Trofeo de Orientación
CIUDAD DE CIEZA

40 AÑOS MURCIA-O
1986 - 2026
ORIENTACIÓN · ANIVERSARIO



ORGANIZA:
MURCIA ORIENTACIÓN

7-8 NOVIEBRE 2026 | CABEZOS NEGROS-
3 PRUEBAS | ALMORCHÓN (CIEZA)

Información e inscripciones: www.control200.org

LIGA REGIONAL MURCIANA
LIGA SURESTE

LIGA DE LA COMUNIDAD VALENCIANA

Federación MURCIANA de ORIENTACIÓN

Ayuntamiento de Alcantarilla

FECAMADO
FEDERACIÓN DE ORIENTACIÓN DE CASTILLA LA MANCHA

FEDOCV

Región de Murcia

Ayuntamiento de Cieza

tienda de orientacion

INDICE

SALUDAS.....3
PRESENTACION Y PROGRAMA.....8
UBICACIONES 9
DISTANCIAS Y DESNIVELES.....11
INSCRIPCIONES.....14
OTRA INFORMACION.....15
REGLAMENTOS.....15
CATEGORIA INCLUSIVA.....16
PREVENCION DE RIESGOS Y SEGURIDAD 17
TURISMO Y ALOJAMIENTOS 18
FOTOS DEL TERRENO.....20
RESULTADOS EN DIRECTO Y SEGUIMIENTO O-TRACK 21
PERSONAL ORGANIZACIÓN 22
PATROCINADORES Y COLABORADORES.....23

SALUDA DEL DIRECTOR GENERAL DE DEPORTES

Los próximos días 7 y 8 de noviembre de 2026, Murcia-O (ADMCON) celebrará su 40º aniversario con una competición especial de orientación en el paraje de El Almorchón, en Cieza, que reunirá a deportistas y aficionados a este deporte. La cita forma parte del calendario oficial de orientación de la temporada.

Cuarenta años después de su fundación, la Asociación Deportiva de Carreras de Orientación en la Naturaleza se ha convertido en una entidad de referencia en la promoción y difusión de la orientación en la Región de Murcia. A lo largo de estas cuatro décadas, Murcia-O ha impulsado competiciones, actividades de iniciación, formación y proyectos que han acercado esta disciplina a personas de todas las edades.

El programa deportivo combinará las carreras de larga y media distancia en el entorno natural de El Almorchón con una carrera sprint, que será disputada en el casco histórico de Cieza. Será una magnífica oportunidad para disfrutar de la orientación en escenarios diferentes y para compartir los valores de esfuerzo, compañerismo, respeto por el medio natural y superación personal que caracterizan a este deporte.

Esta celebración constituye también un merecido reconocimiento a todas las personas que han contribuido a la trayectoria de Murcia-O desde sus comienzos: deportistas, socios, técnicos, colaboradores y voluntarios. Su trabajo y compromiso han sido fundamentales para el crecimiento de la orientación y para consolidar una comunidad deportiva que sigue mirando al futuro con ilusión.

Desde la Consejería de Turismo, Cultura y Deportes, seguimos promoviendo la unión entre turismo y deporte como un factor clave para impulsar la actividad turística, por ello, deseamos que esta competición especial sea un éxito y que reúna a orientadores de la Región de Murcia y de otras comunidades autónomas en un fin de semana de convivencia, naturaleza y deporte.

Felicitamos a Murcia-O por este 40º aniversario y agradecemos su dedicación al deporte regional. Enhorabuena por estos cuarenta años y por todo lo que queda por recorrer.



Francisco Javier Sánchez López
El director General de Deportes

SALUDA DEL ALCALDE DE CIEZA

Es para mí un honor, en nombre todo el pueblo de Cieza, dar la bienvenida a cuantos participan en el Trofeo de Orientación Ciudad de Cieza, así como a sus familias y acompañantes.

Cieza se siente orgullosa de acoger un encuentro deportivo que une el esfuerzo, el respeto por la naturaleza y la convivencia. Para nosotros es una satisfacción que este acontecimiento se celebre en nuestra tierra, y deseamos que todos los que nos visitan se sientan como en casa.

Nuestro municipio cuenta con un entorno natural privilegiado. Los montes y parajes que rodean la ciudad, abiertos al valle del río Segura, son un patrimonio que cuidamos con esmero y que hoy compartimos con vosotros. Os invito a disfrutarlos y a descubrir la belleza y que ofrecen.

También os animo a conocer la ciudad durante vuestra estancia. Cieza merece que la visitéis con tiempo: su casco histórico, su huerta, su patrimonio y la hospitalidad de sus gentes os esperan. Os invitamos además a volver en cualquier época del año, y muy especialmente en primavera, cuando la Floración tiñe de color sus campos de melocotoneros.

Quiero expresar mi agradecimiento a la organización del Club Murcia-O, a los voluntarios y a todas las entidades e instituciones colaboradoras por hacer posible este encuentro.

A todos, mi más cordial bienvenida. Que disfrutéis del deporte y de vuestra estancia en Cieza.



Tomás Antonio Rubio Carrillo
Alcalde de Cieza

SALUDA DE LA ALCALDESA DE ALCANTARILLA

Estimados miembros de la Asociación Deportiva de Carreras de Orientación en la Naturaleza:

Es para mí un inmenso orgullo y una profunda alegría sumarme, en nombre de toda nuestra ciudad, a la celebración de una meta histórica: el 40 aniversario de vuestra asociación.

Cuatro décadas se dicen pronto, pero detrás de este número hay miles de balizas encontradas, infinitas rutas trazadas y, sobre todo, una incansable labor de promoción del deporte, la salud y el respeto por nuestro entorno natural. Habéis demostrado que la orientación no es solo una disciplina deportiva, sino una escuela de vida que nos enseña a tomar decisiones, a superar obstáculos y a encontrar el camino correcto tanto en la montaña como en el día a día.

Quiero felicitar a todas las juntas directivas, entrenadores, familias y deportistas que, desde los inicios del club hasta el día de hoy, habéis llevado con orgullo el nombre de Alcantarilla por toda la Región de Murcia y el resto de España.

Cumplir 40 años no es el final de ninguna carrera; es el paso por un punto de control que os impulsa a seguir corriendo hacia el futuro con la misma pasión del primer día. Desde el Ayuntamiento de Alcantarilla podéis estar seguros de que seguiremos corriendo a vuestro lado y celebrando cada uno de vuestros éxitos.

Muchísimas gracias por enseñarnos a mirar la naturaleza con otros ojos y por hacer de Alcantarilla un referente en vuestra disciplina deportiva.

¡Feliz 40 aniversario!



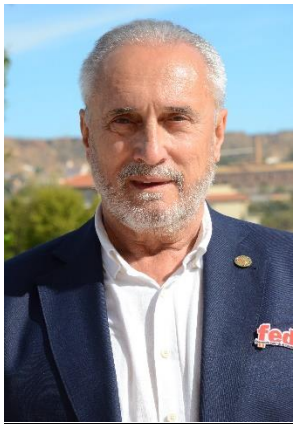
Paqui Terol
Alcaldesa de Alcantarilla

SALUDA DEL PRESIDENTE DE LA FEDO

El dieciocho de octubre se cumplen nada menos que cuarenta años desde que se creó en Alcantarilla (Murcia) la Asociación Deportiva Murciana de Carreras de Orientación en la Naturaleza (A.D.M.C.O.N.), uno de los clubes pioneros de nuestro deporte en España. Exactamente fue el segundo, ya que el primero fue el madrileño club ADYRON si bien este último, que es reconocido como tal, no formalizó su alta en los estamentos deportivos oficiales. Años después A.D.M.C.O.N. añadió a su nombre "Murcia-O" y, actualmente, es el decano de los clubes españoles en activo. Fueron sus fundadores: Jesús González García, Juan Carrasco Juan, Cati Viudez de Haro, Elena Ponte Chamorro y Pedro Mayol Clemente. Merece destacarse que este club, posteriormente, fue la base sobre la que se fundamentó la creación de la Federación de Orientación de la Región de Murcia (F.O.R.M.).

Desde su creación son múltiples las actividades realizadas por el club. Sus comienzos estuvieron marcados por la difusión del deporte de Orientación mediante cursillos de iniciación, charlas y asistencia a competiciones. Ya queda lejos aquel Trofeo Primavera realizado en Aledo en 1987, la primera competición oficial realizada por el club. Muchos y magníficos orientadores han surgido de las filas de este club murciano y han participado y destacado en todas las especialidades del deporte de Orientación a nivel regional, nacional e internacional.

Todos los cumpleaños son motivo de felicitación y este no podía ser menos. Desde la FEDO queremos unirnos a la felicitación a todos los miembros del club (del presente y del pasado) por vuestros primeros cuarenta años trabajando por y para nuestro deporte y os animo a seguir en el empeño . ¡Qué disfrutéis de la celebración!



Francisco Gómez Cobas
Presidente de la Federación Española de Orientación

SALUDA DEL PRESIDENTE DE LA FORM

Queridos amigos y amigas del club Murcia-O:

Es para mí un auténtico honor dirigirme a todos vosotros con motivo de esta celebración de la extraordinaria trayectoria de nuestro club, que cumple cuarenta años, una historia que forma parte inseparable de los orígenes de la orientación deportiva en la Región de Murcia y en España.

Desde aquellos primeros pasos dados por los socios fundadores en 1986. Vuestro club siempre estuvo activo antes que la propia federación, encargándose de la coordinación y gestiones para que las primeras competiciones y cursos se celebraran en la Región Murcia. Fue el embrión para que la FORM naciera en el año 1994. Tenéis el honor de ser el club de orientación más antiguo de España y por ende de la Región Murcia y eso es un orgullo para vosotros y para todos los orientadores murcianos.

A lo largo de estas décadas, Murcia-O no solo ha contribuido al desarrollo de la orientación a nivel regional, sino que ha sido impulsor de iniciativas tan emblemáticas como el Trofeo Internacional Murcia Costa Cálida de Orientación, una prueba que continúa siendo un referente nacional e internacional. Del mismo modo, la labor del club ha servido para extender la práctica de nuestro deporte por toda la geografía regional, favoreciendo el nacimiento de nuevos clubes. Muchos orientadores de distintos puntos de la Región de Murcia comenzaron a correr en vuestro club, pues en los inicios era el único que existía.

Quiero expresar mi más sincera felicitación a los socios fundadores, verdaderos visionarios que apostaron por un deporte prácticamente desconocido en aquellos años; a todas las personas que han formado parte del club a lo largo de su historia y que, con su esfuerzo, dedicación y entusiasmo, han contribuido a hacerlo crecer; y, por supuesto, a los socios actuales, que mantienen vivo el espíritu de aquellos pioneros y continúan construyendo su futuro.

Permitirme destacar de manera muy especial a los socios que, todavía, están activos desde el principio: personificados en Pedro Mayol, cuyo compromiso, trabajo e influencia han sido fundamentales para el desarrollo de la orientación en nuestra región y para sacar al club adelante en los momentos más complicados. Su contribución forma parte esencial de la historia del club y merece ser destacado en este cuarenta aniversario.

Celebrar esta trayectoria es también reconocer los valores que nos unen: el esfuerzo, el compañerismo, el respeto por la naturaleza y en definitiva la pasión por nuestro deporte. Que este aniversario sirva para recordar con orgullo el camino recorrido y para afrontar con ilusión los retos que están por venir.

Recibid mi más cordial felicitación y mis mejores deseos para que MURCIA-O continúe siendo, durante muchos años más, un referente de los clubes a nivel nacional y regional. Os deseo que el evento conmemorativo del fin de semana del 7 Y 8 de noviembre discurra con normalidad y éxito como así ha sido en todos estos cuarenta años de historia. Gracias y enhorabuena.



Jesús Martínez Morales
Presidente de la Federación de Orientación de la Región de Murcia.

SALUDA DEL PRIMER PRESIDENTE DE LA FORM

Quiero felicitaros por este 40 aniversario del Club Murcia Orientación y desearos muchos más años orientados. Este deporte siempre me generó, paz, gratitud y buenos amigos, que aún hoy sigo manteniendo.

Os animo a seguir con la energía que demuestran la nuevas generaciones de deportistas que aporta las carreras de Orientación.

Sueño con volver a correr por el bosque, con un mapa entre mis manos, hasta encontrar el color blanco y naranja tan deseado.



Andrés García Lara

Primer presidente de la Federación de Orientación de la Región de Murcia y ex socio de Murcia Orientación.

SALUDA DEL EXPRESIDENTE DE LA FORM

Como presidente de la Federación de Orientación de la Región de Murcia durante más de 23 años, me gustaría agradecer al Club Murcia Orientación en su 40 aniversario el haberme dado la oportunidad de conocer este apasionante deporte. Fuisteis el germen de la Orientación no solo en Murcia, sino también un referente a nivel nacional. Han pasado por vuestro club infinidad de deportistas que han expandido a su vez nuestra afición creando a su vez nuevos clubes. Cuarenta años después seguís dando ejemplo y organizando actividades de gran repercusión. Habéis sido un ejemplo y todos los orientadores os estamos agradecidos.

Un abrazo para todos y mucho ánimo en vuestra andadura.



Paco Guerao Navarro

Segundo presidente de la Federación de Orientación de la Región de Murcia

" TROFEO CIUDAD DE CIEZA – 40º ANIVERSARIO MURCIA-O"

Creemos que no hay mejor manera de celebrar nuestro 40º aniversario como club más antiguo de España que organizar una prueba que esté al nivel que merece esta efeméride.

Los días 7 y 8 de noviembre, organizamos las 7ª, 8ª y 9ª prueba de Liga Sureste; las 12ª, 13ª y 14ª de Liga Regional Murciana y las 13ª y 14ª de Liga Autonómico de la Comunidad Valenciana.

PROGRAMA

- Sábado mañana: Carrera Media, salidas de 9:30h a 11:30, cierre de meta 13:00
- Sábado tarde: Carrera Sprint, salidas de 15:30 a 17:00, cierre de meta 17:45
- Domingo: Carrera Larga, salidas de 9:30 a 11:30, cierre de meta a 14:00

  Entrega premios Trofeo (la suma de las 3 carreras) a las 13:15

UBICACIONES Y TIEMPOS

E1 y E3 Centro Competición: El Almorchón – coordenadas **38.210369,-1.559625**

Desde el parking de autocaravanas "Campo de futbol La Era" – 15 km – 22'

Desde el suelo duro – 15,8 km – 24'

Desde la salida de la autovía – 16,7 km – 26'

En su parte final pista de tierra en buen estado 1,5 km – 4'

Acceso a la carrera de bosque a su paso por Cieza:

Debido a las obras que se están efectuando a la entrada de Cieza por la carretera que se debe acceder al Almorchón, se recomiendo tomar la salida 98 tanto para los que vengáis desde Murcia como desde Albacete de la autovía A30 (MURCIA-ALBACETE) Ascoy/Mula en dirección Cieza.

Este corte no afecta para nada al acceso a Cieza ni a las ubicaciones dentro del Municipio

Salida de la carrera media E1: Junto centro de competición

Meta de la carrera media E1: a 400 m. del centro de competición

Salida de carrera larga E3: 400 m. – 4' desde centro de competición

Meta de la carrera larga: a 200 m. desde centro competición

E2 Sprint: Se amplía el horario de "abandonar" el pueblo hasta las 15:30 horas para que los que quieran utilizar los locales de restauración puedan comer.

Aparte de los aparcamientos de Autocaravanas y suelo duro, recomendamos el parking disuasorio para el resto de competidores. Desde estos tres lugares se podrá acceder hasta la salida sin incumplir dicha prohibición.

Salida - Parque Saharaui – coordenadas – **38.232978,-1.412154**

Meta – Plaza de España – coordenadas - **38.238682,-1.422903**

Distancias y tiempos andando.

Desde suelo duro a salida: 30' – 2 km

Desde Campo de fútbol a salida: 23' – 1,7 km

Desde parking disuasorio a salida: 9' – 600 metros

Desde meta a suelo duro: 14' – 1,1 km

Desde meta a campo de fútbol: 14' – 1 km

Desde meta a parking disuasorio: 17' – 1,2 km



Todas las ubicaciones

Suelo duro – Albergue la Atalaya : coordenadas – **38.235202,-1.432991** Si no hay sitio en el parking del albergue, está disponible a 50 metros el parking del "Molino de Teodoro"

Parking autocaravanas - Campo de fútbol La Era -coordenadas **– 38.233567,-1.429336**

Parking disuasorio – coordenadas **– 38.237146,-1.410907**

DISTANCIAS Y DESNIVELES

07/11/2026

E1 EL ALMORCHON. Carrera media distancia

Mapa Nuevo

Categoría	Distancia	Desnivel	Controles	Escala
F-12	2,2 km	50 m	12	1:7500
F-14	2,8 km	70 m	15	1:7500
F-16	3,1 km	100 m	16	1:10000
F-18	3,3 km	185 m	14	1:10000
F-21B	3,1 km	120 m	13	1:10000
F-21ELITE	4,4 km	275 m	15	1:10000
F-35	3,3 km	185 m	14	1:10000
F-45	3,1 km	120 m	13	1:10000
F-55	3,1 km	70 m	14	1:7500
F-65	2,5 km	70 m	13	1:7500
M-12	2,8 km	70 m	15	1:7500
M-14	3,1 km	100 m	16	1:7500
M-16	3,5 km	190 m	15	1:10000
M-18	4,2 km	265 m	15	1:10000
M-21B	3,5 km	190 m	15	1:10000
M-21ELITE	4,7 km	280 m	17	1:10000
M-35	4,4 km	275 m	15	1:10000
M-45	4,2 km	265 m	15	1:10000
M-55	3,6 km	230 m	16	1:7500
M-65	3,1 km	70 m	14	1:7500
OPEN-AMARILLO	1,8 km	35 m	10	1:7500
OPEN-NARANJA	2,2 km	50 m	12	1:7500
OPEN-ROJO	3,6 km	230 m	16	1:10000
U-10	2,2 km	50 m	12	1:7500

07/11/2026

E2 Cieza urbano. Carrera sprint

Mapa Nuevo

Categoría	Distancia	Desnivel	Controles	Escala
F-12	2,0 km	20 m	15	1:4.000
F-14	2,4 km	20 m	16	1:4.000
F-16	2,6 km	35 m	16	1:4.000
F-18	2,9 km	40 m	15	1:4.000
F-21B	2,8 km	35 m	16	1:4.000
F-21ELITE	3,2 km	60 m	17	1:4.000
F-35	2,9 km	40 m	15	1:4.000
F-45	2,8 km	35 m	16	1:4.000
F-55	2,7 km	25 m	15	1:4.000
F-65	2,3 km	25 m	15	1:4.000
M-12	2,4 km	20 m	16	1:4.000
M-14	2,6 km	35 m	16	1:4.000
M-16	2,9 km	45 m	17	1:4.000
M-18	3,1 km	55 m	15	1:4.000
M-21B	2,9 km	45 m	17	1:4.000
M-21ELITE	3,3 km	65 m	19	1:4.000
M-35	3,2 km	60 m	17	1:4.000
M-45	3,1 km	55 m	15	1:4.000
M-55	2,9 km	50 m	18	1:4.000
M-65	2,7 km	25 m	15	1:4.000
OPEN-AMARILLO	1,6 km	20 m	11	1:4.000
OPEN-NARANJA	2,0 km	20 m	15	1:4.000
OPEN-ROJO	2,9 km	50 m	18	1:4.000
RECORRIDO INCLUSIVO	1,6 km	20 m	11	1:4.000
U-10	2,0 km	20 m	15	1:4.000

08/11/2026

E3 EL ALMORCHON. Carrera larga distancia

Mapa Nuevo

Categoría	Distancia	Desnivel	Controles	Escala
F-12	2,2 km	50 m	9	1:7500
F-14	2,5 km	70 m	11	1:7500
F-16	4,4 km	100 m	13	1:10000
F-18	4,8 km	120 m	12	1:10000
F-21B	4,7 km	120 m	12	1:10000
F-21ELITE	6,1 km	275 m	13	1:10000
F-35	4,8 km	120 m	12	1:10000
F-45	4,7 km	120 m	12	1:10000
F-55	3,3 km	70 m	12	1:7500
F-65	2,5 km	70 m	11	1:7500
M-12	2,5 km	70 m	11	1:7500
M-14	4,4 km	100 m	13	1:7500
M-16	4,5 km	190 m	14	1:10000
M-18	5,7 km	230 m	15	1:10000
M-21B	4,5 km	190 m	14	1:10000
M-21ELITE	7,3 km	295 m	18	1:10000
M-35	6,1 km	275 m	13	1:10000
M-45	5,7 km	230 m	15	1:10000
M-55	5,0 km	230 m	13	1:7500
M-65	3,3 km	70 m	12	1:7500
OPEN-AMARILLO	1,8 km	35 m	9	1:7500
OPEN-NARANJA	2,2 km	50 m	9	1:7500
OPEN-ROJO	5,0 km	230 m	13	1:10000
U-10	2,2 km	50 m	9	1:7500

INSCRIPCIONES

Las inscripciones se realizarán a través del sistema CONTROL200 (https://www.control200.com/Evento?390) **hasta las 23:59h del martes día 3 de noviembre de 2025.**

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

Casillas a rellenar en el proceso de Inscripción, a parte de los indicados en el apartado CATEGORIA INCLUSIVA:

- Marcar la casilla de Autocaravana (solo del conductor); es para saber el espacio que necesitamos para aparcarlas en el centro de competición.
- Los usuarios de suelo duro deben marcar su casilla, para control de las plazas (es gratis)
- Los que en algún momento de la historia de nuestro club han pasado por él como federados (recibirán un obsequio conmemorativo).

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€. Sí el cambio de número de pinza SportIdent se realiza en el momento de la descarga, el coste será de 2€.

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

Para solicitar una factura de este evento, rellene el siguiente Formulario

El pago de las inscripciones se podrá realizar con tarjeta o por transferencia bancaria; en este último caso el IBAN seria **ES82 3058 0255 0827 2001 9575** de la entidad CAJAMAR y cuyo titular es ASOCIACION DEPORTIVA MURCIANA DE CARRERAS DE ORIENTACION. Enviar justificante a al email murciaorientacion@gmail.com

En caso de realizar la inscripción y no poder participar, se tendrá que abonar el importe igualmente

Categorías		Con licencia FEDO/FPO		Sin licencia FEDO/FPO		Alquiler pinza SportIdent
		Media/Larga	Sprint	Media/Larga	Sprint	
F-21B F-21A F-35 F-45 F-55 F-65	M-21B M-21A M-35 M-45 M-55 M-65	9,00€	8,00€	13,00€	12,00€	+3,00€
F-12 F-14 F-16 F-18	M-12 M-14 M-16 M-18	6,00€	5,00€	10,00€	9,00€	+0,00€
OPEN-AMARILLO OPEN-NARANJA RUTA-GUIADA RECORRIDO INCLUSIVO		6,00€	5,00€	9,00€	8,00€	0,00€
OPEN-ROJO		9,00€	8,00€	12,00€	11,00€	+3,00€

OTRA INFORMACION

En las dos carreras de bosque habrá aseos químicos y restauración donde se podrá desayunar, tapear, almorzar o comer.

Recibirán un obsequio todos los participantes presentes de OPEN AMARILLO

Se sortearán **dos** vales de 100€ (Tienda de Orientación) a la finalización de la entrega de premios.

Los usuarios del suelo duro y autocaravanas podrán acceder a la salida por los paseos que flanquean la ribera del rio Segura. Si quieren desplazarse con su vehículo pueden hacerlo hasta el parking disuasorio. Todos los accesos a pie son llanos, el regreso de meta cuesta abajo (autocaravanas y suelo duro).

Está totalmente prohibido la pernoctación en la zona de competición de bosque.

Los usuarios de autocaravanas dispondrán desde las 19:30 del viernes hasta el domingo a las 10 de la mañana de duchas y servicios (la organización asignará la llave a uno de los usuarios quién se responsabilizará de que esos servicios se cierren durante la noche para que no sean vandalizados.)

Los usuarios del suelo duro disponen de 52 plazas en literas con colchón en dos habitaciones de 26 plazas. Se asignarán por riguroso orden de solicitud una vez confirmado el pago de sus inscripciones. El albergue dispone de otro espacio como comedor y otro como sala de estar. Dicho albergue está cerrado, pero dispone de servicios y duchas totalmente operativas (dispone de agua caliente). Dispone de cocina que puede usarse, así como de dos congeladores y un frigorífico para uso libre.

El horario del albergue va desde las 19 horas del viernes a las 10 del domingo. Un miembro de la organización abrirá a dicha hora y pondrá en mano de uno de los usuarios como responsable que nombremos de que queden cerradas las dos puertas de acceso de coches durante la noche y cuando el sábado por la mañana el último usuario salga hacia zona de carrera. Volverá a abrirse el albergue cuando los corredores vuelvan y repetir la operación de cerrar el albergue y las puertas exteriores cuando abandonen el mismo para asistir al sprint. Por la mañana entregarán la llave del albergue en la secretaría de carrera.

Estamos seguros que tanto el albergue como las instalaciones del campo de fútbol quedarán en el mejor estado posible pues de nuestro comportamiento dependerá las facilidades para el futuro. Le hemos transmitido a las autoridades de Cieza que la misma confianza que ellos han puesto en nosotros a la hora de dejarnos las llaves de las instalaciones la tenemos nosotros en los usuarios de las mismas.

Los inscritos a las 3 pruebas recibirán una bolsa del corredor. Los inscritos que hayan pasado por nuestro club recibirán un regalo conmemorativo.

REGLAMENTOS

La inscripción a la competición conlleva la aceptación de las normas publicadas en la FEDO y en las federaciones territoriales que organizan la LSE

CATEGORIA INCLUSIVA

principios del diseño universal del deporte de orientación.

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:

- **ARNES 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 los 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.

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 club MURCIA-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**

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. La participación en la prueba implica asumir los riesgos propios de la práctica de la orientación a pie.
2. Especialmente, para la carrera sprint, se recomienda 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.
3. 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.
4. Accesos y aparcamientos de los vehículos. Indicado en apartado de acceso.
5. Recomendable extremar la precaución en los desplazamientos a pie durante todo el evento obedeciendo las indicaciones de la organización y respetando la norma vial.
6. Meteorología: Seguimiento actualizado

	mar. 03		mié. 04				jue. 05		vie. 06		sáb. 07	dom. 08
	12–18 h	18–24 h	00–06 h	06–12 h	12–18 h	18–24 h	00–12 h	12–24 h	00–12 h	12–24 h		
	16°C	13°C	11°C	18°C	16°C	13°C						
Probabilidad de precipitación	65%	100%	80%	15%	45%	80%	20%	5%	0%	0%	10%	25%
Cota de nieve a nivel de provincia (m)												
Temperatura mínima y máxima (°C)	10 / 22		11 / 20				10 / 23		6 / 23		9 / 23	11 / 22
Dirección y velocidad del viento (km/h)	SE 20	NE 15	C 0	C 0	SE 20	SE 10	SE 10	C 0	NO 5	SE 5	SE 10	SE 10

7. Servicios sanitarios: Habrá una ambulancia en centro de competición.
8. 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.

TURISMO Y ALOJAMIENTOS

Toda la información turística está en www.cieza.es y en www.floracioncieza.info/turismo/
Para visitas guiadas a la cueva de la Serreta y a Siyâsa: Stipa Servicios Turísticos. Teléfono: 658 641 101

- B&B CIEZA Hotel
  Un hotel en un entorno natural estratégico. B&B HOTEL Cieza cuenta con 80 habitaciones, diseñadas bajo el concepto Smart Simplicity, que combina funcionalidad, confort y diseño contemporáneo adaptado tanto al viajero profesional como al cliente de ocio.
  Centro comercial Los Olivos Ctra. N-301 – Cieza
  - 868 684995
  - www.hotel-bb.com
  - hotel.cieza@hotelbb.com

- HOSPEDERÍA SAN SEBASTIÁN
  Destino ideal para una estancia de ocio o de negocios en pleno centro histórico de Cieza. 15 habitaciones. Sala de Reuniones
  C/ San Sebastián, 21 – Cieza
  - 868 961 868
  - www.sansebastianhospederia.com
  - reservas@sansebastianhospederia.com

- CASA DE LA CAMPANA. Hospedería Rural
  A 5 km de Cieza, en el paraje de "Perdiguera", próxima al río Segura. Lugar ideal de recreo, relax y celebraciones de todo tipo.
  Paraje Perdigüera
  - 968 454 581 | 675 980 551
  - www.casadelacampana.com
  - info@casadelacampana.com

- CASA RURAL 'ELCABEZO DE LA TORRE'
  A 11 km de Cieza, rodeada de plantaciones de árboles frutales y bosque de pinos. Consta de tres estancias independientes con una capacidad total de 16 plazas.
  Paraje El Ginete-La Torre
  - 685 363 544
  - www.elcabezodelatorre.com
  - elcabezo.dl.torre@gmail.com

- CASA DEL SOL (Alojamientos Turísticos)
  La Casa del Sol ofrece alojamientos turísticos en Cieza. Un edificio catalogado por el Ayuntamiento como bien inmueble protegido. Con una historia que se remonta a 1924. Ubicado en el corazón de Cieza, su fachada principal da al hermoso Paseo de Cieza. Fue reconstruido en el año 2000 manteniendo su estilo ecléctico.
  Dos habitaciones de matrimonio, dos habitaciones dobles y dos individuales
  General Ruiz, 1 – Esquina con Paseo
  - 722 33 83 81 | 696 942 174
  - https://alojamientosturisticoscieza.com/
  - info@alojamientosturisticoscieza.com

- VILLA SIYÂSA. (Alojamiento Turístico)

Disfruta de una estancia inolvidable en un espacio amplio y luminoso, con un salón y cocina de concepto abierto, ideal para compartir momentos en familia o con amigos. Relájate junto a la chimenea o refréscate en la piscina. Ubicado en una urbanización tranquila, es el lugar perfecto para desconectar. Prepara deliciosas comidas en la barbacoa exterior y aprovecha el parking interior. Aquí valoramos la paz, por lo que no se permiten fiestas ni despedidas.
Total de camas: 8. Dos habitaciones de matrimonio y dos habitaciones dobles
Urbanización Fuente Ascoy, Calle Paraíso, E6

- 645 04 71 51
- villasiyasacieza@gmail.com

- OLMEDA DEL MARIPINAR. Casa Rural

Alojamiento rural completamente reformado con origen en el S. XIX. Cuenta con 3 amplias habitaciones, todas las comodidades y amplias zonas exteriores, con parking privado. Dispone de aire acondicionado y calefacción, así como chimenea y barbacoa exterior. El lugar perfecto para pasar un día inolvidable con unas espectaculares vistas a la Atalaya y el Castillo de Cieza.
Ctra. RM-532, Km 0'5

- 639 236 762
- www.laolmedadelmaripinar.com
- laolmedadelmaripinar@gmail.com

- VILLA CAPRICHO. Casa Rural

Situada a las afueras y con un entorno rural y campestre, esta morada es ideal para disfrutar con amigos y familia de unos días de tranquilidad lejos del núcleo urbano. Es ideal para un grupo de unas 10 personas. La casa cuenta con 4 dormitorios, 3 de ellas dobles, con 2 camas individuales y una de ellas con 1 cama de matrimonio. Además de contra con 2 baños, uno en cada planta. En el exterior entre otros cuenta con porche, piscina privada y barbacoa
Paraje Las Cañadas 230

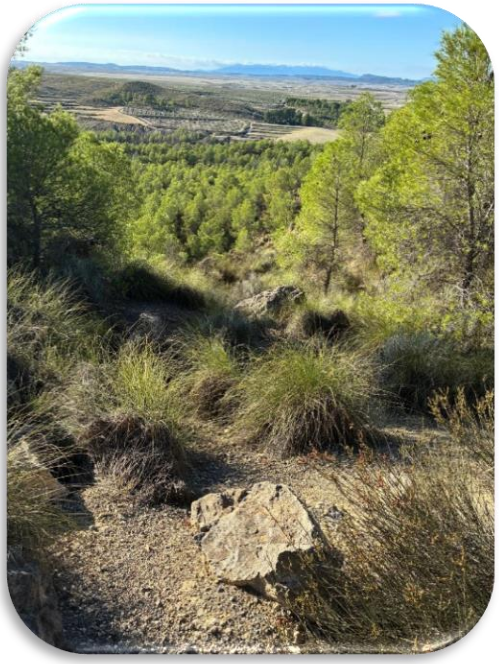
- 693 709 143
- pascual72@hotmail.com

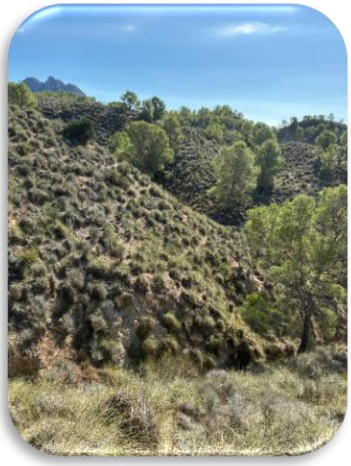
- COMPLEJO RURAL 'EL GINETE'

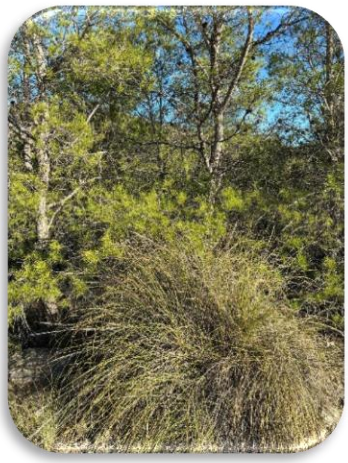
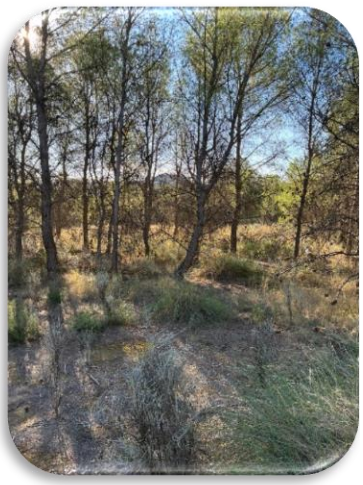
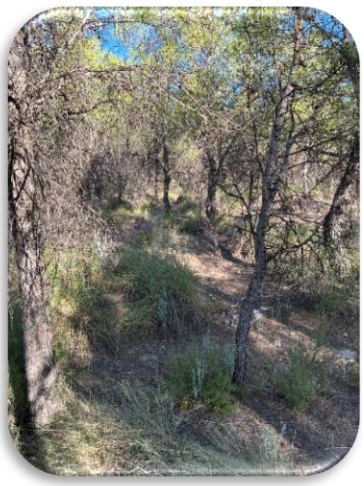
Situado en el Paraje del Ginete, a 6 km de Cieza, y muy próximo al río Segura. En plena zona de campo, rodeada de frutales y zonas de huerta. Consta de dos estancias independientes. Cada casa dispone de 2 dormitorios.
Crta. Pantano del Quipar, km 2'5

- 696 939 767 | 696 942 174
- http://ventaelginete.com/
- elginete@ventaelginete.com | suri-28@hotmail.com

FOTOS DEL TERRENO






RESULTADOS EN DIRECTO Y SEGUIMIENTO O-TRACK

RESULTADOS EN DIRECTO y SEGUIMIENTO O-TRACK

E1 https://liveresultat.orientering.se/beta/follow/41026	LIVE RESULTS E1 EL ALMORCHON media live.orienteering.services	Enlace
E2 https://liveresultat.orientering.se/beta/follow/41027	LIVE RESULTS E2 CIEZA Urbano sprint live.orienteering.services	Enlace
E3 https://liveresultat.orientering.se/beta/follow/41028	LIVE RESULTS E3 EL ALMORCHON larga live.orienteering.services	Enlace

PERSONAL DE ORGANIZACION

Responsable: Pedro Mayol
Trazador: Jesús Bernal
Colocadores: Ramón de Lucas, Pepe Pareja, José Fco. Mendoza, Julio Sánchez, Guillermo Iglesias, Román Piñeiro, Adrián Llor, Esmeralda Ruiz
Cronometraje / Secretaría : Antonio Cano, Javier Sáez
Secretaría: Encarna Mayol
Bolsa del corredor: Susana Pérez de Colosía, Alba Martínez, Iris Martínez, Mónica Martínez (entrega de premios)
Salida 1: Miguel Caballero, Joaquín Gil, José Mendoza, Aurelio Bello, Juan Antonio Carrión, Sebastián Martínez
Salida 2: Joaquín Martínez, José Carlos García (sábado mañana no), Pilar Soto
Ruta guiada: Juan Abellán
Infraestructuras/ parking: José Carcelén, José María Escobar, José Manuel Silva
Infraestructuras/meta: Tomás Ros, Raquel Chacón, Juanjo Pujante, José Amador Real
Control albergue / campo de fútbol: Serafín García
Avituallamiento: María del Carmen, Cati Viúdez
Delegado Federativo: Jesús Martínez Morales

PATROCINADORES Y COLABORADORES