



#LOM2019

SABADO/SATURDAY:
CARRERA DISTANCIA MEDIA,
MIDDLE DISTANCE RACE. AGUILAS, MURCIA.
MAPA NUEVO PLAYA DEL ARROZ (NEW).
I TROFEO CIUDAD DE ÁGUILAS

DOMINGO/SUNDAY:
CARRERA DISTANCIA LARGA,
LONG DISTANCE RACE.
SALIDA EN MASA/MASS START.
MAPA FUENTE ATOCHA

16 Y 17 FEBRERO 2019





Comité organizador

- **Director de la prueba:** Juan Carlos Peñarrubia Blanch
- **Equipo técnico trazadores:** Miguel Girona Belmonte (Media) y José Antonio García Murcia (Larga)
- **Técnico Sportident:** Juan Alberto Flores Giner
- **Coordinador de colocadores:** Miguel Girona Belmonte
- **Coordinador de salidas:** Antonio Perán González y Rafael Martínez García
- **Inscripciones y Tesorería:** Joaquín Giner Manzanares
- **Patrocinadores:** Laura López García
- **Redes sociales y promoción:** Jesús Martínez Morales y José Amador Real López-Navarro
- **Logística:** Miguel Ángel Salas Pastor
- **Accesos y aparcamientos:** José Salas Jódar
- **Coordinador de seguridad:** José Antonio García Murcia

Jurado Técnico

PRUEBA MEDIA

- **Representante organización:** Miguel Girona Belmonte
- Jose Antonio Gomez Estrada (MURCIA-O)
- María Teresa Barceló Otálora (TOTANA-O)

PRUEBA LARGA:

- **Representante organización:** José Antonio García Murcia
- Salvador Martínez Cánovas (TOTANA-O)
- Esmeralda Ruiz Alonso (MURCIA-O)



Programa

- **Martes 12.02.2019**
 - 23:59: Finalización plazo ordinario inscripciones
- **Miércoles 13.02.2019**
 - 23:59: Finalización plazo inscripciones de vacantes
- **Viernes 15.02.2019:**
 - Publicación del número de dorsales
- **Sábado 16.02.2019 (Distancia media Mapa Nuevo Playa del Arroz)**
I TROFEO CIUDAD DE ÁGUILAS
 - 08:30h. Apertura del centro de competición en Águilas.
 - 10:00h. Primeras salidas prueba Media Distancia.
 - 11:30h. Últimas salidas prueba Media Distancia.
 - 12:30h. Entrega premios I TROFEO CIUDAD DE ÁGUILAS
- **Domingo 17.02.2019 (Distancia Larga con salida en masa):**
 - 08:30h. Apertura del centro de competición en Fuente Atocha.
 - 10:15h. Explicación procedimiento salida en masa.
 - 10:45h. Salida en masa



Inscripciones

Plazo límite: Hasta el martes 12 de Febrero de 2019 a las 23:59 horas.

- El miércoles 13, hasta las 23:59 horas, se volverán a reabrir las inscripciones hasta completar vacantes.
- Las inscripciones realizadas el día de la competición, siempre que haya vacantes, llevarán un recargo de 1€ y las pagará personalmente el corredor aunque éste pertenezca a un club asociado a la F.O.R.M.

Todas las inscripciones se realizarán en CONTROL 200

Los Clubes que necesiten factura la tienen que solicitar por correo electrónico a clublorcao@gmail.com comunicando los siguientes datos: Razón social (nombre del Club), C.I.F. y dirección fiscal

CATEGORÍAS y PRECIOS

M= Hombres **F=** Mujeres

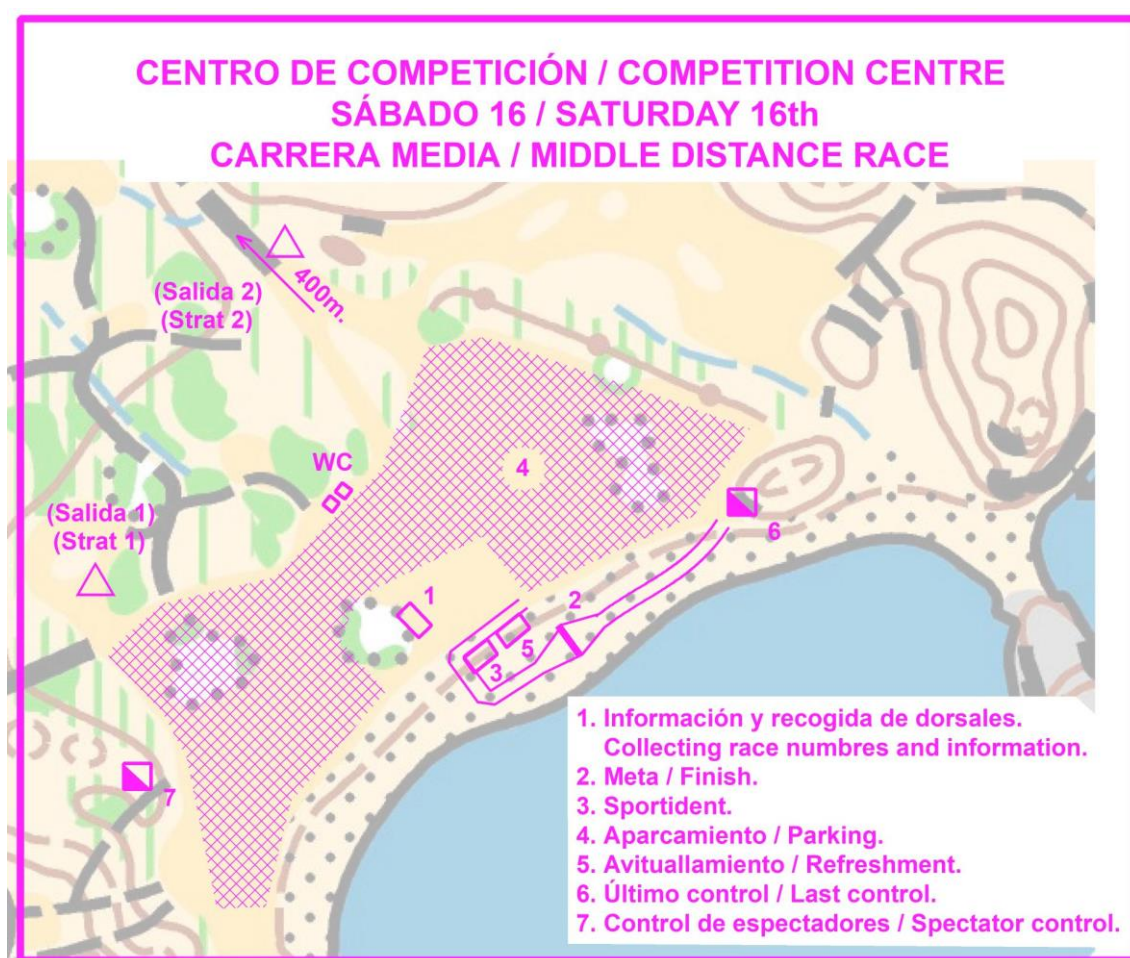
Categorías	Rango de edad	PRECIOS			
		CARRERA MEDIA Sábado 16 Febrero		CARRERA LARGA Domingo 17 Febrero	
		Con Licencia	Sin Licencia	Con Licencia	Sin Licencia
OPEN-AMARILLO	Sin límite de edad	4 €	5 €	4 €	5 €
OPEN-NARANJA	Sin límite de edad	4 €	5 €	4 €	5 €
OPEN-ROJO	Sin límite de edad	5 €	6 €	5 €	6 €
OPEN-EQUIPOS	Sin límite de edad	5 €	6 €	5 €	6 €
M/F-ALEVÍN (M/F-12)	2007 y posterior	4 €	7 €	4 €	7 €
M/F-INFANTIL (M/F-14)	2005 y 2006	4 €	7 €	4 €	7 €
M/F-CADETE (M/F-16)	2003 y 2004	4 €	7 €	4 €	7 €
M/F-JUVENIL (M/F-18)	Entre 1999 y 2002	4 €	7 €	4 €	7 €
M/F-SENIOR-A (M/F-21A)	Sin límite de edad	6 €	9 €	6 €	9 €
M/F-SENIOR-B (M/F-21B)	Sin límite de edad	6 €	9 €	6 €	9 €
M/F-ÉLITE (M/F-E)	Sin límite de edad	6 €	9 €	6 €	9 €
M/F-VETERANO-A (M/F-35)	Entre 1975 y 1984	6 €	9 €	6 €	9 €
M/F-VETERANO-B (M/F-45)	Entre 1965 y 1974	6 €	9 €	6 €	9 €
M/F-VETERANO-C (M/F-55)	Entre 1955 y 1964	6 €	9 €	6 €	9 €
M/F-VETERANO-D (M/F-65)	1954 o anterior	6 €	9 €	6 €	9 €
Escolar BENJAMÍN	2009 - 2010	0 €			
Escolar ALEVÍN	2007 - 2008	0 €			
Escolar INFANTIL	2005 - 2006	0 €			

Importante: Para la categoría M-Élite se necesita tarjeta SI con capacidad superior a 36 controles.

Alquiler SI	2 €/día (excepto OPEN Amarillo y Naranja)
-------------	---

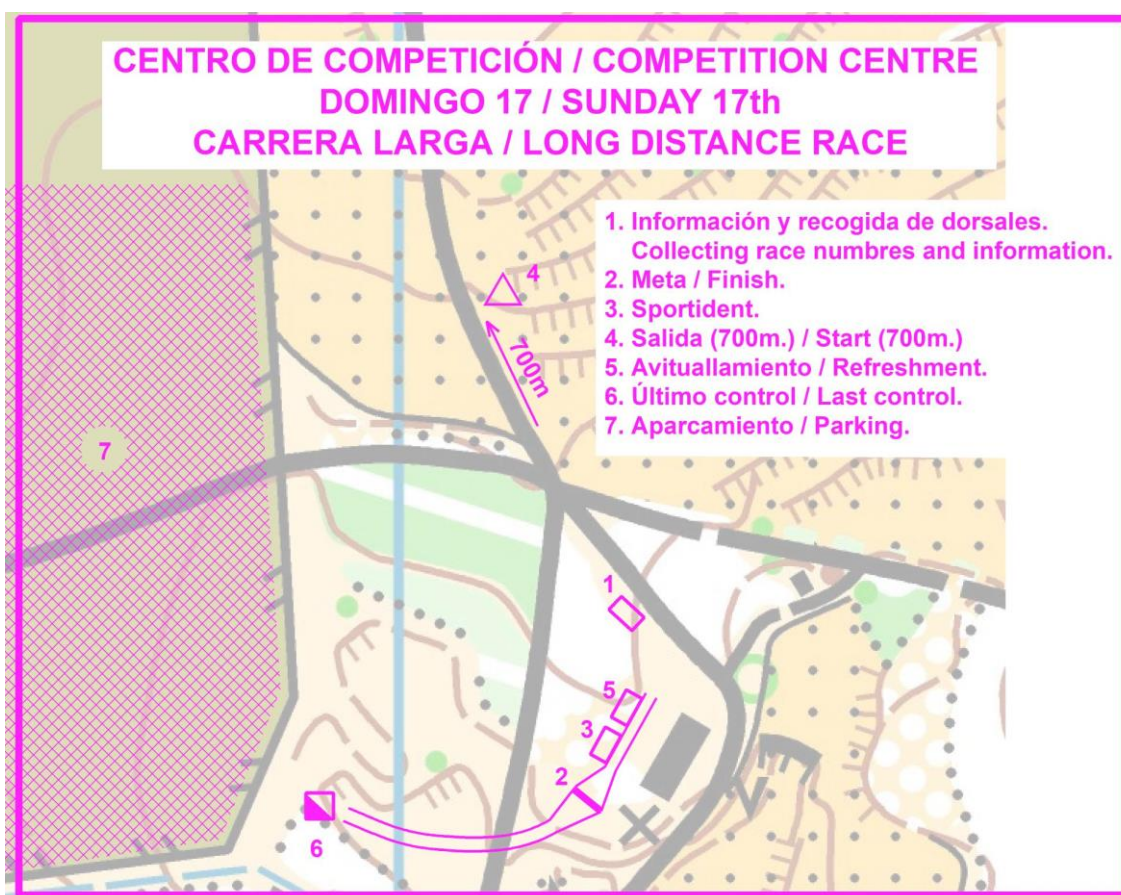


Zona competición Media
//
Competition Center Middle





Zona competición Larga distancia Salida en Masa
//
Competition Center Long Mass Start





Mapas y Terreno

- **Media distancia: Mapa Nuevo Playa del Arroz // SABADO 16.02.2019**

TRAZADOR: MIGUEL GIRONA BELMONTE

Este año la carrera media del LOM2019 se realizará en el término municipal de Águilas, en una zona costera, donde se ubica la **Playa del Arroz**. El terreno presenta desniveles suaves y moderados, salvo la parte sur donde las pendientes son elevadas. La vegetación se compone prácticamente de matorral, estando la presencia de arbolado reducida a ejemplares aislados o característicos. En todo caso esta vegetación no reducirá la velocidad de carrera. En la zona central hay abundantes detalles de relieve y vegetación, y una amplia red de senderos y caminos que exigirán una lectura atenta si queremos evitar errores.

Cartografía - Mario Rodríguez Martínez (abril 2016)

Revisión- José Antonio García Murcia (enero 2019)





SÍMBOLOS ESPECIALES



✕ Símbolo 531.0
Puesto de caza / Hunting point



○ Símbolo 530.0
Elemento artificial / Man made feature



✕ Símbolo 418.0
Árbol seco / Dry tree - Palmera / Palm tree

ESCALAS: 1/10.000 y 1/7.500. En la hoja de información de la prueba figura la escala correspondiente a cada categoría.

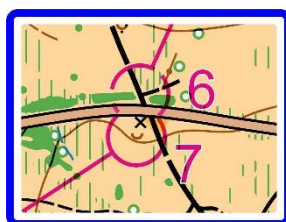
SALIDAS: Habrá dos salidas. En la hoja de información de la prueba figura la salida correspondiente a cada categoría.

- Salida 1, situada junto al aparcamiento y zona de meta.
- Salida 2, situada a 400m de la zona de meta (5´ andando).



INFORMACIÓN IMPORTANTE:

-La zona de carrera está dividida por una carretera. Los recorridos más largos la atraviesan en competición, para ello se han dispuesto dos controles que marcan un tramo neutralizado. El primer control para el tiempo de carrera, una vez cruzada la carretera se vuelve a activar el tiempo. Habrá personal de la organización controlando el paso por la carretera.



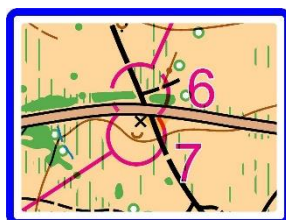
Está prohibido cruzar la carretera por cualquier otro lugar o desplazarse por la misma.

-Junto a la zona de meta habrá un control de espectadores por donde pasarán las categorías más altas.

-Está prohibido aparcar en zonas no indicadas por personal de la organización.

INFORMATION:

-The race zone is divided by a road. The longest routes cross it in competition, for this, two controls have been arranged that mark a neutralized section. The first control STOP race time, once the road is crossed, time is activated again. There will be staff of the organization controlling the passage on the road.



It is forbidden to cross the road by any other place or move around it.

- Next to the finish area there will be a control of spectators where the highest categories will pass.

-Parking is forbidden in areas not indicated by personnel of the organization.



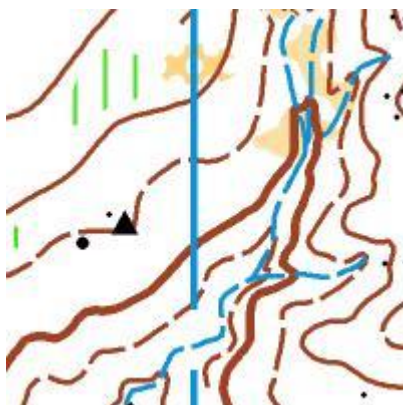
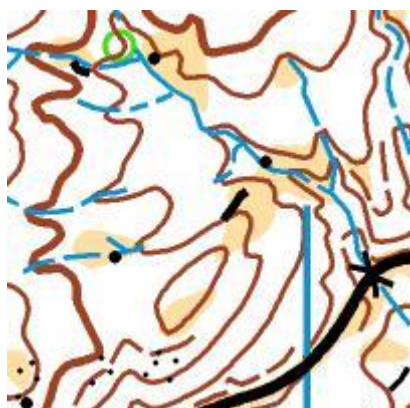
➤ **Long Distance Mass Start: Fuente Atocha // DOMINGO 17 FEBRERO**

TRAZADOR: JOSE ANTONIO GARCÍA MURCIA

Se trata de un bosque típico mediterráneo con un desnivel moderado y gran cantidad de detalle. Abundan las torrenteras y vaguadas que actuarán, en ocasiones, como obstáculo a tener en cuenta en las elecciones de ruta. La velocidad de carrera será variable, existiendo zonas donde la vegetación y el relieve dificultan sensiblemente el desplazamiento fluido (pinar de repoblación) y otras de bosque limpio y rápido.

Cartografía - Ondra Dostal e Rudy / Rui Antunes / Jose Batista (abril 2012)

Revisión- José Antonio García Murcia (diciembre 2018)



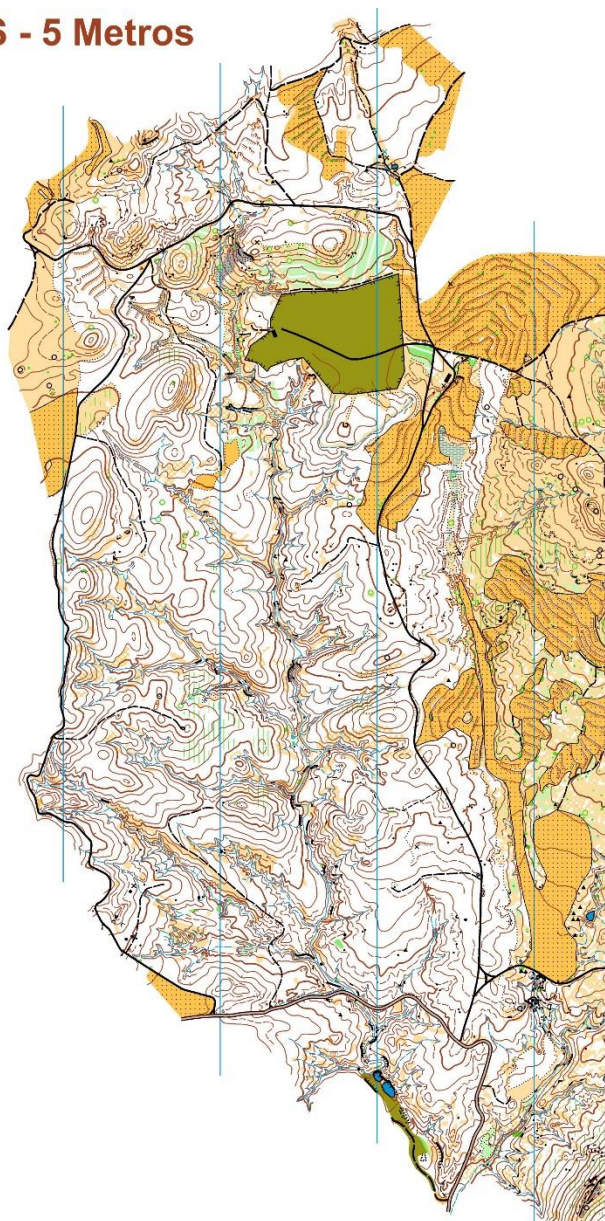


SIMBOLOS ESPECIALES:

S - 5 Metros



✕ Símbolo 531.0
Puesto de caza / Hunting post



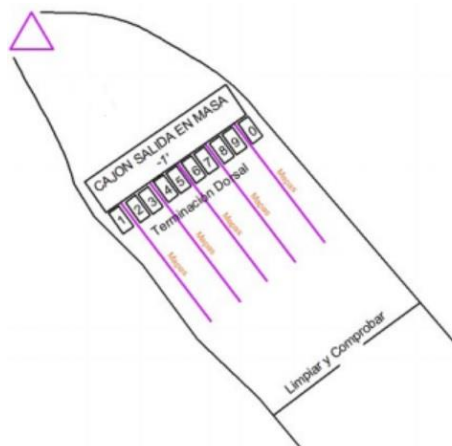
Mapa Antiguo

Fuente Atocha



ESCALAS: 1/10.000 y 1/7.500. En la hoja de información de la prueba figura la escala correspondiente a cada categoría.

SALIDA: La salida será en masa, salvo las categorías OPEN AMARILLO y M/F ALEVÍN (M/F12) que será a intervalos.



Desde la zona de meta y aparcamiento hay 700m hasta la salida, unos 10' andando.

MAPA DE CALENTAMIENTO: En la tienda de inscripciones estará disponible un mapa de calentamiento que indicará la ubicación de la zona de salida. Está prohibido salir fuera del área que cubre el mapa.

AVITUALLAMIENTOS: Habrá avituallamiento líquido en carrera (agua) para los recorridos más largos. En la hoja de información de la prueba figura el número de avituallamientos disponibles en cada recorrido. Está prohibido sacar botellas o tapones de la zona delimitada para el avituallamiento.

INFORMACIÓN:

- Debido a la cercanía de controles (situados de acuerdo a la normativa) se aconseja estar atentos al código del control.
- En los recorridos de OPEN AMARILLO y M/F ALEVÍN (M/F12) habrá un tramo señalado con cintas.
- Las zonas de cultivo en uso están prohibidas cruzarlas. Para evitar esto se ha dispuesto un pasillo (indicado en el mapa) en un cultivo junto al aparcamiento.

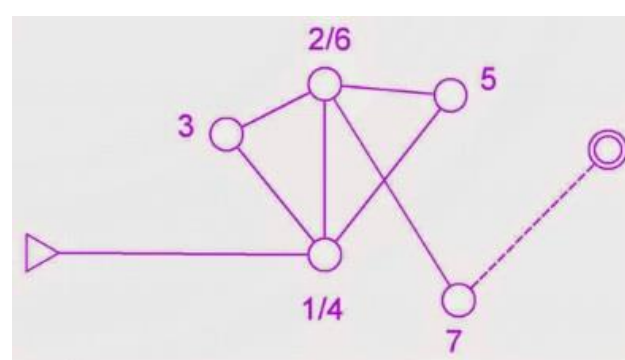
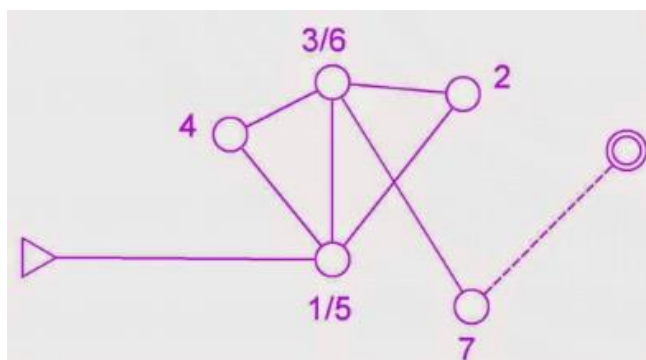
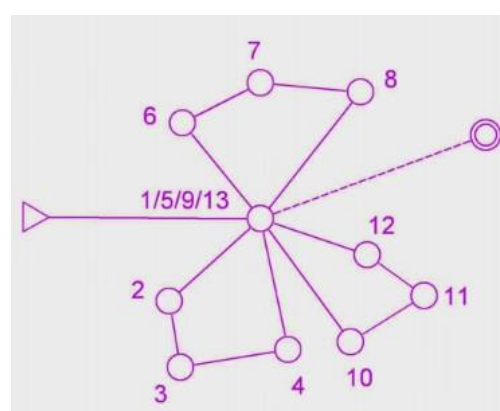
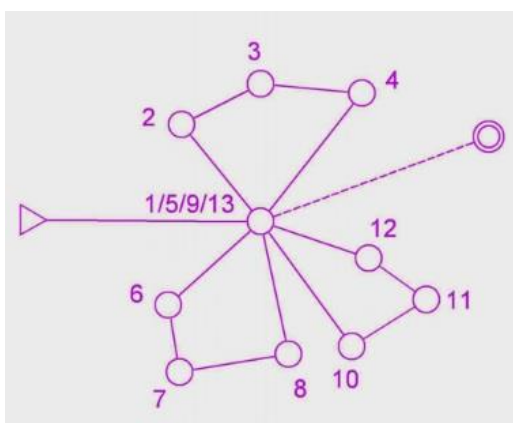


ESPECIALIDADES SALIDA EN MASA

El formato que hemos escogido para la prueba de larga distancia es con salida en masa.

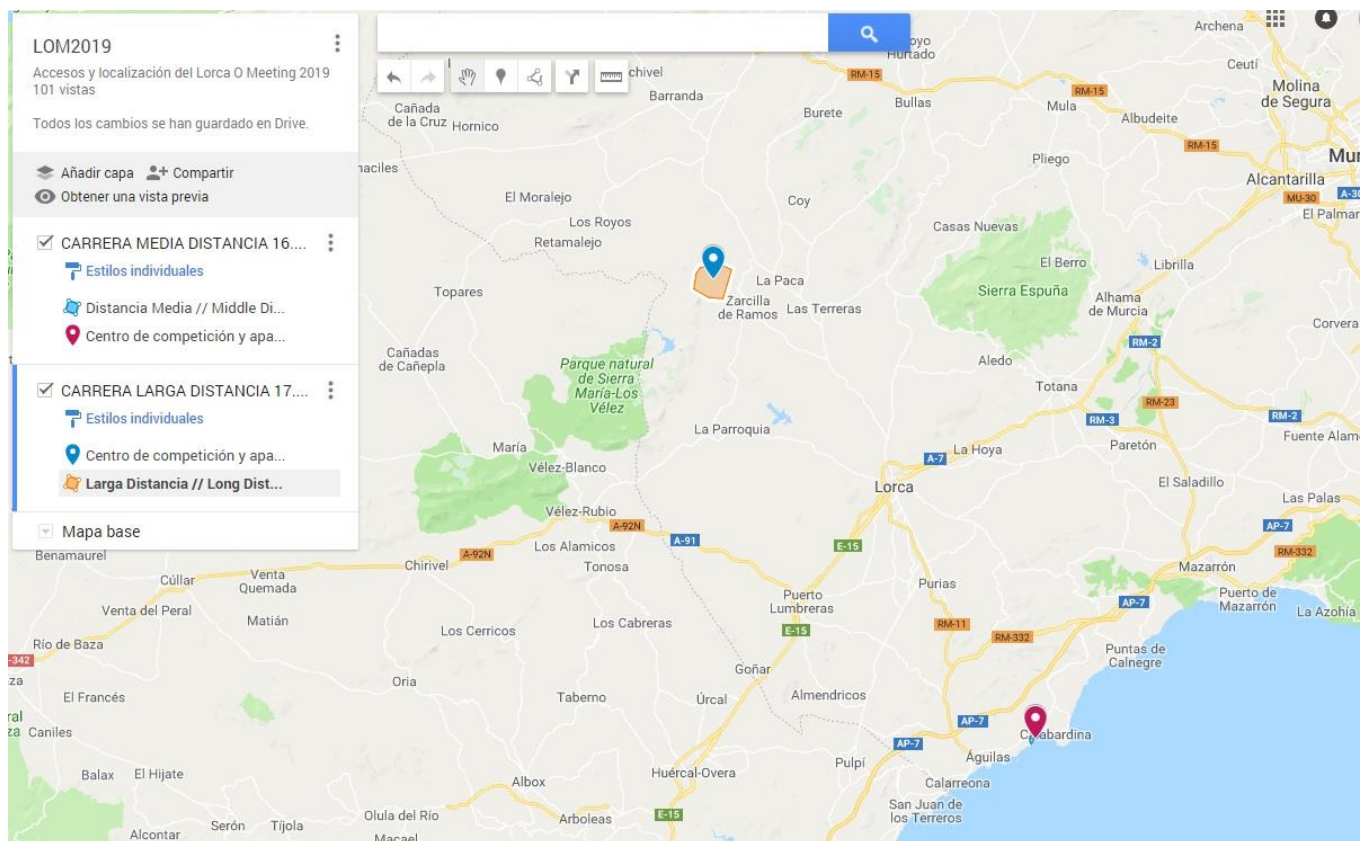
Para mantener el elevado componente técnico de la prueba que podría desvirtuarse por ser una salida en masa y convertirse en un "cross", cada corredor tendrá un mapa único y diferente a los del resto de su categoría.

Para ello, hemos diseñado los trazados de manera que aparezcan variantes que cada corredor realiza en un orden distinto. **IMPORTANTE:** Al final, todos habrán realizado los mismos controles y en el mismo sentido.





Accesos y localización



Toda la información detallada sobre accesos y localizaciones se encuentra en este enlace:

https://www.google.com/maps/d/u/1/viewer?ll=37.65437427675972%2C-1.7298992000000908&z=10&mid=1SfSlPmMMib4tt_83Pvy8WG0tlhZ0h5hS



Distancias y Desniveles

Categorías	Trofeo CIUDAD DE ÁGUILAS Media / Middle Playa del Arroz 16-02-2019				
	Distancia (km.)	Desnivel (m.)	Nº. de controles	Escala	Salida
ESCOLAR BENJAMÍN	1,6	20	10	1/7.500	1
ESCOLAR ALEVIN	1,7	40	10	1/7.500	1
ESCOLAR INFANTIL	2,0	45	10	1/7.500	1
OPEN-AMARILLO	1,9	40	11	1/7.500	1
OPEN- NARANJA	2,5	65	13	1/7.500	1
OPEN-ROJO	3,4	95	14	1/10.000	1
OPEN-EQUIPOS	2,9	90	13	1/7.500	1
F-ALEVIN (F-12)	2,2	50	12	1/7.500	1
F-INFANTIL (F-14)	2,5	65	13	1/7.500	1
F-CADETE (F16)	2,7	80	12	1/7.500	1
F-JUVENIL (F-18)	3,4	95	14	1/10.000	1
F-SENIOR-B (F-21B)	2,7	80	12	1/7.500	1
F-SENIOR-A (F-21A)	3,9	105	20	1/10.000	2
F-ELITE (F-E)	4,9	135	22	1/10.000	2
F-VETERANA-A (F-35)	3,9	105	20	1/10.000	2
F-VETERANA-B (F-45)	3,4	95	14	1/10.000	1
F-VETERANA-C (F-55)	3,0	95	15	1/7.500	1
F-VETERANA-D (F-65)	3,0	95	15	1/7.500	1
M-ALEVIN (M-12)	2,2	50	12	1/7.500	1
M-INFANTIL (M-14)	2,5	65	13	1/7.500	1
M-CADETE (M16)	2,9	90	13	1/7.500	1
M-JUVENIL (M-18)	4,5	125	20	1/10.000	2
M-SENIOR-B (M-21B)	2,9	90	13	1/7.500	1
M-SENIOR-A (M-21A)	4,9	135	22	1/10.000	2
M-ELITE (M-E)	5,7	180	25	1/10.000	2
M-VETERANO-A (M-35)	4,9	135	22	1/10.000	2
M-VETERANO-B (M-45)	4,5	125	20	1/10.000	2
M-VETERANO-C (M-55)	3,9	105	20	1/7.500	2
M-VETERANO-D (M-65)	3,4	95	14	1/7.500	1



Categorías	LOM 2.019 Larga / Long Fuente Atocha – LORCA 17-02-2019					
	Distancia (km.)	Desnivel (m.)	Nº. de controles	Escala	Avituallamientos en carrera	Tipo de salida
OPEN-AMARILLO	2,4	50	9	1/7.500	–	Intervalos
OPEN- NARANJA	3,0	110	11	1/7.500	1	Masa
OPEN-ROJO	3,9	155	16	1/10.000	1	Masa
OPEN-EQUIPOS	3,4	130	14	1/7.500	1	Masa
F-ALEVIN (F-12)	2,6	70	10	1/7.500	–	Intervalos
F-INFANTIL (F-14)	3,0	110	11	1/7.500	1	Masa
F-CADETE (F16)	3,5	140	15	1/10.000	1	Masa
F-JUVENIL (F-18)	4,0	175	19	1/10.000	1	Masa
F-SENIOR-B (F-21B)	4,0	175	19	1/10.000	1	Masa
F-SENIOR-A (F-21A)	4,5	205	20	1/10.000	1	Masa
F-ELITE (F-E)	6,2	275	25	1/10.000	2	Masa
F-VETERANA-A (F-35)	4,5	205	20	1/10.000	1	Masa
F-VETERANA-B (F-45)	3,5	150	18	1/7.500	1	Masa
F-VETERANA-C (F-55)	3,0	120	15	1/7.500	–	Masa
F-VETERANA-D (F-65)	3,0	120	15	1/7.500	–	Masa
M-ALEVIN (M-12)	2,6	70	10	1/7.500	–	Intervalos
M-INFANTIL (M-14)	3,4	130	14	1/7.500	1	Masa
M-CADETE (M16)	3,9	155	16	1/10.000	1	Masa
M-JUVENIL (M-18)	4,8	205	21	1/10.000	1	Masa
M-SENIOR-B (M-21B)	4,8	205	21	1/10.000	1	Masa
M-SENIOR-A (M-21A)	6,1	275	25	1/10.000	2	Masa
M-ELITE (M-E)	9,1	385	34(*)	1/10.000	3	Masa
M-VETERANO-A (M-35)	6,2	275	25	1/10.000	2	Masa
M-VETERANO-B (M-45)	5,3	230	23	1/7.500	1	Masa
M-VETERANO-C (M-55)	4,5	205	20	1/7.500	1	Masa
M-VETERANO-D (M-65)	3,5	150	18	1/7.500	1	Masa

(*) **Importante:** Se necesita una tarjeta SI con capacidad superior a 34 controles.



Organizadores



◀ SPORT & ORIENTEERING CAMPS ▶

CLUB LORQUINO DE CARRERAS DE
ORIENTACION EN LA NATURALEZA

