

La muela del Fontanar

CAMPEONATO REGIONAL DE LARGA DISTANCIA 2026

2ª PRUEBA DE LA LIGA REGIONAL MURCIANA - 2ª PRUEBA DE LIGA ESCOLAR 2026

ORIENTACIÓN en PLIEGO

La Muela del Fontanar

15 de marzo de 2026

**BOLETÍN E
INSCRIPCIONES EN
WWW.CONTROL200.COM**

CAMPEONATO REGIONAL DE LARGA DISTANCIA 2026

2ª prueba Liga Regional Murciana

2ª prueba Liga Escolar



Consejo
Superior
de Deportes



Federación **MURCIANA** de
ORIENTACIÓN



1. PRESENTACIÓN

2. PROGRAMA

3. INFORMACIÓN TÉCNICA

4. CATEGORÍAS

5. DISTANCIAS Y DESNIVELES

6. ACCESOS Y LOCALIZACIONES

7. INSCRIPCIONES Y RESULTADOS

8. MEDIO AMBIENTE

9. TERRENO Y COMENTARIOS DEL TRAZADOR

10. REGLAMENTOS

11. ORGANIZADORES Y COLABORADORES

12. CONTACTO



1. PRESENTACIÓN.

Desde ASON os damos la bienvenida al Campeonato Regional de Larga Distancia 2026, nuestra nueva prueba del calendario regional, que organizamos el próximo domingo, 15 de marzo de 2026. En esta ocasión, el mapa elegido es el de la Muela del Fontanar, en Pliego. Un mapa que creemos que reúne las mejores condiciones para la práctica de nuestro deporte, más aún en esta época del año. Esperamos que disfrutéis de la carrera y podáis alcanzar vuestro mejor nivel de desempeño en una gran mañana de deporte y naturaleza.

La Muela del Fontanar, situada en el municipio de Pliego (Murcia), destaca por ser un enclave natural estratégico que combina altos valores paisajísticos, geológicos y de biodiversidad, sirviendo además como un área recreativa para deportes en el medio natural de gran relevancia.

Valores Ambientales y Naturales:

- Biodiversidad y vegetación: El área cuenta con terreno forestal estratégico, caracterizado por vegetación típica mediterránea. Es notable por su flora autóctona adaptada a condiciones áridas y esparragueras.
- Importancia ecológica: Actúa como un pulmón verde y un corredor biológico natural que conecta la Sierra Espuña con el valle del río Mula, manteniendo la conectividad ecológica de la zona.
- Geomorfología: La Muela es una formación geológica destacada (tipo "muela" o meseta elevada) que proporciona un hábitat diverso para fauna local y flora rupícola en sus escarpes.

La Muela del Fontanar funciona como un enclave de protección donde se busca compatibilizar la conservación de la naturaleza con las actividades turísticas y recreativas de bajo impacto.



2. PROGRAMA

- 9:15 - Apertura del centro de competición y entrega de tarjetas SI de alquiler
- 9:30 - Salida de los primeros corredores
- 10:00 - Reunión de los inscritos en LIGA ESCOLAR
- 10:30 - Salida de la RUTA GUIADA
- 11:30 - Salida de últimos corredores
- 13:00 - Entrega de trofeos
- 13:30 - Cierre de meta

Todo corredor que a las 13:30 se encuentre en carrera, deberá dirigirse inmediatamente a la zona de meta y pasar por la mesa de descarga de Sportident, al encontrarse ya fuera tiempo.

3. INFORMACIÓN TÉCNICA

Mapa:	La MUELA DEL FONTANAR
	Cartógrafo: Juan Francisco Sánchez (2017)
	Número de Registro FEDO: MU-2100-18
	Revisión: Carlos Martínez (febrero de 2026)
Modalidad:	Larga distancia
Orden de paso:	En línea
Escala:	1/10.000
Trazador:	Carlos Martínez Cárcel

IMPORTANTE

Habrá varios cultivos en el mapa representados con el símbolo de prohibido el paso. Estas zonas no podrán ser atravesadas bajo ningún concepto. El incumplimiento de esta norma supondr  la descalificación del corredor o corredora conforme al reglamento vigente.

4. CATEGORÍAS Y CUOTAS

CATEGORÍAS	AÑO DE NACIMIENTO
OFICIALES	
U10	Nacidos hasta 2016
M/F 12	2014
M/F 14	2012
M/F 16	2010
M/F 18	2008
M/F 21B	Sin límite de edad
M/F 21 ÉLITE	
M/F 35	1991
M/F 45	1981
M/F 55	1971
M/F 65	1961
PROMOCIÓN	

OPEN AMARILLO	Sin límite de edad
OPEN NARANJA	
OPEN ROJO	
RUTA GUIADA	
E-BENJAMÍN	Nacidos hasta 2016
E-ALEVÍN	2014
E-INFANTIL	2012

CUOTAS		
CATEGORÍAS	CON LICENCIA	SIN LICENCIA
U10, M/F12, M/F14, M/F16, M/F18	5€	+5€
M/F21B, M/F21ÉLITE, M/F35, M/F45, M/F55, M/F65, OPEN ROJO	7€	+6€
OPEN AMARILLO, OPEN NARANJA, RUTA GUIADA	5€	+1€
★ Recargo de 2€ en las inscripciones realizadas en el segundo plazo ★ Recargo de 2€ por alquiler de pinza SportIdent en categorías U10, MF12, MF14, MF16, MF18, MF21B, MF21ÉLITE, MF35, MF45, MF 55, MF65 ★ Inscripciones gratuitas en las categorías E-Benjamín, E-Aevín y E-Infantil		

5. DISTANCIAS Y DESNIVELES

CATEGORÍAS FEMENINAS

CATEGORÍA	DISTANCIA	DESNIVEL	CONTROLES
F12	2,5	100	12
F14	2,8	120	11
F16	3,0	120	10
F18	3,3	125	11
F21B	3,3	125	11
F21 ÉLITE	5,5	250	21
F35	3,5	150	11
F45	3,0	120	11
F55	2,2	80	9
F65	2,2	80	9

CATEGORÍAS MASCULINAS

CATEGORÍA	DISTANCIA	DESNIVEL	CONTROLES
U10	2,4	90	11
M12	2,5	100	12
M14	2,8	120	11
M16	3,3	135	10
M18	3,9	160	11
M21B	4,1	190	13

M21 ÉLITE	6,7	300	24
M35	5,5	250	21
M45	5,2	240	17
M55	3,6	150	11
M65	3,0	110	11

CATEGORÍAS DE PROMOCIÓN

CATEGORÍA	DISTANCIA	DESNIVEL	CONTROLES
RUTA GUIADA	2,4	90	11
OPEN AMARILLO	2,4	90	11
OPEN NARANJA	2,8	120	11
OPEN ROJO	3,3	135	10

CATEGORÍAS ESCOLARES

CATEGORÍA	DISTANCIA	DESNIVEL	CONTROLES
E-BENJAMÍN	2,4	90	11
E-ALEVÍN	2,5	90	11
E-INFANTIL	2,7	110	11

LIGA ESCOLAR 2026



Esta carrera es la segunda del calendario de la liga escolar 2026. La liga escolar es una competición de promoción que organiza la FORM en colaboración con la Dirección General de Deportes, dentro del Programa de Deporte en Edad Escolar 2026.

Las tres categorías (E-Benjamín, E-Alevín y E-Infantil) son mixtas, y en ellas se participa por escuela de club o por centro educativo, siendo estos responsables los que realizan las inscripciones de los corredores. En las carreras propiamente dichas, hay monitores ayudar durante la competición y enseñar las primeras nociones del deporte a los participantes novatos. Además, los recorridos son adaptados, mayor sencillez que los

recorridos oficiales.

Al llegar a la carrera, todos los escolares deben pasar por el centro de competición a recoger la pinza sportident de la que disponen, al finalizar la carrera deberán devolverla.

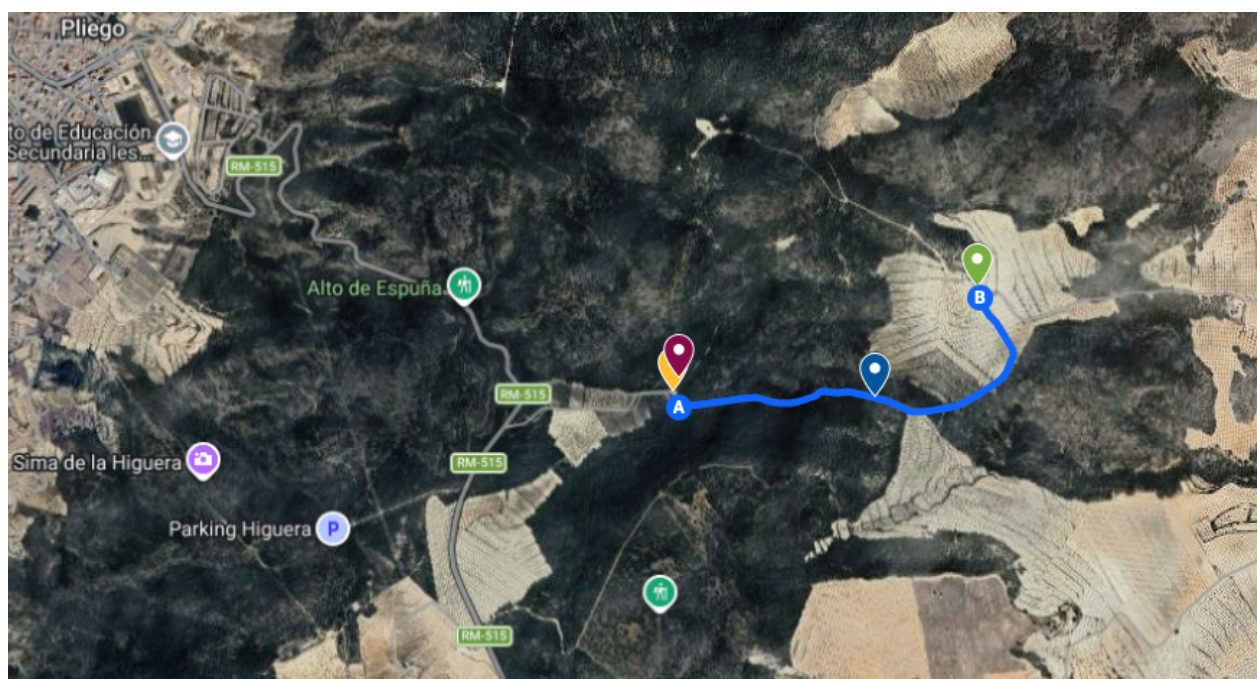
La hora de encuentro con el monitor o monitores de cada evento es a las 10:00 en el centro de competición.

Se recomienda llevar brújula.

6. ACCESOS Y LOCALIZACIONES

[ENLACE AL MAPA DE LOCALIZACIONES](#)

[ACCESO DESDE LA CARRETERA RM 515](#)



El acceso más sencillo es desde la carretera **RM 515**.

- **Viniendo desde la autovía del Noroeste** hay que tomar la salida de Mula, a continuación seguir en dirección a Pliego, pasar el pueblo y subir el alto de Espuña para girar hacia la izquierda con precaución, en el acceso a la ubicación de la carrera.
- **Viniendo desde la autovía A7** hay que tomar la salida de Alhama de Murcia y dirigirse en dirección Gebas - Pliego por la RM 515, pasar Gebas, los cruces de Fuente Librilla y el Berro, y antes del alto de Espuña, girar a la derecha en el acceso a la ubicación de la carrera.

La carretera RM 515 por la que se accede a la zona de carrera suele ser muy frecuentada por ciclistas, más aún los fines de semana, por lo que recomendamos que circulen con precaución respetando las distancias de seguridad.

7. INSCRIPCIONES Y RESULTADOS

Las inscripciones se realizarán en la plataforma www.control200.com

Hay dos plazos de inscripción:

- El primer plazo (sin recargo) finaliza el miércoles 11 de marzo a las 23:59h.
- El segundo plazo (con recargo de 2€ y sujeto a la disponibilidad de horas de salida y mapas impresos) finaliza el sábado 14 de marzo a las 12:00h.

Todas las inscripciones se abonarán con tarjeta bancaria a través de la plataforma CONTROL200. Aquellos clubes no pertenecientes a la FORM que quieran realizar el pago de las inscripciones por transferencia bancaria deben solicitarlo al correo electrónico asonsantomera@hotmail.com

Los resultados se podrán consultar en control200 después de la carrera. Posteriormente, también estarán subidos a la aplicación O-TRACK.

8. MEDIO AMBIENTE

En este enlace se pueden consultar las medidas que adopta la federación y clubes asociados para el cuidado del medio natural en la celebración de las carreras:

<https://www.orientacionmurciana.com/cuidado-del-medio-natural/>

Aprovechamos para recordar que nuestro campo de juego es el medio natural, por lo que tener un comportamiento cívico y respetuoso durante toda la competición es obligación de todos; no



salir de la zona de mapa, y por supuesto, tener un respeto máximo con la flora y fauna de la zona, y avisar a la organización de la carrera ante cualquier incidencia.



9. TERRENO Y COMENTARIOS DEL TRAZADOR

El terreno de la Muela de Fontanar presenta el carácter típico de la montaña murciana: laderas marcadas, desniveles continuos y relieves bien definidos, sin presencia de microrelieve. La lectura del mapa será generalmente clara, pero la exigencia vendrá dada por la acumulación de subida y la correcta interpretación del relieve para optimizar el esfuerzo.

Tras las últimas lluvias la vegetación se encuentra más alta y verde de lo habitual, lo que penalizará abandonar las zonas más corribles. Elegir bien por dónde progresar será tan importante como orientarse, especialmente en los tramos largos.

La carrera es de larga distancia, con predominio de elecciones de ruta y progresión sostenida, combinadas con bucles de cambio de ritmo y navegación más precisa. Los tramos largos requerirán planificación previa y control del desnivel, mientras que en los bucles será clave reajustar la concentración para mantener la fluidez de carrera.

Se han ajustado distancias y desniveles para mantener los tiempos de ganador dentro de lo reglamentario. La diferencia estará en la capacidad de enlazar buenas elecciones de ruta con continuidad de carrera. Los corredores que sepan anticipar el relieve y mantener continuidad de navegación entre controles marcarán las diferencias.



10. REGLAMENTOS

Este otro enlace conduce a los reglamentos de las competiciones y los protocolos vigentes de la Federación de Orientación de la Región de Murcia:

<https://www.orientacionmurciana.com/reglamentos/>

Los y las deportistas participan en la prueba bajo su propia responsabilidad, asumiendo los riesgos inherentes a las carreras de orientación a pie. En el caso de los menores de edad, además, los clubes respectivos son los responsables de recomendar a sus orientadores el recorrido apropiado a su nivel físico y técnico. Si se trata de un menor de edad que no está asociado a un club, serán los padres, madres o tutores legales de este los responsables de la asignación a la categoría correspondiente.

Servicios sanitarios:

- a) Habrá una ambulancia en el 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 secretaría del centro de competición.



11. ORGANIZADORES Y CONTACTO

ORGANIZADORES	
Director	José Antonio Hernández Serrano
Trazador	Carlos Martínez Cárcel
Jueces cronometradores	Roberto Sánchez y Víctor Cámara
Colocadores	Jesús Gómez, Antonio Pérez, Arturo Rodríguez, Paloma Martínez, Ramón Marquina, Toni Villaescusa.
Secretaría	
Salidas	Pepe Gracia y Mari Carmen Rubio
Ruta guiada	Toni Villaescusa y Ramón Marquina
Avituallamiento	
Delegado federativo	José Antonio García Murcia
CONTACTO	
★ asonsantomera@hotmail.com ★ IG: @asonsantomera ★ 626560876	

12. COLABORADORES Y PATROCINADORES



Federación **MURCIANA** de
ORIENTACIÓN

