

LA CABRERA

I Trofeo Rock'n'O



17 y 18 marzo 2018

Boletín 1



Boletín 1

IOF World Ranking Event (WRE)

4ª Prueba de la Liga Española de Orientación

4ª Prueba de la Liga Sprint Española

Organizadores

Club Malarruta & Club Escondite Nature Sport

Directores de Prueba: José Manuel Prieto & José Luis García Morales

Trazadores:

- Media (WRE) (Mikael Wiren/Álvaro Prieto)
- Larga (José Luis García Morales)
- Sprint (WRE) (Miguel Ángel Durán/Ángel Díaz)

Técnico SI: Javier Serrano Molinero

Secretaría: Cristina del Campo/María José Martín

Equipo de Salidas: Malarruta & Escondite Nats Teams

Equipo de Meta: Malarruta & Escondite Nats Teams

Logística: Ángel Gutiérrez

Juez IOF y FEDO

Francisco Gómez Cobas

Información de la Prueba

Programa

Viernes 16/03/2018

- 19:00 a 23:00 h. Recepción de los participantes y entrega de dorsales en el Ayuntamiento de La Cabrera.

Sábado 17/03/2018

- 09:30 h. Larga Distancia. La Cabrera (Madrid).
- 14:15 h. Cierre de meta de la carrera de Larga Distancia.
- 15:30 h. Cierre de Cuarentena de la carrera Sprint.
- 16:30 h. Carrera Sprint WRE. La Cabrera (Madrid).
- 18:30 h. Cierre de meta de la Carrera Sprint.

Domingo 18/03/2018

- 09:30 h. Carrera de Media Distancia WRE. La Cabrera (Madrid).
- 13:30 h. Cierre de meta de la Carrera de Media distancia.
- 13:30 h. Entrega de premios del Trofeo Rock'n'O

Reglamentos

Los reglamentos de la Federación Española de Orientación, la Guía para los World Ranking Event de la IOF, los reglamentos de las Ligas Españolas O-PIE y las instrucciones de los organizadores se aplicarán en esta competición.

Los reglamentos de la Federación Española de Orientación están disponibles en la página web <http://www.fedo.org/web/competicion/o-pie/reglamentos>

Sistema de toma de tiempos

Se utilizará el sistema SPORTident. La organización pondrá a disposición de los participantes pinzas SPORTident de alquiler a un precio de 2,5€ por día.

El Sistema SPORTident SIAC Air system estará disponible en la carrera Sprint WRE

Categorías oficiales

Categoría (M-Masculino/F-Femenino)	Edades
U-10	Nacidos en 2008 y posteriores (unisex)
M/F-12	Nacidos en 2006 y posteriores
M/F-14	Nacidos en 2004 y posteriores
M/F-16	Nacidos en 2002 y posteriores
M/F-18	Nacidos en 2000 y posteriores
M/F-20	Nacidos en 1998 y posteriores
M/F-E	Categoría Elite. Sin restricción de edad. (WRE)
M/F-21A	Sin restricción de edad
M/F-21B	Sin restricción de edad
M/F-35A	Nacidos en 1983 y anteriores
M/F-35B	Nacidos en 1983 y anteriores
M/F-40	Nacidos en 1978 y anteriores
M/F-45	Nacidos en 1973 y anteriores
M/F-50	Nacidos en 1968 y anteriores
M/F-55	Nacidos en 1963 y anteriores
M/F-60	Nacidos en 1958 y anteriores
M/F-65	Nacidos en 1953 y anteriores
M/F-70	Nacidos en 1948 y anteriores

Categorías Open (Unisex)

Categoría	Características del recorrido
Open Amarillo	Muy fácil / Distancia corta
Open Naranja	Fácil / Distancia media
Open Rojo	Dificultad media / Distancia media
Open Negro	Dificultad media / Distancia larga

Inscripciones

- Los corredores federados en la Federación Española de Orientación (FEDO) y la Federación Portuguesa de Orientação (FPO) deben inscribirse a través del sistema de inscripciones FEDO. <http://www.sico.fedo.org/login.php>
- El resto de corredores deben inscribirse a través de la página web [OrienteringOnline](#).
- **ATENCIÓN!!** Los corredores que participan en categoría Élite WRE **DEBEN** inscribirse además en la página oficial de la IOF <http://eventor.orientering.org/>
- Las inscripciones finalizan el 7 de marzo.

Cuotas

Larga Distancia		
Categoría	Con licencia FEDO/FPO	Sin licencia FEDO/FPO
M/F-20 o inferiores	5€	13€
M/F-21 o superiores	9€	17€
Elite	9€	17€
Open	5€	13€

Media Distancia (WRE)		
Categoría	Con licencia FEDO/FPO	Sin licencia FEDO/FPO
M/F-20 o inferiores	5€	13€
M/F-21 o superiores	9€	17€
Elite	9€	17€
Open	5€	13€

Sprint (WRE)		
Categoría	Con licencia FEDO/FPO	Sin licencia FEDO/FPO
Todas las categorías	6€	14€

Los detalles de la cuenta bancaria para el pago de inscripciones es:

Titular: Club Deportivo Básico Malarruta

Banco: ING DIRECT N.V.SUCURSAL EN ESPAÑA

IBAN: ES22 1465 0200 2419 0024 1206

Los recibos de los pagos deben enviarse a tesoreria@malarruta.es

El límite de los pagos es el 11 de marzo. Después de esta fecha no podemos garantizar la disponibilidad de los mapas.

Cómo llegar:

La Cabrera está situada a 60 km al norte de Madrid y a 50 km del Aeropuerto Internacional Madrid-Adolfo Suárez Airport. La señalización al centro de competición estará disponible desde la salida 60 de la Autovía A-1 E-5 E-80

El centro de competición está situado en el Colegio Público C.E.I.P. Pico de la Miel en La Cabrera. La dirección es Calle de los Colegios 15, 28751 La Cabrera. Las coordenadas GPS son 40°52'23.3"N 3°36'29.3"W

El aparcamiento estará situado en el pueblo de La Cabrera a ambos lados de la antigua carretera N-1.

Las autocaravanas deben aparcar en las zonas habilitadas..

Zonas embargadas



Mapas de la Competición:

Larga Distancia:

- Escala: 1:15000 excepto para las categorías mayores y jóvenes que serán 1:10000 y 1:7500
- Equidistancia: 5 m.
- Cartografía de Ricardo García Dengrá.
- Los mapas estarán impresos en papel resistente al agua.
- Tiempos ganadores: Elite: 70'-80' para mujeres y 90'-100' para hombres.

Middle Distance WRE:

- Escala: 1:10000 excepto para las categorías mayores y jóvenes que será 1:7500
- Equidistancia: 5 m.
- Cartografía de Ricardo García Dengrá.
- Los mapas estarán impresos en papel resistente al agua.

- Tiempos ganadores: Elite: 30-35' para mujeres y hombres

Sprint Distance WRE:

- Escala: 1:5000 para todas las categorías
- Equidistancia: 5 m.
- Cartografía de Ricardo García Dengrá.
- Los mapas estarán impresos en papel resistente al agua.
- Tiempos ganadores: Elite: 12-15' para mujeres y hombres

Alojamiento

Hay muchas posibilidades de alojamiento tanto en La Cabrera como por supuesto en Madrid. También habrá Suelo Duro disponible cerca de la competición.

Puede mirar alojamiento en La Cabrera en la página:

<http://www.lacabrera.es/turismo/como-llegar/alojamiento/> y en webs especializadas como <http://www.booking.com>, <http://www.trivago.es>, y muchas más para Madrid y alrededores.

Meteorología y vestimenta:

En marzo, el tiempo en el centro de España puede ser desde agradable y soleado (sobre 15-20 grados C) a muy frío, con lluvia y viento (sobre 0-5 grados C). Los competidores deben estar preparados para el tiempo variable.

Visados:

Conforme a las regulaciones actuales, los ciudadanos de ciertos países deben obtener un visado para entrar en España. Pueden obtener más información en:

<http://www.exteriores.gob.es/Portal/es/ServiciosAlCiudadano/InformacionParaExtranjeros/Paginas/RequisitosDeEntrada.aspx>

Instrucciones finales, horas de salida y otra información:

La información más actualizada estará disponible en la página web de la organización.

<http://rockando.malarruta.es>

Petición de información: rockando@malarruta.es

El Boletín 2 se publicará a finales de febrero

Esperamos verles en La Cabrera el 16 y 17 de marzo