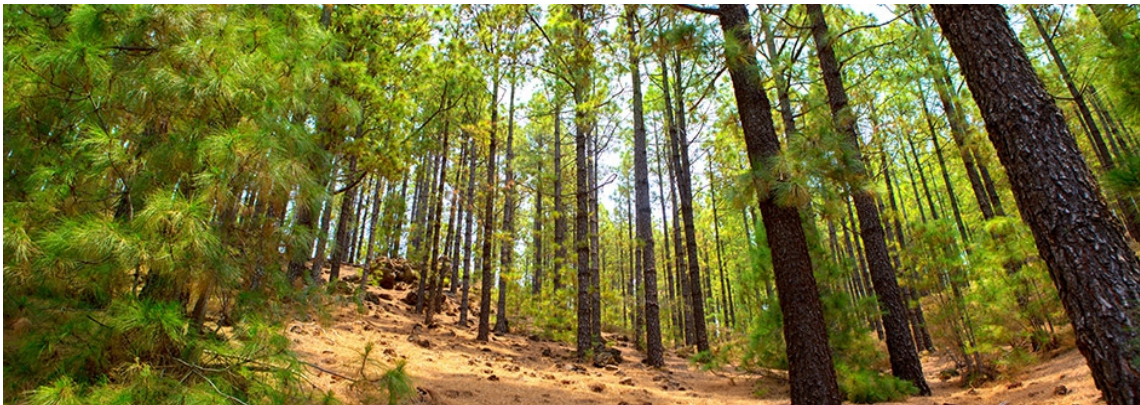
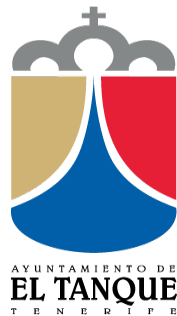


XXXII CAMPEONATO INSULAR DE TENERIFE

BOLETIN VIII PRUEBA CIT 2023

12 de Noviembre de 2023

San José de Los Llanos



CAMPEONATO ISLA DE TENERIFE ORIENTACIÓN 2023. 8ª PRUEBA.

El club de Orientación COCAN, en colaboración con el Cabildo de Tenerife, les invita a participar el próximo **12 de Noviembre** en la **8ª prueba de orientación del CIT 2023**.

La zona de competición será en la zona denominada San José de Los Llanos . El mapa ha sido revisado parcialmente en Octubre de 2023 por el cartógrafo del club, Manuel Delgado.

Les invitamos a todos los orientadores de las islas, aficionados del deporte y amantes de la naturaleza a disfrutar de una jornada de orientación. Se trata de un evento abierto a

todas las edades y niveles, tanto de condición física como conocimiento de la orientación. NO es necesaria experiencia previa en el deporte, pues hay categorías destinadas para el aprendizaje, como OPEN. Desde COCAN haremos todo lo posible para que disfrutemos de una gran jornada de orientación.

¡¡¡Te esperamos!!!

PROTOCOLO DE SALIDAS

Debido a la situación sanitaria que atravesamos desde hace tiempo recordamos que cualquier persona que tenga síntomas o tuviera contacto con algún positivo en COVID, no deberá ir a la competición, la salud de nuestros corredores y organizadores es lo más importante. El uso de mascarilla es opcional, aquellas personas que lo deseen podrán hacerlo.

El horario de salidas seguirá estando vigente acortando el tiempo de salida a un minuto entre cada participante.

Recordamos que **EL HORARIO DE SALIDA ES DE OBLIGADO CUMPLIMIENTO**, aquellas personas que acudan antes de su hora deberán esperar a que llegue su hora de salida.

POR FAVOR, RESPETEN EL HORARIO DE SALIDA Y NO SE ACUMULEN INNECESARIAMENTE ALREDEDOR DEL PERSONAL QUE ESTÉ DANDO LAS SALIDAS, POR EL BUEN TRANSCURRIR DEL EVENTO. En caso de llegar más tarde de su hora de salida, deberán esperar a que la organización pueda darle salida, **no garantizando que pueda realizar la prueba.**

Antes de la competición:

Esta temporada podrá participar todo aquel que lo desee siempre y cuando se cumpla con las medidas exigidas por parte de la dirección de carrera. El pago de inscripción será única y exclusivamente por transferencia o ingreso bancario, teniendo de plazo hasta el día 08 de Noviembre de 2023 a las 12:00 para realizarlo.

Únicamente la categoría OPEN podrá llevar acompañantes.

Se podrá alquilar material tal como **sportident (Precio de alquiler: 3 euros. Deberán indicarlo en el formulario de inscripción)** y brújulas. Para inscribirse en la prueba deberá rellenar correctamente el formulario de la web en el plazo indicado. ÚNICAMENTE se podrán inscribir el día de la prueba la categoría OPEN (sujeto a 5 plazas y con recargo).

Durante la competición:

Se establecerán horarios de salida para cada participante. Se ruega que se asista al lugar de competición **con tiempo suficiente para prepararse y acudir a la salida.**

Habrà presalida de 15 minutos.

En caso de llegar antes, rogamos que esperen a su horario marcado.

Al llegar a la zona de competición directamente hay que ir a la salida, no debiendo pasar por mesa, salvo alguna inscripción de OPEN pendiente o si se alquila material.

Recuerden que el recorrido hay que hacerlo pasando por los puntos de control (balizas) en el orden establecido. Si acaso te saltas alguna y “picas” la siguiente, debes volver atrás “picar” la que te saltaste y seguir con las siguientes incluida la que ya habías “picado”.

ORGANIZADOR

COCAN (Club de Orientación Canario y Actividades en la Naturaleza)

Club adscrito a la Federación Nacional de Orientación (FEDO)



cocantfe@gmail.com



Cocan Orientación Tenerife



cocantf

La prueba de Orientación se disputará el domingo **12 de Noviembre de 2023** y será puntuable para **XXXII Campeonato de Orientación Isla de Tenerife**

PROGRAMA

Martes 7 de Noviembre de 2023

- **20:00** Cierre de inscripciones en la página web de COCAN.

Acceso al formulario: <http://www.cocantf.com/web/>

Miércoles 8 de Noviembre de 2023

- **20:00** Fecha y hora límite para realizar los pagos.

Viernes 10 de Noviembre de 2023

- **20:00** Publicación de los horarios de salida.

Domingo 12 de Noviembre de 2023

- **9:30** Apertura centro competición.
- **10:00** Salida de los primeros corredores.
- **11:30** Última hora de salida.
- **14:00** Cierre de meta.

¡¡¡IMPORTANTE!!! Aunque **NO** se complete el recorrido, es **OBLIGATORIO** pasar por Meta y por la mesa de descarga para controlar los corredores que faltan por llegar. Tengan consideración con los organizadores.

El programa de la jornada puede verse sujeto a modificaciones que serían avisadas con la suficiente antelación, tanto en la página web de COCAN, como en las redes sociales del club organizador.

CRONOMETRAJE SISTEMA SPORTIDENT

El control de tiempos se llevará a cabo con el sistema **SportIdent** para todas las categorías acatando la normativa de la federación nacional, para ello cada corredor deberá llevar su pinza.

Si algún corredor **NO** dispone de pinza **SportIdent**, la Organización dispone de alquiler y venta de pinzas para aquellos que lo requieran. Se ruega encarecidamente que, en caso de necesitarla, se soliciten con suficiente antelación, hasta el cierre del formulario, para que no existan problemas el día de la competición.

En caso de fallo de la base (estación SportIdent) o la pinza, en todos los controles habrá una pinza manual de color rojo con la que se marcará en el mapa.

NO se utilizará el sistema AIR+.

Localizaciones

Centro de competición: Plaza de San José de Los Llanos.

Mapa de la zona: <https://maps.app.goo.gl/uYRDqZUpzQjkK4DZA>



Accedemos a la zona de competición desde la carretera TF-373 y seguimos las indicaciones viarias para acceder al núcleo urbano de San José. El aparcamiento en la zona es limitado por lo que aconsejamos aparcar en el parkin que está justo detrás de la plaza de la iglesia (pocas plazas) o en la zona del área recreativa e inmediaciones de la misma.

CATEGORÍAS E INSCRIPCIÓN

Categorías Oficiales

Élite M-F 45
M-F 21 M-F 16
M-F 35 M-F 18
M-F 55

Categorías NO Oficiales

Open/Familias

Open avanzado

Acceso al formulario: <http://www.cocantf.com/web/>

Cierre del formulario a las 20:00 del Martes 7 de Noviembre

Para las **Categorías NO Oficiales** se dan las siguientes orientaciones:

Open/familias – Para quienes se están iniciando y ya han participado en alguna prueba de orientación. La mayoría de los tramos pueden realizarse bien por caminos o bien aplicando técnicas sencillas de orientación. Este recorrido tiene el objetivo de pasear disfrutando de la orientación con amigos, peques y familia.

Open Avanzado – Para quienes ya han participado en alguna prueba de orientación. Si bien la mayoría de los tramos también pueden realizarse por caminos y grandes relieves, está diseñada de modo que la mejor ruta (más rápida y/o más corta) requiera la aplicación de técnicas de orientación sencillas.

INFORMACIÓN TÉCNICA

La zona de competición de San José de Los Llanos está situada en el municipio de El Tanque, en el noroeste de la isla de Tenerife. Su localización, en el paraje natural de la Reserva Natural Especial del Chinyero, la convierten en el lugar idóneo para la práctica de este deporte o para relajarse en medio de la naturaleza. Se encuentra en una zona de pinar y laurisilva, de desnivel suave a moderado en algunas zonas.

Encontramos zonas de vegetación alta (bosque) en la parte sur y zonas de laurisilva con distintos tipos de penetrabilidad en su parte norte. Además en el mapa nos encontraremos con gran variedad de elementos rocosos, micro relieves y desniveles moderados en las categorías Élite, M-35, M-21

La salida estará situada a unos 800 metros del centro de competición (plaza de la iglesia), el trayecto desde la plaza a la salida estará prebalizado. Se estima en unos 12-15 minutos el tiempo de presalida.

El tiempo suele ser fresco y húmedo a primeras horas de la mañana, mejorando a lo largo del día.

Mapa: Escala: 1:10000 Equidistancia: 5m. (Zonas con curvas auxiliares a 2.5m).

En caso de emergencia durante el recorrido se pueden dirigir a los siguientes números de teléfono. Mesa de organización (+34 686 91 10 51), indicar el recorrido y un punto cercano para así proceder a su asistencia y posible evacuación en el menor tiempo.

Debido a que hay zonas con muy poca o nula cobertura de red telefónica móvil, depende según compañía de telefonía, si se encuentran desorientados deberán quedarse en cualquier baliza, o en su defecto en cualquier camino, si es en uno principal mejor, **nunca deberá empezar a caminar sin rumbo.**

En caso de accidente pueden dirigirse al 112 e indicar que se encuentran en El Lagar en una prueba de orientación de COCAN.

| Categoría | Distancia(km.) | Desnivel(m) | Número de controles |
|---------------|----------------|-------------|---------------------|
| Open | 2,1 | 30 | 11 |
| Open-Avanzado | 2,6 | 40 | 13 |
| F-16 | 2,4 | 35 | 12 |
| F-18 | 2,7 | 45 | 13 |
| F-21 | 3,1 | 75 | 15 |
| F-35 | 2,9 | 65 | 14 |
| F-45 | 2,7 | 50 | 14 |
| F-55 | 2,4 | 55 | 13 |
| M-16 | 2,6 | 45 | 14 |
| M-18 | 2,9 | 40 | 14 |
| M-21 | 4,2 | 75 | 16 |
| M-35 | 4,9 | 125 | 21 |
| M-45 | 3,2 | 65 | 15 |
| M-55 | 2,8 | 70 | 13 |
| Élite | 5,4 | 135 | 23 |

Los recorridos han tratado de adaptarse a los niveles de dificultad que establece la normativa FEDO. Se recomienda que cada participante sepa perfectamente que recorrido corresponde a su categoría para no tener problemas de equivocación a la hora de coger el mapa. Se les recuerda que cada participante es responsable de coger en la salida el mapa que le corresponde, ¡¡**VERIFICAR SIEMPRE!**!

DESCRIPCIÓN DE CONTROLES

Conforme a la normativa IOF (órgano internacional de orientación) , estarán disponibles en la zona de salida, así como impresos en el mapa.

NORMATIVA Y CUESTIONES IMPORTANTES

La competición se regula por la normativa FEDO e IOF.

Desde la publicación de este Boletín está **prohibido** acceder a las zonas de carrera para entrenar o reconocer los terrenos. En caso de identificar a algún corredor en la zona será descalificado y se considerará nula su inscripción a la carrera.

Durante toda la competición, los participantes deben seguir las instrucciones del personal de la Organización.

Se recomienda a los corredores llegar con la suficiente antelación a la zona de competición, los participantes deben considerar que hay que aparcar, desplazarse y cambiarse o prepararse para la prueba.

En la zona de Salida se dispondrá de estaciones para limpiar y comprobar las tarjetas-pinzas SPORTident. Es responsabilidad de cada corredor limpiar y comprobar su pinza-tarjeta electrónica antes de comenzar el recorrido, así como coger y comprobar el mapa correspondiente a su categoría e inscripción.

El recorrido y los puntos de control por los que el corredor deberá pasar, estarán marcados en el mapa en color magenta (rosa) y deberá realizarse en el orden indicado; saltarse el orden de los controles o no picar alguno de ellos, es motivo de **descalificación**. La línea que une los controles no siempre es la mejor ruta¡¡¡

En competición está prohibido seguir o ayudar a otros corredores, salvo en caso de emergencia. En caso de accidente o problemas de un corredor estamos obligados a atenderle, si se hace puede descalificarse al corredor que no lo haga. Este comportamiento de no auxilio se considera falta grave.

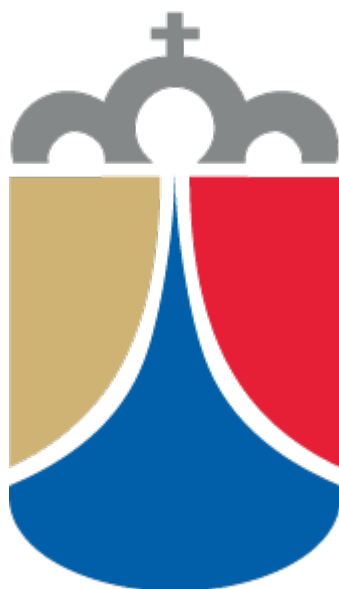
Al cruzar la línea de Meta, el corredor habrá terminado su recorrido y deberá seguir las indicaciones del personal de la Organización. Una vez que haya descargado su pinza-tarjeta electrónica.

El incumplimiento de alguna de las normas será motivo de **descalificación**.

**¡¡RECUERDEN: El objetivo es disfrutar del monte y de nuestra gente,
cuida tu entorno y al resto de corredores.**



frutos secos que acompañan



AYUNTAMIENTO DE
EL TANQUE
T E N E R I F E