LAS CANTERAS

30 de ABRIL de 2023

3ª PRUEBA DEL CPOP 2023

2ª PRUEBA DEL CTO. DIPUTACIÓN DE CÁDIZ

BOLETÍN

UCA Universidad de Cádiz

Ayuntamiento de Puerto Real

IES Manuel de Falla Puerto Real

Club de Orientación

Junta de Andalucía

Diputación de Cádiz

fado FEDERACIÓN ANDALUZA DEL DEPORTE DE ORIENTACIÓN

PRESENTACIÓN DE LA PRUEBA

El Club de Orientación Fundi-O se complace en anunciaros la organización de la 3ª prueba de la temporada 2023 del Circuito Provincial O-Pie de Cádiz. Esta prueba se celebrará en la zona de Las Canteras (incluyendo pinaleta Derqui y Almendral), de Puerto Real. Además, esta prueba es la SEGUNDA del Circuito Diputación de Carreras de Orientación 2023.

La Diputación de Cádiz, a través de su Servicio de Deportes, pone en marcha una nueva edición para este año 2023: I Circuito "Diputación de Cádiz" de Carreras de Orientación.

La información contenida en este boletín y sus posibles modificaciones se reflejarán en la web: http://www.fundi-o.es/

EQUIPO DE ORGANIZACIÓN

Director de la prueba: José Luis Rodríguez
Director Técnico,Trazador: Carlos Otero
Equipo de Salidas: Patri Peralta, Juanma Albela, Samuel Martínez
Equipo de Meta: Sonia Novas
Equipo de Balizadores: Irene Rodríguez, Nicola Moreno, Susi Rodríguez, Javier Mejías, Vane González, Ismael Abal
Inscripciones y Tesorería: Nati Moreno e Inma Peralta
Boletines: Carlos Otero, Sofía Otero, José L Rodríguez Súnico
Técnico Cronometraje: José Antonio Calvillo
Correlín: Irene Rodríguez Vega

PROGRAMA DE LA PRUEBA

Domingo, 30 de Abril de 2023

09h00: Apertura del centro de competición en la Caseta Municipal de la Feria https://goo.gl/maps/HC3opV9kVMniLmK66 . Recepción y entrega de documentación y tarjetas de control (o pinzas electrónicas) para la prueba.

11h00: Primera salida de participantes

12h00: Última salida de participantes (Aproximado, según número de inscripciones).

14h00: Cierre de meta y publicación de resultados provisionales.

14h00: Entrega de premios

22h00: Publicación de los resultados provisionales en la web y comunicación a los clubes.

INSCRIPCIONES

La fecha tope **SIN RECARGO** será el **domingo 23 de abril de 2023 a las 23h59**. Con posterioridad a esta fecha, y **hasta las 23h59 del miércoles 26 de abril**, se aplicará un **recargo de 1€**. Después de esta fecha, no se garantiza la disponibilidad de mapas.

- **¿Cómo inscribirse?**

Para inscribirte en la prueba provincial O-Pie puedes hacerlo de las siguientes formas:

INSCRIPCIÓN	MÉTODO	ENLACE
Clubes	Excel habitual	CPCA2023_Excel_Clubes General 2023.xlsx - Hojas de cálculo de Google
Individual	Formulario	https://forms.gle/FBuKLvNVeyBAexMX6
Solo socios FUNDI-O	Formulario	https://forms.gle/6nJvNci5RKf62gRq9

Los ingresos para formalizar las inscripciones deberán realizarse en el siguiente número de cuenta de **OPENBANK**, cuyo beneficiario es CD FUNDI-O, con dirección fiscal en calle Gabriel Matute, 6, 1ª A, 11008. Cádiz. Una vez realizada la transferencia, hay que mandar una copia del justificante a inscripciones.fundio@gmail.com

ES84 0073 0100 5105 0513 7749

¡OJO! HASTA QUE NO SE RECIBA UNA CONFIRMACIÓN NO SE ESTARÁ INSCRITO EN LA PRUEBA.

IMPORTANTE: Poner “Nombre del deportista - Club y 3 CPOP Canteras” en el asunto. Esto facilita mucho la labor de las compañeras de inscripciones.

Para facilitar la labor del personal de inscripciones, se ruega que realicéis una retirada unificada por clubes. Gracias por vuestra colaboración.

- **Cuotas de inscripción**

Las cuotas establecidas son las siguientes:

CATEGORÍAS	CON LICENCIA FEDERATIVA	SIN LICENCIA FEDERATIVA	RECARGO FUERA DE PLAZO	ALQUILER PINZA
MENORES DE 17	2€	3€	+1€	2€
MAYORES DE 17	4€	6€	+1€	2€
CATEGORIA UCA	0€	2€	+1€	2€
CORRELÍN	1€	1€	SIN RECARGO	-

Los corredores SIN Licencia deberán proporcionar la fecha de nacimiento y el número de DNI a la hora de hacer la inscripción para poder tramitar el seguro de prueba.

- **Puntuar en el Circuito Provincial de Cádiz de Orientación O-Pie (CPOP)**

Los criterios de puntuación del ranking están publicados en http://www.orientacioncadiz.es/p/reglamentos.html

Para facilitar la elaboración del ranking provincial, para los corredores federados es **OBLIGATORIO** añadir el número de licencia. Es necesario poner el DNI en su defecto.

- **Puntuar en el "I Circuito Diputación" de Carreras de Orientación**

Está prueba también puntúa en el I Circuito Diputación de Cádiz de Carreras de Orientación, compuesto por 6 pruebas del CPOP:

	FECHA	PRUEBA	LOCALIDAD
1	19/03/23 - Dom	DUNAS DE SAN ANTÓN	PTO. SANTA MARÍA
2	30/04/23 - Dom	LAS CANTERAS	PUERTO REAL
3	17/09/23 -Dom	LA SUARA	JEREZ
4	29/10/23 - Dom	LA BARROSA-ROCHE	CHICLANA
5	05/11/23 - Dom	PINAR DEL REY	SAN ROQUE
6	03/12/23 - Dom	PINARES DE CHIPIONA	CHIPIONA

En tres de las seis pruebas podrá participar la categoría "Superación con acompañante":

- LAS DUNAS DE SAN ANTÓN

- LAS CANTERAS

- PINARES DE CHIPIONA

Las clasificaciones se publicarán en la página web y en el link del circuito en el apartado de deportes de la web: www.dipucadiz.es/deportes

Los participantes autorizan a la grabación total o parcial de su participación en el mismo mediante fotografías, televisión, radio, vídeo y cualquier otro medio con los fines propios de la coordinación de estos premios.

Esta prueba de Las Canteras es la segunda prueba del I Circuito Diputación de Cádiz. Las bases de este circuito pueden consultarse en http://www.orientacioncadiz.es/p/reglamentos.html.

En cada prueba habrá una entrega de trofeos, y otra a los clasificados/as de todo el circuito. Se exige participación en al menos 5 de las 6 pruebas para optar a la clasificación.

- **Licencias y Seguros**

Aquellos deportistas que no tengan licencia federativa en vigor (nacional, andaluza), tendrán una licencia de prueba que se abona junto a la inscripción. Por el hecho de haber aceptado esta inscripción, el corredor renuncia a todos los derechos y prestaciones contra los organizadores y colaboradores, así como sus representantes y delegados, derivados de los daños que se puedan causar en la competición; declarando estar en buena forma física, haberse entrenado suficientemente para acabar la prueba y haber comprobado su estado de salud por un médico autorizado; da también permiso a las autoridades citadas anteriormente para hacer uso público de su presencia en ésta competición, siempre que sea con fines legítimos.

- **Préstamo de tarjeta electrónica (pinza)**

Es posible alquilar pinza electrónica para el cronometraje de tu carrera. El coste de alquiler es de 2 €. Es obligatorio dejar 50€ de fianza o el DNI al recogerla en recepción el día de la carrera. La fianza se recuperará al devolver la pinza.

NORMATIVA DE PRUEBA

La prueba se cronometrará mediante sistema Sportident. Estará activado el modo SIAC Air..
El corredor debe poner en el formulario de inscripción el número de pinza o solicitar alquiler. La pinza de alquiler se recogerá en la recepción el día de la prueba junto con la fianza (50€ o DNI). No se puede correr sin pinza.
La salida será tradicional cada participante con una hora concreta. En caso de retraso el tiempo empezará a contar desde el asignado por la organización.
Se aplicará el reglamento de los circuitos provinciales de orientación en vigor para la temporada 2023. Dicho reglamento se encuentra disponible en la web FADO (Delegación en Cádiz). Las categorías de INICIACIÓN NIÑOS y MF10 se consideran categorías no competitivas.

- **Corredores retirados**

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.**

- **Protección del medio ambiente**

Durante la estancia en las zonas de competición, se ruega el mayor cuidado y respeto del entorno natural, así como la utilización de las papeleras y contenedores para el vertido de cualquier residuo.
Toda la basura que dejes abandonada ocasionará un problema a la organización, ya que no disponemos de recursos humanos para recogerla, por lo que supondría un coste extra a asumir por los participantes en ediciones futuras.
Para limitar los residuos generados en la prueba NO SE DARÁN BOTELLINES DE AGUA. En la zona de meta habrá unas garrafas con un grifo para que quien quiera se rellene el recipiente que traiga (botella, vasito o similar).

ENTREGA DE PREMIOS

Como establece la normativa del I Circuito “Diputación de Cádiz” de carreras de orientación, al finalizar la prueba se hará entrega del primer clasificado en las categorías M/F Veteranos, M/F Absoluta, M/F Absoluta B y Superación con Acompañante, a la persona de menor edad en completar cualquiera de estos recorridos (un hombre y una mujer), a la persona de

mayor edad en completar cualquiera de estos recorridos (un hombre y una mujer) y a al primer clasificado en las categorías M/F UCA.

Además, de parte de la Delegación de Cádiz de orientación, se entregará un obsequio al corredor de menor edad de cualquier categoría (un hombre y una mujer).

La entrega de premios está programada para las 2 de la tarde de manera aproximada.

MAPA Y TERRENO

Realizado por Juan Francisco Sánchez en diciembre de 2020 en simbología Sprint ISSPROM 2019, escala 1:4000 y equidistancia 2.5m.

El mapa, ya utilizado en la Liga Andaluza del año 2021, tiene diversas zonas muy diferenciadas entre si:

- Las Canteras: Parque periurbano formado por pinos piñoneros, acebuches y lentisco, con desnivel moderado. Destaca por su red de caminos principales y sendas entre los matorrales, llegando a formar un laberinto.
- El Almendral: Zona abierta prácticamente llana con detalles de vegetación y cierta red de caminos.
- Pinaleta de Derqui: Bosque de pino piñonero y vegetación espesa, con amplia red de caminos y desnivel de suave a moderado.
- Zona urbana de calles regulares sin desnivel y velocidad de carrera muy alta. No se cortará el tráfico.

Es reseñable comentar que habrá pasos obligados dado que hay varias carreteras con tráfico. **SE RUEGA, POR TANTO, CRUZAR SIEMPRE POR PASOS DE PEATONES Y CON PRECAUCIÓN PARA EVITAR ACCIDENTES**.

En el anexo, al final del boletín, se puede encontrar la versión antigua del mapa completo.

Desde la publicación de este boletín se prohíbe el uso del mapa para la realización de entrenamientos.

- **Comentarios del trazador**

Debido a las características del terreno, la carrera será muy variada, mezclando zonas de carrera muy rápida con otra de carrera más lenta donde la orientación precisa será necesaria.

El crecimiento de la vegetación ha provocado el crecimiento de los “verdes” y que algunos caminos estén algo tapados, dificultando el avance por ellos, aunque todos los controles están en elementos claros.

Debido a la vegetación existente y lo seca que se encuentra, se recomienda el uso de polainas/similares para protegerse las piernas e incluso llevar los brazos también cubiertos.

IMPORTANTE

- Debido a la extensión del terreno y las características del mapa, que se encuentra cartografiado en simbología SPRINT, se realizará un **cambio de mapa** para la mayoría de las categorías.

  El mapa estará impreso en **ambas caras**, con recuadros de distinto color, claramente indicado cuál es el orden, y al llegar a la última baliza del primer mapa, se deberá de dar la vuelta al mapa y continuar con el resto de la carrera. En todos los casos hay un control de solape que se encuentra en ambas caras del mapa.

- Todos los corredores, pero especialmente los de la categoría M--ABSOLUTA, deben de tener claro la capacidad de sus pinzas electrónicas, siendo la de la SI-8 (pinza que se va a alquilar desde la organización y bastante utilizada) de 30 picadas de control. El máximo de controles en un recorrido es de 28, por lo que estas pinzas son suficientes pero se recomienda comprobar que solo se pican los controles indicados en el recorrido, ya que si la pinza llega al máximo de su capacidad, no se registrará más picadas y será responsabilidad del corredor.

CATEGORÍAS

Para la prueba, siguiendo la normativa del Circuito Provincial de Orientación se establecen las siguientes categorías, que serán las mismas para el "I Circuito Diputación":

CATEGORÍA	Rango de Edad	Descripción
Correlín	- Niños de 4 a 6 años	- Categoría no competitiva con recorridos lúdicos (sencillos, amenos).
Iniciación Niños	- Niños de hasta 8 años aconsejable. - Pero puede ser hasta 12. - Sustituye a la antigua categoría familiar para resaltar que se trata de - que el niño que se inicia pueda ser ayudado.	- Categoría no competitiva (puntuación igual para todos los que acaben) con recorridos sencillos que pueden hacerse acompañados. - No se asignará hora de salida por lo que pueden ir acompañados por otros corredores
Iniciación Adultos	- Más de 12 años. - Categoría Unisex.	- Para personas interesadas en iniciarse en la orientación. - Categoría enfocada al aprendizaje. - Sin hora de salida. El participante puede decidir si sale solo o acompañado
MF 10	hasta 2013 inclusive. oría y clasificación unisex. uye al antiguo Iniciación Niños.	- Categoría no competitiva (puntuación igual para todos los que acaben). - Sin hora de salida. - Puede ser ayudado.
MF 12	dos hasta 2011 inclusive (puntuación igual para os que acaben).	- Con hora de salida. - Enfocada a la competición.
M14 y F14	os hasta 2009 inclusive. oría y clasificaciones M y F. ua Cat. Infantil.	- Con hora de salida. - Enfocada a la competición.
M16 y F16	os hasta 2007 inclusive. ua Cat. Cadete.	- Con hora de salida. - Enfocada a la competición.
M y F ABSOLUTA B	- Sin límite de edad. - Antigua Cat. Senior B.	- Pensada para que haya un escalón técnico entre iniciación adulto y Absoluta. Se dividen en categoría femenina y masculina para respetar las diferencias físicas, no las técnicas. - Nivel físico y técnico intermedio.
M y F ABSOLUTA	- Sin límite de edad. - Antigua Cat. Senior.	- Máxima dificultad técnica y física.
M y F VETERANO	- A partir de 45 años. - Antigua Cat. Veterana.	- Misma complejidad técnica que la Absoluta pero con menor exigencia física.
CATEGORIA UCA	- Miembro UCA con tarjeta deportiva*	

SUPERACIÓN CON ACOMPAÑANTE	- Categoría adaptada para personas con necesidades especiales.	

*** Aquellos corredores que se inscriban en Categoría UCA deben tener tarjeta deportiva y no participarán en su categoría de edad. Tenerlo en cuenta para ranking.**

DISTANCIAS Y DESNIVELES

CATEGORIAS	DISTANCIA	DESNIVEL	CONTROLES	ESCALA	DESCRIPCIÓN	CAMBIO DE MAPA
INI NIÑOS - MF-10-superación	1,8 km	10 m	15	1:4000	Literal	NO
INI ADULTOS	2,9 km	25 m	17	1:4000	Literal	SI
MF12	2,1 km	25 m	15	1:4000	Simbólica	NO
M14	2.9 km	50 m	17	1:4000	Simbólica	SI
M16 - CAT UCA M	3,6 km	80 m	25	1:4000	Simbólica	SI
M ABSOLUTA B	3,0 km	45 m	19	1:4000	Simbólica	SI
M ABSOLUTA	4,6 km	145 m	28	1:4000	Simbólica	SI
M VETERANOS	4,2 km	125 m	25	1:4000	Simbólica	SI
F14	2.9 km	50 m	17	1:4000	Simbólica	SI
F16 - CAT UCA F	3,1 km	60 m	16	1:4000	Simbólica	SI
F ABSOLUTA B	3,0 km	45 m	19	1:4000	Simbólica	SI
F ABSOLUTA	4,3 km	130 m	26	1:4000	Simbólica	SI
F VETERANA	2,9 km	70 m	21	1:4000	Simbólica	SI

IMPORTANTE: Los recorridos de las categorías competitivas tendrán descripciones de controles portátiles, además de la que ya está presente en el propio mapa.

MODIFICACIONES Y CANCELACIONES

La organización se reserva el derecho de modificar la información publicada en este boletín, ya sea por motivos técnicos, de seguridad o permisos.
Cualquier cambio se comunicará oportunamente, y aparecerá la información actualizada en la web http://www.fundi-o.es.

Asimismo, la organización se reserva el derecho de suspender el evento en caso de malas condiciones meteorológicas con la finalidad de evitar que los participantes puedan correr algún problema o peligro.

INFORMACIÓN SOBRE 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.

Otros riesgos.
- Circulación: Aunque existen pocas carreteras, la circulación de vehículos en las mismas no estará cortada, por lo que los corredores en todo momento respetarán la normativa de tráfico y pasos obligados que estarán marcados en el mapa con la simbología especificada en la normativa vigente ISSprOM 2019.
Puede existir riesgo de colisión con vehículos, participantes, espectadores; condiciones climáticas extremas y de humedad; estado de los viales, carretera y tráfico, Se extremarán las medidas de seguridad vial, cada participante será responsable de su propia seguridad y extremará la precaución con el tráfico rodado (vehículos etc.).

Riesgos del público en general En cuanto al público asistente, los riesgos más comunes podrían ser eventuales caídas por tropiezos.

DECLARACIÓN DE EXENCIÓN DE RESPONSABILIDAD DEL PARTICIPANTE EN LA COMPETICIÓN

PRUEBA: 3ª prueba del CPOP 2023. Las Canteras (Puerto Real). 30 de abril del 2023.

Todo participante declara:

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 contenido del Boletín de la Prueba y de sus Anexos, 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 (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 (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 carácter meramente indicativo). Respetaré en todo momento las normas de circulación como cualquier otro peatón, siendo responsable de mi propia seguridad en relación con el tráfico urbano.
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 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, 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 al Club Deportivo Fundi-O 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 al Club Deportivo Fundi-o 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.

ORGANIZADORES Y COLABORADORES

ANEXO I: MAPA USADO