

6 - 7 NOVIEMBRE

10^a y 11^a Liga Regional Murciana
4^a y 5^a Liga del Sureste

¡MAPA NUEVO!

Puerto de la Cadena (sur)

**DÍA 6 - MEDIA DISTANCIA
DÍA 7 CAMP REG LARGA DISTANCIA**

INSCRIPCIONES EN WWW.CONTROL200.COM

murciaorientacion@gmail.com
www.murcia-o.com



INDICE

PROGRAMA	2
COMENTARIOS DEL TRAZADOR	3
COMPETICION SABADO DIA 6, MEDIA DISTANCIA.....	6
COMPETICION DOMINGO DIA 7, LARGA DISTANCIA	7
DISTANCIAS Y DESNIVELES.....	8
ACCESOS Y LOCALIZACIONES	9
CATEGORIAS	10
INSCRIPCIONES Y CUOTAS.....	11
RESULTADOS y O-TRACK	12
OTRA INFORMACION	12
CAMPEONATO REGIONAL DE MURCIA	13
MEDIOAMBIENTE	13
ORGANIGRAMA Y JURADO TECNICO	14
COLABORADORES	14
CONTACTO	14

SABADO DIA 6. MEDIA DISTANCIA

- A las 8:30h.: apertura del centro de información
- A las 10:00h.: salida del primer corredor
- A las 12:30h.: salida del último corredor
- A las 14:30h.: cierre de meta

DOMINGO DIA 7. LARGA DISTANCIA

- A las 8:00h.: apertura del centro de información
- A las 09:30h.: salida del primer corredor
- A las 11:30h.: salida del último corredor
- A las 13:00h.: entrega medallas Campeonato Regional de Murcia (media y larga distancia)
- Al finalizar la entrega de medallas, se sorteará varios productos donados por "Tienda de orientación"
- A las 14:30h.: cierre de meta

► COMENTARIOS DEL TRAZADOR

El mapa de la competición se ha realizado totalmente nuevo, sobre terreno nunca cartografiado, por lo que es totalmente inédito. Ha sido realizado por el cartógrafo Juan Francisco Sánchez el presente año (febrero 2021) y es de una excelente calidad.

En total la zona cartografiada (de la que se espera realizar una ampliación hacia el Este en un futuro), tiene una extensión cercana a los 8 km², lo cual hará que no se utilice en su totalidad en esta edición a pesar de disputarse dos carreras larga y media.

En esta ocasión se utilizará la parte más al Oeste, en las proximidades de la gasolinera del Puerto de la Cadena, reservándose la parte Este, más espectacular si cabe para futuros eventos.

La parte Norte del mismo es la zona con más desnivel y la que tiene mayor superficie boscosa, extendiéndose hasta el camino que sube al famoso "Relojero". Por tales características, se utilizará para la carrera de larga distancia del domingo donde la parte física y las elecciones de ruta deben predominar.

Por el contrario, en la parte más al sur abunda el terreno más despejado, con multitud de detalles de altimetría debido a la erosión del terreno. Aquí tenemos las temibles "Badlands" que configuran un tipo de terreno de extrema complejidad técnica que, con menor desnivel, harán las delicias de los que vengáis a estrenar este mapa.

Unas amplias ramblas en sentido Norte-Sur jalonadas con presencia de vegetación baja en sus cauces y una moderada red de montículos y colinas erosionadas en su mayor parte conforman un mapa único y de gran diversidad técnica.

El tipo del terreno, se ha seleccionado cuidadosamente, para diseñar dos carreras de tipología totalmente diferente, según las especificaciones técnicas que deben ofrecer las carreras de larga y media distancia.

Jesús M^a Bernal





Se ha generalizado los detalles de altimetría en aquellas zonas en las que por su exceso de detalle (vaguadas, salientes, torrenteras,...) es imposible representar el terreno en su totalidad

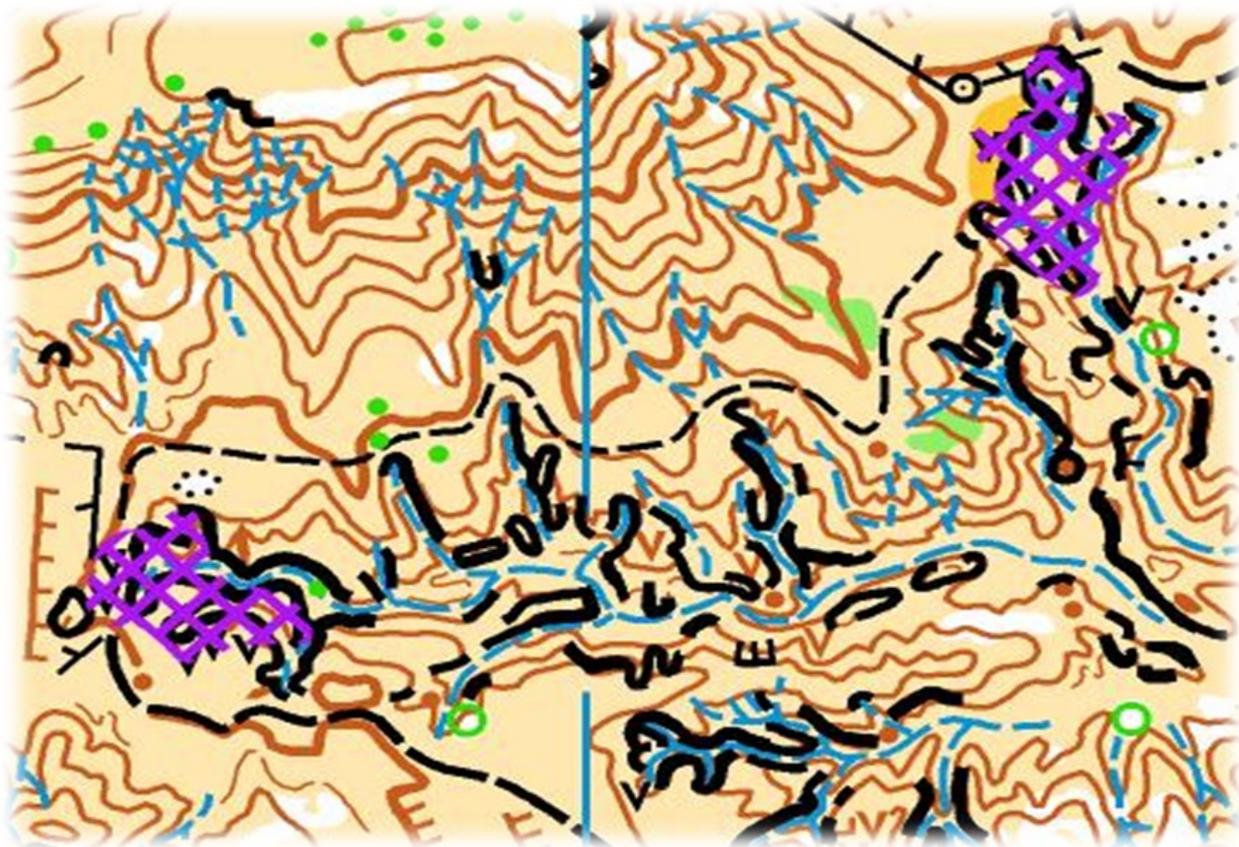
ZONAS PELIGROSAS Y CORTADOS

Hay una zona en el centro del plano, de excelente belleza paisajística en la que los cortados presentan un gran peligro por sus dimensiones:

Esta zona vendrá perfectamente definida en el mapa con la simbología morada que se expone a continuación, e igualmente estará balizado en el terreno con cintas.

Los recorridos no discurrirán por dichas zonas, pero se indica para en caso de algún corredor que pueda pasar por dicha zona.

De igual manera se emplaza a los corredores a prestar especial atención a los cortados con un tramo grueso que indica mayor pendiente y por tanto peligro.

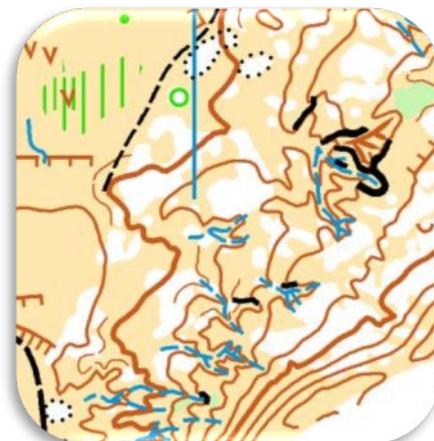


Sólo los recorridos de categorías superiores hay un tramo por el que discurren unos cortados que se cogen en sentido de la caída y son muy peligrosos. Se ha pintado una línea magenta en el borde superior de éstos cortados y estará balizado y señalizado con cinta sobre el terreno



► COMPETICION SABADO

LUGAR:	PUERTO DE LA CADENA
FECHA:	6 DE NOVIEMBRE 2021
COMPETICIÓN:	4ª CARRERA LIGA DEL SURESTE 10ª CARRERA LIGA MURCIANA 2021
MODALIDAD:	DISTANCIA MEDIA
ESCALA:	1:7.500
TIPO DE CARRERA:	EN LINEA
HORARIO DE SALIDAS:	de 10:00h a 12:30h
CIERRE DE META:	14:30h
TRAZADOR:	JESUS MARIA BERNAL GOMEZ



La zona por la que discurre el trazado de la carrera de media distancia es más abierta y con menor desnivel. La velocidad de carrera será alta, a pesar que en el terreno predomina el esparto y otra vegetación rastrera que en ocasiones dificulta el desplazamiento. También hay otra flora tipo hinojo algo más alta que dificulta la visión, contribuyendo a que el corredor deba exigirse tener mayor precisión al abordar el acercamiento a los controles.

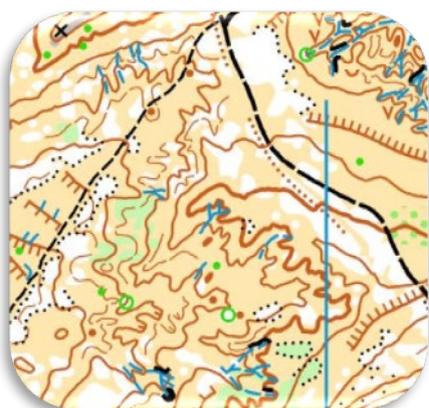
Esta zona está jalonada de caminos, sembrados y antiguas edificaciones abandonadas (ruinas), detalles que servirán para apoyarse en los recorridos menos exigentes. También hay una abundante red de taludes (marrón) y taludes-muros hechos por el hombre (negro) que se distinguen claramente por su confección a base de piedras.

El cartógrafo ha tenido que generalizar en algunas zonas dichos elementos en aras de permitir una buena legibilidad del mapa.

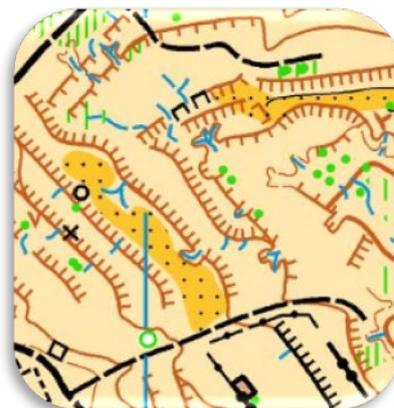
Esta generalización se hace más acusada en las formaciones del terreno, que conforman en esta zona abundantes zonas de erosión de gran belleza paisajística. Aquellos que por su altura o pendiente presentan paredes verticales perfectamente identificables se han dibujado de color negro.

En los trazados de media distancia se ha procurado que el corredor tenga que estar continuamente en contacto con el mapa, y sin la necesidad de los en ocasiones sobrevalorados “cambios de dirección” ofrecer alternativas técnicas permanentemente al corredor durante toda la carrera.

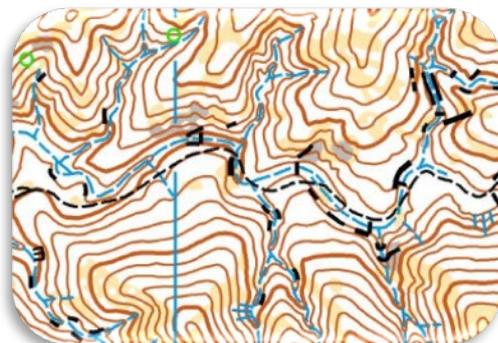
Para que la mayor parte de corredores puedan disfrutar de las partes más técnicas del mapa, se ha dispuesto la salida a unos 800 metros de la zona de competición, estimando unos 10 min máximo el desplazamiento desde la zona de meta.



BADLANDS



LUGAR:	PUERTO DE LA CADENA
FECHA:	7 DE NOVIEMBRE 2021
COMPETICIÓN:	5ª CARRERA LIGA DEL SURESTE 11ª CARRERA LIGA MURCIANA 2021
MODALIDAD:	DISTANCIA LARGA
ESCALA:	1:10.000 y 1:7.500
TIPO DE CARRERA:	EN LINEA
HORARIO DE SALIDAS:	de 09:30h a 11:30h
CIERRE DE META:	14:30h
TRAZADOR:	JESUS MARIA BERNAL GOMEZ



En esta ocasión la carrera discurrirá por la zona norte, la cual presenta desniveles moderados a fuertes, que serán evitados en los recorridos de menor entidad.

La parte inicial del recorrido discurrirá por zonas más boscosas predominando el típico pino murciano, de diferentes alturas. En el piso abunda en ocasiones algo de vegetación baja, así como restos de alguna poda de ramas antigua, que dificulta a veces el desplazamiento, aunque éste por lo general es alto.

En el mapa no se aprecian colores verdes, salvo una vez abandonado el bosque, las típicas zonas semi-despejadas en las que abunda el esparto. También se discurre en una planicie con abundancia de detalles de cultivos frutales ya abandonados y en este caso si se aprecian cambios de vegetación sin estar muy definidos, así como gran abundancia de árboles significativos fácilmente identificables.

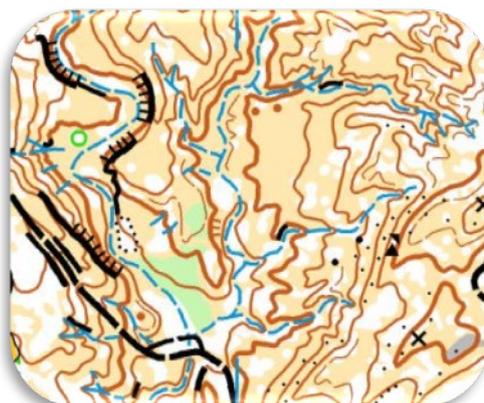
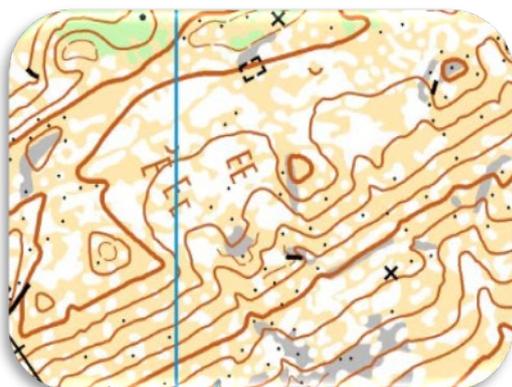
En cuanto al trazado, la carrera será una típica carrera de larga distancia con tramos amplios de navegación en donde predominarán las elecciones de ruta, y la ubicación de los controles no será tan determinante como en la media distancia.

No obstante, se ha pretendido que el corredor ponga de manifiesto el mayor número de técnicas de orientación durante la carrera, ofreciendo tanto navegaciones someras, como otras más precisas, contando con tramos con lectura muy exacta del mapa y apoyo de la brújula en algunos controles.

En general los recorridos no tendrán un gran número de controles, predominando en general la navegación en los tramos sobre la ubicación del control. Tampoco habrá un elevado número de controles de pequeña distancia en la parte final del recorrido como suele ser frecuente en algunas carreras.

La salida de la carrera de distancia larga se sitúa próxima al centro de competición y a escasos metros de la gasolinera y la "Venta del Puerto".

La escala del mapa de la carrera de Larga Distancia será generalmente 1/10.000, sometiéndose a criterio técnico la escala de las categorías superiores de veteranos y open.



► DISTANCIAS Y DESNIVELES

SABADO DIA 6. MEDIA DISTANCIA

	LRMU	CATEGORIAS	LSE	DISTANCIA	DESNIVEL	CONTROLES	ESCALA
R1a		OPEN-AMARILLO	OPEN-AMARILLO	2.390	55	9	1:7.500
R1b		F-12 M-12	F-ALEVIN M-ALEVIN	2.680	80	12	1:7.500
R02		F-14 OPEN-NARANJA	F-INFANTIL OPEN-NARANJA	3.150	85	14	1:7.500
R03		F-55 F-65 M-65	F-VETERANA-C F-VETERANA-D M-VETERANO-D	3.280	90	16	1:7.500
R04		F-16 M-14	F-CADETE M-INFANTIL	3.360	90	15	1:7.500
R05		F-21B F-45	F-SENIOR-B F-VETERANA-B	3.600	100	17	1:7.500
R06		M-21B M-55 OPEN-ROJO	M-SENIOR-B M-VETERANO-C OPEN-ROJO	4.230	120	16	1:7.500
R07		F-18 F-35	F-JUVENIL F-VETERANA-A	4.650	150	17	1:7.500
R08		M-16 M-45	M-CADETE M-VETERANO-B	4.800	160	19	1:7.500
R09		F-21A M-18	F-SENIOR-A M-JUVENIL	4.770	175	19	1:7.500
R10		M-21A	M-SENIOR-A	4.890	175	18	1:7.500
R11		--- M-35	F-ELITE M-VETERANO-A	5.200	180	19	1:7.500
R12		---	M-ELITE	5.570	180	22	1:7.500

DOMINGO DIA 7. CAMPEONATO REGIONAL DE MURCIA LARGA DISTANCIA (sólo categoría Elite)

	LRMU	CATEGORIAS	LSE	DISTANCIA	DESNIVEL	CONTROLES	ESCALA
R1a		OPEN-AMARILLO	OPEN-AMARILLO	2.110	55	9	1:10.000
R1b		F-12 M-12	F-ALEVIN M-ALEVIN	2.830	60	11	1:10.000
R02		F-14 OPEN-NARANJA	F-INFANTIL OPEN-NARANJA	3.430	85	14	1:10.000
R03		F-55 F-65 M-65	F-VETERANA-C F-VETERANA-D M-VETERANO-D	4.080	120	13	1:7.500
R04		F-16 M-14	F-CADETE M-INFANTIL	4.300	140	14	1:10.000
R05		F-21B F-45	F-SENIOR-B F-VETERANA-B	4.580	150	13	1:10.000
R06		M-21B M-55 OPEN-ROJO	M-SENIOR-B M-VETERANO-C OPEN-ROJO	5.370	200	12	1:10.000
R07		F-18 F-35	F-JUVENIL F-VETERANA-A	4.920	160	14	1:10.000
R08		M-16 M-45	M-CADETE M-VETERANO-B	5.610	260	12	1:10.000
R09		F-21A M-18	F-SENIOR-A M-JUVENIL	5.740	255	13	1:10.000
R10		M-21A	M-SENIOR-A	7.300	320	15	1:10.000
R11		--- M-35	F-ELITE M-VETERANO-A	7.750	330	17	1:10.000
R12		---	M-ELITE	8.160	350	19	1:10.000

▶ ACCESOS Y LOCALIZACIONES (ambos días)



Como llegar

Coordenadas: 37°53'08.2"N 1°08'06.7"W

Latitud: 37.885616 Longitud: 1.135180

Salida 155 de la autovía A-30 Murcia-Cartagena



SABADO:

- Presalida a 300m del parking y centro de competición. Llamadas a -7'
- Parking: junto al centro de competición
- Desde el parking de autocaravanas a presalida: 4 minutos andando

DOMINGO:

- Presalida a 150m del parking y centro de competición. Llamadas a -4'
- Parking: junto al centro de competición

Las zonas de ambos días se encuentran detrás de la gasolinera

► CATEGORÍAS

Categoría Oficiales	Rango de Edad
M/F - 12 (Alevín)	Hasta 12 años.
M/F - 14 (Infantil)	Hasta 14 años.
M/F - 16 (Cadete)	Hasta 16 años.
M/F - 18 (Juvenil)	Hasta 18 años.
M/F - 21B (Senior - B)	Absoluta
M/F - 21A (Senior - A)	Absoluta
M/F - Élite	Absoluta
M/F - 35 (Veterano - A)	Desde 35 años.
M/F - 45 (Veterano - B)	Desde 45 años.
M/F - 55 (Veterano - C)	Desde 55 años
M/F - 65 (Veterano - D)	Desde 65 años

Categorías de promoción, no puntúan para la LSE ni LRMU	
Categorías no Oficiales	Nivel Físico-Técnico
Open Amarillo	categoría recomendada 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
Open Equipos	No disponible en ésta prueba

► INSCRIPCIONES Y CUOTAS

Las inscripciones se realizarán en la web de la F.O.R.M. accediendo al sistema CONTROL200 (<https://www.control200.com/InfoEvento.aspx?Evento=135>) hasta las 23:59h del miércoles día 03 de noviembre

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

Excepcionalmente, estará habilitado un 2º plazo de inscripción hasta las 23:59h del jueves día 4, con recargo y sujeto a la disponibilidad de horas de salida y mapas vacantes

No se realizarán inscripciones el día de la prueba.

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

● Cuotas Prueba Medía y Larga (LSE)

Categorías	Con licencia FEDO/FPO	Sin licencia FEDO/FPO	Alquiler pinza SportIdent
M/F-ELITE M/F-SENIOR-A (M/F 21-A) M/F-SENIOR-B (M/F 21-B) M/F-VETERANO-A (M/F 35, M/F 40) M/F-VETERANO-B (M/F 45, M/F 50) M/F-VETERANO-C (M/F 55, M/F 60) M/F-VETERANO-D (>M/F 65)	8,00 €	11,00 €	3,00 €
M/F-ALEVIN (M/F 12) M/F-INFANTIL (M/F 14) M/F-CADETE (M/F 16) M/F-JUVENIL (M/F 18)	5,00 €	8,00 €	3,00 €
OPEN-AMARILLO OPEN-NARANJA OPEN-ROJO	4,00 €	7,00 €	0,00 € 0,00 € 3,00 €

▶ RESULTADOS Y O-TRACK

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



O-track estará disponible al finalizar la prueba. Te animamos a subir tú recorrido de forma sencilla. +Info: <https://o-track.dk/es/about>

Como corredor, solo tienes que usar tu reloj GPS ó tu teléfono para grabar el track de la actividad. Carga el fichero “.gpx” generado en el evento de O-Track y ya podrás analizar y comparar tu ruta con la de otros usuarios



▶ OTRA INFORMACION

- Todas las categorías utilizarán el sistema de control **SportIdent** y estarán configuradas **en su modo Air+** (detección inalámbrica de paso) de tal manera que los participantes que dispongan de una tarjeta SIAC disfrutarán de las ventajas que ofrece este sistema. El resto de corredores podrán utilizar sus tarjetas SI habituales. No se recomienda usar el modelo SI 5, y será responsabilidad, sólo del corredor, su uso. 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.**
- Hay obsequio para todos los participantes. Podrán recogerlo después de la descarga S.I. del domingo
- Hay bar en el área de servicio junto a la zona de carrera del domingo y a 500m. de la del sábado
- No habrá ASEOS QUIMICOS
- No habrá avituallamiento liquido en carrera, pero sí en meta
- No informamos de alojamientos debido a la gran oferta existente en la ciudad de Murcia que se encuentra a 10 minutos en coche.
- Contamos con la  **Tienda de Orientación** que colabora con varios productos a sortear entre los participantes.

► CAMPEONATO REGIONAL DE MURCIA

NUEVA REDACCION: Para el **Campeonato Regional de Distancia Larga** a disputar el 7 de noviembre, **habrá medallas para todos los 3 primeros clasificados de las categorías oficiales**, pero en las categorías sin límite de edad (M/F-ÉLITE, M/F-SENIOR-A y M/F-SENIOR-B) sólo serán campeones regionales los corredores con licencia en un club murciano que participen en la categoría M/F-ÉLITE.

Medallas Campeonato Regionales de orientación a pie 2021.

El domingo 7 de noviembre al finalizar la carrera organizada por el club Murcia-O, en el mapa del Puerto de la Cadena Sur, se entregarán las medallas del Campeonato Regional de Larga Distancia que se disputará ese día y las del Campeonato Regional de Media Distancia que se celebró el 23 de mayo de 2021 en Mortí (Totana) Ver clasificaciones del CR Media Distancia. De este último campeonato también se entregarán unos estupendos mapas cartográficos de Sierra Espuña que MAPEANDO donó para cada uno de los ganadores de las categorías oficiales.

► MEDIO AMBIENTE

Si cualquier participante detecta una incidencia que afecte al medio natural donde se va a celebrar la carrera podrá comunicarlo con el formulario que hay disponible en la web de la F.O.R.M.: https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfnC7T0w0_kfuR4W5X7OOPThVCys-TBSc5bliUWleea014tnw/viewform

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



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

► ORGANIGRAMA

Director de la prueba:	Pedro Mayol
Trazados:	Jesús M ^a Bernal
SportIdent y cronometraje:	Antonio Cano, Francisco Javier Sáez
Colocadores:	Guillermo Martínez, Román Pérez, Julio Sánchez, José Pérez, Jesús M ^a Bernal
Protocolo COVID y medioambiente:	Mónica Martínez
Salidas:	Joaquín Martínez, Juan Abellán, Juan A. Carrión, Jose Fco. Mendoza, José Mendoza, Aurelio Bello, Miguel Caballero, Joaquín Gil, Mateo Rubio, Paz Jiménez, Tomás J. Ros
Logística:	Francisco Costa, José M. Carcelén

► COLABORADORES



► CONTACTO



<https://www.murcia-o.com/>

Teléfono: 628 44 23 35



@MurciaOrienta



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