

CARRERA LIGA REGIONAL MURCIANA DE ORIENTACIÓN

EL CIGARRÓN

San José de la Montaña, 19 de Abril

¡mapa nuevo!



INSCRIPCIONES WWW.CONTROL200.COM

Organiza



ORIENTACION

Colabora



Región de Murcia



Ayuntamiento de
Alcantarilla

murciaorientacion@gmail.com

▶ INDICE

• <u>INFORMACION DE LA PRUEBA.....</u>	<u>3</u>
• <u>DISTANCIA Y DESNIVELES.....</u>	<u>5</u>
• <u>ACCESOS Y LOCALIZACIONES</u>	<u>6</u>
• <u>CATEGORIAS</u>	<u>7</u>
• <u>INSCRIPCIONES Y CUOTAS</u>	<u>8</u>
• <u>RESULTADOS</u>	<u>9</u>
• <u>MEDIOAMBIENTE</u>	<u>9</u>
• <u>REGLAMENTOS.....</u>	<u>9</u>
• <u>OTRA INFORMACION.....</u>	<u>10</u>
• <u>PREVENCION DE RIESGOS E INTRUCCIONES DE SEGURIDAD</u>	<u>10</u>
• <u>COLABORADORES.....</u>	<u>11</u>
• <u>ORGANIZADORES.....</u>	<u>11</u>
• <u>CONTACTO.....</u>	<u>11</u>
• <u>RECURSOS (Material audiovisual)</u>	<u>12</u>

► INFORMACION DE LA PRUEBA

MAPA : **San José de la Montaña – El Cigarrón**
Cartógrafo.....: Juan Fco. Sánchez Sánchez (ene-2026)
Nº Registro FEDO: MU-
Revisión.....: Juan Fco. Sánchez (mar/2026)

COMPETICIÓN : **4ª CARRERA DE LIGA REGIONAL MURCIANA**
3ª CARRERA DE LIGA REGIONAL ESCOLAR

MODALIDAD : **DISTANCIA MEDIA**

ESCALAS : **1/10.000 y 1/7.500**

TIPO DE CARRERA..... : **EN LINEA**

HORARIO DE SALIDAS : **de 10:00h. a 11:30h.**

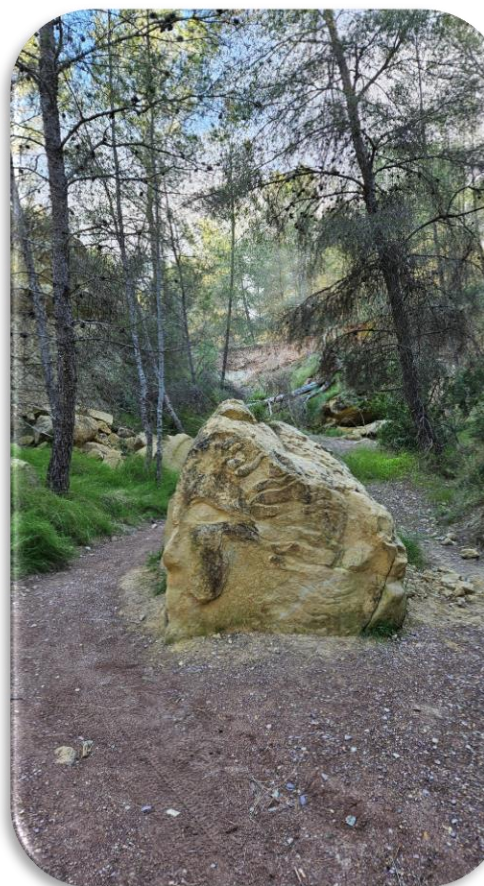
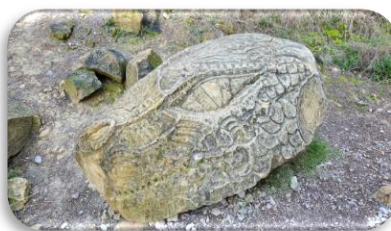
SALIDA RUTA GUIADA : **10:30h. Charla previa informativa a las 10:15h. en Centro Competición**

CIERRE DE META : **13:30h.**

TRAZADOR..... : **JESUS MARIA BERNAL GOMEZ**

IMPORTANTE: Se ha solapado/añadido una segunda línea en color rojo en la parte alta de varios cortados (símbolo 201.) que pueden afectar en el sentido de la carrera a algunas de las categorías superiores, aunque tomando la ruta óptima, no deberíamos encontrarnos que dichos cortados. Se ruega tenerlo presente, para evitarlos a la hora de elegir vuestra ruta. También se ha rodeado con un círculo rojo un agujero (símbolo 203.004) aunque no afecta a ninguno de los recorridos.







Distancia y desniveles

Categoría	Distancia	Desnivel	Controles	Escala
F-12	2,4 km	75 m	11	1:10000
F-14	2,6 km	80 m	12	1:10000
F-16	2,9 km	95 m	13	1:10000
F-18	3,2 km	140 m	15	1:10000
F-21B	2,9 km	95 m	13	1:10000
F-21ELITE	4,1 km	185 m	16	1:10000
F-35	3,8 km	145 m	17	1:10000
F-45	3,2 km	140 m	15	1:10000
F-55	2,4 km	90 m	13	1:7500
F-65	2,4 km	90 m	13	1:7500
M-12	2,4 km	75 m	11	1:10000
M-14	2,6 km	80 m	12	1:10000
M-16	3,3 km	125 m	14	1:10000
M-18	4,0 km	160 m	17	1:10000
M-21B	3,3 km	125 m	14	1:10000
M-21ELITE	4,4 km	190 m	19	1:10000
M-35	4,1 km	185 m	16	1:10000
M-45	4,0 km	160 m	17	1:10000
M-55	3,8 km	145 m	17	1:7500
M-65	3,2 km	140 m	15	1:7500
U-10	1,9 km	60 m	11	1:7500
OPEN-AMARILLO	1,8 km	60 m	10	1:7500
OPEN-NARANJA	2,6 km	80 m	12	1:7500
OPEN-ROJO	3,3 km	125 m	14	1:7500
RUTA GUIADA	1,8 km	60 m	10	1:7500
E-ALEVIN	1,9 km	60 m	11	1:7500
E-BENJAMIN	1,8 km	60 m	10	1:7500
E-INFANTIL	2,4 km	75 m	11	1:7500

▶ ACCESOS Y LOCALIZACIONES



Centro de Competición: Plaza Nicolás de las Peñas

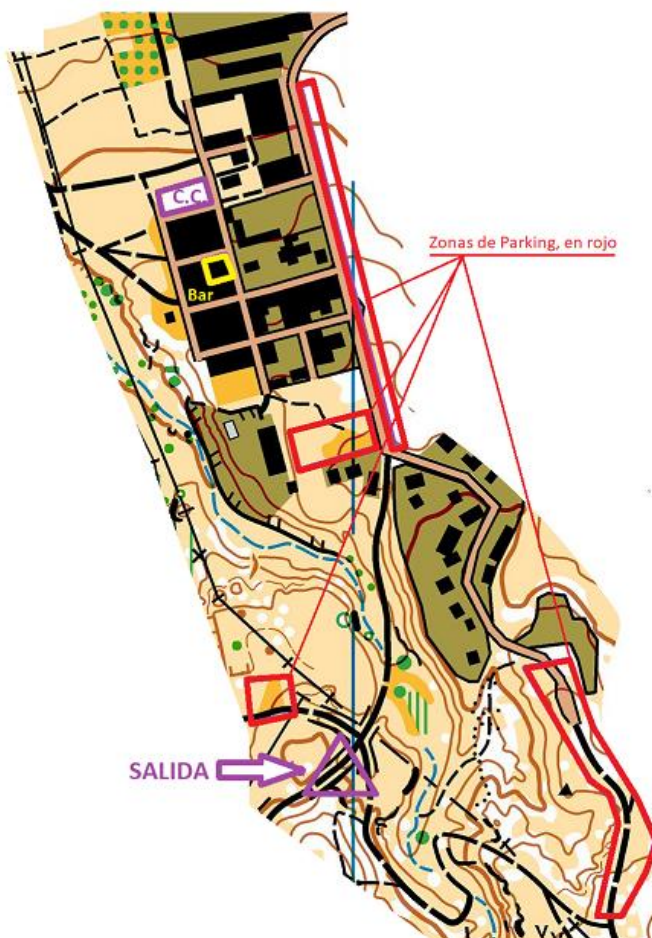
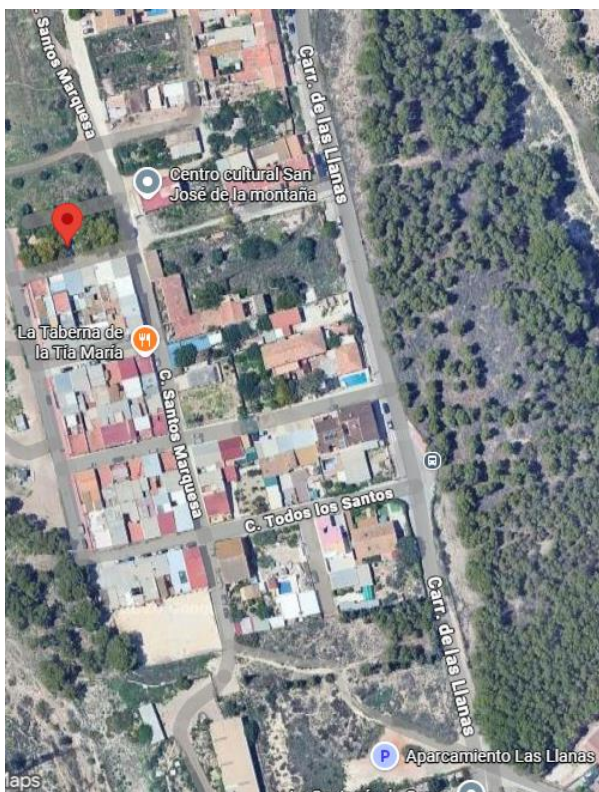
Como llegar:

Latitud: 37.9196857 Longitud: -1.1785061

El aparcamiento se encuentra entre 0 y 500 metros del Centro de Competición

La salida se encuentra a 600 metros desde el Centro de Competición y a unos 400/600 metros desde el aparcamiento

La Meta está situada junto al Centro de Competición



► CATEGORÍAS

Categoría Oficiales	Rango de Edad
U-10	Cumplen 10 años ó menos en el año 2026
M/F - 12	Cumplen 12 años ó menos en el año 2026
M/F - 14	Cumplen 14 años ó menos en el año 2026
M/F - 16	Cumplen 16 años ó menos en el año 2026
M/F - 18	Cumplen 18 años ó menos en el año 2026
M/F - 21B	Sin límite de edad
M/F – 21Elite	Sin límite de edad, categoría absoluta
M/F - 35	Cumplen 35 años o más en el año 2026
M/F - 45	Cumplen 45 años o más en el año 2026
M/F - 55	Cumplen 55 años o más en el año 2026
M/F - 65	Cumplen 65 años o más en el año 2026

Categorías de promoción, no puntúan para la LSE / LRMU / LACV

Categorías no Oficiales	Nivel Físico-Técnico
Open Amarillo	categoría para niños
Open Naranja	categoría para mayores que no tienen experiencia en el deporte de la Orientación
Open Rojo	categoría para mayores con alguna experiencia previa en el deporte de la Orientación
Ruta-Guiada	Para niños y/o adultos que quieran hacer este recorrido con la ayuda de un monitor del club. La salida prefijada será a las 10:30 horas.

► CATEGORÍAS ESCOLARES

Un responsable de cada centro escolar pasará y recogerá un sobre con las “tarjetas S.I.” y un listado con el número de pinza que se le ha asignado a cada escolar. A las 10:15h se reunirán en el centro de competición, donde se les dará información de cómo realizar la prueba.

Las categorías son las siguientes:

- E-BENJAMÍN
- E-ALEVÍN
- E-INFANTIL

► INSCRIPCIONES Y CUOTAS

Las inscripciones se realizarán a través del sistema CONTROL200 (<https://www.control200.com/Evento?379>) hasta las 23:59h del miércoles día 15 de abril de 2026.

Estará habilitado un 2º plazo de inscripción hasta las 12:00h del sábado día 18 de abril, con recargo de 2€ y sujeto a la disponibilidad de horas de salida y mapas impresos.

Las horas de salida serán seleccionadas por el propio corredor en el momento de hacer la inscripción.

No se realizarán inscripciones el día de la prueba.

Los cambios de número de pinza SportIdent el día de la prueba, tendrán un recargo adicional de 1€.

Las inscripciones no abonadas en plazo, serán eliminadas del sistema CONTROL200.

Para solicitar una factura de este evento, rellene el siguiente [Formulario](#)

● Cuotas (dentro del primer plazo y único plazo de inscripción)

Categorías		Con licencia FEDO/FPO	Sin licencia FEDO/FPO	Alquiler pinza SportIdent
F-21B F-21A F-35 F-45 F-55 F-65	M-21B M-21A M-35 M-45 M-55 M-65	7,00 €	13,00 €	+2,00 €
F-12 F-14 F-16 F-18	M-12 M-14 M-16 M-18	5,00 €	10,00 €	+2,00 €
U-10 (categoría mixta)		5,00 €	10,00 €	+2,00 €
OPEN-AMARILLO OPEN-NARANJA RUTA-GUIADA		5,00 €	6,00 €	0,00€
OPEN-ROJO		7,00 €	13,00 €	+2,00 €

► RESULTADOS

Los resultados totales y Winsplits estarán disponibles en [CONTROL200](#) al finalizar la prueba



Se podrán seguir los resultados en tiempo real a través de la aplicación O-Results para móviles Android y Apple



Sistema ANDROID



Sistema IPHONE



Análisis de la carrea: al finalizar la prueba, se podrán cargar los tracks/rutas individuales en [O-track](#)



► MEDIOAMBIENTE

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

En el centro de competición, estará disponible 3 papeleras/bolsas diferentes: una negra para residuos orgánicos, otra amarilla para plásticos (botellas, botellines y/o envases como zumos) y otra en color azul para el papel.

Recordar que nuestro campo de juego es el medio natural, se pide tener un comportamiento cívico y respetuoso durante toda la competición; no salir de la zona de mapa, y por supuesto, tener un respeto máximo con la flora y fauna de la zona, nosotros/as somos los/as invitados/as.

 **La práctica del Deporte de Orientación implica respeto y cuidado con el medio natural**

► REGLAMENTOS

Estos son los reglamentos vigentes que regulan la competición, cesión del material y cartografía de la Federación de Orientación de la Región de Murcia. La aprobación de los mismos corresponde a la Asamblea General de la F.O.R.M.: <https://www.orientacionmurciana.com/reglamentos/>

▶ OTRA INFORMACION

- Todas las categorías utilizarán el sistema de control **SportIdent** y estarán configuradas **en su modo Air+** (detección inalámbrica de paso). Los corredores podrán usar, además del modelo SIAC, los modelos SI-Card 8, SI-Card 9, SI-Card 10, SI-Card 11, comCard o pCard. Otros modelos anteriores están descatalogados y, aunque actualmente no suelen dar problemas, Sportident no ofrece garantías de que funcionen correctamente; el corredor las usará bajo su responsabilidad. 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.
- Es **obligatorio pasar por meta y descargar** la información de la tarjeta electrónica en el puesto **SportIdent**, **aunque no se haya completado la carrera**.
- Habrá avituallamiento líquido (agua) y sólido (fruta) al finalizar la prueba. Con el objetivo de reducir el uso de plástico, el agua se dispondrá en garrafas grandes, por lo que cada participante que quiera disponer del mismo deberá llevar un recipiente (bidón, vaso o similar).
- No se podrá estar en carrera más de 2 horas. El corredor que sobrepase este tiempo deberá abandonar la carrera y dirigirse a la meta.
- Hay Bar junto al centro de competición, para desayunar, almorzar, picotear , con terraza

▶ PREVENCION 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. Accesos y aparcamientos de los vehículos. Indicado en apartado de acceso.
4. Recomendable extremar la precaución en los desplazamientos a pie durante todo el evento obedeciendo las indicaciones de la organización y respetando la norma vial.
5. Meteorología: [Seguimiento actualizado](#)
6. Servicios sanitarios: Habrá una ambulancia en centro de competición.
7. 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.

► COLABORADORES

Pulsar sobre la imagen para ir a la web del colaborador

 <p>Federación MURCIANA de ORIENTACIÓN</p>	 <p>Región de Murcia</p>	 <p>fedo Federación Española de Orientación</p>
 <p>Ayuntamiento de Murcia</p>	 <p>Ayuntamiento de Alcantarilla</p>	 <p>tienda de orientacion</p>

► ORGANIZADORES

Director de la prueba:	Pedro Mayol
Trazados:	Jesús M ^a Bernal
SportIdent, cronometraje:	Antonio Cano, Francisco Javier Sáez
Colocadores:	José Pérez, Javier Henarejos, Adrián Llor, Ramón de Lucas, Román Pérez, Guillermo Mulero
Salida 1:	Joaquín Martínez, Aurelio Bello, José Mendoza, Miguel Caballero, Sebastián Martínez, María Millán
Ruta guiada:	Juan Abellán
Secretaría:	Alba Martínez
Avituallamiento:	María Gómez, Cati Viudez
Aparcamiento:	José M. González, Serafín García, Jose Manuel Silva
Delegado Federativo	Victoria Marchante

► CONTACTO



www.murcia-o.com

Teléfono: 628 44 23 35



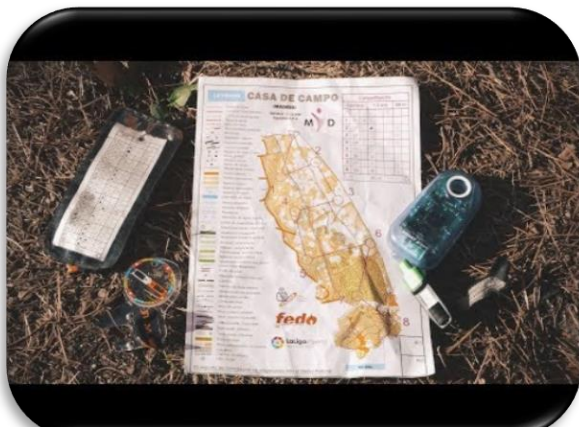
[@MurciaOrienta](https://twitter.com/MurciaOrienta)

659 00 92 37



[@murciaorientacion](https://www.instagram.com/murciaorientacion)

Mujer y Orientación: ¿Qué es la Orientación?



Mujer y Orientación: Deporte para todas edades



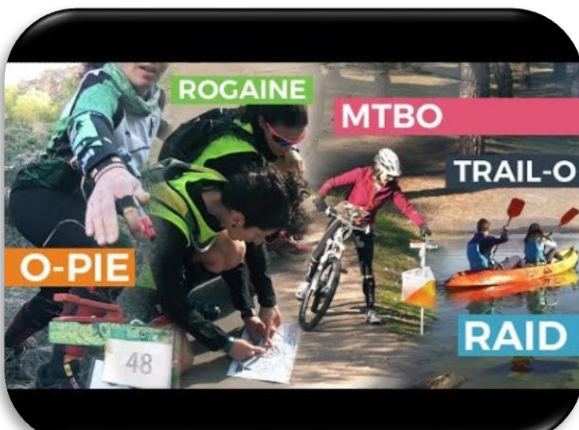
Mujer y Orientación: Deporte formativo



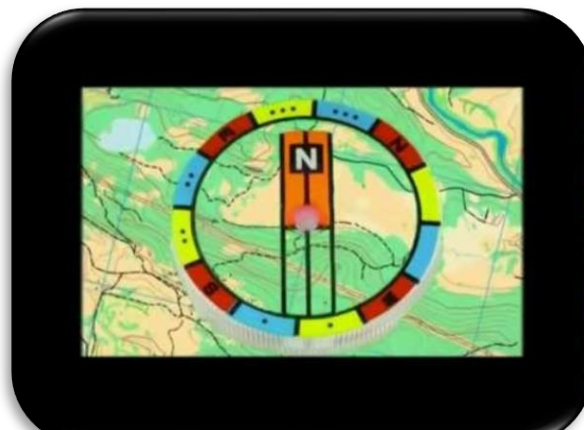
Mujer y Orientación: La Naturaleza, el mejor estadio del mundo



Mujer y Orientación: Modalidades



La orientación en la Educación



La orientación en el tiempo libre



La Orientación y la competición

