

# Jornada de orientación familiar

## PARQUE AMATE



sábado 9 de noviembre

Salida a partir de las 10:00h

**Inscripciones:** Hasta el 6 de noviembre  
en [www.control200.com](http://www.control200.com)  
*Las inscripciones son gratuitas*

**NO8DO**  
AYUNTAMIENTO DE SEVILLA



## ÍNDICE

- 1. PRESENTACIÓN**
  - 2. PROGRAMA**
  - 3. INSCRIPCIONES**
  - 4. CATEGORÍAS**
  - 5. FORMACIÓN**
  - 6. ACCESO A LA ZONA DE COMPETICIÓN**
  - 7. INFORMACIÓN TÉCNICA**
  - 8. PREMIOS Y TROFEOS**
  - 9. NORMAS DE SEGURIDAD Y RIESGOS DE LA ACTIVIDAD**
  - 10. ORGANIZACIÓN Y CONTACTO**
- CONSENTIMIENTO INFORMADO DE LOS PARTICIPANTES DE LA ACTIVIDAD**

## 1. PRESENTACIÓN

### ¿Qué es la ORIENTACIÓN DEPORTIVA?

La Orientación es una actividad deportiva que posibilita descubrir y disfrutar de bosques y parques naturales de tu región, o de cualquier lugar del mundo, y de parques y zonas recreativas de tu ciudad, ejercitando el cuerpo y la mente.

Con la ayuda de un mapa y, quizás, una brújula, deberás completar un recorrido encontrando balizas dispuestas, lo que, a veces, te lleva a descubrir rincones inéditos para ti. La orientación te acerca a lugares que, de otra manera, sería imposible llegar a disfrutar.

Es una actividad deportiva que puede practicar toda la familia, individualmente o en grupo, marcando cada uno su nivel y expectativas; desde un paseo novedoso, con un reto que resolver y descubriendo rincones, hasta el mayor nivel competitivo con una alta preparación física y mental.



**La orientación es un DEPORTE PARA TODOS**  
**El lema de este deporte es “PIENSA Y CORRE”**

## ¿Cómo se practica?

En el punto de SALIDA recibirás un MAPA con el recorrido a completar, momento en que empieza a contar tu tiempo. Deberás pasar por todos los puntos marcados hasta llegar a META.

En cada uno de esos puntos encontrarás una BALIZA así como una base electrónica a la que acercará la PINZA ELECTRÓNICA, que se te facilitará en el Centro de Información si no dispones de ella, para que quede registrado tu paso.

No podrás guiarte por teléfonos móviles u otros elementos electrónicos. El único apoyo permitido es una BRÚJULA; no será necesaria en el parque Amate.

Como ves, junto al ejercicio físico, al nivel que desees, se ponen en práctica y agilizan muchas cualidades intelectuales necesarias para analizar y sintetizar la información que aporta el mapa, estimulando la lógica, la rapidez en la toma de decisiones, la capacidad de concentración y la seguridad en sí mismo, alejándonos por un ratito del uso de pantallas electrónicas, y descubriendo lugares nuevos en compañía, o en competición, con familia y amigos.

## La carrera de Parque Amate

Existen carreras de Orientación Deportiva a todos los niveles competitivos y para todas las categorías. En esta ocasión, el club ADOL (Asociación Deportiva de Orientación "Lince"), de Sevilla, junto al IMD del Distrito Cerro-Amate del Ayuntamiento de Sevilla, organiza la Prueba de Orientación Familiar, que tendrá lugar en el Parque Amate el domingo, 18 de noviembre de 2023

Se trata de un evento FORMATIVO y LÚDICO, no competitivo, que pretende acercar a todos los vecinos del Distrito Cerro-Amate, y restos de vecinos de la ciudad, la aventura de conocer el Deporte de Orientación en su propio barrio.

Agradecemos públicamente al Distrito Cerro-Amate, y al IMD del Ayuntamiento de Sevilla, la oportunidad que nos ofrece para dar a conocer nuestro deporte.

## 2. PROGRAMA

**Lugar: Parque Amate (Sevilla).**

**Sabado, 9 de noviembre de 2024.**

- **9:00 horas.**      **Apertura Centro de información.**
- **10:00 horas.**    **Inicio de SALIDA DE CORREDORES.**
- **10:15 horas.**    **Salida del grupo de FORMACIÓN.**
- **11:30 horas.**    **Cierre de salidas.** No se permitirán salidas a partir de esta hora.
- **13:00 horas.**    **Cierre de Meta. Entrega de trofeos.**

### 3. INSCRIPCIONES

#### Plazo de Inscripción:

- **Inicio:** Lunes 14 de octubre.
- **Finalización:** Miércoles, 6 de noviembre, a las 23:59 horas

**Cuota:** ACTIVIDAD GRATUITA

**Enlace:** <https://www.control200.com/>

La inscripción se realizará a través de control 200

### 4. CATEGORÍAS

La actividad programada en esta ocasión tiene carácter **FORMATIVO** y **NO COMPETITIVO**. Permitirá la participación tanto en solitario como acompañados o en grupos. Los **ACOMPANANTES**, ya sean padres o entrenadores, deben inscribirse en la misma categoría que los deportistas a los que van a acompañar.

- **AMARILLO o FÁCIL:** iniciación para niños. Recorrido fácilmente transitables.
- **NARANJA o MEDIO:** iniciación para adultos. Algo mayor de dificultad técnica, con una distancia asequible para hacer corriendo o paseando.
- **ROJO o AVANZADO:** el mayor reto técnico y físico.
- **DIVERSIDAD FUNCIONAL:** para personas con cualquier nivel funcional y nivel de movilidad, pudiendo disfrutar de cada rincón del parque.

### 5. FORMACIÓN

El club de orientación **ADOL** pone a disposición de quienes se inician en este deporte de monitores que expondrá las nociones básicas para su desarrollo. El grupo se reunirá a las 10:15 en zona señalizada junto al Centro de Información.

Para participar de este grupo, debes inscribirte en la prueba en las modalidades **FÁCIL** o **MEDIO** y acudir a las 10:00 al Centro de Información para recoger tu pinza electrónica e incorporarte al grupo de **FORMACIÓN**.

### 6. ACCESO A LA ZONA DE COMPETICIÓN

La prueba se desarrolla en su totalidad en el interior del **PARQUE AMATE** de Sevilla. El Centro de Información y la Salida se situarán junto al acceso desde la avenida la Revoltosa (Puerta Parque Amate "Campo de Fútbol"). Encontrarás el Centro de Información fácilmente.

Acude al **CENTRO DE INFORMACIÓN** si necesitas recoger una pinza electrónica, y después al punto de **FORMACIÓN**, allí señalizado, si quieres recibir nociones básicas sobre este deporte. Si

dispones de pinza electrónica y has realizado correctamente tu inscripción, puedes acudir directamente a la SALIDA entre las 10:00 y las 11:00 horas.

**Coordenadas Centro de Información y Salida: 37.379265, -5.946951**

**<https://www.google.es/maps/dir/37.3792035,-5.9470097/37.3792226,-5.9469909/@37.3792599,-5.9475917,148m/data=!3m1!1e3!4m2!4m1!3e3?entry=ttu>**

## 7. INFORMACIÓN TÉCNICA

### La carrera del Parque Amate:

La zona de la prueba es un parque urbano con amplias zonas abiertas de carrera fácil y rápida. El relieve es llano.

La escala del mapa es 1:4000 y la equidistancia 2 m. Mapa realizado por Pedro Pasión en 2013 y revisado en 2017, y trazado por José Mena Lanero del club ADOL.

El Parque Amate tiene una superficie total de 32 hectáreas. Está estructurado en torno a un gran eje central donde se van situando una plaza semicircular, un estanque y una fuente. Del eje central parten numerosos caminos que van formando una red de caminos de albero, que atraviesan las casi 32 hectáreas del parque. Las dobles alineaciones de árboles dispuestas en la avenida principal a modo de bóveda y las amplias praderas del parque permiten circular por el mismo. El relieve en general es suave incluyendo espacios abiertos que permiten una carrera rápida.

Hemos diseñado cuatro recorridos bien diferenciados en los que hay que estar atentos a los números de los controles y a elegir la mejor ruta para llegar cuanto antes al siguiente punto.

CATEGORÍA	Distancia	Nº de controles
Fácil	1.500 m	10
Medio	3.100 m	17
Avanzado	3.700 m	22
Diversidad funcional	1.800 m	10

### Categorías y distancias:

### Comentarios del trazador (Antonio Coto):

Parque sin relieve y fácil para la orientación en el que se han elaborado trazados que en los niveles Fácil y Diversidad Funcional permitirán el aprendizaje de los debutantes y los niños; y que en los

niveles Medio y Avanzado serán una oportunidad para los federados de practicar una prueba sprint de parque con alta velocidad y constantes cambios de rumbo con pequeños detalles de lectura rápida de mapa que decidirán quién consigue el mejor tiempo.

### Reglamento:

Se aplicarán los reglamentos oficiales de la IOF (Federación Internacional de Orientación), FEDO (Federación Española de Orientación) FADO (Federación Andaluza de Orientación).

## 8. PREMIOS Y TROFEOS

A partir de las 13:00 horas se hará entrega de los siguientes trofeos a aquellos participantes que completen el recorrido:

- TROFEO AL DEPORTISTA MÁS VETERANO.
- TROFEO A LA DEPORTISTA MÁS VETERANA.
- TROFEO AL DEPORTISTA MÁS JOVEN.
- TROFEO A LA DEPORTISTA MÁS JOVEN.
- **TROFEO ESPECIAL A LA PARTICIPACIÓN, para EI CENTRO ESCOLAR / CLUB / ASOCIACIÓN / ENTIDAD que haya presentado el mayor número de inscritos y que finalicen la prueba.**



## 9. NORMAS DE SEGURIDAD Y RIESGOS DE LA ACTIVIDAD

### Seguridad en la actividad:

Cada corredor es responsable de su propia seguridad y la de terceros en relación con el tráfico rodado y circulación del resto de usuarios del Parque Amate, declinando de toda responsabilidad a la organización.

### Corredores retirados:

**MUY IMPORTANTE:** Para la seguridad de los participantes, facilitar el control de la Organización y evitar poner en marcha mecanismos de búsqueda, si un corredor se retira, sea cual sea el motivo, debe obligatoriamente dirigirse a la Meta y comunicarlo a los Jueces de Meta.

### Ambulancia / Vehículo de recuperación:

Se dispondrá de personal sanitario (1 DUE), con botiquín de primeros auxilios y desfibrilador semiautomático (DESA). En el caso de una evacuación médica de urgencias, se realizaría dando aviso a través del teléfono de emergencias 112 para traslado al centro médico más cercano.

### Información de los riesgos de la actividad:

### RIESGOS CORREDORES:

**Lesiones.-** Los participantes están expuestos a lesiones musculares debido a la posible fatiga muscular. Estas lesiones suelen ser tirones musculares. Lesiones sufridas por caídas, torceduras, esguinces. También pueden presentarse incidencias relacionadas con el sistema cardiovascular y respiratorio. Para todo ello la organización dispone de un servicio sanitario comprendido por una Ambulancia con Enfermero y conductor del vehículo.

**Deshidratación.-** Para combatir la deshidratación se recomienda que **cada participante porte su propio avituallamiento**. El **avituallamiento será opcional** y en caso de ofrecerse será líquido y en botellas individuales.

Debido a las fechas en las que se desarrolla la prueba no se prevén inicialmente altas temperaturas, no obstante, para combatir la deshidratación, la organización solicita a todos los participantes que dispongan de su propio avituallamiento de líquidos, tanto en salida como en meta, así como durante la prueba, si el participante lo estima necesario.

### Otros riesgos.-

- Caídas; colisión con BTT u otros vehículos, participantes, espectadores; condiciones climáticas extremas y de humedad; estado de los viales.

Se extremarán las medidas de seguridad vial, cada participante será **responsable de su propia seguridad y extremar la precaución con el tráfico rodado** (vehículos etc.).

**RIESGOS PÚBLICO EN GENERAL:** En cuanto al público asistente, los riesgos más comunes podrían ser eventuales caídas por tropiezos.

**SÍMBOLOS ESPECIALES:** Se utilizarán, en su caso, los siguientes símbolos especiales para indicar las zonas de precaución por alta densidad de tráfico, y las zonas prohibidas o cerradas al paso.

**X XXXXX No cruzar**

### Procedimiento de aviso de emergencia en caso de accidente.

En el mapa figurará el número de teléfono móvil de emergencias del dispositivo sanitario de la prueba.

En el caso de que un corredor debido a una lesión, caída, etc., precise ayuda y no pueda llegar por sus propios medios a la zona más cercana donde se ubican los servicios sanitarios (meta y zona de avituallamiento), el propio accidentado u otro corredor, procederán a comunicar la posición del accidentado con respecto al código del control más cercano (no confundir con el nº de orden del control en el recorrido), con las indicaciones de dirección más precisas que sea posible (corredor accidentado 100 metros al N del control 47), según ejemplo adjunto. El procedimiento de aviso será por medio de otro corredor que lo notifique personalmente en meta, o a través de teléfono móvil, para ello se recomienda llevar tño. móvil durante la prueba



**X SITUACIÓN LESIONADO**



## COMUNICAR POSICIÓN CON RESPECTO AL CÓDIGO DEL CONTROL MÁS CERCANO (**POSICIÓN ACCIDENTADO 100 m. NORTE CONTROL 47**).

### Ambulancia / Vehículo de recuperación:

Se dispondrá de personal sanitario (1 DUE), con botiquín de primeros auxilios y desfibrilador semiautomático (DESA). En el caso de una evacuación médica de urgencias, se realizaría dando aviso a través del teléfono de emergencias 112 para traslado al centro médico más cercano.

## 10. ORGANIZACIÓN Y CONTACTO

### Organiza:

**INSTITUTO MUNICIPAL DE DEPORTES. AYUNTAMIENTO DE SEVILLA**

**ASOCIACIÓN DEPORTIVA DE ORIENTACIÓN "LINCE" (ADOL)**

e-mail: [adolince@adolince.es](mailto:adolince@adolince.es)

Web: [www.adolince.es](http://www.adolince.es)



## CONSENTIMIENTO INFORMADO DE LOS PARTICIPANTES DE LA COMPETICIÓN

**NOMBRE DE LA PRUEBA:** PRUEBA DE ORIENTACIÓN FAMILIAR PARQUE AMATE.

**FECHA:** 9 de NOVIEMBRE de 2024

**LUGAR:** PARQUE AMATE (SEVILLA)

**MODALIDAD DEPORTIVA:** ORIENTACIÓN A PIE

- 1. Que mi inscripción a esta prueba, o la de mi representado (en el caso de menores de edad) implica la aceptación de este documento en todos sus puntos.**
2. Que conozco y acepto íntegramente el Reglamento y Normas reflejadas en el Boletín de la Prueba, y acepto lo establecido en los reglamentos oficiales de la IOF (Federación Internacional de Orientación), FEDO (Federación Española de Orientación) FADO (Federación Andaluza de Orientación) en vigor.
3. Que me encuentro, o mi representado/a representado (en el caso de menores de edad) se encuentra, en condiciones físicas adecuadas y suficientemente entrenado/a para participar voluntariamente en esta competición de la modalidad deportiva de Orientación.
4. Que no padezco, o mi representado/a representado (en el caso de menores de edad) no padece, enfermedad, defecto físico o lesión que pueda agravarse y perjudicar gravemente la salud al participar en esta competición de la modalidad deportiva de Orientación.
5. Que, si padeciera, o mi representado/a representado (en el caso de menores de edad) padeciera, algún tipo de lesión, defecto físico o cualquier otra circunstancia que pudiera agravarse o perjudicar gravemente la salud, al participar en esta competición de la modalidad deportiva de Orientación, lo pondré en conocimiento de la Organización, aceptando las decisiones que al respecto se adopten por los/as responsables del evento.
- 6. Asumo los peligros y riesgos derivados de mi participación, o de mi representado/a (en el caso de menores de edad), en esta actividad deportiva, tales como, caídas, colisión con vehículos, participantes, espectadores, condiciones climáticas extremas y de humedad, estado de los viales, carretera y tráfico, (el presente enunciado tiene el carácter meramente indicativo). Respetaré en todo momento las normas de circulación como cualquier otro peatón, siendo responsable de mi propia seguridad y daños a terceros.**
7. Que me encuentro, o mi representado/a (en el caso de menores de edad) se encuentra en posesión de la licencia federativa en vigor. En caso contrario lo haré constar en el momento de la inscripción, abonando, de ser requerido, el canon correspondiente del seguro deportivo de la prueba para cada uno de los días de participación.
8. Acepto cualquier decisión que cualquier responsable de la carrera (Jueces, Médicos, ATS, Técnico de la Organización) adopte sobre mi habilidad, o la de mi representado/a, para completar esta competición de la modalidad deportiva de Orientación, con seguridad y sin riesgo para la salud.
9. Autorizo a la Asociación Deportiva de Orientación "Lince" (ADOL) para usar cualquier fotografía, filmación, grabación o cualquier otra forma de archivo de mi participación o la de mi representado/a, en este evento, sin derecho a contraprestación económica.

- 10.- Que eximo a la Asociación Deportiva de Orientación Lince y a cualquier persona física o jurídica vinculada con la organización de la prueba, de las responsabilidades derivadas de cualquier accidente causado tanto por motivo de hechos de la circulación, como por accidentes deportivos.
- 11.- Que eximo a los anteriormente citados de cualquier perjuicio que, por motivos de salud, pudieran derivarse de mi participación, asumiendo personalmente el riesgo inherente para la salud que supone el esfuerzo físico requerido para la participación en esta prueba.
- 12.- Que eximo a los anteriormente señalados de cualquier responsabilidad que de la participación en la prueba pudiera derivarse, tal como pérdida o deterioro de objetos personales, por robo, extravíos u otras circunstancias.
- 13.- Que existe la posibilidad de sufrir un accidente deportivo inherente a la práctica de la carrera, asumiendo personalmente la responsabilidad de los accidentes que pudiera causar a cualquier participante de la prueba, excluyendo a la Organización de cualquier responsabilidad derivada de estos accidentes.
- 14.- Que existe la posibilidad de causar un accidente a un tercero ajeno a la prueba, asumiendo personalmente la responsabilidad íntegra de este accidente y excluyendo a la Organización de cualquier responsabilidad derivada de estos accidentes.
- 15.- Que declaro conocer y haber recibido información sobre los riesgos propios de la participación en esta prueba, estando satisfecho de la información recibida, pudiendo haber formulado las preguntas convenientes y aclaradas todas mis dudas.