

# **BIZKAIA SARIA 2010**

## **Campeonato de Relevos de Liga Norte 2010 y 1ª prueba de Distancia larga**

### **Programa**

**Viernes 12 de marzo**

**Suelo duro - ORDUÑA**

Abrirá sus puertas a las 20:00.

**Sábado 13 de marzo**

**Carrera de Relevos – ABEZIA (URKABUSTAITZ)**

10,00 Apertura del Centro de Competición.

11,30 Inicio de la prueba.

15,00 Cierre de meta.

**Domingo 14 de marzo**

**Carrera Larga Distancia – ABEZIA (URKABUSTAITZ)**

08,00 Apertura del Centro de Competición.

09,00 Inicio de la prueba.

12,30 Cierre de meta.

13,00 Entrega de trofeos a los ganadores de las modalidades de relevos y larga distancia.

# Recepción de participantes

La recepción de participantes y la recogida de dorsales se encontrarán el sábado en el Centro de Competición (Abezia - Urkabustaitz).

## Carrera de Relevos y Distancia Larga

### Descripción del terreno

Espacio que presenta un relieve kárstico con una morfología típica de altiplano. Abundancia de depresiones y vaguadas suaves. Alternancia de zonas boscosas, predominantemente de hayedos, con zonas semidespejadas donde destaca el espino albar, lo que obliga a combinar técnicas de orientación someras con otras más avanzadas. La buena penetrabilidad de la zona y las amplias zonas con pendientes suaves permiten altas velocidades de carrera. En las zonas donde el karst está más desarrollado destaca la abundancia de depresiones y el lapiaz. Esto aumenta por un lado la complejidad técnica y por otro la carrera se ve dificultada por el piso. Los desniveles son en general suaves, solo podemos encontrar pendientes moderadas en los bordes del mapa.

### Mapa

Mapa realizado por Juanma García Crespo entre los meses de junio y diciembre de 2008 y revisado por el COBi durante el mes de febrero de 2010. Equidistancia 5 metros, escala 1:10000 en todas las categorías. Trazados realizados por Urtzi Iglesias y Zigor García.

### Categorías, distancias y desniveles

**Relevos:** D/H Junior, D/H Senior, D Veteranas, H Veteranos "A", H Veteranos "B" y Open

<b>Rec.1.</b> H-Senior:	6.300m / 125m aprox.
<b>Rec.2.</b> H-Veteranos "A", H-Júnior, D-Senior:	4.900m / 100m aprox.
<b>Rec.3.</b> D-Júnior/Veteranas, H-Veteranos "B", Open:	4.100m / 100m aprox.
<b>Iniciación:</b>	2.600m / 60m

**Distancia Larga:** D/H14, D/H16, D/H18, D/H20, D/H21, D/H35, D/H45, H50, HE, OPEN e Iniciación.

<b>Rec.1.</b> H-E:	12.500m / 350m / 20c
<b>Rec.2.</b> H-21:	9.900m / 300m / 19c
<b>Rec.3.</b> H-20, H-35 :	7.500m / 190m / 17c
<b>Rec.4.</b> D-21, H-45 :	6.700m / 180m / 14c
<b>Rec.5.</b> D-20, D-35, H-18, H-50:	5.400m / 130m / 14c
<b>Rec.6.</b> OPEN:	4.900m / 125m / 12c
<b>Rec.7.</b> D-18, D-45, H-16:	4.000m / 110m / 11c
<b>Rec.8.</b> D-16, H-14:	3.500m / 90m / 13c
<b>Rec.9.</b> D-14, Iniciación:	3.000m / 75m / 11c

### Protocolo de salida

Relevos:

- Menos 15 minutos: Explicación de la prueba de relevos.
- Menos 3 minutos: Posicionamiento junto al mapa en zona de salida de los corredores que correrán en la primera posta.
- Minuto 0: Recogida de mapa y salida en masa.
- Segunda y tercera posta: Posicionamiento en zona de espera (al ver al relevista anterior pasar por la baliza del espectador). Cambio de posta y recogida de mapa, situado a 50 metros de la línea de salida.

Distancia larga:

- Menos 3 minutos: Llamada de corredores y verificación del dorsal y la tarjeta electrónica. Limpieza y comprobación de tarjeta electrónica.
- Menos 2 minutos: Recogida de descripción de controles en papel.
- Menos 1 minuto: Espera junto a la caja correspondiente a la categoría de cada uno hasta el pitido inicial. (El corredor es responsable de coger el mapa correspondiente a su categoría).

## **Entrega y recogida de mapas**

Todos los corredores deberán depositar el mapa en la bolsa correspondiente a su club, tras descargar la tarjeta electrónica. Podrán recogerse (por clubes) a partir de que tome la salida el último corredor en la prueba de distancia larga del domingo.

## **Jurado técnico**

Estará compuesto por:

Representante club organizador: Sabin Ormazza (Club de orientación Bidea)

Representante de clubes: Roberto Pascual (Club Deportivo Navarra)

Representante de corredores: Sonia Girona (Club de Orientación Valladolid)

## **Reclamaciones**

Las reclamaciones se efectuarán por escrito y se remitirán al Director de la prueba.

## **Atención médica**

Habrà servicio de ambulancia proporcionado por la Cruz Roja en el centro de competición.

## **Centro de competición y Parking**

El centro de competición estará situado a 3000 metros de Abezia y dispondrá de: Centro de información y recogida de dorsales, carpa para depositar mochilas, zona de avituallamiento y guardería.

El aparcamiento estará situado en la pista que va desde Abezia hasta el centro de competición y en el propio pueblo. Debido al poco espacio disponible, habrá que aparcar en línea a la orilla de la pista. Así, habrá una hora de entrada de Abezia a la pista y otra hora de salida. Así mismo, os pedimos que intentéis agruparos en los coches, con el fin de no masificar la zona. Os rogamos que sigáis las indicaciones de la organización.

## **Distancias a la salida**

-Suelo duro (Orduña) → Aparcamiento (Abezia): 20 kms. Tiempo estimado 30 minutos.

- Aparcamiento → Centro de competición: entre 2000 y 2500 metros. Tiempo estimado: entre 20 y 40 minutos.

- Centro de competición → Salida día 1 y día 2: 0 metros.

## **Normas a seguir en carrera**

-En el mapa hay algunas vallas que están marcadas con X magenta. Está terminantemente prohibido saltarlas, siendo obligatorio pasarlas por los pasos marcados en el mapa.

-Los avituallamientos están debidamente señalizados y delimitados y está prohibido sacar las botellas de dicha zona.

-El incumplimiento de estas obligaciones o prohibiciones será motivo de descalificación del corredor, por las consecuencias que pudiera acarrear a la organización.

-Aquellos corredores que decidan abandonar la carrera deberán pasar a descargar su tarjeta electrónica, para que la organización tenga constancia de ello.

# Protocolo Sportident

Se empleará el sistema electrónico de control Sport Ident en todas las categorías. Todos los corredores deben comprobar en los listados de inscritos y horas de salida el número de tarjeta electrónica asignado para así poder comunicar con tiempo a la organización posibles errores.

## Otros datos

- Los recorridos se han de hacer en el orden establecido y picando todas las balizas. El corredor es responsable de comprobar el paso por cada control mediante señal acústica o luminosa de la estación SI. En caso de estar inutilizada, se deberá picar en las casillas del mapa con la pinza manual.
- El corredor es responsable de limpiar su tarjeta electrónica antes de cada prueba.

## Premios

- 3 primeros equipos de cada categoría en la carrera de relevos.
- 3 primeros hombres y 3 primeras mujeres de cada categoría en la carrera de larga distancia.

## Suelo duro

Habrará un suelo duro en el centro de Orduña. Abrirá sus puertas el viernes día 12 a las 20:00 y permanecerá abierto hasta el domingo día 14 a las 15:00h.

Desde la organización os pedimos que hagáis un buen uso de las instalaciones, manteniéndolas limpias en la medida de lo posible y depositando la basura en los contenedores exteriores. La luz se apagará a las 24:00h el viernes y a las 23:00h el sábado y se ruega silencio tanto a partir de dicha hora como a primera hora de la mañana, ya que no todos se levantan a la misma hora.

## Reglamento

La competición se ajustará a lo establecido en las normas FEDO (General y LEO 2009).

## Organigrama

Dirección y coordinación:	Urtzi Iglesias
Relaciones institucionales/	Sabin Ormaza
Trazados:	Zigor Garcia y Urtzi Iglesias
Responsable de salidas:	Jesús Casado
Responsable de llegadas:	Alberto Bóveda
Controladora Sportident:	Iker Etxebarria
Inscripciones:	Evelyn Schulze
Página web:	Arkaitz Mota
Prensa:	Urtzi Iglesias
Responsable balizadores:	Urtzi Iglesias
Responsable de logística:	Alberto Boveda
Suelo duro:	Exmo. Ayuntamiento de Orduña
Alojamiento:	Jon Ander Pikaza

*Cualquier novedad o cambio respecto a la información contenida en este boletín será expuesta en el tablón de anuncios de la prueba.*