Federación Española de Orientación

Región de Murcia

F.O.R.M.

CAMPEONATO REGIONAL DE SPRINT

19 DE DICIEMBRE

NUEVA FECHA

BOLETÍN FINAL

Aledo, Totana

INSCRIPCIONES

Consejo Superior de Deportes

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

TOTANA ORIENTACION

ÍNDICE

1. Presentación
2. Datos generales de la prueba
3. Ubicación y accesos
4. Inscripciones
5. Programa
6. Comentarios del trazador
7. Distancias y desniveles
8. Riesgos y seguridad general de la carrera
9. Parte meteorológico
10. Open inclusivo
11. Información de contacto
12. Agradecimientos y colaboradores

PRESENTACIÓN

Bienvenidos al Campeonato Regional Sprint de Orientación, que se celebrará en Aledo (Región de Murcia).

La prueba reunirá a orientadores de las diferentes categorías para disfrutar de una jornada de orientación urbana por las calles y el entorno de Aledo, en un recorrido que combinará rapidez, precisión y toma de decisiones.



DATOS GENERALES DE LA PRUEBA

A continuación, se detallan los datos generales de la prueba:

- **Competición:** Campeonato Regional Sprint
- **Lugar:** Aledo, Región de Murcia
- **Fecha:** 19/12/2026
- **Modalidad:** Orientación a pie
- **Organiza:** TOTANA-O
- **Mapa:** Aledo
- **Director de la prueba:** Fermín Barceló
- **Trazadores:** Fermín Barceló y Alba Martínez Ibáñez

UBICACIÓN Y ACCESOS

A continuación se detallan las principales ubicaciones de la competición:

- El parking de la competición estará situado en

📍**https://maps.app.goo.gl/6DB3WxmTvrnx8TVN6**

Las caravanas podrán acceder al parking, aunque el espacio disponible es reducido. Por este motivo, deberán estacionarse en los laterales de la zona indicada, siguiendo las indicaciones de la organización.
En caso de que sea necesario, la organización podrá solicitar el movimiento de algún vehículo para facilitar el acceso o la circulación dentro del parking.

- La salida estará situada en

📍**https://maps.app.goo.gl/mjrCyE3URmLhHVyh9**

Pre-salida: **no** habrá zona de **cuarentena**. Desde el parking se podrá acceder directamente a la pre-salida, situada aproximadamente a 1 minuto de la salida.

El centro de competición está situado en una plaza del pueblo, a la que **no** deben acceder los corredores antes de realizar su prueba. El parking está situado a 600 metros del CC, por lo que se dispondrá de un servicio de transporte de mochilas desde el parking al CC para aquellos corredores que lo necesiten.

En el pabellón deportivo junto al parking habrá duchas disponibles hasta las 14:00.

INSCRIPCIONES

Las inscripciones se realizarán a través de Control 200, hasta el miércoles 16 de diciembre a las 00:00 h.

📌 Inscripciones: control200

INSCRIPCIONES

PROGRAMA

NUEVA INFORMACIÓN

HORARIO	
9:30	PRIMERA SALIDA
11:30	ÚLTIMA SALIDA
12:30	CIERRE DE META
13:00	ENTREGA DE PREMIOS

COMENTARIOS DEL TRAZADOR

Se disfrutará de una prueba sprint con un toque distintivo en algunas categorías, que pasará a ser un sprint algo más largo. Esto dependerá de la elección de ruta de cada corredor, debido a lo intrincado de las calles del municipio.

Los desniveles no son grandes, ya que el casco urbano se asienta sobre un espolón. Sin embargo, en las zonas laterales del casco urbano los desniveles pueden incrementarse, algo que el corredor deberá tener en cuenta a la hora de planificar su recorrido.

Las categorías más altas dispondrán de una carrera dividida en dos partes, una por cada lado del mapa. Al llegar a la última baliza de la primera parte, los corredores deberán dar la vuelta al mapa y continuar su recorrido. Esto facilita la lectura del mapa, al proporcionar un entramado de líneas entre controles más claro y limpio.

El tráfico rodado no estará cortado, aunque se han dado instrucciones para avisar y comunicar a todos los vecinos de la celebración de la prueba, con el fin de que extremen la precaución si necesitan entrar o salir de sus domicilios.

No obstante, se informa a los corredores de esta circunstancia para que extremen igualmente la precaución, especialmente en los cruces urbanos, donde la visibilidad puede ser muy reducida.

Federación Española de Orientación

Región de Murcia

ACTUALIZADOS

DISTANCIAS Y DESNIVELES

CATEGORÍA	DISTANCIA	DESNIVEL
U10	1.100m	55m
F/M-12	1.600m	60m
F/M-14	1.400m	70m
F-16/F-21B	1.500m	75m
F-18/F-45/M-65	2.000m	115m
F-21E/M-35	2.700m	135m
F-35/M-55	2.300m	130m
F-55/F-65	1.700m	95m
M-16/M-21B/OPEN ROJO	1.600m	80m
M-18/M-45	2.600m	140m
ME	3.000m	165m
OPEN AMARILLO	1.300m	55m
OPEN NARANJA	1.400m	65m
OPEN INCLUSIVO	1.500m	100m

TOTANA ORIENTACION

RIESGOS Y SEGURIDAD GENERAL DE LA CARRERA

La participación en la prueba implica asumir los riesgos propios de la práctica de la orientación a pie. Se recomienda a todos los participantes extremar las precauciones y prestar especial atención a las siguientes circunstancias:

Riesgos propios de la prueba

- **Circulación y tráfico rodado: el tráfico no estará cortado durante la competición. Los corredores deberán extremar la precaución, especialmente al cruzar las calles.**
- **Cruces de calles: se deberá prestar especial atención en los cruces urbanos, donde la visibilidad puede ser reducida.**
- **Escaleras y desniveles: el recorrido puede incluir escaleras y zonas con desnivel.**
- **Pavimento irregular y zonas resbaladizas: se recomienda adaptar la velocidad a las condiciones del terreno.**
- **Zonas privadas y áreas prohibidas: deberán respetarse en todo momento las zonas marcadas como prohibidas y las propiedades privadas.**

<u>Responsabilidad de los participantes:</u>

Los orientadores 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, los clubes respectivos serán responsables de asignar a sus orientadores el recorrido adecuado a su nivel físico y técnico. Si el menor no está asociado a un club, esta responsabilidad corresponderá a su padre, madre o tutor legal.

<u>Servicios sanitarios y actuación ante accidentes:</u>

Habrá una ambulancia en el centro de competición durante la celebración de la prueba.

El protocolo federativo de accidentes estará activo. El parte de accidente podrá ser sellado por el club de pertenencia o solicitarse en la mesa de secretaría del centro de competición.

En caso de accidente o emergencia, se deberá avisar a la organización y seguir las indicaciones del personal responsable.

Teléfono de emergencias: 112

<u>Meteorología</u>

La prueba estará condicionada por las condiciones meteorológicas previstas para la jornada. Se recomienda consultar la previsión y acudir con el equipamiento adecuado a las condiciones del día.

<u>Recomendaciones generales</u>

Se recomienda a todos los participantes:

- **Extremar la precaución en cruces y zonas de tráfico.**
- **Adaptar la velocidad a las características del terreno.**
- **Respetar las propiedades privadas, zonas prohibidas y señalizaciones.**
- **Seguir en todo momento las indicaciones de la organización.**
- **Avisar a la organización ante cualquier accidente o situación de riesgo.**

<u>Documento oficial de riesgos y seguridad:</u>
<u>https://docs.google.com/document/d/1lq0rjzXfK9r0GNElw-xSWBY2sPvU9BV-9yZMuM-CKLM/edit?usp=sharing</u>

Federación Española de Orientación

Región de Murcia

F.O.R.M.

PARTE METEOROLÓGICO

PRÓXIMAMENTE

TOTANA ORIENTACION

OPEN INCLUSIVO

NUEVA INFORMACIÓN

La prueba contará con una categoría inclusiva destinada a personas con discapacidad y necesidades de apoyo, cuyo recorrido será accesible física, cognitiva y sensorialmente, diseñado bajo los principios del diseño universal del deporte de orientación.

Aunque el recorrido se ha planificado con criterios de accesibilidad, es importante señalar que el casco urbano del municipio presenta numerosas cuestas, algunas de ellas pronunciadas. Por ello, la participación será accesible, pero puede suponer una dificultad considerable para personas con discapacidad física, especialmente usuarios de sillas de ruedas o personas con dificultades en la deambulación. Se recomienda que estos participantes valoren acudir con acompañantes y, cuando proceda, con bastones u otros apoyos que faciliten la movilidad durante el recorrido.

Durante el proceso de inscripción, se ofrecerán los apoyos necesarios para facilitar la participación de todas las personas interesadas.

A continuación se detallan los apoyos disponibles, seleccionados a través de la sección SERVICIOS en el proceso de inscripción:

- **ARNÉS PORTAMAPAS: Arnés colocado en el tronco que permite llevar el mapa en el pecho sin necesidad de usar los miembros superiores.**
- **PORTAMAPAS SILLA DE RUEDAS: Ofrece la posibilidad de llevar el mapa acoplado a la silla de ruedas y así tener las manos libres.**
- **APOYOS VISUALES: Apoyo de pictogramas e imágenes para una mayor comprensión cognitiva y anticipación.**
- **CASCOS ANTI-RUIDO: Cascos con cancelación y bloqueo del ruido ambiental y reducción de la sobrecarga sensorial.**
- **PINZA pCARD: Pinza electrónica que no necesita ser insertada en la base. Especial para personas con parálisis o amputaciones de miembros superiores.**
- **TARJETA CONTROL DE BALIZAS: Se trata de una tarjeta donde ir marcando las puntos de control visitados. Permite la gestión y seguimiento de la tarea, ya que se ve lo que se ha hecho y lo que queda aún por hacer.**
- **VOLUNTARI@-GUÍA: Necesidad de un voluntario de la organización.**
- **REGULADORES SENSORIALES: Objetos pensados para ayudar en los tiempos de espera o para canalizar la frustración si un reto no sale como se esperaba, favoreciendo la calma y la concentración.**

OPEN INCLUSIVO

NUEVA INFORMACIÓN

En el centro de competición, se ubicará un PUNTO DE ENCUENTRO alejado de altavoces y aglomeraciones donde esperarán los voluntarios-guía y donde recoger los diferentes apoyos solicitados.

Esta iniciativa surge de la colaboración entre el Totana-O, junto con el Comité de Orientación Inclusiva de la FORM, reforzando el compromiso compartido con la inclusión y la eliminación de barreras en el ámbito del deporte de orientación.

Para obtener más información o comunicar necesidades específicas de apoyo, las personas interesadas pueden contactar a través del correo electrónico: orientacioninclusivaform@gmail.com.

INFORMACIÓN DE CONTACTO

Para cualquier consulta relacionada con la competición, puedes ponerte en contacto con la organización a través de los siguientes medios:

📞 Teléfono: 661 63 14 12

📩 Email: clubtotanaorietacion@gmail.com

📱 Instagram: @totanaorientacion

AGRADECIMIENTOS Y COLABORADORES

Desde la organización queremos agradecer al Ayuntamiento de Aledo su colaboración y apoyo para la celebración de esta prueba.

Ayuntamiento de **Aledo**

Asimismo, agradecemos la colaboración de
D´Tapeo, donde los participantes podrán acercarse al finalizar la competición para tomar algo, descansar y reponer fuerzas después de la carrera.
Ubicación: https://maps.app.goo.gl/Ns2UTTN2K7bDnjA8A



Federación Española de Orientación

Región de Murcia

F.O.R.M.

CAMPEONATO REGIONAL DE SPRINT

19 DE DICIEMBRE

BOLETÍN FINAL

Aledo, Totana

Consejo Superior de Deportes

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

TOTANA ORIENTACION

INSCRIPCIONES