FIN DE SEMANA DE ORIENTACIÓN



TROFEO NORDESTE 2023



30 DE SEPTIEMBRE LA FRESNEDA





1 DE OCTUBRE CARAVIA



recorridos para todos los niveles y edades: INICIACIÓN | MEDIO | LARGO | FAMILIAS



INFORMACIÓN: INSCRIPCIONES:





www.nordesteorientacion.es



BOLETÍN

PRESENT*AC*IÓN

Hola orientadores. Como inicio a un último trimestre cargado de novedades, comenzamos ofreciendo una doble cita orientadora, el Trofeo Nordeste 2023.

Podéis reservar un fin de semana ideal para iniciarse, solo o en familia, o para poner a prueba la experiencia en este deporte. El sábado 30 de septiembre, por la tarde, primera de las pruebas en la urbanización de La Fresneda (Siero) y el domingo 1 de octubre en la capital del municipio de Caravia, organizado junto con el Ayuntamiento de dicho municipio.

Las carreras están diseñadas para que <u>cualquier persona</u> pueda probar en primera persona lo que es la orientación a pie, sin importar ni la edad, ni la forma física, ni el miedo a perderse. No os preocupéis si no hay experiencia previa, son recorridos para todos los públicos, pero con 3 opciones adaptadas a todos los niveles.

Además, cada carrera tendrá un <u>formato distinto</u>. En La Fresneda será un recorrido **score**, es decir, cada corredor elige la ruta que más le convenga. Y en Caravia será **en línea**, el mapa establece el orden el que hay que visitar cada baliza. Lo explicaremos más adelante en este mismo Boletín.

Para ganar el Trofeo habrá que competir en ambas pruebas. Sin embargo, también se podrá participar sólo en una de ellas como si fuese una prueba independiente.

Reservad cita para ese fin de semana!!

- Las pruebas de orientación urbanas no requieren un conocimiento especial del deporte, más allá de los símbolos básicos pequeñas reseñas que podéis encontrar en nuestra web (www.nordesteorientacion.es), sección "La Orientación".
- No obstante, si tienes cualquier duda o aclaración, envía un correo electrónico a <u>actividades@nordesteorientacion.es</u> ya que podremos realizar una pequeña explicación los días previos en la Urbanización de La Fresneda o en Caravia Alta (Prado).











LA FRESNEDA

PROGRAMA:

Martes 26 de septiembre:

• 23:59 > Cierre inscripciones

Viernes 29 de septiembre

• Publicación horas de salida en la web

SÁBADO 30 DE SEPTIEMBRE:

- 16:30 > Apertura de la secretaría (Centro de competición)
- 17:00 > Salida primeros orientadores
- 19:00 > Salida últimos orientadores
- 20:00 > Cierre de meta
- * Este programa puede sufrir modificaciones por necesidades organizativas.

LOCALIZACIÓN

Pincha el enlace para acceder al visor:

5.790453567719784&z=18



Aparcamiento: detrás del Alimerka [43.410545, -5.791812]
Centro de competición: calle Carta Puebla, al oeste de la Plaza Mayor











Habrá señales indicando las ubicaciones desde el aparcamiento, se ruega seguirlas para evitar entrar por la zona de carrera, lo cual puede dar una ventaja injusta.

En coche:

- desde autopista A-66 (Y griega), salida 22 y seguir indicaciones hacia AS-17 La Fresneda/Langreo. En AS-17, salida 24 hacia La Fresneda.
- desde Siero y autovía A-64, coger la salida 26 (AS-17 Lugones/Langreo) y seguir indicaciones hacia La Fresneda, Avilés y Lugones (en ese orden de prioridad, en caso de rotondas).

Autobús:

- Alsa: Oviedo Gijón PARADAS. Bajar en La Fresneda Iglesia. Ruta entre Oviedo y Gijón que pasa por La Corredoria, Lugones, Soto de Llanera, Pruvia, Porceyo.
- Hortal: Rutas pasando por La Fresneda desde Oviedo, Lugones, Soto de Llanera, Pola de Siero y Noreña (http://www.autocareshortal.es)

Tren:

• Renfe: Estación de Lugones queda a 2.5km del centro de competición.

MAPA

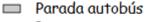
El mapa se levantó en 2022 por Laurence Quinn y está totalmente actualizado en septiembre de este año. Dado que es una zona principalmente urbana, el mapa es de formato sprint y usa los símbolos de ISSprOM. Tendrá una escala de 1:4000 y la equidistancia entre curvas de nivel es de 2 metros. El desnivel no es muy importante, pero puede suponer una pequeña ventaja a la hora de elegir alguna de las opciones de ruta.





Los recorridos pasarán por las zonas urbanas y los parques que contiene la urbanización. En las partes urbanas la velocidad y la elección de ruta serán claves mientras en los parques los corredores deben tener cuidado con su dirección y detalle entre la presencia de muchos árboles, matorrales y arroyos.

Símbolos especiales para esta carrera:



X Banco

Tronco (tocón)

- -Los bancos solo aparecen en el mapa en los parques y suelen ser de piedra.
- -Sólo los árboles singulares que se destacan en el terreno aparecen en el mapa y no los singulares más pequeños.











Otras notas a tener en cuenta:

- -Queda prohibido atravesar las propiedades privadas (marcadas en v<u>erde</u> oliva **en v**erde oliva **en v en v**erde oliva **en v**
- -Cuidado con la vegetación impenetrable (marcada con verde oscuro).
- -Precaución al cruzar por carreteras, por el tráfico. La circulación no estará interrumpida.
- -Existe un carril bici, pintado de color rojo, se ruega precaución al cruzarlo.



DINÁMICA Y NORMAS DE LA CARRERA

En esta ocasión, a diferencia de la prueba de 2022, será un recorrido en formato score, es decir, el mapa contendrá los puntos de control a visitar, pero se podrán realizar <u>en el orden que cada orientador decida</u>. El objetivo es hacerlas todas en el menor tiempo posible, buscando el recorrido más apto para ello.











CARAVIA

PROGRAMA:

Martes 26 de septiembre:

• 23:59 > Cierre inscripciones

Viernes 29 de septiembre

Publicación horas de salida en la web

DOMINGO 1 DE OCTUBRE:

- 10:15 > Apertura de la secretaría (Centro de competición)
- 10:45 > Salida primeros orientadores
- 12:45 > Salida últimos orientadores
- 13:30 > Cierre de meta
- 13:35 > Sorteo y entrega de premios del Trofeo Nordeste 2023
- Resultados provisionales online en LiveResultat
- A lo largo de la tarde, publicación de resultados y análisis de carrera en nuestra web

LOCALIZACIÓN

Pincha el enlace para acceder al visor:

https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1W8av5XaQhVEZkICK8S8bW9rhMfAWdEE&usp=sharing



Aparcamiento: Calle El Vallal (bajada hacia Arenal de Morís) [43.464075, -

5.1876741

Centro de competición: Parque de María Balbín, entre N-632 y calle La Consolación











^{*} Este programa puede sufrir modificaciones por necesidades organizativas.



Habrá señales indicando las ubicaciones desde el aparcamiento, se ruega seguirlas para evitar entrar por la zona de carrera, lo cual puede dar una ventaja injusta.

En coche:

 desde autopista A-8, salida 337 si se llega del centro u occidente, o salida 330 si se llega de Ribadesella. Seguir indicaciones por la N-632, dirección Caravia Alta (Prado). Acceso a parking por la calle hacia Arenal de Morís Autobús:

 Actualmente es el grupo Alsa el encargado de realizar la mayor parte de los servicios de transporte de viajeros por carretera. Comunicando Caravia, con la capital del Principado, Gijón y Ribadesella. Consulta horarios en siguente enlace www.alsa.es

MAPA

El mapa es totalmente nuevo, levantado en 2023 por Sergio Rezzonico. Es de formato sprint y usa los símbolos de ISSprOM. Tendrá una escala de 1:4000 y la equidistancia entre curvas de nivel es de 2,5 metros. En algunas zonas el desnivel es relevante y puede suponer una pequeña ventaja a la hora de elegir alguna de las opciones de ruta.

Caravia es un típico pueblo asturiano con algunas casonas de indianos, hórreos y fincas con cultivos y ganado. También hay construcciones modernas y alguna parcela en obras. Se ruega respetar las zonas privadas y tener precaución con el tráfico, escaso pero presente. La carretera general (N632), que sí tiene bastante tráfico, divide la localidad en dos partes y está prohibido cruzarla excepto en los pasos indicados



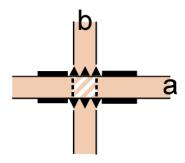
Símbolos a tener en cuenta:

Cruce de carretera general, indica el punto por el que se permite el cruce.



Paso inferior (símbolos 512.x)

La carretera b permite transitar debajo de la carretera a, pero no se puede acceder a b desde a (muro impasable).













Otras notas a tener en cuenta:

- -Queda prohibido atravesar las propiedades privadas (marcadas en <u>verde</u> oliva _____)
- -Cuidado con la vegetación impenetrable (marcada con verde oscuro).
- -Precaución al cruzar por carreteras, por el tráfico. La circulación no estará interrumpida.

DINÁMICA Y NORMAS DE LA CARRERA

En el mapa se indican con un círculo los puntos a visitar, con un número correlativo (1, 2, 3...) y deberá <u>realizarse en el orden indicado</u>.













COMÚN A AMBAS

CATEGORÍAS

- -Si se participa de manera individual:
 - +Iniciación: Recomendado para iniciarse, recorrido más corto y sencillo.
 - +Medio: Recomendado para quien tenga algo de experiencia, o quienes no quieran un recorrido tan largo.
 - +Largo: Recomendado para jóvenes o adultos con experiencia en orientación.
- -Si se participa en grupo (2 mapas por grupo):
 - +<u>Familia/Equipo</u>: mínimo 2 personas. Recorrido similar al de Iniciación. El equipo irá junto en todo momento, sólo podrá separarse un máximo de 20 metros.

TROFEO NORDESTE 2023

Para optar a los podios del Trofeo Nordeste se deberán realizar las dos pruebas, sumando los tiempos acumulados. Habrá premios para las categorías Larga Femenina, Larga Masculina y Media.

Las categorías Familia/Equipo e Iniciación se consideran no competitivas, se publicarán clasificaciones de cada carrera pero no habrá podios. Habrá un detalle para los menores de edad.

SORTEO DE REGALOS

Procuraremos celebrar un sorteo con obsequios que puedan conseguirse, entre los participantes presentes el domingo en Caravia, junto con la entrega de premios del Trofeo.

CUOTAS

Ofreceremos un precio especial por participar en ambas pruebas

Largo / Medio / Iniciación (Inscripción individual)					
		Federado	No federado		
1 prueba	Inscripción	8	10		
	Alquiler Sportident (si no se tiene)	1	1		
2 pruebas	Inscripción	12	16		
L bi depas	Alquiler Sportident (si no se tiene)	2	2		

Familias/Equip	0	
	Inscripción	7
1 prueba	Cada miembro	2
	Alquiler Sportident (si no se tiene)	1
**sólo h	ay que alquilar 1 Sportident por familia/equipo	**
	Inscripción	10
2 pruebas	Cada miembro	4
	Alquiler Sportident (si no se tiene)	2











*Todos los corredores tendrán un seguro por lo que, a quienes no tengan licencia FEDO, Nordeste les suscribirá la licencia de prueba (precio ya incluido en las cuotas indicadas).

Para controlar el paso por cada punto se usará el sistema Sportident. Quienes no tengan tarjeta Sportident les asignaremos una (se recoge en el Centro de Competición, y tendréis que dejar el DNI como fianza).

INSCRIPCIONES

Plazo hasta las 23:59 horas del martes 26 de SEPTIEMBRE de 2023.

Pago por transferencia a la cuenta siguiente:

Titular: Club Nordeste Orientación

Entidad: OPENBANK ES23 0073 0100 5905 0530 2094

- A) Quienes pertenezcan a un club de orientación, en todas las categorías
 - 1°. A través de la página Plataforma SICO de la FEDO en este enlace.
 - 2º. Cada Club será responsable del pago de inscripciones de sus socios. Harán un único ingreso bancario con el importe total en la cuenta.

Concepto: "nombre del Club + TROFEO2023".

3°. Enviar justificante de pago a: tesoreria@nordesteorientacion.es

- B) Quienes no pertenezcan a un club de orientación
 - B1) Categoría "Familia/Equipo"
 - 1°. Cumplimentar este <u>formulario</u>. Se inscribirá un miembro del grupo y en "comentarios" se pondrá nombre, apellidos, fecha nacimiento y DNI del resto (importante para el seguro).
 - 2°. Ingreso de la cuota de inscripción en la cuenta:.

Concepto: "nombre de familia/equipo + TROFEO2023". (Ej: "Familia García López TROFEO2023)

B2) Resto de categorías

- 1°. Cumplimentar este formulario, de manera individual
- 2°. Ingreso de la cuota de inscripción en la cuenta.

 Concepto: "nombre del orientador + TROFEO2023".

Normas comunes:

- * Si quieres competir en una categoría de manera individual y además quieres ir de en la categoría Familia, especificarlo en "comentarios".
- * Si se va a realizar el pago de más de un competidor, indicarlo en concepto o enviar un correo a tesoreria@nordesteorientacion.es
- * El pago de las inscripciones se deberá realizar antes del viernes 29.
- * La inscripción no se considerará formalizada hasta efectuar el ingreso bancario.
- * Las inscripciones fuera de plazo estarán condicionadas a la existencia de mapas de la categoría correspondiente. Se solicitarán directamente al club a través del correo electrónico (info@nordesteorientacion.es) y en todos los casos se les aplicará un recargo de 2€ por inscripción.











DINÁMICA Y NORMAS DE LA CARRERA

- En esta carrera no hay material obligatorio. Sólo traerás ropa cómoda para hacer el recorrido y, si quieres, una brújula por si no quieres "perder el norte". Traerás tu SportIdent y si no lo tienes, se te asignará uno que se recoge previamente en el Centro de Competición (aportando el DNI).
- Se asignarán horas de salida. El orientador u orientadores deberán presentarse en la salida (ya con el SportIdent) 2 minutos antes de la hora de salida oficial, ya que es cuando se realiza la llamada.
- En la salida, se dispondrá de bases para limpiar y chequear las tarjetas SportIdent (en ese orden). Los mapas estarán separados por categorías y colocados en cajas con su correspondiente identificación. Es responsabilidad de cada corredor limpiar y chequear su tarjeta electrónica antes de comenzar el recorrido, así como de coger el mapa correspondiente a su categoría.

baliza, con el número de control y la base para "picar"

- El recorrido estará marcado en el mapa en color magenta y:
 - Prueba de La Fresneda: se realiza en el orden que cada orientador decida. Hay que marcar todas las balizas que figuren en el mapa.
 - Prueba de Caravia: en el mapa se indican con un círculo los puntos a visitar, con un número correlativo (1, 2, 3...) y deberá <u>realizarse en el orden indicado</u>. Saltarse el orden de los controles o no picar alguno de ellos será equivalente a un "error en tarjeta", la carrera será nula.



Símbolos de los recorridos

Todas las categorías sin excepción usarán el sistema de tarjeta SportIdent. La organización dispondrá de tarjetas para su alquiler. En todos los controles existirá pinza manual para utilizar en caso de detectar el fallo de alguna base. No presentar la correspondiente tarjeta electrónica en meta, será motivo de descalificación.







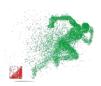
Base que se encuentra en cada baliza / SportIdent, los dos modelos utilizado











- Al cruzar y picar la línea de meta, el corredor habrá terminado su recorrido y deberá seguir las indicaciones del personal de la organización; una vez que haya descargado su tarjeta electrónica, podrá recoger el correspondiente control de tiempos.
- Aunque no se complete el recorrido, es OBLIGATORIO pasar por meta para un control efectivo de los corredores que faltan por llegar.
- Se ofrecerá un avituallamiento al finalizar la carrera.
- La orientación defiende el juego limpio, además del respeto y cuidado del medio
 - o Queda prohibido alterar o cambiar de sitio las balizas
 - o Prohibido utilizar medios de GPS, móviles
 - Se respetarán las propiedades privadas
 - o Respetar y no ensuciar el medio natural, especialmente los parques
 - Obligatorio auxiliar al competidor o competidores que lo requieran, por causa de fuerza mayor
 - o Habrá servicio de ambulancia por prevención.
 - La organización podrá difundir el material gráfico obtenido y darle difusión. Si alguien no quiere esa difusión, deberá comunicarlo antes de la carrera.

Podréis encontrar más información sobre los primeros pasos en nuestra web, o consultarnos cualquier duda sobre la inscripción o la carrera en:

WEB: http://www.nordesteorientacion.es Email: info@nordesteorientacion.es

Teléfono: 627 59 18 51 Facebook: https://www.facebook.com/nordesteO







