

Rogaine SERRANÍA DE CUENCA



22 de abril de 2017

Albergue de la
Fuente de las Tablas

Boletín 2

Organizan:



Patrocina:



Entidades colaboradoras:





PRESENTACIÓN

El **Rogaine Serranía de Cuenca** tendrá lugar en el **Albergue de la Fuente de las Tablas** el día **22 de abril de 2017**.

Es la **1ª prueba de la Liga Española de Ultrascor-Rogaine**.

El **Rogaine** es una especialidad de orientación basado en la estrategia de elección de controles a visitar, en el trabajo en equipo y en la navegación de larga distancia, con un tiempo límite, donde los participantes compiten por equipos de 2 a 5 personas.

El recorrido es libre, cada control tiene una valoración en puntos que se conoce desde el inicio de la carrera, en que se entrega el mapa con los controles y su valor, de forma que el equipo tiene que elaborar su estrategia en función de la capacidad física y técnica de sus miembros.

El objetivo de cada equipo es conseguir el máximo de puntos en el tiempo definido. El superar el tiempo límite fijado por la organización supone penalizaciones que restan puntos. Los controles se marcan en el terreno con una baliza de orientación, consistente en un prisma de tela triangular de 30 x 30 cm de color naranja y blanco.

Los terrenos por los que discurrirá la prueba forman parte del **Parque Natural Serranía de Cuenca** y del **Monumento Natural Palancares y Tierra Muerta**.

El **Parque Natural Serranía de Cuenca** está situado en el nordeste de la provincia española de Cuenca y ocupa una superficie aproximada de 73.000 hectáreas. En él se hallan bellos y espectaculares paisajes y lugares, algunos de los cuales están catalogados como Sitio Natural de Interés Nacional o Monumento Natural. Una mancha extensa y continua de pinar siempreverde cubre las amplias muelas y parameras, tajadas aquí y allá por las aguas de ríos y arroyos que han abierto sinuosas hoces y profundos valles, dejando desnudas en sus vertientes las entrañas calcáreas de estas elevadas planicies rocosas.

En cuanto a **Tierra Muerta**, el topónimo ya da idea del paraje, que es de una extremada aridez, pero no un desierto. Toda su superficie actúa como un inmenso colector del agua de lluvia, que casi en su totalidad se infiltra hacia los acuíferos para aflorar al exterior de la zona. De ahí la sequedad y ausencia casi total de manantiales pese a las abundantes precipitaciones, lo que probablemente motivó dicho topónimo. En *Tierra Muerta* se combinan roquedales calcáreos con amplias plataformas o parameras en el que la especie vegetal predominante es la **sabina albar** (*Juniperus thurifera*), algunos de cuyos ejemplares tienen cientos de años.



PROGRAMA

Sábado, 22 de abril

- 09:00 h. Recepción de participantes 6 h.
- 10:00 h. Control de material 6 h.
- 10:30 h. Charla técnica 6 h.
- 10:45 h. Entrega de mapas 6 h.
- 11:00 h. Salida 6 h.
- 11:15 h. Recepción de participantes 3 h. y 4 h.
- 12:00 h. Control de material 3 h. y 4 h.
- 12:30 h. Charla técnica 3 h. y 4 h.
- 12:45 h. Entrega de mapas 3 h. y 4 h.
- 13:00 h. Salida 3 h. y 4 h.
- 16:00 h. Llegada sin penalización 3 h.
- 16:30 h. Cierre de meta 3 h.
- 17:00 h. Llegada sin penalización 6 h. y 4 h.
- 17:30 h. Cierre de meta 6 h. y 4 h.
- 17:30 h. Comida/merienda. (**)
- 18:00 h. Entrega de premios. (*)

Domingo, 23 de abril

Carrera de orientación del X Circuito Diputación Provincial de Cuenca

Información e inscripciones en:

<https://comcu.wordpress.com/monteagudillo2017>

(*) *En la entrega de premios se entregarán, además, los premios y diplomas correspondientes a la Liga Ultrascor-Rogaine de la FEDO de la temporada 2016.*

(**) *Para la comida/merienda, es necesario que cada corredor lleve plato, cubiertos y vaso.*

Todos los participantes, por el mero hecho de participar en la prueba aceptan el descargo de responsabilidades que se incluye en el ANEXO I de este boletín.



CATEGORÍAS

CATEGORÍA	EDAD	DURACIÓN
Absoluta Masculina	Sin límite de edad	6 horas
Absoluta Femenina	Sin límite de edad	6 horas
Absoluta Mixta	Sin límite de edad	6 horas
Veteranos Masculino	Cumplir 40 años o más en 2017	6 horas
Veteranos Femenino	Cumplir 40 años o más en 2017	6 horas
Veteranos Mixto	Cumplir 40 años o más en 2017	6 horas
Superveteranos Masculino	Cumplir 55 años o más en 2017	4 horas
Superveteranos Femenino	Cumplir 55 años o más en 2017	4 horas
Superveteranos Mixto	Cumplir 55 años o más en 2017	4 horas
Junior Masculino	Cumplir 20 años o menos en 2017	4 horas
Junior Femenino	Cumplir 20 años o menos en 2017	4 horas
Junior Mixto	Cumplir 20 años o menos en 2017	4 horas
Veterano-Junior	Cumplir 20 años o menos y 40 años o más en 2017	4 horas
Open largo 6 horas	Sin límite de edad	6 horas
Open corto 3 horas	Sin límite de edad	3 horas

Los corredores que no dispongan de licencia de temporada FEDO sólo podrán participar en las categorías Open.



INSCRIPCIONES

El plazo finaliza el día **17 de abril, lunes, a las 24:00 h.**

Inscripciones limitadas a 500 participantes.

Existirán dos sistemas de inscripciones:

Corredores pertenecientes a clubes FEDO:

Los corredores con licencia de temporada FEDO se inscribirán utilizando el sistema de inscripciones de la FEDO. También podrán utilizar este sistema los corredores sin licencia de temporada FEDO pertenecientes a clubes FEDO.

<http://www.fedo.org/web/inscripciones>

Se utilizará el campo “**Observaciones**” para indicar el nombre del equipo.

Los clubes realizarán un único ingreso bancario con el importe correspondiente a las inscripciones de sus socios. El ingreso se realizará en la siguiente cuenta:

Nº de cuenta: 3058-7093-64-2810002000 (Cajamar)

(Código IBAN: ES61-3058-7093-6428-1000-2000)

Concepto: Rogaine2017 + <nombre del club>.

Es necesario enviar el justificante bancario del pago a la dirección de correo comcuenca@hotmail.com. La inscripción no se considerará formalizada hasta realizar el ingreso bancario.

Corredores no pertenecientes a clubes FEDO:

Los corredores sin licencia de temporada FEDO que no pertenecen a ningún club FEDO realizarán las inscripciones a través de Deporticket. También podrán usar este sistema los corredores sin licencia de temporada FEDO pertenecientes a clubes FEDO.

<http://www.orienticket.com/ort-detalle-evento/evento/2526-rogaine-serrania-de-cuenca>

Es obligatorio indicar el **DNI** y la **fecha de nacimiento** para que se les pueda tramitar la licencia de prueba.

El nombre del equipo se indicará en el campo “Equipo”.



Cuotas (por persona)

Duración	Hasta el 13 de abril	Desde el 14 de abril
Rogaine 6 horas	20 euros	23 euros
Rogaine 4 horas	15 euros	18 euros
Rogaine 3 horas	15 euros	18 euros

Los corredores sin licencia de temporada FEDO federado deberán abonar 2 euros adicionales para la licencia de prueba.



INFORMACIÓN TÉCNICA

Organización

Responsable de la Organización: José Luis Muñoz (COMCU).

Juez Controlador: Santiago del Moral.

Director de Prueba: José Luis Muñoz (COMCU).

Responsable de Salidas: Beatriz López (COMCU).

Responsable de Meta: Montserrat Rodríguez (COMCU).

Responsable de Seguridad: David Moya (COMCU).

Responsable Sportident: Manuel Blanco / Pilar Nieto.

Trazador: José Luis Muñoz (COMCU).

Equipo de Campo: Fernando J. Gómez, Julián Chafé, Jaime Montero, Isaac Álvarez, David Moya y Félix Benito (COMCU).

Equipo de Salidas: Beatriz López, Marifé Marchante, Covadonga Carrascosa, Marimar del Campo, Raúl Giménez y Marta Pérez (COMCU).

Secretaría: Montserrat Rodríguez, Alba Muñoz y Andrés Moya (COMCU).

Avituallamiento: Alfredo Mercado y José M. Mesas (COMCU).

Terreno

En el terreno por el que discurre el Rogaine Serranía de Cuenca se pueden diferenciar dos tipos de bosque. Por un lado, el pinar típico de la serranía conquense en el que predomina el pino negral (*Pinus nigra*) y donde también hay algunas zonas de pino rodeno (*Pinus pinaster*) y algunas zonas (pocas y en umbría) de pino albar (*Pinus sylvestris*); en su mayoría el bosque es abierto, con buena visibilidad y sin apenas matorral que pueda dificultar la carrera. El otro tipo de bosque que nos encontramos es el sabinar (*Juniperus thurifera*) en el que el suelo es bastante pobre y pedregoso, lo que en ocasiones puede resultar molesto; junto con las sabinas albares, en el estrato arbustivo nos encontramos con manchas de aliaga enana o cambronales (*Genista pumila subsp.rigidissima*) que por su escasa altura no ofrecen ningún obstáculo para la carrera.

En general, la zona de pinar se corresponde con zonas en ladera y la zona de sabinar se corresponde con zonas llanas.



El rango de altitudes del terreno está comprendido entre los 1.150 metros en su cota más baja y los 1.550 metros en su cota más alta.

Mapa

Para la prueba se utilizará un mapa a **escala 1:20.000** con **equidistancia** de curvas de nivel de **10 metros**. La extensión del mapa es de 38 km².

La impresión del mapa se realizará en un tamaño **A3**.

El mapa ha sido elaborado por José Luis Muñoz en los meses de octubre de 2016 a febrero de 2017. Como mapa base se han utilizado los datos LIDAR y las ortofotos del IGN.

Los elementos representados en el mapa son: curvas de nivel, bosque (blanco), terreno abierto, terreno basto, terreno basto semiabierto, carreteras, caminos, sendas, líneas eléctricas, cortados impasables y elementos humanos.

Hay que prestar especial atención a los cortados impasables representados en el mapa, ya que muchos de ellos son cortados de más de 30 metros de altura.

Controles

Todos los recorridos tendrán el mismo número de controles: 45.

Para los recorridos de 6 horas se recomienda usar una pinza SI-6, SI-9, SI-10 o SI-11, aunque si no se superan los 30 controles se puede usar también una pinza SI-5 o SI-8.

En los recorridos de 3 y 4 horas no se prevé que ningún equipo supere los 30 controles.

La hoja con la descripción de controles se publicará en la web de la prueba con 48 horas de antelación. También se entregará el día de la carrera separada del mapa.

En el enlace siguiente hay disponible un documento PDF con la explicación de la descripción de los controles:


https://comcu.files.wordpress.com/2010/10/descripcion_controles.pdf

Avituallamientos

Además del avituallamiento de meta, habrá 2 avituallamientos con agua atendidos por personal de la organización. También pueden usarse para comunicar las incidencias que se



puedan producir en la carrera. En el mapa aparecerán marcados con los símbolos siguientes:  

También hay fuentes en las que es posible beber o recargar agua. En el mapa aparecerán marcados con el símbolo: 

En el terreno hay otras fuentes y manantiales que no están marcados en el mapa con el símbolo anterior; la organización no se responsabiliza de su potabilidad.

SISTEMA DE CRONOMETRAJE

Se usará el sistema SPORTident.

Los participantes que no dispongan de tarjeta SPORTident podrán alquilarla por un importe de **4 euros**, dejando en depósito el DNI y comprometiéndose a su custodia y devolución al final del recorrido. El participante que deteriore o pierda la tarjeta alquilada, acepta, por el hecho de participar en la prueba, abonar un importe adicional de **60 euros**.

NORMATIVA

El **Rogaine Serranía de Cuenca** se regirá por las normas indicadas en el Reglamento Ultrascor-Rogaine 2017 de la FEDO y por las normas que se detallan a continuación.

Es motivo de descalificación no cumplir las normas fijadas por la organización y por el Reglamento, así como tener una actitud negativa respecto a la naturaleza, las propiedades públicas y privadas.

Se espera de los corredores el máximo respeto y cuidado del medio ambiente. Está prohibido tirar basuras por el campo (envases, envoltorios de gel y barritas energéticas, etc.) responsabilizándose cada corredor de guardarlos y tirarlos al terminar la carrera en los puntos habilitados para ello en el centro de competición.

La climatología no será un obstáculo para el desarrollo de la prueba, si bien la organización podrá modificarla o suspenderla para garantizar la seguridad de los participantes.



Si uno o más participantes de cada equipo son menores de edad, deberán presentar una autorización firmada por sus padres, madres, o tutores respectivos.

Los controles tienen una puntuación diferente (entre 3 y 9 puntos) según su situación y la dificultad física y técnica.

El valor del control coincide con las decenas de su código. Por ejemplo, el control 37 vale 3 puntos y el control 82 vale 8 puntos.

La tarjeta SportIdent deberá ir fijada a la muñeca con un precinto que será entregado por la organización al recoger el dorsal. El precinto será retirado exclusivamente por personal de la organización al llegar a meta. Si un participante rompe el precinto todo el equipo quedará descalificado.

Equipos

Los equipos estarán compuestos de 2 a 5 orientadores, los cuales permanecerán siempre juntos permitiéndose una separación máxima entre ellos de 20 metros y una diferencia máxima en las picadas de la estación de control de 1 minuto entre el primer y último componente del equipo.

Deben competir en completa autonomía de alimentación, agua, y ropa durante todo el recorrido, no pudiendo recibir ayuda externa, ni de otros equipos. Tampoco se pueden usar medios mecánicos para progresar.

Si un miembro se retira, todo el equipo queda descalificado. El resto de miembros del equipo podrán seguir, pero fuera de competición. El corredor que se retire debe pasar por meta y por la zona de descarga de SPORTident para comunicar que se ha retirado.

Clasificación

La clasificación se establecerá por los puntos obtenidos: será la suma de los valores de los controles visitados menos posibles penalizaciones por llegada tarde a meta:

- A partir del minuto 00:00 hasta el 10:00 se pierde 1 punto por cada minuto.
- A partir del minuto 10:01 hasta el 20:00 se pierden 2 puntos por cada minuto.
- A partir del minuto 20:01 hasta el 30:00 se pierden 3 puntos por cada minuto.
- A partir del minuto 30:00 se pierden todos los puntos.

En caso de empate a puntos, ganará el equipo que haya empleado menos tiempo.

Si continúa el empate, ganará el equipo que haya visitado más controles.



Premios

Se entregarán premios a los equipos ganadores de cada categoría. Se entregarán también premios a los segundos y terceros clasificados si en la categoría correspondiente compiten seis o más equipos.

Los equipos ganadores de cada categoría recibirán un jamón como premio.

Material obligatorio

La falta de algún elemento del material obligatorio puede comportar la descalificación del equipo. Se realizará un control de material antes de la salida y durante el desarrollo de la prueba se podrán realizar comprobaciones sorpresa de material.

Para los participantes en las carreras de **6 y 4 horas** el material obligatorio es:

Por participante: tarjeta Sportident precintada, mochila, silbato, linterna con pilas y en estado de funcionamiento, comida energética para el día, recipiente con agua, chaqueta impermeable, ropa de abrigo, y zapatillas o botas con suela suficientemente grabada.

Por equipo: teléfono móvil, cobertura isotérmica de emergencia y un botiquín de urgencia, comprendiendo al menos: una venda o apósitos tipo compeed, puntos de sutura rápida, vaselina y cremas musculares, compresas estériles, esparadrapo y líquido antiséptico o jabón.

Para los participantes en la carrera de **3 horas** el material obligatorio es:

Por participante: tarjeta Sportident precintada, silbato, recipiente con agua, chaqueta impermeable, ropa de abrigo y zapatillas o botas con suela suficientemente grabada.

Por equipo: teléfono móvil.

Teléfono móvil

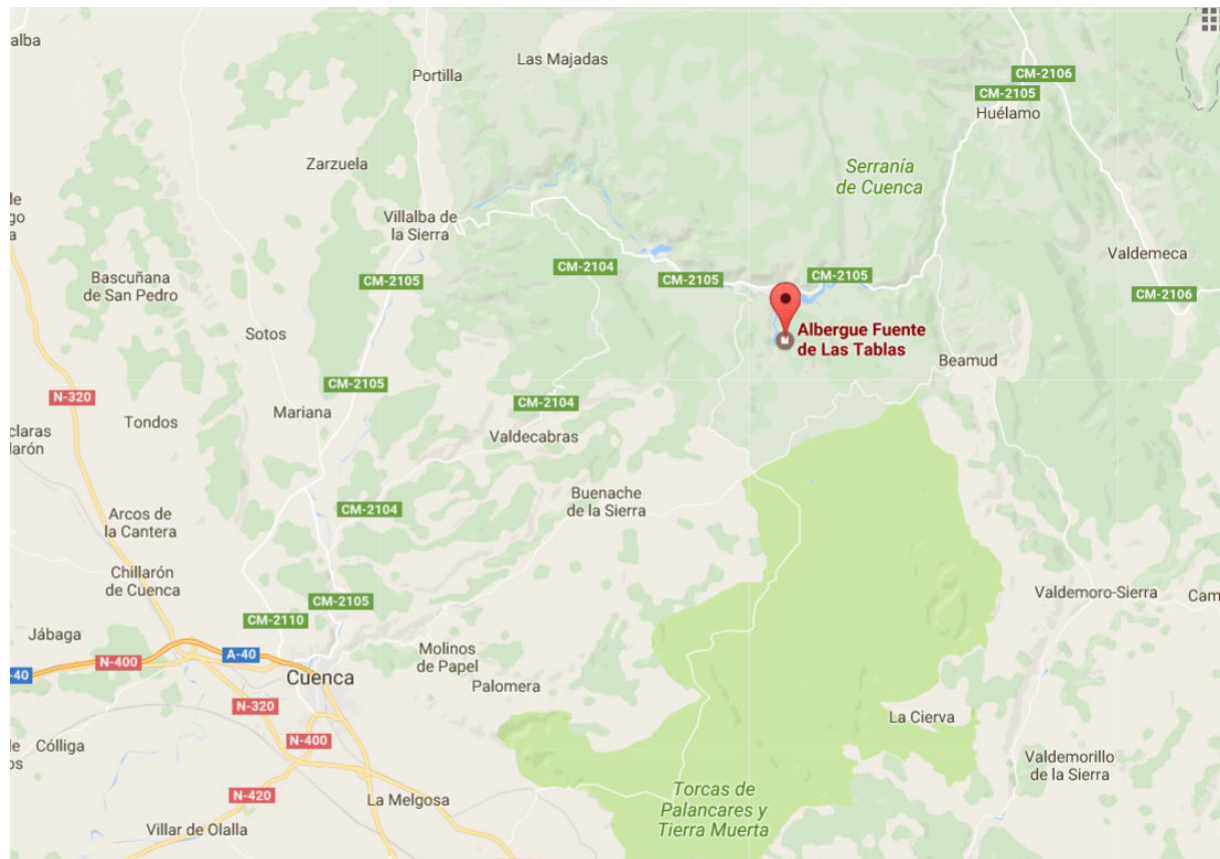
Por motivos de seguridad, es obligatorio que cada equipo lleve un teléfono móvil, con la batería cargada, el cual se mantendrá apagado durante la competición.

En el caso de que en el lugar definido en el mapa no se encuentre la baliza, y solo en este caso, se podrá acreditar el paso por ella, con una foto de dicho emplazamiento, en la que esté presente uno de los miembros del equipo.



LOCALIZACIÓN

El Centro de Competición estará ubicado en el Albergue de la Fuente de las Tablas.



<https://goo.gl/maps/LQ53VwwuR92>



ALOJAMIENTO

- Existe la posibilidad de alojarse en el centro de competición situado en el **Albergue de La Fuente de las Tablas**. Las plazas son muy limitadas. Los interesados han de ponerse en contacto con el club organizador en la dirección de correo comcuenca@hotmail.com. Una vez reciban la respuesta por parte del club, deberán ingresar en el plazo de 48 horas, donde se indique, la cantidad total de la estancia (47 €/adulto ó 40 €/menor de edad; los niños que no ocupen cama ni usen el comedor no pagan). El precio incluye pensión completa desde la merienda del viernes hasta la comida del domingo.
Advertencia: las habitaciones tienen cuatro plazas (literas) y no puede quedar ninguna cama libre en el albergue, por lo que los grupos de menos de cuatro personas serán distribuidos en las habitaciones por el club organizador.
- **Albergue “La Cañadilla”** (Uña). Dispone de habitaciones y zona de acampada. Distancia 21 km (35 min). Información en <http://www.alberguelacanadilla.com>
- **Campamento Juvenil “Los Palancares”**. Pertenece a la Red Española de Albergues Juveniles. Distancia 29 km (40 min).
http://www.sana-food.com/index.php?option=com_content&view=section&id=10&Itemid=76
- **Cabañas rurales “Las Mendrosas”** (Buenache de la Sierra). Distancia: 14 km (28 min). <http://www.lasmendrosas.com>
- **Alojamiento rural “Fuente del Gamellón”** (Buenache de la Sierra):. Distancia: 14 km (28 min). <http://www.fuentedelgamellon.com>

INFORMACIÓN

Web: <https://rogaineserraniadecuenca2017.wordpress.com/>

Twitter: [@comcu](https://twitter.com/comcu)

Facebook: <https://es-es.facebook.com/pages/COMCU/109226335766282>

Correo electrónico: comcuenca@hotmail.com



ANEXO I. Descargo de responsabilidades

Yo, participante en la prueba denominada **Rogaine Serranía de Cuenca**, por el mero hecho de participar, manifiesto:

1. Que conozco y acepto la normativa de la prueba **Rogaine Serranía de Cuenca** que se celebrará el 22 de abril de 2017 en el *Albergue de la Fuente de las Tablas (Cuenca)*.
2. Que estoy físicamente bien preparado para la competición, gozo de buena salud general, sin padecer enfermedad, defecto físico o lesión que pueda agravarse con mi participación en dicha prueba. Si durante la prueba, padeciera algún tipo de lesión o cualquier otra circunstancia que pudiera perjudicar gravemente mi salud, lo pondré en conocimiento de la Organización lo antes posible.
3. Que soy consciente de que este tipo de competiciones, al desarrollarse en el medio natural, en lugares de difícil control y acceso, conllevan un riesgo adicional para los participantes. Por ello, asisto de propia voluntad e iniciativa asumiendo íntegramente los riesgos y consecuencias derivadas de mi participación.
4. Que dispongo de capacidad física, destreza técnica y recursos suficientes como para garantizar mi propia seguridad, bajo las condiciones de autonomía en la que se desarrolla la prueba. Igualmente, dispongo del material deportivo y de seguridad exigido por la Organización y garantizo que se encuentra en buen estado, está homologado, sé utilizarlo adecuadamente y lo llevaré encima durante toda la competición.
5. Que mantendré un comportamiento responsable que no aumente los riesgos para mi integridad física o psíquica y seguiré las instrucciones y acataré las decisiones que tomen los responsables de la Organización (jueces, médicos y organizadores) en temas de seguridad.
6. Que, autorizo a la Organización de la prueba a utilizar cualquier fotografía, filmación o grabación que tome siempre que esté exclusivamente relacionada con mi participación en este evento.
7. Que participo voluntariamente y bajo mi propia responsabilidad en la prueba. Por consiguiente, exonero o eximo de cualquier responsabilidad a la Organización, colaboradores, patrocinadores y cualesquiera otros participantes, por cualquier



daño físico o material y, por tanto, RENUNCIO a interponer denuncia o demanda contra los mismos.

8. Que me comprometo a seguir las pautas generales de respeto al medio ambiente que se relacionan a continuación:

- a) Transitar con prudencia por pistas y carreteras abiertas al tráfico.
- b) Transitar despacio en presencia de personas, animales o vehículos.
- c) No producir alteraciones en los procesos y en el funcionamiento natural de los ecosistemas.
- d) No deteriorar los recursos bióticos, geológicos, culturales o, en general, del paisaje.
- e) Sortear o evitar las zonas medioambientalmente sensibles.
- f) Realizar las necesidades fisiológicas en los lugares adecuados o, en todo caso, fuera del agua y lejos de puntos de paso o reunión de personas.
- g) No encender fuego ni provocar situaciones de riesgo de incendio.
- h) No utilizar o instalar ningún tipo de estructura o elemento que deje huella permanente en el medio.
- i) No verter ni abandonar objetos o residuos sólidos o líquidos fuera de los lugares habilitados usualmente para la recogida de los mismos.