

XVIè TROFEU 2 DIES DELS PIRINEUS  
Sant Jaume de Fontanyà  
30 de junio i 1 de julio de 2012



## PROGRAMA

♣ Sábado 30 de junio de 2012

**Campionat de Catalunya de Llarga distància**, Copa Catalana 2012 y 7º Prueba de la liga O'Pyrene.

08:30 h. Apertura del centro de competición y recogida de dorsales

10:00 h. Salida de la Distancia Larga

14:00 h. Entrega de premios del **Campionat de Catalunya de Llarga Distància**.

15:00 h Cierre de meta

♣ Domingo 1 de julio de 2012

Carrera de Media Distancia perteneciente a la Copa Catalana 2012 y la 8º Prueba de la liga O'Pyrene.

08:00 h. Apertura del centro de competición y recogida de dorsales

09:00 h. Salida de la Distancia Media

13:00 h. Entrega de trofeos del **XVIè Trofeu "2 dies dels Pirineus"**.

13:00 h Cierre de meta

La clasificación del trofeo se obtendrá de la suma de las dos carreras, media y larga.

## INSCRIPCIONES

Las inscripciones para las carreras de media y larga distancia se tienen que tramitar a través de la web de la *Federació Catalana de Orientació* (FCOC): <http://www.orientacio.cat/gestio-inscripcions/inscripcions-online>

La fecha límite para realizar las inscripciones es el viernes 22 de junio de 2012. Una vez finalizado plazo no se admitirán nuevas inscripciones hasta el mismo día de la carrera. En este caso no se asegura la disponibilidad de mapas.

Para cualquier duda o incidencia sobre las inscripciones podéis enviar un correo electrónico a: [curses.xinoxano@gmail.com](mailto:curses.xinoxano@gmail.com)

## PRECIOS POR CARRERA

Categoría	Precio por carrera	Recargo fuera de plazo	Licencia temporal
HD20,HD21B,HD21A,HD21E,HD35,HD40,HD45, HD50	10,00 €	5,00 €	7,00 €
HD12,HD14,HD16,HD18	4,00 €		4,00 €
INICIACIÓN ADULTOS (INI-A)	5,00 €	0,00 €	5,00 €
INICIACIÓN NIÑOS (INI-N), ENCINTADO (ENC), HD10	2,00 €		3,00 €

- Todos los corredores, sean de la categoría que sean, deberán estar federados por la FCOC en cualquiera de sus modalidades. Los que no estén federados tendrán que sacar una licencia temporal que incluirá el seguro médico deportivo para poder participar en las carreras. De esta forma se deberá realizar el pago de la inscripción más la licencia temporal que corresponda, en función de la categoría en que se quiera participar. Se podrá correr en cualquier categoría excepto en H/D Elite, y en ningún caso puntuaran en el ranking de la FCOC.
- Los federados FEEC (con modalidades C, D o E) y que no sean federados FCOC-FEEC, no necesitan tramitar la licencia temporal (seguro limitado a las prestaciones en competiciones de la “aseguradora” de la FEEC), para correr en cualquier categoría excepto en H/D Elite i en ningún caso puntuaran en el ranking de la FCOC.
- El día de la competición será absolutamente necesario presentar el carné de federado de la FEEC, en caso contrario se deberá tramitar la licencia temporal

El pago de las inscripciones se puede realizar indicando el número de socio o bien enviándonos un mail con la relación de inscritos, al siguiente número de cuenta

La Caixa 2100-0845-76-0103127815

Los corredores extranjeros podrán pagar la inscripción el mismo día de la carrera. No se aceptan cheques.

Todas las categorías participarán obligatoriamente con SportIdent

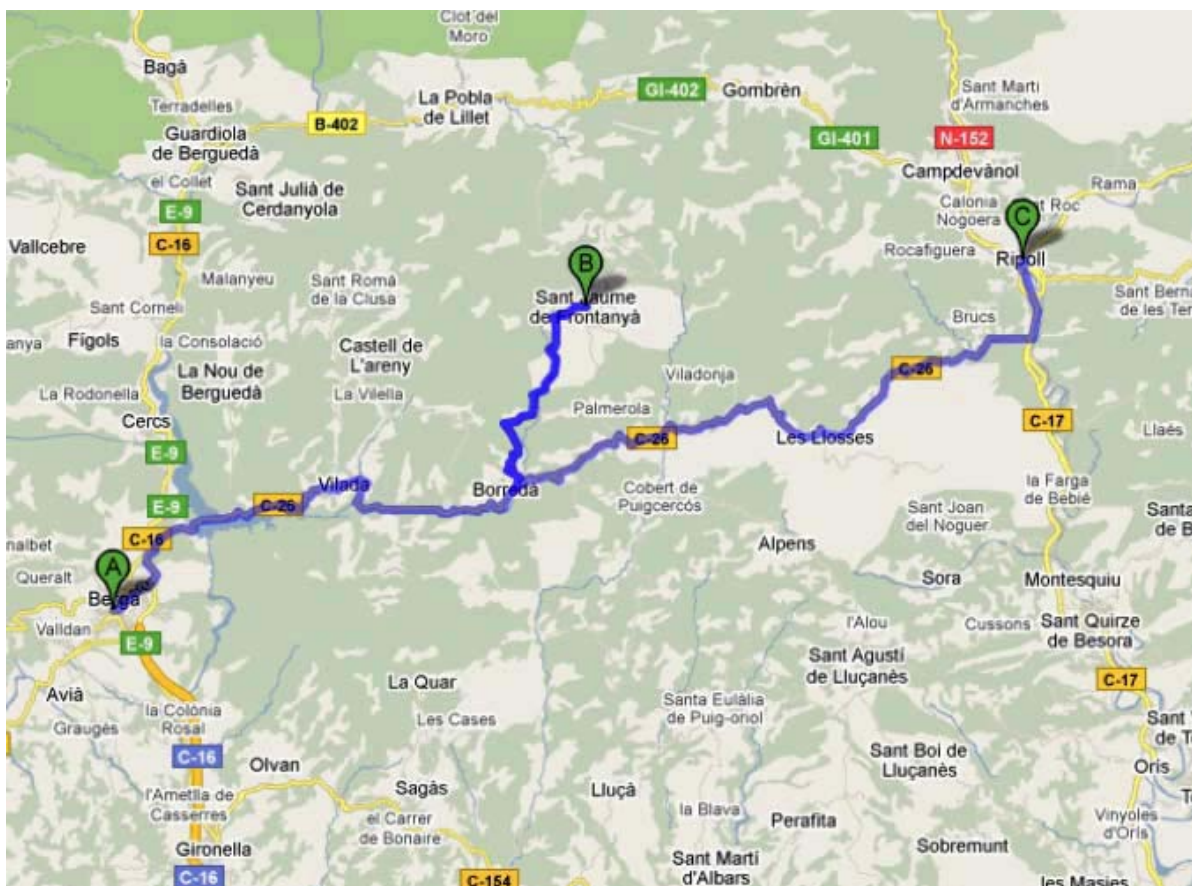
En caso de no disponer de SportIdent, es posible comprar o alquilar una el mismo día de la carrera. Los precios de compra i alquiler son los que marca la FCOC i la disponibilidad de los diferentes modelos no depende del club organizador

[http://www.documents.orientacio.org/llicencies\\_quotes/2012\\_FCOC\\_sportident.pdf](http://www.documents.orientacio.org/llicencies_quotes/2012_FCOC_sportident.pdf)

Las categorías de *Iniciación adultos*, *Iniciación niños* y *Encintado* podrán utilizar la SportIdent de forma gratuita, dejando como fianza el DNI o 10€

Los dos días se pondrá a disposición de los padres un recorrido de Correlin para los más pequeños. Para más información sobre la salida del Correlin dirigirse a la guardería.

## COMO LLEGAR

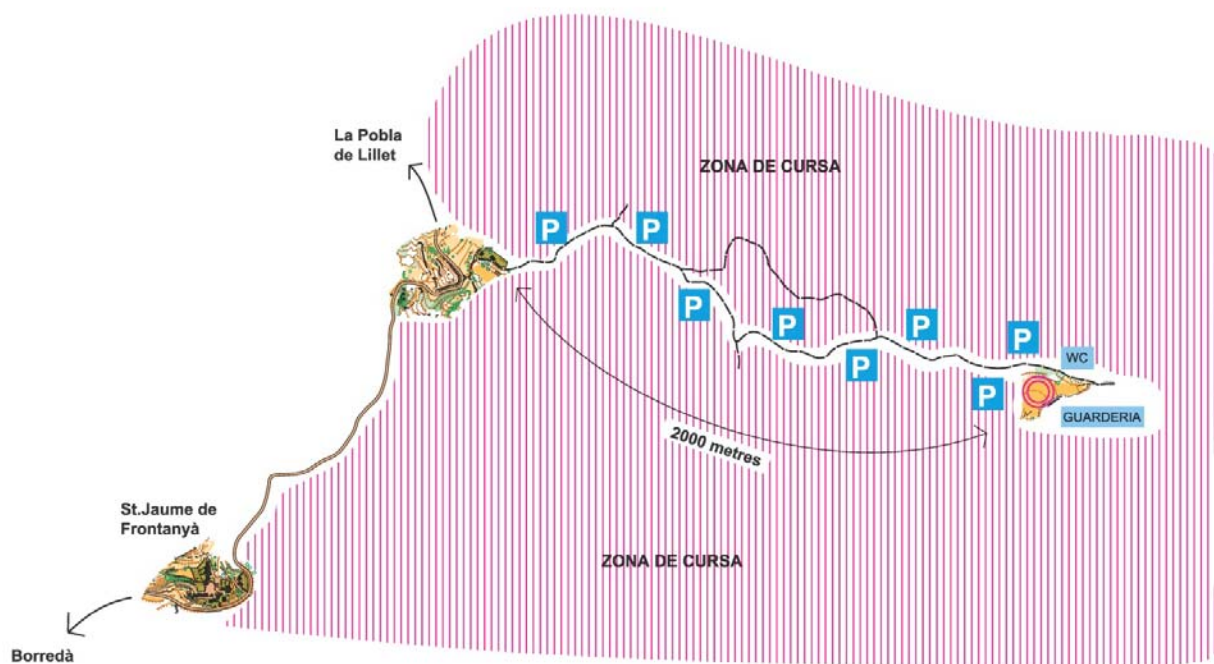


\*Nota: de Berga o Ripoll hasta Sant Jaume de Fontanyà no hay ninguna gasolinera

### APARCAMIENTO EN LA ZONA DE CARRERA

El aparcamiento se realizará a lo largo de un camino de tierra que lleva a de la carretera que sale de Sant Jaume y hasta la zona de competición (2km). En este camino hay poco espacio para aparcar por lo que sería conveniente llenar los coches en el pueblo para acceder a la zona de competición. El personal de la organización marcará las pautas para estacionar los vehículos. Pedimos respetar estas zonas y hacer caso de las indicaciones.

Esquema de aparcamiento:



## WC

Habrà WC químicos, rogamos su uso en caso de necesidad.

## DORSALES

Los dorsales de los corredores que no tengan ninguna incidencia en la inscripción estarán colgados cerca del centro de competición. Los que tengan alguna incidencia tendrán que pasar por la mesa de inscripciones. Todos los corredores deberán llevar el dorsal visible durante todas las carreras y no se puede doblar ni modificar. Infringir esta norma podrá ser motivo de descalificación, tal y como establece el reglamento de régimen disciplinario de orientación.

## MAPA

El mapa esta hecho en mayo – junio del 2010 por los cartógrafos Serguei Simakin y Vasily Bortnyk y ha sido ampliado en abril y noviembre del 2012 por Serguei Simakin.

Cartografía rusa con mucho detalle, donde puede ser útil la lupa.

No están dibujados los hilados para el ganado ni tampoco las líneas eléctricas de un solo cable.

## CARACTERÍSTICAS DE LA ZONA

Terreno pre-pirineico muy penetrable con algunas zonas de vegetación baja que pueden dificultar la progresión. Hay zonas donde la vegetación baja ha crecido.

Los desniveles son moderados-fuertes

## SALIDAS

El sábado la salida estará a unos 1000m del centro de competición (zona de meta)

El domingo la salida estará a unos 600m del centro de competición

El procedimiento será el siguiente:

Minuto –3: El corredor limpiará la pinza SportIdent (SI)

Minuto –2: El corredor podrá recoger la descripción de controles i comprobar la pinza SI

Minuto–1: El corredor se situará delante de la caja de los mapas de su categoría, esperará que el reloj de la salida para poder coger el mapa y salir.

El corredor es el único responsable de mirar que el mapa corresponda con su categoría, así como con la descripción de controles.

### Salidas con retraso

Si un corredor, por cualquier circunstancia llega tarde a la salida, deberá dirigirse al juez de salida i realizar las correspondientes comprobaciones. Se le indicará que pasos seguir para que pueda iniciar la carrera tan pronto como sea posible. La hora que constará será la que tenía asignada en un principio y no la hora de salida real

## DISTANCIAS Y DESNIVELES

### Sabado 30 de junio – Campionat de Catalunya. Llarga Distància

Categoría	Distancia	Desnivel	Controles	Escala	Tamaño del mapa
H21E	8.680 m	410 m	22	1:15.000	
D21E – H35	5.950 m	305 m	16	1:15.000	
H21A – H20	5.810 m	275 m	17	1:15.000	
D35 - H40	4.200 m	220 m	14	1:10.000	
D40	3.580 m	160 m	15	1:7.500	
H18 – D21A - D20	4.680 m	215 m	14	1:10.000	
H45	4.170 m	170 m	12	1:7.500	
H21B	3.350 m	125 m	14	1:10.000	
D45 – D18 - H50	3.430 m	160 m	13	1:7.500	
D21B – H16 - D16	2.970 m	110 m	12	1:7.500	
H14 - D14	1.540 m	40 m	12	1:7.500	
H12 - D12	1.340 m	40 m	10	1:7.500	
D50	3.230 m	130 m	12	1:7.500	
INICIACIÓN ADULTOS	3.070 m	90 m	15	1:7.500	
INICIACIÓN NIÑOS	1.320 m	40 m	9	1:7.500	

## Domingo 1 de julio – Distancia Media

Categoría	Distancia	Desnivel	Controles	Escala	Tamaño del mapa
H21E	4.230 m	250 m	22	1:10.000	
D21E – H35	3.080 m	165 m	16	1:10.000	
H21A – H20	3.150 m	170 m	14	1:10.000	
D35 - H40	2.680 m	150 m	14	1:7.500	
D40	2.530 m	110 m	11	1:7.500	
H18 – D21A - D20	2.310 m	100 m	12	1:10.000	
H45	2.390 m	100 m	15	1:7.500	
H21B	2.550 m	120 m	13	1:10.000	
D45 – D18 - H50	2.140 m	105 m	12	1:7.500	
D21B – H16 - D16	2.440 m	110 m	13	1:7.500	
H14 - D14	1.640 m	60 m	7	1:7.500	
H12 - D12	1.420 m	70 m	7	1:7.500	
D50	2.000 m	100 m	10	1:7.500	
INICIACIÓN ADULTOS	3.310 m	150 m	11	1:7.500	
INICIACIÓN NIÑOS	1.420 m	75 m	8	1:7.500	

### AVITUALLAMIENTO

En la carrera de distancia larga, los avituallamientos estarán señalizados en el mapa con el dibujo del vaso (color rojo). Pedimos se respete la zona de avituallamiento y depositéis las botellas en los espacios habilitados para tal fin. Queda prohibido sacar los envases de la zona de avituallamiento el incumplimiento de esta norma, puede llevar a la sanción marcada en el reglamento de régimen disciplinario de orientación.

En la carrera de media distancia no habrá avituallamiento en la zona de carrera.

Las dos carreras tendrán avituallamiento en la zona de meta.

### PELIGRO

Los cortados marcados como infranqueables, lo son de verdad y puede ser peligroso intentar pasarlos. ¡Tened precaución!

### RECOGIDA DE MAPAS

Los mapas se entregan después de la salida del último corredor de cada carrera

### CORREDORES RETIRADOS

Si un corredor abandona la carrera deberá notificarlo al responsable de Sportident que estará en la zona de meta.

## **GUARDERIA**

Habr  guardería durante los dos días de carrera.

Se ruega que los niños est n solo el tiempo indispensable en la guardería, ya que es un servicio gratuito y de mucha responsabilidad

## **ATENCIÓN MÉDICA**

Durante los dos días de carrera habr  servicio de ambulancia y primeros auxilios

## **Alojamientos**

- \* Residència Casa de Pagès "Casa Blanca" (Telf. 938.23.92.80) - Sant Jaume Frontanyà
- \* Fonda antiga casa Marxand  (http://www.terra.es/personal2/marxando) - Sant Jaume Frontanyà
- \* Casa Turisme Rural El Prat (http://www.puigventos.com/prat/catala/marcs.html) - Sant Jaume Frontanyà
- \* Hotel rural / Càmping / Bungalows Campalans (http://www.campalans.net) – Borredà
- \* Càmping Puigcercós (http://www.campingpuicercos.com) – Borredà

Allojamientos en Borredà (<http://www.borreda.net/turisme/inter.jsp?idAp=3&idSub=20>)

Allotjaments en Vilada (<http://www.vilada.net/turisme/inter.jsp?idAp=3&idSub=22>)

## **RESTAURANTE**

- \* Residencia Casa de Pagès "Casa Blanca" (Telf. 938.23.92.80) - Sant Jaume Frontanyà
- Recomendable reservar con antelación debido a la reducida capacidad del restaurante (Telf. 938.23.92.80)  
Ofrece un menú para orientadores a 16  adultos y 10  niños.