugar indicado por la organización mediante cinta de balizar y/o capazos para tirarlos, no estando permitido llevarse el botellín del lugar donde están depositados:

- M-14.
- F-16.
- M-16.
- OPEN-ROJO.
- F-18.
- F-21B.
- M-18
- M-21B.
- F-55.



- F-65.
- F-45.
- M-65.
- F-35.
- M-55.
- M-45.
- F-21A.
- M-35
- M-21A

## ZONA PROHIBIDA EN CARRERA

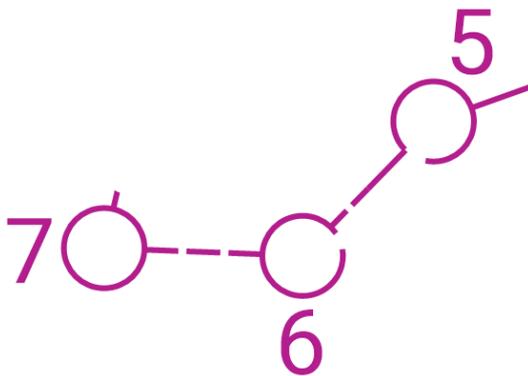


En carrera no se podrá pasar por esta zona marcada como prohibida, con el símbolo 709. Es un área inmediata al centro de competición y parking, que no estará balizada, pero con los límites naturales claramente identificables. Cruzarla en carrera supondrá la descalificación del corredor.

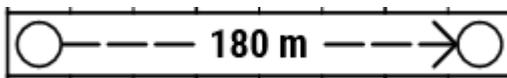
## TRAMOS BALIZADOS

Las categorías OPEN-AMARILLO, RUTA GUIDA, M-12, F12, OPEN-NARANJA, F-14, M-14, E-BENJAMIN, E-ALEVIN y E-INFANTIL tendrán un tramo entre controles parcialmente balizado (al final) y a continuación otro completamente balizado en el terreno con cinta de plástico de color amarillo que marcará el itinerario que deberán seguir los corredores.

Sobre el plano (falta el mapa) se marcará así (las líneas discontinuas marcan los tramos balizados):



En la descripción el tramo completamente balizado se identifica de la siguiente forma:



## DISTANCIAS Y DESNIVELES

R.	Categorías	Distancia	Desnivel	Controles	Escala	Agua en carrera	Formato impresión
R01	R GUIADO, OPEN-AMARILLO	2,5 km	60 m	10	1/7.500	NO	A4
R02	F-12, M-12	2,4 km	65 m	9	1/10.000	NO	A4
R03	F-14, OPEN-NARANJA	2,6 km	70 m	9	1/10.000	NO	A4
R04	M-14	3,3 km	90 m	10	1/10.000	SI	A4
R05	F-16	4,7 km	115 m	10	1/10.000	SI	A4
R06	M-16, OPEN-ROJO	4,9 km	130 m	10	1/10.000	SI	A4
R07	F-18, F-21B	7,1 km	190 m	12	1/10.000	SI	A4
R08	M-18, M-21B	7,5 km	200 m	12	1/10.000	SI	A4
R09	F-55, F-65	4,5 km	115 m	9	1/7.500	SI	A4
R10.1	F-45	5,6 km	140 m	10	1/10.000	SI	A4
R10.2	M-65	5,6 km	140 m	10	1/7.500	SI	A3
R11.1	F-35	6,5 km	185 m	12	1/10.000	SI	A4
R11.2	M-55	6,5 km	185 m	12	1/7.500	SI	A3
R12	M-45	7,6 km	195 m	11	1/10.000	SI	A4
R13	F-21A	7,8 km	225 m	12	1/15.000	SI	A4
R14	M-35	8,3 km	225 m	13	1/10.000	SI	A3
R15	M-21A	9,2 km	250 m	12	1/15.000	SI	A4
RE1	E-BENJAMIN	1,8 km	50 m	8	1/7.500	NO	A4
RE2	E-ALEVIN	1,8 km	50 m	9	1/7.500	NO	A4
RE3	E-INFANTIL	1,8 km	55 m	9	1/7.500	NO	A4

## REGLAMENTOS

Estos son los reglamentos vigentes que regulan esta competición:

- REGLAMENTO PARA LA SEGURIDAD Y CUIDADO DEL MEDIO AMBIENTE DE LAS PRUEBAS DE DEPORTE DE ORIENTACIÓN EN LA REGIÓN DE MURCIA: [https://docs.google.com/document/d/1NoSgf0rIvH-nOQ5q4UUeUQlxgT8Z\\_D07Z456Ao16Oz4/edit](https://docs.google.com/document/d/1NoSgf0rIvH-nOQ5q4UUeUQlxgT8Z_D07Z456Ao16Oz4/edit)
- REGLAMENTO DE ORGANIZACIÓN DE COMPETICIONES OFICIALES, COMÚN A TODAS LAS PRUEBAS Y DISCIPLINAS: <https://docs.google.com/document/d/19Wplxk1nbSmUfgwSV5uleWLZfEfvWolAct9VY61hmDg/edit>
- REGLAMENTO DE LIGA REGIONAL MURCIANA DE ORIENTACIÓN A PIE: <https://docs.google.com/document/d/1iS0Bpt-m4h7ZvbRXkwmyROZ0AB2RhzxOYxoECVc90eY/edit#heading=h.nf8xfta8df4t>
- REGLAMENTO DE LA LIGA REGIONAL ESCOLAR DE ORIENTACIÓN A PIE: [https://docs.google.com/document/d/1IWqgljL9hqXEaLF0n\\_a6wOH7kJE G50UPcQ6WDpDXhF0/edit](https://docs.google.com/document/d/1IWqgljL9hqXEaLF0n_a6wOH7kJE G50UPcQ6WDpDXhF0/edit)

## CUIDADO DEL MEDIO NATURAL

Medidas que adopta la federación y clubes asociados para el cuidado del medio natural: <https://www.orientacionmurciana.com/cuidado-del-medio-natural/>



## ORGANIGRAMA ORGANIZATIVO

Los voluntarios irán identificados con un chaleco de color verde con la imagen del club ALHAMA COYM.

Director del evento: José Aº Galián Ros.

Responsable seguridad: Francisco Rubio Morales.

TÉCNICA COLOCADOR PACO FERNANDEZ, MANUEL A.

TÉCNICA COLOCADOR GUIJARRO CARRILLO, ALEJANDRO

TÉCNICA COLOCADOR CLARES, JAVI

TÉCNICA COLOCADOR VICARIO RODRIGUEZ, RUBÉN

SPORTIDENT TÉCNICO PACO ANDREO, CRISTIAN

SALIDA COORDINADORA ROMERO SEVILLA, INMA

SALIDA LLAMADA -3 RUIPEREZ ROMERO, ALEX

SALIDA -2 TIFUI PIRHAN, MARIA

SALIDA -1 FUNES GAMBIN, REME

SALIDA ESCOLARES SANCHEZ ROMERO, ALBA

SALIDA ESCOLARES BAYON, DAVID

SALIDA START RUIPEREZ ROMERO, JAVI

R.GUIADO MONITORA RUIZ LOPEZ, MARIA DEL MAR

META SECRETARÍA GALIAN ROS, JOSE ANTONIO

META LÍNEA DE META RUBIO MORALES, PACO

PARKING VICENTE, JOSE

PARKING NOGUERA MARTINEZ, DOMINGO

## DELEGADO FEDERATIVO

Jesús Martínez Morales.



## PREVENCIÓN DE RIESGOS E INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD

1. Los orientadores participan en la prueba bajo su propia responsabilidad, asumiendo los riesgos inherentes a las carreras de orientación a pie.
2. En el caso de los menores de edad, además, los clubes respectivos son los responsables de asignar a sus orientadores al recorrido apropiado a su nivel físico y técnico, si el menor de edad no está asociado a un club, serán el padre, madre o tutor de este los responsables de la asignación.
3. Meteorología:
  - a. <https://www.accuweather.com/es/es/alhama-de-murcia/305938/daily-weather-forecast/305938?day=15>
4. Accesos y aparcamientos de los vehículos. Ver página 4 de este boletín.
5. Servicios sanitarios:
  - a. Habrá una ambulancia en centro de competición.
  - b. Protocolo federativo de accidentes activo: <https://www.fedo.org/web/licencias/seguro-deportivo> , el parte de accidente puede ser sellado por el club de pertenencia, o se puede pedir en la mesa de secretaria del centro de competición.



## CONTACTO

Con el club organizador por email: [alhamaorientacion@gmail.com](mailto:alhamaorientacion@gmail.com)

Para consultas más genéricas ponerse en contacto con la F.O.R.M.:  
<https://www.orientacionmurciana.com/contacto/>

