

ORIENTACION EN SORIA

7 Y 8 AGOSTO LIGA NORTE

8 AGOSTO LIGA CASTILLA Y LEÓN, LIGA ARAGONESA



ÍNDICE

- Presentación	2
- Programa	4
-Organización	4
- Localización y Zonas Embargadas	5
- Mapas Antiguos	6
- Normativa	8
- Categorías	9
- Inscripciones	10
- Cronometraje	12
- Información Técnica	13
- Acceso a los Centros de Competición.....	17
- Protocolo COVID.....	19
- Alojamientos y Hostelería	20
- Contacto	22

PRESENTACIÓN

Los días 7 y 8 de agosto se celebrarán en la provincia de Soria tres competiciones correspondientes a la Liga Norte, la Liga de Castilla y León y la Liga Aragonesa.

Dichas competiciones se celebrarán en la Comarca de Pinares, en Navaleno y en San Leonardo de Yagüe. Esta zona ofrece un entorno inmejorable y muy apreciado para el deporte de Orientación: un paraje natural que combina tanto bosques de pino como dehesas de terreno suave, desniveles, sendas forestales y diversas formaciones geomorfológicas.

Navaleno se encuentra entre los 1.000 – 1.300 metros de altitud. Una población que pertenece a la Comarca de Pinares, situada en la N-234 a una distancia de 48,7 kms de Soria, capital de la provincia. Su economía proviene principalmente de la industria maderera.

Un enclave medioambiental que hace las veces de punto de transición entre las llanuras centrales del Duero y las sierras de la zona noroeste del Sistema Ibérico. El pino es la especie más común en la zona, árbol que convive con diversos recursos hídricos tales como el río Navaleno.

Cuenta con uno de los principales hábitats micológicos de la provincia de Soria y dispone de un Centro Micológico que alberga una exposición permanente sobre el mundo de las setas siendo famosas sus Jornadas Micológicas con exposiciones, concursos, conferencias, degustaciones, etc.



PRESENTACIÓN

A su vez, San Leonardo se encuentra a 1050m de altitud. Es un pueblo de la comarca de Pinares, situado en la N-234 a 53,7 kms. de Soria. Su población se dedica a la industria maderera y la alimentaria, principalmente. Parte de su término municipal pertenece al Parque Natural del Cañón del Río Lobos.

Destaca su relieve suave, compuesto de laderas y valles de poca pendiente acompañadas de cumbres como la de San Cristóbal. Su vegetación arbórea se compone de pinos, enebros y sabinas principalmente.

Entre los monumentos destaca su Castillo construido en 1563 por Juan Manrique de Lara, la iglesia del siglo XVII dedicada a San Leonardo Abad, el Arco Medieval con el que se conoce a una de las tres puertas que componía el recinto amurallado del pueblo y las Casas de los Ferrones, arquitectura tradicional del s. XVIII-XIX

El embalse de la Cuerda del Pozo, situado a 45 kilómetros de Soria, es un hermoso paraje situado entre montañas, pinares y pueblos con sabor, se trata de un “mar de agua dulce” donde podemos encontrar lugares de gran belleza como Playa Pita y otras pequeñas playas de arena. Sus aguas son aptas para practicar los deportes náuticos y la pesca.

Estos entornos tan singulares darán cobijo a ambas competiciones, organizadas por el Club Navaleno-O con la inestimable colaboración de la FOCYL, la Diputación de Soria, los Ayuntamientos de Navaleno y San Leonardo, la FARO y la FEDO.



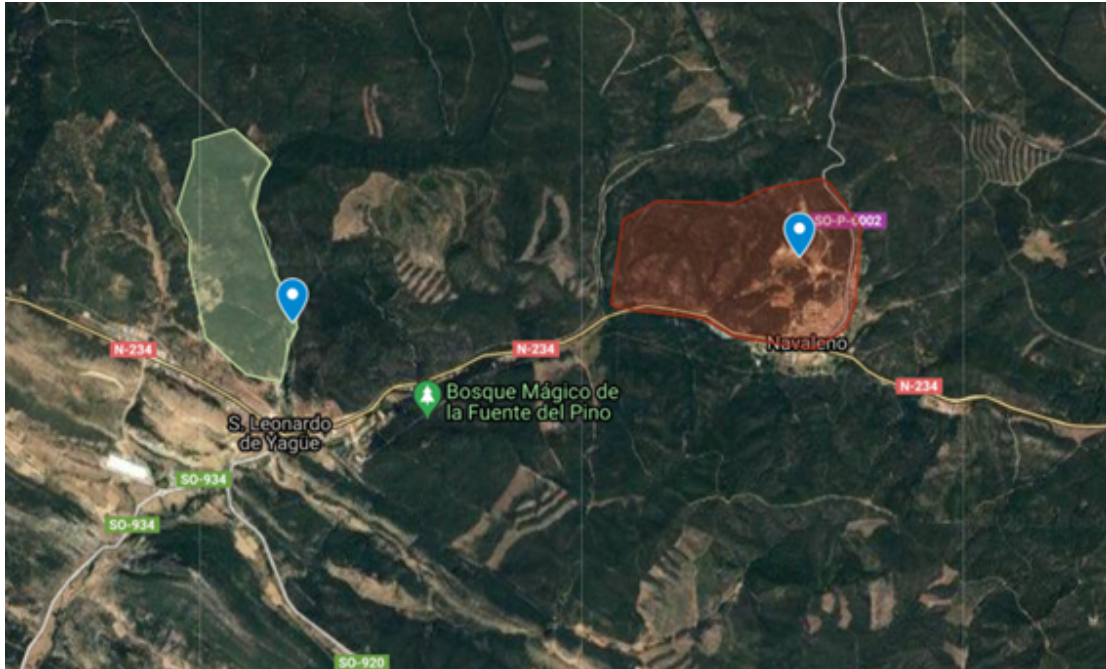
PROGRAMA

PROGRAMA	SÁBADO 7 DE AGOSTO	SÁBADO 7 DE AGOSTO2	DOMINGO 8 DE AGOSTO
Hora	10:00h	17:00h	10:00h
Prueba	Centro Competición	Carrera Media	Carrera Intermedia
Zona	Navaleno	Navaleno	San Leonardo
Trazador		David de Miguel	Julián Gutiérrez

ORGANIZACIÓN

ORGANIZADOR	Club Navaleno-O
Director General	Jesús de Miguel
Director Técnico	Mario Vidal
Trazados	Julián Gutiérrez David de Miguel
Cartografía	Mario Vidal
Cronometrador	Abel Otero
Salidas	Rafael Paisán Beatriz Delgado Fernando de Miguel Jr. Fernando de Miguel Inmaculada Ceballos Olga Martínez
Avituallamiento	Sandra Pont Luna Sanchís
Meta	Berna Sanchís
Equipo de Campo	Óscar Puerta Sandra Arizcuren Santiago del Moral Jorge de Miguel David de Miguel Julián Gutiérrez
Secretaría e Inscripciones	Marta Armisen Roberto Vega Mamen Bernardín Mónica de Miguel Ana de Miguel
Parking	Inmaculada Ceballos
Tesorería	Consuelo Lopera
Web	Ana Cristina Vega
COVID	Olga Martínez

LOCALIZACIÓN



MAPAS ANTIGUOS

San Leonardo



MAPAS ANTIGUOS

Navaleno



NORMATIVA

- ➡ Normas de la Liga FOCYL 2019
- ➡ Normas de la Liga Aragonesa de Orientación 2021
- ➡ Normas de la Liga Norte 2020
- ➡ Normativa de la Liga Española 2021
- ➡ Reglamento FEDO de Orientación a pie
- ➡ Especificación internacional descripción de Controles

CATEGORÍAS

CATEGORÍAS	
F/M-12	Cumplen 12 años o menos en 2021. Categoría Mixta.
F-14 / M-14	Cumplen 14 años o menos en 2021
F-16/M-16	Cumplen 16 años o menos en 2021
F-18 / M-18	Cumplen 18 años o menos en 2021
F-20 / M-20	Cumplen 20 años o menos en 2021
F-21 / M-21	Sin límite de edad
F-E / M-E	Élite. Categoría cerrada en caso de M-E, y abierta en F-E, ver normas de Liga Norte en el apartado 2.1.
F-AK / M-AK	Destinada a corredores de M-21 y M/F-35 que se les hace dura esta categoría, y como paso intermedio a quienes tras pasar por Open, no quieren dar el salto a M-21 y M/F-35.
F-35 / M-35	Cumplen 35 años o más en 2021
F-45 / M-45	Cumplen 45 años o más en 2021
F-55 / M-55	Cumplen 55 años o más en 2021
OPEN AMARILLO	Recorrido de Iniciación para niños.
OPEN NARANJA	Recorrido fácil para adultos.
OPEN ROJO	Recorrido de nivel medio para adultos.

Además habrá las siguientes categorías, sólo para participantes en la Liga de Castilla y León :

CATEGORÍAS EXCLUSIVAS LIGA CASTILLA Y LEÓN		
Masculino	Femenino	
M-40	F-40	Cumplen 40 años o más en 2021
M-50	F-50	Cumplen 50 años o más en 2021
M-60	F-60	Cumplen 60 años o más en 2021

Y para participantes de la liga Aragonesa:

CATEGORÍAS EXCLUSIVAS LIGA ARAGONESA		
Familiar	Pareja	Adulto mayor de 18 años y niño menor de 12 años

INSCRIPCIONES

Plataformas

➡ Federados:

A través de la plataforma SICO
<https://sico.fedo.org/>

Fechas

➡ **Inicio de inscripciones:** 01/07/2021

➡ **Recargo de 2€ por prueba:** 30/07/2021 a 02/08/2021

➡ **Fin de inscripciones:** 03/08/2021

Ingresos y datos bancarios

Las inscripciones no se considerarán formalizadas hasta realizar el ingreso bancario, el cual se acreditará enviando una copia del justificante de la transferencia, a la dirección de correo electrónico: inscripciones@navaleno-orientacion.es

Beneficiario: Club Navaleno de Orientación
Banco: ING DIRECT
C/C: 1465 0230 4517 2646 0046
IBAN: ES02 1465 0230 4517 2646 0045

INSCRIPCIONES

Cuotas de inscripción

A continuación se detallan las cuotas de inscripción por deportista.

CATEGORÍA	CADA PRUEBA
MF/12, M/F14 y M/F16	5 €
Resto de Categorías	7 €
Open Amarillo	5 €
Open Naranja	7 €
Open Rojo	7 €

Licencia de prueba (corredores sin licencia FEDO): **+ 2 € por día**

Otras cuotas

CUOTAS EXTRA	
Alquiler Tarjetas	2€ (por prueba)
Alquiler Tarjetas SIAC	3€ (por prueba)
Cambio de N° de Tarjeta	3€ (después del cierre de inscripciones)
Cambio de N° de Tarjeta	5€ (en competición)

CRONOMETRAJE

Se usará el sistema de **cronometraje SPORtident**, activando el Air+. Asimismo, se podrán seguir usando las siguientes tarjetas: **SI-6-8,9,10, 11** y **ComCard**.

Emisión de resultados online:
a través de la plataforma
liveresults

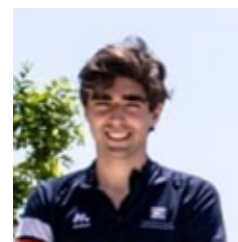
Publicación de los resultados
totales, parciales y winsplits:
<https://club.navaleno-o.es/proximas-carreras/>

En la zona de competición **NO se publicarán** los resultados provisionales

INFORMACIÓN TÉCNICA

Carrera media

➡ **Comentarios de David de Miguel
Trazador Leo**



Se trata de una media que transcurre en ladera en la que se combinan tramos de zonas muy rápidas con otros donde la vegetación y la detallada lectura del mapa harán que el ritmo disminuya considerablemente. Se ha buscado la lectura precisa de los elementos rocosos y una navegación mediante la curva de nivel que marcará la diferencia en los recorridos más altos.

La salida se encuentra a 500 metros y 25 metros de desnivel de la meta. (10 minutos) La meta estará en el campo de fútbol antiguo de Navaleno.



INFORMACIÓN TÉCNICA

Carrera media

➡ Distancias y desniveles

RECORRIDO (en rojo, los recorridos de las categorías exclusivas de la Liga de Castilla y León)	MEDIA (tiempo ganador/a en minutos)	DISTANCIA (metros)	DESNIVEL
Recorrido 1: M-E	35	5100	140
Recorrido 2: M-21	35	4570	120
Recorrido 3: F-E, M-20, M-35, M-40	35	4350	110
Recorrido 4: F-21, M-45, M-AK, M-50	30	4000	80
Recorrido 5: F-20, F-35, M-18, M-55, F-40, M-60	30	3800	75
Recorrido 6: F-45, F-AK, Open Rojo, F-50	30	3500	70
Recorrido 7: F-18, F-55, M-16, F-60	30	3100	65
Recorrido 8: F-16, Open naranja	25	3000	40
Recorrido 9: F-14, M-14	25	2660	30
Recorrido 10: F/M-12, Open Amarillo	20	2000	30

INFORMACIÓN TÉCNICA

Carrera intermedia

➡ **Comentarios de Julián Gutiérrez
Trazador Leo**



En la zona de carrera se pueden distinguir varias áreas diferenciadas, terrenos de pendientes suaves y fácil penetrabilidad, que permiten una carrera rápida, otras pequeñas zonas con vegetación densa donde la progresión es costosa y lenta, otras con pendientes medias o altas que hacen imprescindible tener un buen físico.

Hay que aprovechar las zonas despejadas de verdes para avanzar a mayor velocidad. Los desniveles son, en término general, medios, con alguna zona de desnivel alto en la primera parte de la carrera, siendo el final mucho más rápido con lo que, debido a las fechas de celebración de la carrera, nos la hará más agradable.



INFORMACIÓN TÉCNICA

Carrera intermedia

➡ Distancias y desniveles

RECORRIDO (en rojo, los recorridos de las categorías exclusivas de la Liga de Castilla y León)	INTERMEDIA (tiempo ganador/a en minutos)	DISTANCIA (metros)	DESNIVEL
Recorrido 1: M-E	60	6740	360
Recorrido 2: M-21	53	5770	300
Recorrido 3: F-E, M-20, M-35, M-40	50	5410	260
Recorrido 4: F-21, M-45, M-AK, M-50	45	4530	230
Recorrido 5: F-20, F-35, M-18, M-55, F-40, M-60	42	4180	210
Recorrido 6: F-45, F-AK, Open Rojo, F-50	38	3290	160
Recorrido 7: F-18, F-55, M-16, F-60	37	3070	150
Recorrido 8: F-16, Open naranja	35	2520	130
Recorrido 9: F-14, M-14	32	2120	85
Recorrido 10: F/M-12, Open Amarillo	25	1870	75

ACCESO A LOS CENTROS DE COMPETICIÓN

Navaleno, sábado tarde

Coordenadas del Parking: 41.844673, -3.009418

Distancia del parking a la salida: 500 metros

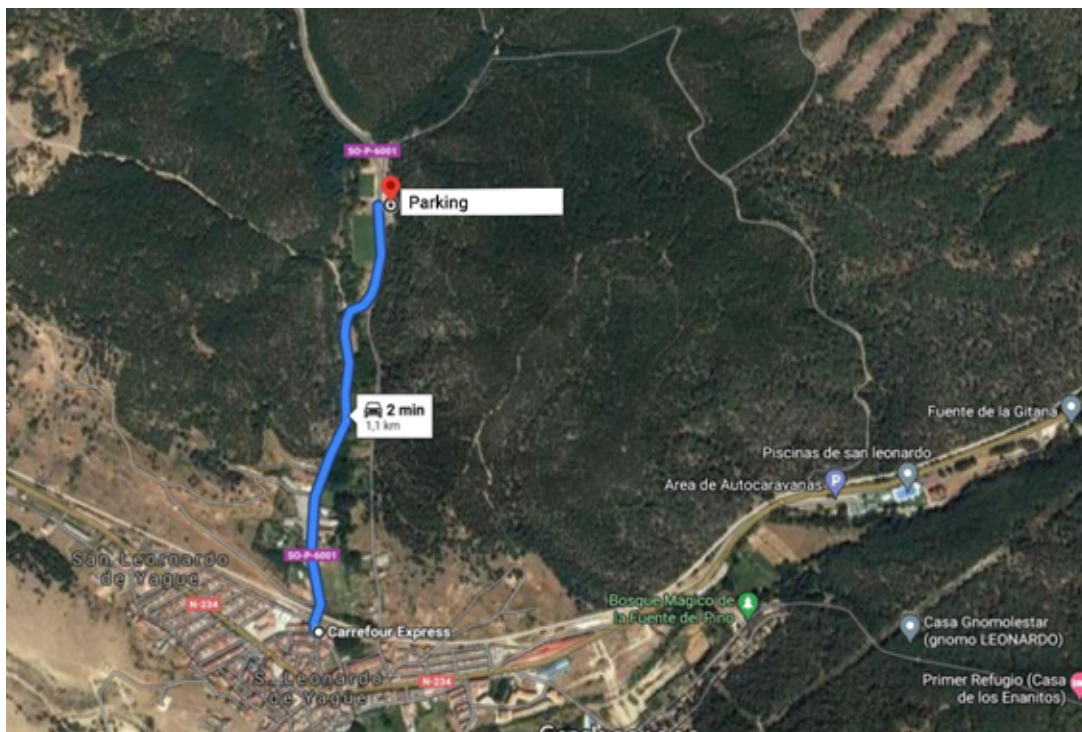


ACCESO A LOS CENTROS DE COMPETICIÓN

San Leonardo, domingo mañana

Coordenadas del Parking: 41.839325, -3.065064

Distancia del parking a la salida: 500 metros



PROTOCOLO COVID

Antes de la competición

- Las horas de salida publicadas son de referencia. La salida se realizará activando la baliza start.
- No habrá entrega de dorsales
- La descripción de controles está publicada en este boletín. Es responsabilidad del corredor la impresión de la misma, no habrá descripción de controles en la salida.
- Los corredores que alquilan tarjeta SIAC, la recogerán en secretaria (junto a la meta).

Durante la competición

- En las zonas de aparcamiento se ruega no interactuar y permanecer en ellos el tiempo indispensable, manteniendo en todo momento la distancia de seguridad.
- Se debe mantener en todo momento puesta la mascarilla, tanto antes de la salida, como al finalizar la prueba. Únicamente se podrá quitar durante la carrera.
- Los participantes deberán intentar llegar a la zona de competición, lo más ajustado posible a su hora de salida asignada.
- Se tomará la temperatura a todos los participantes.
- Es obligatorio desinfectarse las manos con gel hidroalcohólico.
- Previamente a la zona -3 se comprobará la batería SIAC (Battery test).
- En la salida se nombrarán a los 5 participantes que les corresponda su salida en su minuto y pasarán a la zona -3 min, donde limpiarán su tarjeta (Clear).
- Se comprueba la tarjeta en la zona -2 (Check) (SIAC Test)
- Cada participante se quitará la mascarilla, cogerá el mapa de la caja que le corresponda siendo responsable de que sea el suyo, y se dirigirá a la línea de salida.
- El juez de salidas indicará a cada uno cuando debe dirigirse a la baliza start para comenzar su recorrido.
- Los corredores que lleguen tarde, deberán seguir las indicaciones de los jueces de salida.

Después de la competición

- Una vez llegado a meta, el corredor debe colocarse de nuevo la mascarilla.
- No se recogerán los mapas, ni se publicarán resultados en papel.
Se podrán visualizar en [liveresultatorientering](#).
- Se recogerá la bebida en la mesa de avituallamiento y se dirigirá lo más pronto posible a su vehículo, respetando siempre la distancia de seguridad con los demás participantes.

ALOJAMIENTOS

HOTELES Y CASAS RURALES	
SAN LEONARDO	NAVALENO
Hotel Restaurante Manrique de Lara	Casa Rural La Casona de Navaleño
Ctra. Burgo de Osma, s/n - Teléfono: 975 376 909	C/ Real, 1 - Teléfono: 975374429 / 620445413
Hotel Restaurante Torres	Casa Rural Pinar de Navaleño
C/ Magdalena, 4 - Teléfono: 975 376 162 / 975 376 156 Dispone de Restaurante, Bar y Wifi	Calle Triana N° 10 - Teléfono: 975374320 / 659754339
Hostal La Posada El Chispo	La Casona del Herrero
C/ Real, 15 - Teléfono: 975 376 059	Calle Las Rosas S/N - Teléfono: 975374307 / 625698459
Casa Rural "Molinero"	Casa Rural El Sastre
C/ Pedro Alonso Muñoz, 8 - Teléfono: 975 376 331 / 600627018	Calle del Medio, 39 - Teléfono: 975 374358 / 695135885
Casa Rural Reyes Católicos	Casa Rural La Abuela Eugenia
C/ Reyes Católicos, 6 - Teléfono: 975376331 / 600627018	C/Alta, 41 - Teléfono: 615929810
Casa Rural Fuente del Pino	Casa Rural Sole
C/ Navacastellanos, 22 - Teléfono: 975 376 596 / 610 878 088	C/ Real, 24 - Teléfono: 975374017 / 645543044
	Casa Rural Robellano
	C/ Del Medio, 51 - Teléfono: 669287981
	Hotel Restaurante HR El Pinar
	C/ Del Medio, 12 - Teléfono: 975374340 / 608714597

RESTAURANTES

RESTAURANTES	
SAN LEONARDO	NAVALENO
Restaurante Manrique de Lara	Restaurante La Lobita
Ctra. Burgo de Osma, s/n - Teléfono: 975 376 909	Avda. La Constitución, 54 - Teléfono: 975374028 / 975374368
Restaurante Torres II	Restaurante El Hachero
C/ San Pedro, 24-26 - Teléfono: 975376162	C/ Real, 49 - Teléfono: 975374160
Mesón El Portalón	La Casona del Herrero
C/ Real, s/n - Teléfono: 975376427	Calle Las Rosas S/N - Teléfono: 975374307 / 625698459
Restaurante Pilar	Restaurante El Maño
C/ San Pedro, 42 - Teléfono: 975376380	Cja. El Barrio, 5 - Teléfono: 975374168
Asador Don Rodrigo	Hostal Las Fuentes
C/ Cid Campeador, 6 - Teléfono: 975376635	C/ Real N11 Bajo - Teléfono: 975374328 / 654655965 Precios especiales para Grupos
Mesón El Mayo	
C/ Cuesta del Mayo, 6 - Teléfono: 975376486	
Mesón San Blas	
C/ del Sol, 8 - Teléfono: 975376151	
Restaurante-Bar Las Piscinas	
Ctra. Sagunto-Burgos - Teléfono: 975376202 Temporada de verano	

DATOS DE CONTACTO

➡ **Web:** <https://club.navaleno-o.es/>

➡ **Teléfono:** 680113634

➡ **Email:** jesusdemiguelrey@gmail.com