



XXXI CAMPEONATO INSULAR DE TENERIFE

BOLETIN 7ª PRUEBA CIT 2022

16 de octubre de 2022

ARENAS NEGRAS

CAMPEONATO ISLA DE TENERIFE ORIENTACIÓN 2022. III PRUEBA.

El club de Orientación COCAN, en colaboración con el Cabildo de Tenerife, les invita a participar el próximo **16 de octubre** en la **7ª prueba de orientación del CIT 2022**.

La zona de competición será en el en las inmediaciones del área recreativa de Arenas Negras, en el término municipal de Garachico. El mapa es nuevo y ha sido realizado en agosto de 2022 por el cartógrafo del club, Luis García. Es una zona de pinar, despejada en general y donde los verdes suaves se marcan en el mapa para diferenciar las zonas despejadas de las que entorpecen un poco la visibilidad, no afectando mucho a la velocidad de carrera y siendo perfectamente pasables. La clave de la carrera será la perfecta lectura de los elementos geográficos, la rapidez en identificarlos y guiarse por ellos combinado con el uso de la brújula será fundamental y obligará al orientador a un ejercicio constante de concentración debido la dificultad técnica de los diferentes tramos.

El tiempo suele ser fresco a primeras horas de la mañana, mejorando a lo largo del día, esperemos que nos acompañe.

Les invitamos a todos los orientadores de las islas, aficionados del deporte y amantes de la naturaleza y de la orientación en pinares 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 jornada de orientación en uno de los pinares mejor conservados de la isla.

¡¡¡Te esperamos!!!



COCAN TENERIFE

CAMPEONATO ISLA DE TENERIFE 2022 7ª PRUEBA



PROTOCOLO COVID

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 hacer uso de ella. El horario de salidas seguirá siendo 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:

Este año 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 viernes 14 de octubre de 2022 a las 12:00 para realizarlo y debiendo remitir al correo el justificante bancario. **Únicamente la categoría OPEN podrán 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 creado a tal efecto en el plazo indicado. **ÚNICAMENTE se podrán inscribir el día de la prueba la categoría OPEN (sujeto a 5 plazas y con recargo).**

Se establecerán horarios de salida para cada participante.

Durante la competición:

Se han establecido horarios de salida de cada corredor, se ruega que se asista al lugar de competición como máximo unos 15 minutos antes de su salida. 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.

ORGANIZADOR

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



cocantfe@gmail.com



Cocan Orientación Tenerife



cocantf

Club adscrito a la FEDO (Federación Española de Orientación)

PRUEBA

La prueba de Orientación se disputará el domingo **16 de octubre del 2022** y será puntuable además para el XXXI Campeonato de Orientación Isla de Tenerife.

PROGRAMA

Jueves 13 de octubre de 2022

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

Viernes 14 de octubre de 2022

- **12:00** Fecha y hora límite para realizar los pagos.
Acceso al formulario: <http://www.cocantf.com/web/>
- **20:00** Publicación de los horarios de salida.

Domingo 16 de Octubre de 2022

- **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 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: [Aparcamiento del Área Recreativa Arenas negras.](#)

Mapa de la zona: <https://goo.gl/maps/Y8fjUYWYFsYH1sDAA>



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

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

Cierre del formulario a las 20:00 del JUEVES 13 de octubre

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

Open – 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.

INFORMACIÓN TÉCNICA

El mapa de Arenas Negras, está situado en un paraje del municipio de Garachico, en la isla de Tenerife (España). Los diferentes recorridos transcurrirán entre una altura de 1350m, en donde estará la salida hasta un mínimo de 1180m. Es un terreno volcánico en una zona de pinar generalmente despejado, donde la superficie que vamos pisando alterna entre pequeñas zonas rocosas, zonas arenosas y en mayor medida zonas de pinocha con un desnivel muy suave salvo en algunas zonas concretas donde la pendiente puede ser mayor.

El terreno es extremadamente técnico en lo que a orientación se refiere, con multitud de microrelieve que exigirá una concentración y capacidad de lectura adecuada a la categoría en que se participe. La probabilidad de desubicarse en algún momento puntual es alta.

Se recomienda el uso de calcetas, no siendo las polainas y los clavos fundamentales para la carrera.

Los recorridos son de un nivel técnico alto, adaptándose a la dificultad física y técnica de cada categoría pero exigiendo un gran nivel de concentración. Se ha procurado por parte del trazador que los recorridos tengan una similitud con una "Distancia Media de Liga Nacional", primando la agilidad mental y capacidad de lectura.

Habrà dos salidas, una para las categorías ÉLITE, M21, M35, M45 y M55 y otra para el resto de las categorías.

Mapa: Escala: 1:7500 (DIN A4) **Equidistancia:** 5m. (Zonas con curvas auxiliares a 2.5m).

Nuevo. (2022)

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, no es aconsejable empezar a caminar sin rumbo.

En caso de accidente pueden dirigirse al 112 e indicar que se encuentran en las inmediaciones del Área Recreativa de Arenas Negras, en una prueba de orientación de COCAN.

DISTANCIAS Y DESNIVELES

Categoría	Distancia(km.)	Desnivel(m)	Número de controles
Open	2.9	60	12
F-16	2.9	85	15
F-18	3.3	110	14
F-21	3.4	110	15
F-35	2.9	85	15
F-45	2.9	60	14
F-55	2.9	60	14
M-16	3.3	110	14
M-18	3.4	110	15
M-21	4.6	85	17
M-35	5.0	95	16
M-45	4.0	55	14
M-55	4.0	55	14
Élite	5.3	110	20

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 le 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.

ZONAS PROHIBIDAS

Queda prohibido el acceso a la zona de competición desde la publicación en la web del club COCAN.

¡Juega limpio!

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.

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.

ORGANIZADORES Y COLABORADORES

