

XX^e TROFEU 2 DIES DELS PIRINEUS

Sant Jaume de Frontanyà
25 i 26 de juny de 2016



PROGRAMA

- Dissabte 25 de juny de 2016

Cursa de Mitja distància (Copa Catalana i O'Pyrene).

09:30 h. Obertura del centre de competició i recollida de dorsals.

11:00 h. Inici de la cursa Mitja Distància.

14:30 h. Tancament de meta.

- Diumenge 26 de juny de 2016

Cursa de Llarga Distància (Copa Catalana i Prova O'Pyrene).

08:00 h. Obertura del centre de competició i recollida de dorsals.

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

13:00 h. Lliurament de premis del XX^e Trofeu “2 dies dels Pirineus” (*)

13:30 h. Tancament de meta.

() La classificació del trofeu s'obté de la suma de les dues curses.*

INSCRIPCIONS

Les inscripcions per les curses les haureu de tramitar a l'apartat d'inscripcions de la web de la FCOC (<http://orientacio.cat/>)

La **data límit** per les inscripcions és el divendres **17 de juny de 2016**.

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

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

PREUS X CURSA

Al següent enllaç trobareu el llistat de preus, amb la modificació que a les **categories de promoció (Iniciació nens i Iniciació Adults) no es cobrarà recàrrec** per les inscripcions fora

de termini.

Preus Inscripcions

El pagament de les inscripcions el podeu fer al següent número de compte corrent, indicant el número de soci o bé enviant-nos un correu electrònic de la relació d'inscrits per pagament:

La Caixa: IBAN ES25 2100 0845 7601 0312 7815

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.

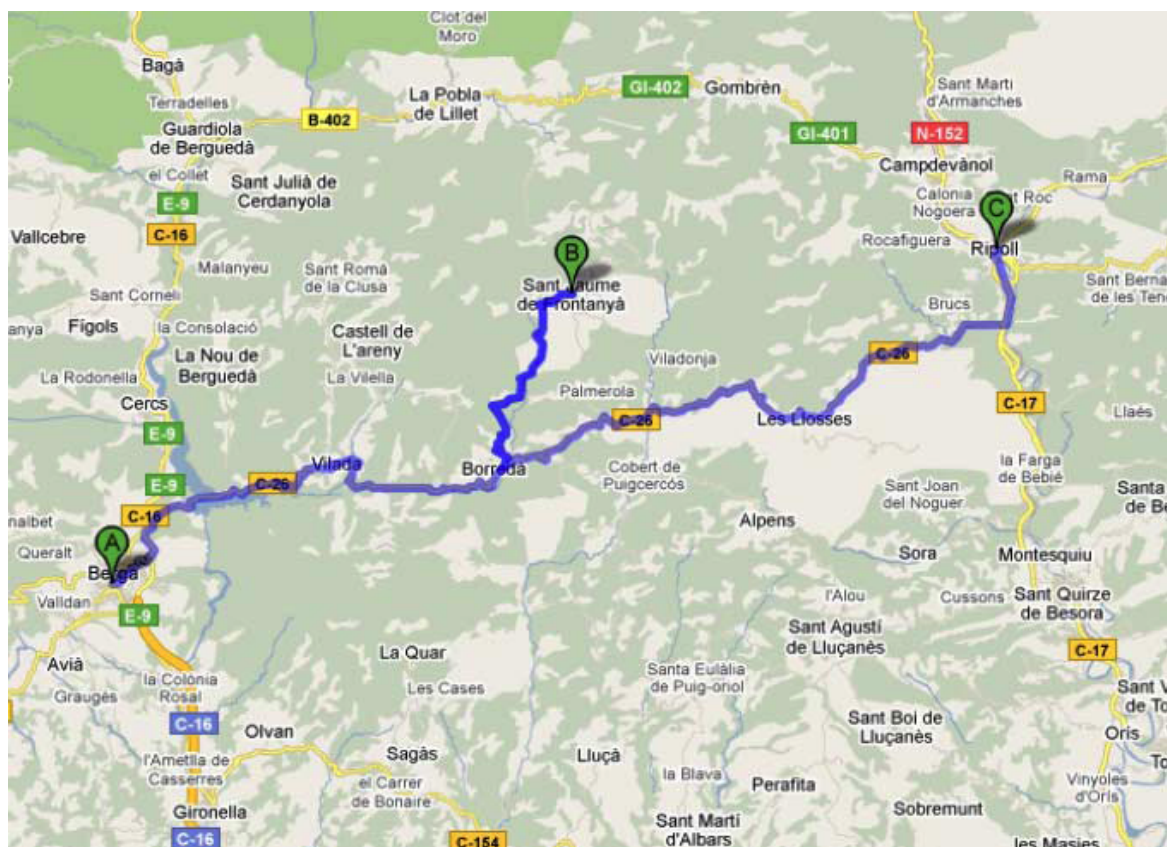
Preus SportIdent

A les categories d'Iniciació adults i Iniciació nens se'ls deixa gratuïtament un SportIdent, però caldrà deixar com a fiança el DNI !

Els dos dies es muntarà cursa Correxix pels més petits.

La informació de la sortida de la cursa Correxix 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 benzinera *

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 (Crta. 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 es pot trigar uns 10 min. en arribar al centre de competició.](#)

CENTRE DE COMPETICIÓ

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

- Allotjament (prèvia reserva)

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

DORSALS

Els dorsals dels corredors que no tinguin cap incidència en la inscripció es trobaran penjats al centre de competició. Els que tinguin alguna incidència hauran de passar per la taula d'inscripcions.

El corredor haurà de portar el dorsal al pit durant totes les curses, i aquest no pot doblegar-se ni modificar-se.

GUARDERIA

Hi haurà de servei de guarderia a les curses de mitja i llarga distància.

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

MAPA (100% NOU)

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.

El mapa està elaborat amb els estàndards ISOM de la International Orienteering Federation (IOF)

A escala 1:10.000 pot ser útil la lupa.

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.

Atenció: Durant la darrera setmana, a l'extrem oest del mapa s'ha obert una nova pista forestal (dibuixada a darrera hora al mapa). Per la pista s'hi pot anar perfectament, però a l'entorn d'aquesta està plena d'arbres talats, nous talussos, terra i roques acumulada dels moviments de terres ocasionats (tot això no s'ha dibuixat). Per tot això cal tenir present que creuar la pista de forma perpendicular es converteixi en un tram més lent del que es representa al mapa.

Els traçats afectats per aquesta tala són les categories **HE – DE – H35 – H21A – D21A– H20 – D20 – H18** de la cursa de llarga Distància (diumenge 26), i a les que afecta tan sols

a 2 o 3 controls.

CARACTERÍSTIQUES DE LA ZONA

Terreny pre-pirinenc de pastures i bosc de pins que conformen un terreny molt penetrable que permet una alta velocitat de cursa.

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 la cursa de mitja distància, NO hi haurà avituallament en cursa.

A la cursa de llarga distància els avituallaments estaran senyalitzats al mapa amb el dibuix d'un got de color vermell. Us demanem que respecte la zona d'avituellament i dipositeu els envasos en els espais habilitats a l'efecte. Quedarà prohibit treure l'envàs de la zona d'avituellament, 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 a la zona d'arribada.

PERILLS

A llarg del mapa hi ha 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.

CIRCUITS

Mitja Distància (Dissabte 25/06/16) - Mapa DinA4

Categoria	Distància (m)	Desnivell (m)	Nº de controls	Escala Mapa
H21E	4170	260	19	1:7500
H35	3480	240	16	1:7500
D21E	3300	240	14	1:7500

H21A-H20	2970	240	14	1:7500
D35-H40	2700	240	12	1:7500
D40	2400	180	10	1:7500
H18-D21A-D20	2400	155	13	1:7500
H45	2740	190	12	1:7500
H21B	2410	185	11	1:7500
D45-D18-H50	2070	160	11	1:7500
D21B-H16-D16	2200	170	9	1:7500
H14-D14	2000	105	12	1:7500
H12-D12	1990	100	10	1:7500
D50-H55	1510	100	9	1:7500
D55	1400	100	8	1:7500
H10-D10	1180	65	9	1:7500
INI. ADULTS	2770	155	13	1:7500
INI. NENS	1270	65	9	1:7500

Llarga Distància (Diumenge 26/06/16) - Mapa DinA4

Categoria	Distància (m)	Desnivell (m)	Nº de controls	Escala Mapa
H21E	8450	490	24	1:10000
H35	4970	330	16	1:10000
D21E	4700	320	13	1:10000
H21A-H20	4400	285	14	1:10000
D35-H40	4250	280	16	1:7500
D40	2870	200	12	1:7500
H18-D21A-D20	4070	260	14	1:10000
H45	3550	225	13	1:7500
H21B	3010	195	14	1:7500
D45-D18-H50	2690	180	11	1:7500
D21B-H16-D16	2790	165	14	1:7500
H14-D14	1960	115	10	1:7500
H12-D12	1800	100	8	1:7500
D50-H55	2360	130	11	1:7500
D55	2180	110	19	1:7500
H10-D10	1920	85	8	1:7500
INI. ADULTS	2900	115	13	1:7500
INI. NENS	1980	95	10	1:7500

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.

ALLOTJAMENT

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