

ÚLTIMAS INFORMACIONES

	CARRERA 1,5h - 3 h	CARRERA 6h
ESCALA	1:10.000	1:15.000
DIMENSIÓN MAPA	DinA3	DinA3
TIPO PAPEL	Irrompible sin funda	Irrompible sin funda
EQUIDISTANCIA ENTRE CURVAS DE NIVEL	5m.	5m.
CONTROLES	39	58
PUNTOS EN JUEGO	232	354
SIMBOLOGÍA IMPRESA EN EL MAPA	NO	SI
AVITUALLAMIENTOS EN CARRERA (*)	2 puntos de agua + 1 fuente en el pueblo	3 puntos de agua + 1 fuente en el pueblo

(*) Los avituallamientos y las fuentes están marcada con un vaso en el mapa, excepto la fuente del pueblo (al lado de la salida, marcada con el símbolo 312) per facilitar la lectura de la zona de salida

- Para facilitar la lectura del mapa y su estrategia se han hecho algunos cambios que os detallamos a continuación:
 - La llegada es en el mismo lugar que la salida. Para facilitar la lectura sólo se ha dibujado el triángulo (no habrá la doble redonda de la llegada).
 - En el mapa de la carrera de 6h. se ha simplificado la representación de la vegetación para facilitar su lectura. Color blanco que representa bosque abierto, verde 1 que representa vegetación que reduce la velocidad de carrera (verde 1 y verde 2 fusionados) y verde 3 que representa vegetación impasable (se recomienda bordear la vegetación).
En el mapa de las carreras de 1,5h. i 3h. se representa la vegetación como un mapa de orientación, el color blanco y 3 tipos de verdes.
 - En el mapa de la carrera de 6h. se han eliminado los senderos perdedores (símbolo 508).

- o En el mapa de la carrera de 6h. se han eliminado las piedras más pequeñas para mejorar la legibilidad y sólo se representan 2 medidas diferentes de piedras.
En el mapa de las carreras de 1,5h. i 3h. se representan 3 medidas diferentes de piedras.
- o Habrá avituallamientos en carrera que están señalizados en el mapa con un vaso (símbolo 713), excepto la fuente pública del pueblo que sólo se marca con el símbolo 312 (círculo azul).
- o Últimamente se han abierto nuevas pistas para deforestar, se han actualizado todas las que se han localizado, pero puede ser que nos hayamos dejado alguna (el mapa es muy grande). Tenedlo en cuenta.
- o No están dibujadas las cercas de ganado, ni tampoco las líneas eléctricas de menos de 3 hilos.
Alguna cerca puede estar conectada a la corriente eléctrica. El calambre que puede producir es más molesto que peligroso.
En el caso de producir daños a alguna cerca, rogamos lo comuniquéis a la llegada, así podremos repararlo.

Per todo lo indicado, sobretodo para el mapa de 6h., os puede ser muy útil **el uso de la lupa** para algún ataque a la baliza.

- Hemos tenido en cuenta la dificultad técnica de acceso y ataque a la baliza, así como el esfuerzo físico para asignarle la puntuación.
La estrategia y la elección de la ruta óptima serán determinantes para la puntuación final.
- Respetad las zonas privadas y las zonas prohibidas (campos de cultivo contorneados en rojo y zonas con trama roja). Habrán controladores de la organización para vigilar que ningún corredor las cruce.
- Material obligatorio.

Os recordamos que hagáis una revisión del material obligatorio ya que haremos una comprobación exhaustiva.

Sin TODO el material obligatorio la organización se puede reservar el derecho de **NO DEJAR SALIR o participar FUERA DE COMPETICIÓN** (en función de la importancia del material que falte).

Os recomendamos acceder con tiempo suficiente en el parque cerrado. **SED PUNTUALES !!! La organización no se hace responsable de las colas de última hora.**

Aunque se haya iniciado la entrega de mapa, si no se ha pasado el control de material, NO se podrá acceder al Parque Cerrado para recoger el mapa.

Para las carreras populares de 3h. y 1.5h. no habrá material obligatorio. Por lo tanto, NO se harán revisión de material, aunque se recomienda llevar el mismo material que la carrera de 6h. Se aconseja llenar un **mínimo 1,5 litros de agua por persona**. Se accede al Parque Cerrado por un acceso diferente a la carrera de 6 h., debidamente señalizado.

Localizad el agua en el mapa, tener que pasar por un avituallamiento puede condicionar la estrategia de la carrera.

No es obligatorio pero sí recomendable llevar las piernas protegidas.

- ZONA DE ESTACIONAMIENTO

Sant Jaume de Frontanyà es uno de los pueblos más pequeños de Catalunya y dispone de muy poco espacio donde estacionar. El parking es muy limitado. A ser posible y para minimizar las posibles molestias a los vecinos y al entorno os pedimos reducir al máximo el número de coches.

El acceso hasta el aparcamiento de las autocaravanas que quieran pernoctar la noche del viernes estará debidamente señalizado en la carretera BV-4656 (carretera de Borredà a Sant Jaume de Frontanyà) en el punto kilométrico 7.5; aproximadamente 1 km. antes de llegar al pueblo.

Está prohibido pernoctar en el entorno del pueblo.

El día de la carrera el aparcamiento será por el entorno del pueblo (todos los vehículos). Os pedimos respetar las zonas destinadas a aparcamiento y haced caso de las indicaciones de

la organización. El personal de la organización indicará las pautas correctas sobre donde y como estacionar.

- Previsión meteorológica.

Cielo completamente despejado, con alguna nube dispersa por la tarde. No está prevista ninguna precipitación. La temperatura variará entre los 0 y 17°C.

Es posible que encontréis zonas húmedas y riachuelos crecidos debido a alguna precipitación de días anteriores (traed calzado de recambio).

- Finalmente sólo nos queda agradecer vuestra colaboración y deseamos que disfrutéis de la carrera, el mapa y el entorno que os ofrece Sant Jaume de Frontanyà tanto como lo hemos hecho nosotros.

El equipo del Xinoxano se ha esforzado para ofreceros la mejor rogaine posible.

Nos vemos este sábado en St.Jaume de Frontanyà.