

CARRERA DE ORIENTACIÓN
2ª PRUEBA LIGA REGIONAL MURCIANA
ORIENTACIÓN A PIE 2022
23 de enero
Altorreal

VI TROFEO CIUDAD DE MOLINA DE SEGURA

Información e inscripciones:
www.control200.com/
www.regiondemurciaorientacion.com

#2LRM02022

NO SE ADMITEN INSCRIPCIONES EL DÍA DE LA PRUEBA

AYUNTAMIENTO DE MOLINA DE SEGURA
Deporte y Salud

Aguja y Dedal

C/ Soalla, 89 Molina de Segura Tlf. 968 64 32 52

NOVEDAD

BOLETÍN FINAL

23/01/2022

VI Trofeo de Orientación Ciudad de Molina de Segura.

Liga Regional Murciana de Orientación a Pie.
23 de enero de 2022.

BOLETÍN

2ª Prueba de la Liga Regional

Murciana de Orientación 2022

Altorreal, Molina de Segura, Murcia.

23 de enero de 2022

VI Trofeo de Orientación Ciudad de Molina de Segura

Una vez más desde el club Senda os damos la bienvenida a nuestra ciudad para compartir con todos los orientadores murcianos y visitantes la que va a ser la sexta edición de nuestro tradicional *Trofeo de Orientación Ciudad de Molina de Segura*.

Desde nuestro club esperamos que lo disfrutéis y agradecemos vuestra confianza una vez más.

INFORMACIÓN GENERAL

- **Inscripciones:**
 - Hay dos plazos de inscripción.
 - El primer plazo (sin recargo) finaliza el miércoles 19 de enero a las 23:59 h.
 - El segundo plazo (con recargo y sujeto a la disponibilidad de horas de salida y mapas vacantes) finaliza el sábado 22 de enero a las 12:00 h. A.M.
 - No se admitirán inscripciones el día de la prueba.
 - Las inscripciones se realizarán en la web de la F.O.R.M. accediendo el sistema [CONTROL200](#)
 - Las horas de salida serán seleccionadas por el propio corredor en el momento de hacer la inscripción.
 - Las inscripciones no abonadas en plazo, serán eliminadas del sistema CONTROL200

Boletín Final

23 de enero de 2022. Altorreal



Cuotas:

Categoría	Con licencia FEDO/FPO	Sin licencia FEDO/FPO	Alquiler pinza SportIdent
F-21A M-21A			
F-21B M-21B			
F-35 M-35	6	9	2
F-45 M-45			
F-55 M-55			
F-65 M-65			
F-12 M-12			
F-14 M-14	4	7	2
F-16 M-16			
F-18 M-18			
OPEN-AMARILLO	4	5	- €
OPEN-NARANJA			
OPEN-ROJO	6	9	2

Salidas: de 9:30 h. a 11:30 h.

La salida se encuentra a 25 metros del Centro de Competición. Usad paso de peatones

Cierre de meta: 13:30 h.

Avituallamiento y Meta:

Por motivos de seguridad y siguiendo protocolo Covid no existirán avituallamientos de ningún tipo durante la carrera. Desde la organización recomendamos portar avituallamiento liquido personal mediante bidón, bolsa de hidratación o cualquier tipo de cantimplora si se quiere hidratar durante la carrera.

➤ RUTA BALIZADA OBLIGATORIA DE META A DESCARGA

Desde Meta hasta la zona de Descarga se debe seguir la ruta marcada en el terreno con cinta de prebalizado, así como las indicaciones de la organización.

➤ Existirá avituallamiento líquido individual al término de la carrera en Meta.

Servicios Médicos

En la zona de meta.



VI TROFEO CIUDAD DE MOLINA DE SEGURA

2ª PRUEBA
LIGA REGIONAL MURCIANA
ORIENTACIÓN A PIE 2022.

Como llegar, acceso y localizaciones.

El Centro de Competición estará situado en la Plaza de La Huertana en la urbanización Altorreal, Molina de Segura, Murcia.

El aparcamiento estará en la propia plaza y calles aledañas. **Se recomienda ir con suficiente antelación.** Al ser una zona residencial la localización de aparcamiento puede significar un desplazamiento de entre 5 o 10 minutos en las plazas más lejanas al centro de competición.

Calles recomendadas para aparcamiento:

- Calle La Ribera - <https://goo.gl/maps/m7AYhtRf3yzyQ1X47>
- Av. Reino de Murcia - <https://goo.gl/maps/iniR7E6Vg8PT45pz6>
- Av. Del Golf - <https://goo.gl/maps/iHJyrjqqGjC7ZCyq9>

Centro de competición:

- La prueba se desarrollará en el mapa de Altorreal-La Alcayna con salida y meta en la Urbanización de Altorreal. El centro logístico estará situado en la Plaza de la Huertana de esta urbanización.



- [Plaza de La Huertana, Altorreal, Molina de Segura \(Localizaciones\)](#)

[38.074306, -1.163194](#)



CROQUIS DE LOCALIZACIONES

PRECAUCIÓN: Tráfico abierto. Importante cruzar por pasos de peatones. (Plz. La Huertana, Altorreal, Molina de Segura)

LA COMPETICIÓN

➤ Trofeos

Recibirán premio según clasificación los 3 primeros de cada categoría.

Entrega de trofeos a las 13:00h.



➤ Puntuable

LIGA REGIONAL MURCIANA DE O-PIE 2022, 2ª CARRERA.

➤ Mapa

Alcayna-Altoreal, mapa usado.

- MAPA BASE: Cartomur
- Registro: MU-1325-12
- Cartografía: Zona Norte Zdenek Lisc insky y Zona Sur Zdenek Sokolar.
Revisado en 2022 por Jesús Martínez Morales.
- Nombre del trazador: Jesús Martínez Morales.
- Escala de todos los mapas: 1/10.000.
- Equidistancia: 5 metros.

➤ La carrera

- Tipo de carrera por orden de paso: en línea.
- Por distancia: Media.
- Avituallamientos en carrera: No.
- Avituallamiento en meta: Si.
- **No habrá descripciones de controles impresas en papel en la salida**, estas se podrán descargar de la web y el corredor se las podrá imprimir en casa (si irán impresas en el mapa)
- Formato de impresión: A5 a 1 cara.
- Se podrá correr con tarjeta SIAC, siendo válidas también el resto de modelos de la marca Sportident.





EL TERRENO, se diferencia en tres zonas:



- ▶ La prueba arranca y finaliza en zona residencial urbanizada, por lo tanto, estas partes de la prueba se desarrollarán sobre calzada asfaltada. Debido al poco tráfico en domingo en esta zona no se ha creído necesario desde la organización el corte del tránsito rodado de vehículos, por ello y aun sabiendo que éste será muy escaso, **se recomienda a todos los corredores circular con la máxima precaución por las zonas asfaltadas, sobre todo en los cruces de calles.**
- ▶ La parte central de los recorridos se desarrollan por dos zonas muy diferenciadas.
 - o En la zona noreste predominan las zonas de bosque en ladera.
 - o Y la zona noroeste del mapa es la más abierta y con el firme del terreno con más dificultad para la carrera por lo pedregoso y suelto, además, el relieve es bastante más acusado.

Ambas zonas se encuentran atravesadas por una amplia de red de caminos.



VESTIMENTA

- ▶ Recomendable pantalón largo y/o polainas.
- ▶ Recomendable llevar los tobillos bien protegidos para zonas pedregosas.
- ▶ Recomendable, aunque una parte de la carrera se desarrolle por asfalto, llevar calzado con buen agarre.



IMPORTANTE

- ▶ **REVISAR BIEN LOS NÚMEROS DE LOS CONTROLES**



Al haber muchos controles en el monte y cercanos unos de otros se podría cometer error en tarjeta al confundir un control con otro.



COMENTARIO DEL TRAZADOR

- He tratado que la carrera se adapte al máximo al tipo de formato de media distancia teniendo en cuenta el tipo de terreno y mapa elegido.
- Los recorridos van a estar caracterizados por continuos cambios de dirección y, a pesar de ser tramos de distancia corta y media entre controles, los corredores se van a encontrar con varias elecciones de ruta en la gran mayoría de ellos siendo, espero, una carrera divertida y rápida.
- El control del ritmo de carrera en cada zona del mapa será determinante para la toma de decisiones.

DISTANCIAS Y DESNIVEL. Tiempo estimado de ganador/a

Categoría	Recorrido	Distancia km.	Desnivel metros	Controles	Tiempo ganador/a (minutos)
F-12	R02	2,2	90	12	20-25
F-14	R03	2,1	95	11	25-30
F-16	R04	2,3	95	11	25-30
F-18	R08	2,6	145	15	30-35
F-21A	R11	2,8	165	17	30-35
F-21B	R04	2,3	95	11	25-30
F-35	R09	2,6	145	14	25-30
F-45	R08	2,6	145	15	25-30
F-55	R05	2,2	115	12	25-30
F-65	R05	2,2	115	12	20-25
M-12	R02	2,2	90	12	20-25
M-14	R03	2,1	95	11	25-30
M-16	R07	2,3	135	14	25-30
M-18	R10	2,7	160	16	30-35
M-21A	R12	3,1	180	20	30-35
M-21B	R07	2,3	135	14	25-30
M-35	R11	2,8	165	17	25-30
M-45	R10	2,7	160	16	25-30
M-55	R09	2,6	145	14	25-30
M-65	R08	2,6	145	15	20-25
OPEN-AMARILLO	R01	2,1	70	14	20-25
OPEN-NARANJA	R03	2,1	95	11	20-25
OPEN-ROJO	R06	2,3	135	12	25-30



Protocolo COVID-19



Federación MURCIANA de
ORIENTACIÓN



MASCARILLA OBLIGATORIA, EXCEPTO EN CARRERA CUANDO SE PUEDA MANTENER LA DISTANCIA DE SEGURIDAD CON OTROS CORREDORES



DISTANCIAMIENTO SOCIAL



**DISTANCIAMIENTO EN CARRERA
ORIENTACIÓN A PIE 1,5 m
ORIENTACIÓN EN BICICLETA 5 m**



OBLIGATORIO PASAR POR EL CONTROL DE TOMA DE TEMPERATURA CORPORAL



HIGIENE DE MANOS EN SALIDA Y META



PROHIBIDA LA PRESENCIA DE PÚBLICO Y AGLOMERACIONES DE CORREDORES



SE DEBE ABANDONAR LA ZONA DE CARRERA INMEDIATAMENTE DESPUÉS DE LA DESCARGA DE TIEMPOS EN META



CONSULTA LA INFORMACIÓN DE LA CARRERA EN TU MÓVIL



SE RECOMIENDA LLEVAR INSTALADA LA APLICACIÓN RADAR COVID



NO HAY TABLÓN, NI LISTADOS, NI INFORMACIÓN TÉCNICA, NI DESCRIPCIONES DE CONTROLES IMPRESAS



NO SE PUEDEN HACER INSCRIPCIONES EN LA ZONA DE CARRERA



USAR LAS PAPELERAS EN LAS ZONAS DE META Y SALIDA



NO HAY AVITUALLAMIENTO EN CARRERA NI EN LA META, CADA CORREDOR DEBE LLEVAR EL SUYO



IMPORTANTE:

Al objeto de evitar el contagio de la COVID-19 se aplicarán las normas fijadas en el protocolo correspondiente. Un resumen de los cambios que conlleva la aplicación de estas medidas es:

- ▶ En todo momento (salvo en carrera) habrá que llevar la mascarilla puesta y guardar una distancia mínima de 1,5m. con otras personas.
- ▶ No habrá exposición de resultados ni información, para evitar aglomeraciones. La información estará disponible en la web de la prueba y los resultados se pueden consultar "online".
- ▶ La categoría OPEN EQUIPOS se suprime.
- ▶ No habrá avituallamiento en carrera, si en meta de manera individual.
- ▶ En el proceso de inscripción el corredor solicitará hora de salida.
- ▶ Los espacios destinados a zonas de -3', -2' y -1' serán, asimismo, lo suficientemente amplios para permitir la separación adecuada de los corredores de cada intervalo de salida.
- ▶ Se fomentará el uso de tarjetas SIAC Air (contactless) en competición.
- ▶ **No habrá descripciones de control sueltas.** Habrá una descripción impresa en el mapa. El corredor podrá descargarse una copia de la descripción de la web de la prueba 48h. antes de la prueba.
- ▶ La mascarilla se podrá retirar, guardándose para su posterior uso, en la zona de salida (-3') siempre y cuando se garantice la separación de 1,5 m entre corredores. Se recomienda que para competir se utilicen mascarillas de tela que no resulten inutilizadas por contacto con líquidos (lluvia, sudor, etc.). Asimismo, se recomienda solicitar a los participantes que guarden la mascarilla en una bolsa-cinturón o similar con el fin de que no se pierdan durante la carrera y queden abandonadas en el terreno con el consiguiente perjuicio para el medio natural.
- ▶ En los recorridos de iniciación se podrán formar pequeños grupos de un máximo de 10 y se les instruirá en las medidas de seguridad que deben cumplir en todo momento.
- ▶ Los corredores han de tratar de mantener la distancia indicada para deportistas cuando realicen un tramo en la cercanía de otro corredor, evitando transitar detrás de otro si no es a una distancia prudente. En caso de adelantamiento, deberá hacerse con la separación adecuada. Se debe evitar, en lo posible, realizar el mismo recorrido que el corredor que realice el mismo tramo y se desplace inmediatamente delante.
- ▶ En principio, cada corredor portará su propio avituallamiento.



- ▶ El organizador proporcionará avituallamiento después de la carrera cumpliendo con la Orden de 27 de noviembre de 2020 de la Consejería de Turismo, Juventud y Deportes, por la que se establece el Protocolo de actuación para la actividad deportiva en la Región de Murcia con motivo de la pandemia COVID-19 que indica que no se podrá compartir botellas de agua o cualquier otro líquido, debiendo hacer un uso individual exclusivo.
- ▶ Se recomienda en la medida de lo posible evitar concentraciones y aglomeraciones y siempre mantener la distancia social y usando la mascarilla.
- ▶ Se realizará la entrega de premios del VI Trofeo Ciudad de Molina de Segura de Orientación a Pie en las que se procurará mantener la distancia de 1,5 metros entre los premiados, y para la entrega de los premios cada premiado recogerá el suyo sin que haya contacto físico con quienes hagan la entrega.

▶ 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. [Enlace Formulario](#)





CLUB ORGANIZADOR

Asociación Deportiva de Orientación en la Naturaleza Senda.

- ▶ Director de la competición: Jesús Menárguez Arróniz.
- ▶ Trazador: Jesús Martínez Morales.
- ▶ Coordinador Covid: Ángel Antonio Otón Carrillo.
- ▶ Colocadores: Diego Campoy Belmonte, Nuria Palacios Ubach, Juan Hernández Navarro, Javier Otón Carrillo, Manuel Mariano Ruano Mínguez, Francisco José Gómez Velázquez.
- ▶ Salida: Ángel Antonio Otón Carrillo, Raúl Otón Carrillo, Ramón Otón Martínez, José Sánchez Ferrer.
- ▶ Meta: Sergio Frutos Hernández, Antonio Rodrigo Saura, Miguel Abellán Ortín.
- ▶ Secretaría: M^a Ángeles López Jiménez, Ascensión Ros Garrido, Victoria Marchante Sevilla.
- ▶ Sportident: Pedro Ángel López Pérez, M^a Dolores Albaladejo Garre.

SENDA



ASOCIACION DEPORTIVA DE
ORIENTACION EN LA NATURALEZA



Boletín Final

23 de enero de 2022. Altorreal

SENDA



ASOCIACION DEPORTIVA DE
ORIENTACION EN LA NATURALEZA

