



Federación de Orientación de Castilla-La Mancha

<http://fecamado.org>

---



Competición |  
**Campeonato de Castilla-La Mancha**

## Generalidades.-

El Campeonato de Castilla-La Mancha de Orientación 2023, es la competición oficial de esta especialidad deportiva que otorga los títulos de Campeón de Castilla-La Mancha en cada una de las categorías oficiales.

Las pruebas, además del Reglamento FECAMADO de Orientación y de las normas generales de las Federaciones Española e Internacional de Orientación, han de someterse a la siguiente normativa.

## Organización y participación.-

La organización de las competiciones correrá a cargo de clubes miembros de la FECAMADO, aceptando el club organizador el compromiso del cumplimiento del Reglamento de Orientación vigente y las normas técnico-administrativas aprobadas para la temporada 2023.

En el Campeonato de Castilla-La Mancha se permitirá la participación de cualquier orientador, español o extranjero, perteneciente a un club o no, con licencia de temporada FEDO o no, podrá participar en cualquier categoría (de promoción u oficial). Sin embargo, únicamente computarán a efectos de clasificación y, por tanto, a título de Campeón de Castilla-La Mancha los deportistas con licencia de temporada expedida por la FECAMADO.

Los nombres de los no poseedores de licencia de temporada FEDO, incluso extranjeros, serán enviados con su DNI y fecha de nacimiento además del justificante del ingreso del importe de las licencias de prueba a la Secretaría General, no más tarde del miércoles anterior a la realización de la prueba.

No habrá límite alguno en el número de participantes por club.

## Aspectos TÉCNICOS.-

### Programa del Campeonato.

Durante la temporada 2023, el Campeonato de Castilla-La Mancha se realizará en una sola edición y constará de tres etapas a lo largo de dos días de competición:

- Intermedia o Media distancia (individual).
- Sprint (individual)
- Larga distancia (individual).

### Sistema de competición.-

A cada orientador que participe en cada una de las etapas del Campeonato de Castilla-La Mancha de Orientación se le asignará una puntuación calculada de la siguiente forma:

- Vencedor: 1000 puntos.
- Resto de participantes:  $\frac{\text{tiempo del ganador (segundos)}}{\text{tiempo del corredor (segundos)}} \cdot 1000$
- Los corredores descalificados: 10 puntos.

*[Se tomarán 2 decimales para el cálculo de la operación]*

Para elaborar la clasificación final individual, en cada clase y categoría, se sumarán los puntos obtenidos en cada una de las tres etapas (Media, Sprint y Larga).

Será nombrado Campeón de Castilla-La Mancha en cada clase y categoría aquel orientador que obtenga una puntuación mayor en la suma total de puntos de las carreras.

### Categorías de participación.-

Los orientadores se agruparán en las siguientes clases y categorías oficiales:

#### **Sub-20**

U-10	Cumplen 10 años o menos en 2023 (categoría mixta)
M/F-12	Cumplen 12 años o menos en 2023
M/F-14	Cumplen 14 años o menos en 2023
M/F-16	Cumplen 16 años o menos en 2023
M/F-18	Cumplen 18 años o menos en 2023

### **Senior**

M/F-E                    Élite, categorías absolutas. Sin límite de edad.

### **Veteranos**

M/F-35                    Cumplen 35 años o más en 2023

M/F-45                    Cumplen 45 años o más en 2023

M/F-55                    Cumplen 55 años o más en 2023

M/F-65                    Cumplen 65 años o más en 2023

Además de estas categorías oficiales, se establecerán también las siguientes categorías no oficiales (sin derecho a título de Campeón de Castilla-La Mancha) pero puntuables para la Liga de Castilla-La Mancha:

- M/F-21B                    Sin límite de edad.

- OPEN NARANJA

- OPEN FAMILIAR    (no puntuable para la Liga de Castilla-La Mancha)

### **Mapas.-**

Los mapas a utilizar cumplirán la normativa de la Federación Internacional de Orientación para la modalidad a pie. Los contenidos de éstos no podrán ser distintos o alterados respecto de la temática de la orientación. No se podrán omitir o modificar simbólicamente detalles que se encuentran normalizados para este deporte. Cualquier propósito de modificación de las características genéricas del mapa deberá ser solicitado al Comité de Cartografía de la Dirección Técnica con una antelación mínima de un mes a la fecha de la competición.

Todos los mapas usados en competición oficial deberán encontrarse registrados en el Registro General de Cartografía de la FEDO.

#### **Tipos de mapas.**

Los mapas deberán ser o bien mapas **Nuevos** (MAPA NUEVO. Mapa extendido sobre un terreno no cartografiado con anterioridad) o **Distintos** (MAPA DISTINTO. Mapa realizado sobre el mismo terreno sobre el que se extiende un mapa ya registrado para cuya representación gráfica se han utilizado criterios, técnicas, valores, o cualesquiera otros elementos que sean distintivos respecto del mapa anterior). En este último caso no se podrán haber realizado pruebas de Orientación de ningún tipo y modalidad en los dos años anteriores a la fecha de realización del Campeonato de Castilla-La Mancha (salvo expresa autorización de la Asamblea General). Aprobada la competición, el área de terreno quedará prohibida a cualquier actividad de orientación hasta el día de competición.

## Cambio de categoría

El orientador podrá participar en la categoría que desee siempre que se apliquen las siguientes consideraciones:

Los orientadores Sub-18, además de la categoría que les corresponda por edad, también podrán hacerlo en otra de mayor edad, excepto en veteranos.

Los orientadores veteranos, además de en la categoría que les corresponde por edad, también podrán hacerlo en otra de menor edad, excepto en las categorías sub-18.

Todos los orientadores podrán participar en las categorías Elite.

## Horas de Salida

Las horas de salida para las pruebas individuales se realizarán por sorteo puro.

Los intervalos de salida serán los siguientes:

- Larga distancia: 3' (recomendable 4')
- Media distancia: 2' (recomendable 3')

Si por alguna razón estos intervalos tuvieran que ser reducidos, además de la previa autorización del Director Técnico, el trazado de los recorridos afectados deberá contar con algún sistema de dispersión.

Para las categorías Elite NO se permitirán peticiones especiales en el sorteo de las horas de salida.

## Entrega de premios.-

Los tres primeros de todas las categorías oficiales recibirán sus medallas o trofeos en un acto al que deberá darse el máximo realce.

## Agrupación de categorías.-

Se seguirán los criterios de la Liga de Castilla-La Mancha 2023.

## Tabla de Tiempos.-

El trazador debe tratar de ceñirse lo máximo posible a los tiempos de ganador recomendados para cada una de las modalidades y categorías. Si bien se trata de un aspecto complicado debido a la idiosincrasia de este deporte, el trazador debe ser lo bastante hábil para hacer una predicción aproximada y adaptar la dificultad físico-técnica del recorrido a los tiempos expuestos a continuación.

La mayor o menor precisión en el diseño de los trazados para ajustarse a los tiempos de ganador recomendados, se considera un elemento clave para valorar si los recorridos han sido correctamente planteados en distancia y dificultad.

CATEGORÍA	DIFICULTAD (ÍNDICE MK)	MEDIA. Tiempo ganador/a (minutos)	SPRINT. Tiempo ganador/a (minutos)	LARGA. Tiempo ganador/a (minutos)
Open Amarillo	1	20 - 25	12 - 15	25-30
Open Naranja	2	20 - 25	12 - 15	30-35
U10	1	20 - 25	12 - 15	25-30
M12	2	20 - 25	12 - 15	30-35
M14	3	20 - 25	12 - 15	40-45
M16	5	20 - 25	12 - 15	55-60
M18	6	20 - 25	12 - 15	65-70
M21B	5	20 - 25	12 - 15	50-55
M35	6	20 - 25	12 - 15	65-70
M45	6	20 - 25	12 - 15	60-65
M55	6	20 - 25	12 - 15	50-55
F12	2	20 - 25	12 - 15	25-30
F14	3	20 - 25	12 - 15	35-40
F16	5	20 - 25	12 - 15	50-55
F18	6	20 - 25	12 - 15	55-65
F21B	5	20 - 25	12 - 15	50-55
F35	6	20 - 25	12 - 15	55-60
F45	6	20 - 25	12 - 15	55-60
F55	6	20 - 25	12 - 15	50-55
<b>ME</b>	<b>6</b>	<b>20 - 25</b>	<b>12 - 15</b>	<b>65-70</b>
<b>FE</b>	<b>6</b>	<b>20 - 25</b>	<b>12 - 15</b>	<b>65-70</b>

## Tabla de Escalas.-

Como norma general, para todas las pruebas de Campeonato de Castilla-La Mancha se utilizarán las siguientes escalas:

CATEGORÍA	LARGA Escala	MEDIA Escala
Open U10	1/10.000 - 1/7.500	1/10.000 - 1/7.500
M/F-12 M/F-14 M/F-16 M/F-21B M/F-45 M/F-55	1/10.000	1/10.000
M/F-18 M/F-E M/F-35	1/10.000	1/10.000

Cualquier modificación de las escalas establecidas en esta tabla ha de ser autorizada por el Director Técnico por medio de una petición justificada del Organizador, y sólo tras solicitar y recibir un informe técnico favorable por parte del Comité de Cartografía de la Dirección Técnica, como mínimo 30 días antes de la celebración de la prueba.

## Avituallamientos.-

Se deberá proveer de, como mínimo, avituallamiento líquido para todos los deportistas al finalizar sus recorridos. Es recomendable ofrecer también piezas de fruta, bebidas isotónicas y barritas energética de recuperación.

En las pruebas de larga distancia en las que el tiempo ganador estimado sea superior a los 45', se deberá ofrecer a los deportistas avituallamiento líquido durante el recorrido, como mínimo cada 30' de prueba sobre el mejor tiempo estimado. Este avituallamiento deberá situarse preferiblemente en controles o puntos de paso obligatorios y aparecerá marcado en la descripción de controles. En el caso de que no sea establecido en controles o puntos de paso obligatorios, se deberá prever un avituallamiento en cada lugar de paso razonable de la elección de ruta del tramo en el que se coloca el avituallamiento, debiendo estar todos ellos señalizados en el mapa.

## Otras consideraciones.-

Se recomienda que exista una presalida, con la separación suficiente para que los corredores puedan concentrarse y calentarse durante los minutos previos. Se debe informar a los corredores de la distancia del Centro de Competición a la presalida con la antelación suficiente.

El triángulo de salida debe de estar lo suficientemente separado de la zona de mapas para que no sea visible. La ruta marcada hasta el mismo debe de estar claramente balizada en el terreno y en el mapa/descripción de controles si se pretende obligar a todos los corredores a pasar por el triángulo de salida.

En el último minuto, no está permitido mirar el mapa, pudiendo avanzar con el mismo en la mano hasta la línea de salida.

## Compromiso FECAMADO.-

Al objeto de reducir los residuos generados durante las competiciones, se invita a los organizadores a tomar medidas para minimizar el uso de recipientes de un solo uso.

En este mismo sentido se insta a la organización de la competición tomar las acciones que favorezcan y fomenten la recogida selectiva de residuos para facilitar su reciclado.