

CARRERA DE ORIENTACIÓN FIESTAS DE ALHAMA

9ª Carrera Liga Regional Murciana

24 OCT. 2021

GEBAS



AYUNTAMIENTO
Alhama de Murcia

REGIÓN
MURCIA



Federación MURCIANA de
ORIENTACIÓN



BOLETÍN

Fecha de actualización 21 de octubre

PUNTUABLE

LIGA REGIONAL MURCIANA DE O-PIE, 9ª CARRERA.

CLUB ORGANIZADOR

Alhama Club de Orientación y Montaña.

Director de la competición: Francisco Rubio Morales.

Coordinador Covid: José Aº Galián Ros.

Colocadores: Manuel Angel Paco Fernández, Francisco Rubio Morales, Ezequiel Rubio Peña, Fco.

Javier Clares García, Andrés Ivars y Alejandro Guijarro Carrillo.

Salida: José Antonio Galián Ros, Diego Martínez, Victoria López y Angélica.

Meta: Remedios Funes y Susana Serrano Bermejo.

Entrega de tarjetas alquiladas: Jose Espín.

Sportident: Agustín Caballero más alumnos en prácticas del curso Sportident F.O.R.M..

ACCESOS

El acceso no estará señalado.

La carretera que sube desde Alhama hasta la zona de competición tiene el firme en bastante mal estado en muchos tramos, por lo que habrá que moderar la velocidad y tener especial atención con la conducción.

Cómo llegar a la zona de parking:

<https://www.google.es/maps/dir//37.9015463,-1.4538369/@37.8994437,-1.453294,17.25z?hl=es>

PROGRAMA DE LA COMPETICIÓN

- Cierre de inscripciones fuera de plazo en la plataforma control200.com hasta las 12:00 horas del sábado 23 de octubre, hasta que queden mapas disponibles.
- **Día de competición:**
 - Distancia de la zona de parking al centro de competición (zona de meta y punto de información de la competición): 100 metros.
 - Distancia del aparcamiento a la salida: 200 metros.
 - Apertura de la mesa de entrega de tarjetas alquiladas: 08:00 horas.
 - Primera salida: 9:00.
 - Última salida: 11:90 horas.
 - Cierre de meta: 13:09 horas.

INSCRIPCIONES

En la zona de competición no se podrán hacer inscripciones el día del evento.

MAPA

- Nombre del mapa: Gebas, mapa usado, revisado en 2015 por Juan Fco. Sánchez.
- Nombre del trazador: José A° Galián Ros.
- Escala de todos los mapas: 1/7.500.
- Equidistancia: 5 metros.

COMPETICIÓN

- Tipo de carrera por orden de paso: en línea.
- Por distancia: Media.
- **Avituallamientos en carrera: No.**
- **Avituallamiento en meta: No.**
- 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) <https://www.control200.com/Boletin.ashx?Evento=134&Boletin=147>
- El terreno se diferencia en tres partes:
 - La sureste está situada en una ladera donde el bosque es “blanco” con pequeñas vaguadas que drenan en dirección norte-sur, en la que hay que leer muy bien el mapa para llegar a los controles.
 - En la parte noreste predominan las zonas de cultivos y zonas abiertas, que es donde se encuentran la mayor parte de red de caminos del mapa.
 - Y la parte oeste del mapa es la más agreste por la vegetación, en general verde 1, que dificulta la velocidad de carrera, y por el relieve bastante más acusado. No hay una red de caminos y sendas que permita el desplazamiento por esta zona, lo que obliga a navegar por la zona de bosque.
- [Reglamento de la Liga Regional Murciana de orientación a pie](#)
- Formato de impresión: A4 a 1 cara.
- Se podrá correr con tarjeta SIAC, siendo válidas también el resto de modelos de la marca Sportident.

VESTIMENTA

Obligatorio pantalón largo y polainas. Recomendable manga larga y gafas de protección debido a la densidad de la vegetación y a la gran cantidad de árboles secos con ramas que hay en el suelo. Llevar los tobillos bien protegidos.

REVISAR BIEN LOS NÚMEROS DE LOS CONTROLES

Al haber muchos controles en el monte y cercanos unos de otros.

DISTANCIAS, DESNIVELES Y CONTROLES

	Categorías	Distancia	Desnivel	Controles	Escala
R01	F-12, OPEN-AMARILLO	2,5 km	80 m	13	1/7.500
R02	F-14, M-12	2,6 km	100 m	13	1/7.500
R03	F-16, M-14	2,7 km	105 m	18	1/7.500
R03.1	OPEN-NARANJA	3,0 km	115 m	17	1/7.500
R04	F-18, M-16	3,2 km	130 m	17	1/7.500
R05	OPEN-ROJO	3,5 km	120 m	17	1/7.500
R06	F-21B, M-18	3,9 km	140 m	17	1/7.500
R07	F-21A, M-21B	4,2 km	150 m	18	1/7.500
R08	M-21A	4,7 km	160 m	17	1/7.500
R09	M-35	4,2 km	145 m	18	1/7.500
R10	M-45	4,1 km	125 m	18	1/7.500
R11	F-35, M-55	3,8 km	110 m	16	1/7.500
R12	F-45, M-65	3,3 km	110 m	17	1/7.500
R13	F-55, F-65	3,0 km	95 m	17	1/7.500

PROTOCOLO BÁSICO DE PRÁCTICAS DEPORTIVAS RESPONSABLES DE PROTECCIÓN

para el deporte de la orientación en la Región de Murcia, actualización 12 de octubre 2021:

<https://docs.google.com/document/d/18iRGlku5tw0x-tFXyP73sPeXZkroeZ3SeG0HHTldP4s/edit?usp=sharing>

Los cambios respecto al anterior protocolo son:

- En general, la pauta completa de vacunación, el uso de la mascarilla y el distanciamiento social se consideran la forma más eficaz de reducir al mínimo el riesgo de transmisión de la enfermedad, junto con las buenas prácticas de higiene, como el lavado regular de manos. A este respecto se recuerda que al entrar en la salida y al cruzar la línea de meta los corredores seguirán aplicándose gel hidroalcohólico proporcionado por la organización.
- Ya no se tomará la temperatura en la presalida.
- La mascarilla se la podrán retirar los corredores, guardándose para su posterior uso, en la zona de salida -3 siempre y cuando se garantice la separación de 1,5 m entre participantes. Durante la carrera no será obligatorio el uso de mascarilla, pero al cruzar la línea de meta la tendrán que volver a poner.
- Grupos en carrera: En los recorridos de iniciación se podrá hacer la carrera en pequeños grupos de un máximo de 10 y se les instruirá en las medidas de seguridad que deben cumplir en todo momento.

SERVICIOS MÉDICOS

En la zona de meta.

RESTAURANTE RECOMENDADO, JUNTO A LA ZONA DE META



EL MIRADOR DE GEBAS

<https://elmiradordegebas.com/>

Teléfono: 968 633 644

informacion@elmiradordegebas.com