

VII CARRERA DE ORIENTACIÓN 24 HORAS DEPORTIVAS VILLA DE ISTÁN

XII PRUEBA DE LA LIGA MALAGUEÑA DE ORIENTACIÓN



Sábado 27 de Julio de 2019



Recepción: De 8:30 a 09:00 h. en el campo de fútbol de Istán.

Salidas: En masa, a partir de las **9:30 h.** en el campo de fútbol de Istán.

Meta: Se cerrará a las dos horas después de la salida (A las 11:30 h. aprox.).

Inscripciones: Hasta el miércoles 24 de julio a las 23:59, rellenando el formulario que habrá disponible en la web. Puedes hacer el ingreso en la siguiente cuenta: ES 38 2103 2060 67 0030022594 a nombre del Club de Orientación de Málaga, en el concepto pon: 24H_ISTAN + TU NOMBRE. Envía el justificante a masantos76@gmail.com

NOTA: Para las categorías oficiales **NO SE ACEPTARÁN INSCRIPCIONES MÁS TARDE DE ESTA FECHA.** Las categorías correlín e iniciación podrán inscribirse en la recepción el mismo día de la prueba, aunque para la organización es mejor que quienes puedan lo hagan a través de la web en el plazo indicado para poder hacer la previsión adecuada de mapas*

* Las Inscripciones posteriores no aseguran disponibilidad de mapas con trazado.

DESARROLLO DE LA CARRERA:

¡Apartado muy importante debido a la singularidad de la prueba!

La carrera consistirá en un score individual con salida en masa con un tiempo máximo de 2 horas de duración para las categorías más experimentadas (**M/F 21, M/F 35 y M/F 45**, que correrán con dos mapas: MAPA 1 y MAPA 2) y de 1 hora máxima de duración para el resto de categorías (que correrán sólo con el MAPA 1).

En este tiempo máximo de duración (importante que cada corredor además de brújula, lleve reloj), cada corredor con su mapa o mapas, elegirá su ruta para tratar de visitar el mayor número posible de balizas localizadas en el mapa o mapas.

Aproximadamente habrán distribuidas en el MAPA 1 unas 25 balizas y en el MAPA 2 habrán unas 9 balizas y una prueba especial consistente en una orientación de memoria, con 2 ó 3 balizas más.



Cada minuto tarde que un corredor entre en meta, penalizará con dos puntos. Es decir, si la salida tuviese lugar por ejemplo a las 09:37:00 horas, aquel corredor que entrase en meta a las 10:37:02 teniendo como duración máxima de carrera una hora, habría llegado 2 segundos tarde, su tiempo de retraso se redondearía a 1 minuto y por lo tanto tendría 2 puntos de penalización. Otro corredor que entrase en meta a las 11:43:34 teniendo como duración máxima de carrera dos horas, habría llegado 6 minutos 34 segundos tarde, su tiempo de retraso se redondearía a 7 minutos y tendría 14 puntos de penalización.

Todo corredor que exceda su tiempo máximo de carrera en 10 minutos, quedará descalificado por lo que ¡la planificación de la carrera y la gestión del tiempo es muy importante!

Gana la prueba aquel corredor que obtenga más puntos. En caso de empate a puntos, aquel que los haya obtenido en menor tiempo.

INFORMACIÓN TÉCNICA:

MAPA 1:

Se realizará en un mapa semi-urbano, hecho con simbología ISSOM 5000 para carreras sprint. Se hace especialmente importante la lectura de mapa para la elección de ruta, ya que encontraremos muchos elementos infranqueables tanto a nivel áreas (verdes) que son totalmente inaccesibles, como a nivel de líneas, prestar especial atención a las líneas de muro infranqueable, no confundir con caminos, que estarán dibujados siembre con líneas discontinuas.

Encontraremos una serie de acequias, que irán acompañadas de pequeños senderos muy útiles a la hora de la elección de ruta.

MAPA 2:

Se usará un mapa de orientación en BTT (aunque el recorrido se hace a PIE). Se recomienda el uso de caminos y carriles para acceder a cada uno de los puntos de control, así como a la prueba especial.

CATEGORÍAS LIGA MALAGUEÑA DE ORIENTACIÓN:

NO OFICIALES

- **Correlín:** hasta 6 años. Para los más peques acompañados por algún adulto.
- **Iniciación niños:** para menores hasta 15 años interesados en dar sus primeros pasos en este deporte.
- **Iniciación adultos:** a partir de 16 años interesados en iniciarse en la orientación. Es una categoría un poco más exigente que la anterior.
- **Iniciación mayores:** a partir de 60 años.

OFICIALES

Los corredores deberán participar en la categoría indicada según la edad que cumplan durante la temporada 2019 (1 de enero de 2019 a 31 de diciembre de 2019) o en cualquiera de nivel superior, teniendo en cuenta que M21 es la absoluta y por lo tanto nivel superior a todas.

Familiar: Categoría para los que desean correr en pareja o en familia con circuitos de poca dificultad. Deben correr un mínimo de 2 miembros de la misma familia que deben ir juntos y entrar a la meta a la vez. La inscripción será única, con los apellidos familiares; aunque cada miembro debe pagar su inscripción para la tramitación del seguro de prueba.

M/F10Guiado. Categoría mixta, niños y niñas menores de 10 años (cumplidos a lo largo de 2019), acompañados por un adulto.

M/F 10 hasta 10 años inclusive, cumplidos a lo largo de 2019.

M/F 12 hasta 12 años inclusive, cumplidos a lo largo de 2019.

M/F 14 hasta 14 años inclusive, cumplidos a lo largo de 2019.

M/F 16 hasta 16 años inclusive, cumplidos a lo largo de 2019.

M/F 18 hasta 18 años inclusive, cumplidos a lo largo de 2019.

M/F 21B. Para aquellas/os que llegan de iniciación y similares. Participación abierta a cualquiera.

M/F 21 Categoría absoluta de máxima dificultad: participación abierta a cualquiera.

M/F 35 veteranos/as nacidos antes de 1984.

M/F 45 veteranos nacidos antes de 1974.

M/F 55 veteranos nacidos antes de 1964.

O-CAN para aquellos corredores acompañados por su perro.

SI TIENES DUDAS CON LA CATEGORÍA VISITA [ESTE ENLACE](#).

CATEGORÍAS 24 HORAS DEPORTIVAS VILLA DE ISTÁN:

Habrán ocho categorías (Masculina y Femenina) :

NOMBRE	CATEGORÍAS ASOCIADAS
NIÑOS (M y F)	Correlín, Familiar, M/F 10 y M/F 10 Guiado
INICIACIÓN (M y F)	M/F 12, M/F 14, M/F 16, Iniciación niños e Iniciación Mayores
“PROMESAS” (M y F)	Iniciación Adultos, M/F 55, M/F 21B, M/F 18 y O-CAN
SENIOR (M y F)	M/F 21, M/F 35 y M/F 45

CUOTAS:

Socios del Club COMA: 0 €

Categoría O-Can : 4 €

Correlín : 1 €

Residentes (Istán) : 0 €

Categoría FAMILIAR:

- 3€ + 1 € por cada componente (Máximo 3)

Federados en Orientación:

- Menores de 20 años inclusive: 3 €
- Mayores de 21 años inclusive: 4 €

NO Federados en Orientación:

- Menores de 20 años inclusive: 4 €
- Mayores de 21 años inclusive: 5 €

Categorías de Iniciación:

- Niños (menores de 14): 3 €

➤ **Niños (mayores de 15) y Adultos : 4 €**

TRAZADOS:

Félix Gil y Miguel A. Santos

SISTEMA DE CONTROL:

La Competición se realizará íntegramente con el sistema electrónico de control Sportident, por lo que cada deportista deberá llevar una Pinza o Tarjeta. Si no dispones de una, puedes indicarlo en la inscripción y el club te cederá una.

INFORMACIÓN ADICIONAL:

Los ganadores de la VII Carrera de Orientación 24 horas deportivas Villa de Istán en cada una de las cuatro categorías tanto masculina como femenina, tendrán un trofeo. Habrá también trofeos para los mejores corredores locales.

Tras la carrera, se entregarán a los ganadores los trofeos y habrá para todos los corredores:

- avituallamiento
- posibilidad de darse una ducha en las instalaciones deportivas
- posibilidad de acceder a la piscina municipal hasta completar aforo

Todo ello por gentileza del **Excmo. Ayuntamiento de Istán.**

COMO LLEGAR:

El centro de Competición se ubicará en el Campo de Fútbol:

Calle Calvario 44 (junto polideportivo y piscina municipal)

Coordenadas: **36°34'45.8"N 4°56'42.8"W**

Google maps: <https://goo.gl/maps/NMLeQUea5Vvv8Lyv7>

