

XXI^e TROFEU 2 DIES DELS PIRINEUS

Sant Jaume de Frontanyà
10 i 11 de juny de 2017



PROGRAMA

- Dissabte 10 de juny de 2017

Campionat de Catalunya de Relleus

08:30 h. Obertura del centre de competició i recollida de dorsals.

09:30 h. Explicació del procediment de relleu.

10:00 h. Inici de la cursa de relleus.

10:15 h. Inici cursa popular.

11:30 h. Tancament sortides cursa popular.

12:30 h. Sortida en massa dels rellevistes pendents de sortir.

13:30 h. Lliurament de premis del Campionat de Catalunya de Relleus.

15:00 h. Tancament de meta.

- Diumenge 11 de juny de 2017

Cursa de Llarga Distància (6^a Copa Catalana).

08:00 h. Obertura del centre de competició.

09:00 h. Inici de la cursa de Llarga Distància.

11:30 h. Tancament de sortides de la cursa de Llarga Distància.

15:30 h. Tancament de meta.

INSCRIPCIONS

Les inscripcions per les curses es tramitaran de la següent manera:

Pels relleus (dissabte):

La data límit serà el divendres 2 de juny.

Caldrà omplir el formulari per club amb els equips de relleus (document enviat juntament amb aquest).

El pagament es farà únicament per club, no s'acceptaran pagaments individuals.

El formulari i el justificant de pagament s'hauran d'haver enviat com a màxim el mateix divendres 2 de juny.

No s'acceptaran inscripcions passada la data límit, com tampoc el dia de la cursa.

Per la cursa popular (dissabte):

La data límit serà el dimarts 6 de juny.

La inscripció s'haurà de fer mitjançant l'aplicació de la pàgina web de la FCOO (<http://orientacio.cat/>)

Un cop finalitzat el període d'inscripcions no s'admetran noves inscripcions fins al mateix dia de la cursa.

Per la cursa de llarga distància (diumenge):

La data límit sense recàrrec serà el divendres 2 de juny de 2017. I amb recàrrec fins al dimarts 6 de juny.

La inscripció s'haurà de fer mitjançant l'aplicació de la pàgina web de la FCOC (<http://orientacio.cat/>)

Un cop finalitzat el període d'inscripcions no s'admetran noves inscripcions fins al mateix dia de la cursa.

Per incidències amb les inscripcions podeu enviar un correu a curses.xinoxano@gmail.com

PREUS PER CURSA

Els preus seran els que estableix la FCOC, i que podeu trobar al següent enllaç, amb la modificació que als **circuits vermell, taronja i groc no es cobrarà recàrrec** per les inscripcions fora de termini.

[Preus Inscripcions](#)

El pagament es realitza en el moment de fer la inscripció mitjançant l'aplicació de la web de la Federació.

Els corredors estrangers podran fer el pagament en efectiu el dia de la cursa. No s'acceptaran xecs.

Totes les categories participaran obligatòriament amb SportIdent.

Si no es disposa d'SportIdent, es pot comprar o llogar el mateix dia de la cursa.

Els preus de compra i lloguer són els que marca la FCOC i la disponibilitat dels diferents models no depèn del club organitzador.

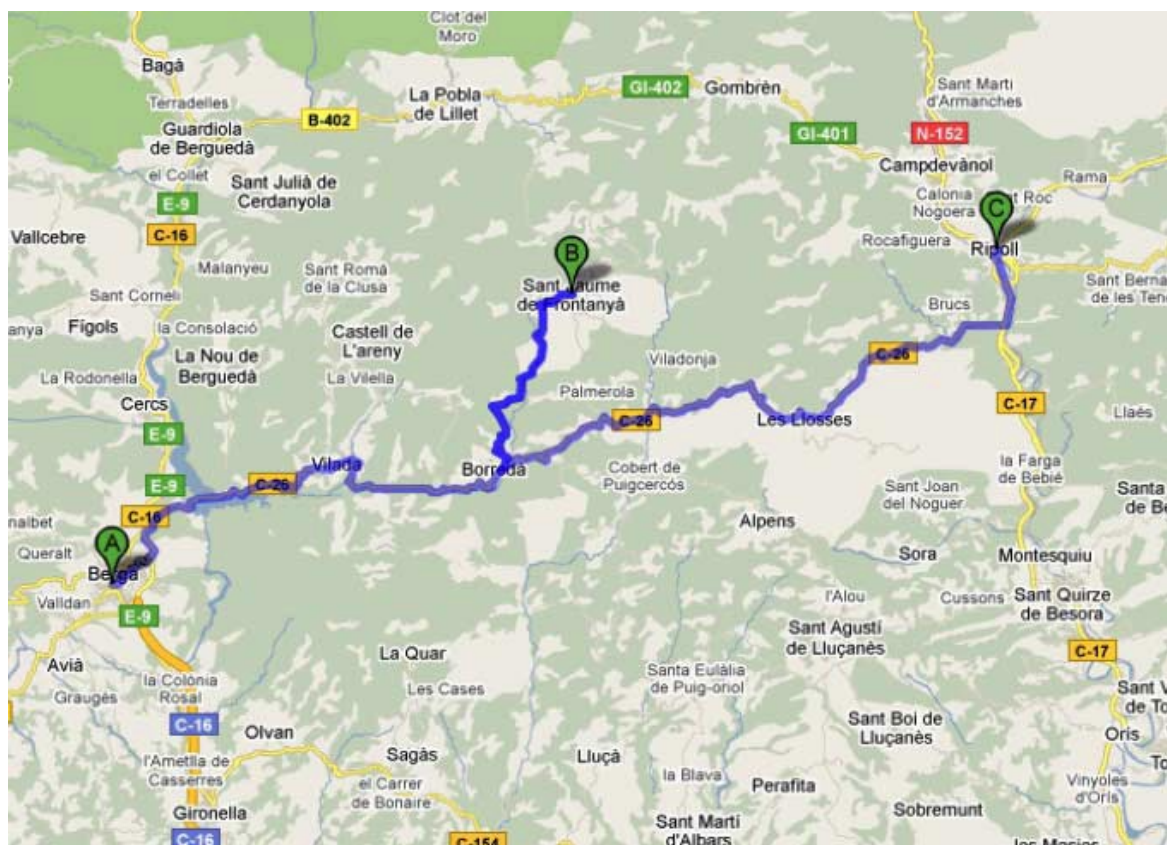
[Preus SportIdent](#)

Als circuits taronja i groc se'ls deixa gratuïtament un SportIdent, però **caldrà deixar com a fiança el DNI !**

Els dos dies es muntarà cursa Correxic pels més petits.

La informació de la sortida de la cursa Correxic es gestionarà des de la guarderia.

COM ARRIBAR



* Tingueu previst que de Berga o Ripoll, fins a Sant Jaume de Frontanyà, no hi ha cap benziner a *

APARCAMENT A LA ZONA DE CURSA

Els dos dies de competició l'aparcament serà al mateix lloc.

L'accés fins l'aparcament estarà senyalitzat des de la carretera BV-4656 (Ctra. de Borredà a Sant Jaume de Frontanyà).

Demaneu respectar les zones destinades a aparcament i feu cas de les indicacions de l'organització.

El personal de l'organització marcarà les pautes correctes d'on estacionar.

Tingueu en compte que depèn on us toqui aparcar (aparcament autocaravanes) es pot trigar uns 15 min. en arribar al centre de competició.

CENTRE DE COMPETICIÓ

El centre de competició es troba a 5 minuts de la casa de Colònies Els Oms, que ofereix els següents serveis per la cursa:

- Aparcament
- Allotjament (prèvia reserva)
- Restauració (es recomana reservar amb antelació)
- WC
- Lavabo amb dutxes per després de la competició

DORSALS

Només hi haurà dorsals per la cursa de relleus. Un representant de cada club serà el responsable de recollir els dorsals del seu club.

El corredor haurà de portar el dorsal al pit durant tota la cursa, i aquest no pot doblegar-se ni modificar-se.

A la cursa de llarga distància de diumenge, ni per la popular de dissabte no hi haurà dorsals. Es penjarà un llistat on estaran marcats els corredors que han de passar per la taula d'inscripcions. Un cop resolta la incidència se'ls donarà un comprovant que hauran d'entregar a la zona de sortida per poder iniciar la cursa.

GUARDERIA

Hi haurà de servei de guarderia els dos dies.

Es prega que els infants estiguin el temps indispensable a la guarderia, ja que és un servei gratuït i de molta responsabilitat.

SORTIDES

La sortida de la cursa popular de dissabte estarà al mateix centre de competició i es farà amb base de sortida (no hi haurà hora de sortida assignada). Tingueu en compte l'horari establert.

La sortida de la cursa de Llarga Distància de diumenge estarà a 10 minuts del Centre de Competició. Hi haurà dues sortides. Una d'elles anirà un tros per la carretera, preneu precaució, doncs està oberta al trànsit.

Les persones competidores no podran accedir més enllà de la zona de pre-sortida acompanyades d'animals (article 20.6 del reglament per a competicions oficials a peu de l'FCOC).

MAPA

Relleus:

Mapa cartografiat al gener - febrer de 2016 pel cartògraf Dian Bonev (Búlgar).

Cartografia feta per a mapa 1:10.000 amb molt de detall en elements i corbes de nivell.

Alguns tàlvegs, el cartògraf, els ha representat més marcats del que realment són (en realitat són més suaus), per a què a escala 1:10.000 siguin visibles en cursa. Cal tenir-ho present, sobretot si el mapa està a 1:7.500.

No estan dibuixats els filats pel bestiar, ni tampoc les línies elèctriques d'un fil. Es prega que s'informi a l'organització si es malmet algun filat.

Llarga distància:

Per la llarga distància es combinarà el mapa dels relleus amb el mapa més antic de Sant Jaume.

El mapa antic, és fet al maig-juny de 2010 pels cartògrafs Serguei Simakin i Vasily Bortnyk i ampliat l'abril i novembre del 2011 per Serguei Simakin. Cartografia russa (molt de detall). Pot ser útil la lupa. No estan dibuixats els filats pel bestiar, ni tampoc les línies elèctriques d'un fil. Es prega que s'informi a l'organització si es malmet algun filat.

Mapes revisats aquest any pel XXO.

CARACTERÍSTIQUES DE LA ZONA

Terreny pre-pirinenc de pastures i bosc de pins en que es combinen zones d'un terreny molt penetrable i ràpid, amb altres zones de vegetació baixa que pot ralentir o arribar a impedir totalment la progressió, no obstant la major part és zona de bona penetrabilitat.

En els terrenys hi trobem una morfologia ben detallada amb algunes zones de micro-relleu. Presenta uns desnivells moderats amb tot tipus d'elements així com una xarxa de camins i corriols, alguns d'ells es perden la continuïtat en zones obertes o costen de distingir dins del bosc.

AVITUALLAMENT

A les curses de dissabte, NO hi haurà avituallament en cursa.

A la cursa de llarga distància hi haurà avituallaments líquids que estaran senyalitzats al mapa amb el dibuix d'un got de color vermell. Us demanem que respecte la zona d'avituallament i dipositeu els envasos en els espais habilitats a l'efecte. Quedarà prohibit treure l'envàs de la zona d'avituallament, l'incompliment d'aquesta norma pot portar a la sanció marcada en el reglament de règim disciplinari d'orientació.

A les dues curses hi haurà avituallament líquid i sòlid a la zona d'arribada.

PERILLS

A la cursa de Llarg distància, algunes categories creuaran la carretera que va a Sant Jaume de Frontanyà que estarà oberta al trànsit. Cadascú podrà creuar per allà on consideri oportú. Preguem precaució.

A llarg del mapa pot haver-hi bestiar lliure. Aquest darrer mes han nascut vedells i per tant les vaques adultes estan més atentes a qualsevol moviment. Pot ser perillós passar a prop de vedells a gran velocitat.

Intenteu vorejar-los per no espantar-los. Tingueu precaució!

Per tot el mapa s'hi poden trobar filats pel bestiar. Tot i que hem intentat senyalitzar-los amb cinta per a que es visualitzin, segur que ens en deixem algun. Així doncs, atenció no prengueu mal amb els filats.

Es recomana portar les cames protegides doncs hi ha paparres i fer una bona revisió postcursa.

CIRCUITS

Relleus

Les cintes de prebalitzar d'aquest dia seran de color **groc i negre!!!**

RELLEUS	Distància X posta(m)	Desnivell (m)	Nº de controls	Escala Mapa Equidistància 5m
INFANTIL	1.360	80	11	1:7500
H/D CADETS	2.100	125	12	1:7500
D JUNIOR	2.160	135	12	1:7500
H JUNIOR	2.210	140	12	1:7500
D SENIOR	2.400	160	12	1:7500
H SENIOR	3.540	200	16	1:7500
D VETERANES	2.150	110	11	1:7500
H VETERANS	3.010	180	15	1:7500
D MASTERS	1.840	125	10	1:7500
H MASTERS	1.890	135	13	1:7500
POPULAR	Distància (m)	Desnivell (m)	Nº de controls	Escala Mapa Equidistància 5m
CIRCUIT GROC	1.260	55	9	1:7500
CIRCUIT TARONJA	2.500	125	14	1:7500
CIRCUIT VERMELL	3.060	240	19	1:7500

Llarga Distància (en breu)

Categoria	Distància (m)	Desnivell (m)	Nº de controls	Escala Mapa Equidistància 5m	Sortida
H21E	8.140	490	27	1:10000	A
H35	5.590	300	14	1:10000	A
D21E	5.160	310	13	1:10000	A
H21A-H20	4.540	255	14	1:10000	A
D35	4.050	215	12	1:7500	A
H40	4.450	255	14	1:7500	A
D40	3.370	190	11	1:7500	A
H18-D21A-D20	4.040	225	12	1:7500	A
H45	3.900	225	11	1:7500	A
D45	2.570	165	13	1:7500	B
D18-H50	3.110	200	12	1:7500	B
D50-H55	2.240	130	10	1:7500	B
D55	1.960	100	10	1:7500	B
H16-D16	2.730	185	14	1:7500	B
H14-D14	2.080	140	11	1:7500	B
H12-D12	1.820	80	10	1:7500	B
H10-D10	1.510	70	9	1:7500	B
CIRCUIT GROC	1.666	60	8	1:7500	B
CIRCUIT TARONJA	2.840	125	14	1:7500	B
CIRCUIT VERMELL	3.210	165	15	1:7500	B

CORREDORS RETIRATS

Si un corredor abandona la cursa és OBLIGATORI notificar-ho al responsable d'Sportident que es trobarà a l'arribada.

ATENCIÓ MÈDICA

A les dues curses hi haurà un servei d'ambulància i de primers auxilis a la zona d'arribada.

EQUIP TÈCNIC

Directores de cursa: Sandra Rabassa i Montse Buscart

Traçador: Lluís Bedós

Sportident: Abel Ledesma i Jordi Graell

Cap de sortides: Xavi Oliveres

Cap de zona arribada: Marc Canals

JURAT TÈCNIC

Relleus

Controlador: No assignat

Corredor de la categoria èlit: Per concretar

Corredor d'una altra categoria oficial: Per concretar

Corredor d'una altra categoria oficial: Per concretar (per manca de controlador)

Representant del club: Lluís Bedós (sense dret a vot)

Llarga distància

Controlador: No assignat

Corredor de la categoria èlit: Per concretar

Corredor d'una altra categoria oficial: Per concretar

Corredor d'una altra categoria oficial: Per concretar (per manca de controlador)

Representant del club: Lluís Bedós (sense dret a vot)

PREMIS

Es donaran premis pel Campionat de Catalunya de Relleus als tres primers equips classificats de cada categoria.

Per la cursa popular i la cursa de Llarga distància no es farà entrega de premis. Així no us haureu d'esperar i podreu marxar quan us vingui de gust.

AGRAIMENTS

Al club Farra Orientació per deixar-nos el formulari de relleus que van dissenyar ells l'any passat.

ALLOTJAMENTS

- Casa de colònies Els Oms - <http://www.elsoms.net/> (CENTRE DE COMPETICIÓ)

- Residència Casa de Pagès “Casa Blanca” – Telf. 938.23.92.80
- Casa Turisme Rural El Prat – <http://puigventos.com/casa-rural-elprat.php>
- Cabanya Boscana – <https://cabanya-boscana.cat/>
- Càmping / Bungalows Campalans – <http://www.campalans.net>
- Càmping Puigcercós – <http://www.campingpuigcercos.com/>