

O'CERDANYA 2017

10-15 / 08 / 2017



BOLETÍN nº 2

CLUB
ORIENTACIÓ CATALUNYA



<http://ocerdanya.com>

club@clubcoc.cat

BIENVENIDA

Los tres clubes catalanes (COC, CCIO y COTE66) le dan la bienvenida a La Cerdanya para disfrutar de 6 días de orientación en un entorno montañoso.

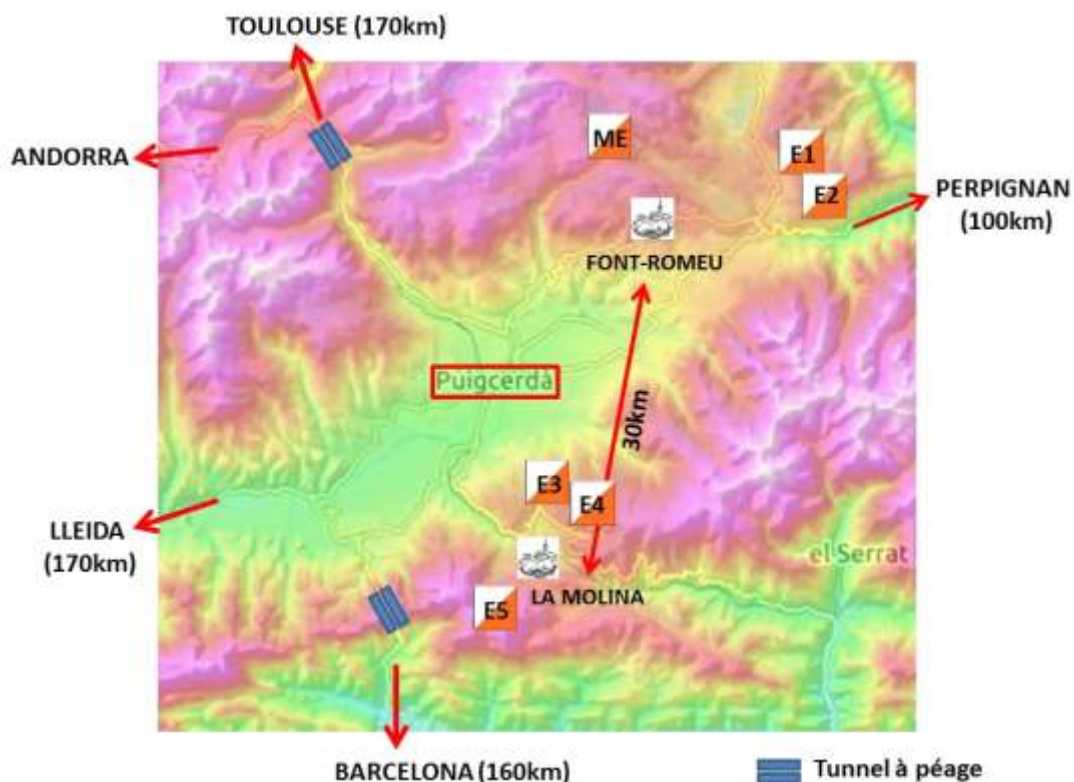
Esta organización trans-fronteriza es un reto que hemos querido afrontar, primero para haceros descubrir y amar este pequeño rincón de territorio al que estamos profundamente ligados, pero también porque estamos convencidos que el deporte de la orientación lleva inherentes unos valores de intercambio y compartición universales, y que las fronteras no tienen lugar a la hora de expresar estos valores. El profundo vínculo entre los voluntarios de O'Cerdanya, independientemente de su país de origen, nos invita a alentar igualmente a las federaciones de todos los países para que tiendan hacia la igualdad en el tratamiento de los orientadores, sin distinción de nacionalidad.

Sois cerca de 2000 los que habéis marcado en vuestra agenda deportiva esta cita, y nosotros os lo agradecemos enormemente. Haremos lo posible para estar a la altura de vuestras expectativas y os pediremos eventualmente que sean indulgentes con nosotros, ya que es la primera vez que nos ponemos al frente de una organización de esta envergadura.

Como el fin de nuestra pasión común es la de disfrutar buscando balizas, esperamos que os lo paséis tan bien buscándolas como nosotros lo hemos pasado poniéndolas.


¡En nombre de todos los voluntarios, el comité de organización os desea un buen O'Cerdanya!

LOCALITZACIÓ



PROGRAMA


10/08/17

 **Recepción** Font-Romeu, de 9h a 19h

La recepción estará localizada en Font-Romeu : **“L'entre-pot”**

Dirección: 94 Avenue Emmanuel Brousse

Coordenadas GPS: **2°02'33.4 E/42°30'19.0 N**

 **Model Event** Lago de las Bullosas (Lac des Bouillouses), de 9h a 21h


11/08/17

 **Etapa 1** Larga Distancia a La Llagonne, 9h


12/08/17

 **Etapa 2** Media Distancia a Sauto, 9h

13/08/17

 **Etapa 3** Media Distancia a Fontanals - Pla de les Forques, 9h

14/08/17

 **Etapa 4** Larga Distancia a Fontanals - Pla de les Forques, 9h

15/08/17

 **Etapa 5** Media Distancia a La Molina, 9h

 **Entrega de premios** La Molina, 13:30h

***** Las 2 primeras etapas puntúan para CN Francés y la Copa O'Pyrene.**

RECOMENDACIONES GENERALES

- **Aparcamiento**

- No se permitirá aparcar ningún vehículo en los lugares de aparcamiento de las carreras la víspera de las 4 primeras etapas.
- A pesar de nuestros esfuerzos, y teniendo en cuenta la falta de posibilidades que proporciona el entorno, no hemos podido encontrar un lugar para acomodar todos los vehículos cerca de la zona de competición. Por lo tanto, os pedimos que compartáis vehículo sistemáticamente (un mínimo de 3 personas por coche) para llegar a las zonas de carrera. Del respeto de esta regla dependerá el tiempo que necesitaréis para llegar a la zona de competición.
- Para las etapas 3 y 4 habrá un único sentido de circulación que se deberá respetar imperativamente.

- **Terrenos**

- Debemos compartir todas las zonas de carrera con el ganado (vacas y caballos) que se está a sus pastos veraniegos; ¡se trata de una particularidad de las carreras de orientación en verano en zonas de montaña! La presencia de terneros dentro de un rebaño puede dictar un comportamiento defensivo de las madres. Os rogamos que os acerquéis con precaución a los rebaños, bordeándolos si hace falta. Evidentemente, le pedimos que respete los cerrados y que los vuelva a cerrar si ha de abrir alguno. Los ganaderos se lo agradecen de antemano.
- Las zonas prohibidas, especialmente durante la etapa 2, donde se corre sobre un terreno militar, se deben respetar rigurosamente (en carrera y fuera de carrera).
- En los mapas hay marcados pasos para atravesar algunos hilados y / o vallas. Os rogamos que los utilicéis.
- El comité de organización apuesta por los "Residuos Cero" en las zonas de carrera. Os agradeceremos que nos ayudéis en esta tarea y os llevéis vuestros residuos.
- Se recomienda usar polainas.
- El terreno de la etapa 5 se comparte con ciclistas todo terreno (pistas de descenso). Recomendamos una prudencia extrema si necesitáis atravesar estas pistas (¡mirad bien hacia arriba!)

- **Varios**

- No somos meteorólogos, ¡pero sí conocemos por experiencia que las tormentas en la montaña deben considerarse de la manera más seria!
- Habrán WC secos en las etapas 1 a 4.
- Sólo habrá avituallamiento de agua en carrera a la etapa 4, tome sus medidas.
- No olvide que los efectos del sol se multiplican en altura. Protéjase.
- Está prohibido encender fuego o utilizar hornillos de gas al aire libre.

- **Seguridad**

- Habrá un equipo médico en el Centro de Competición.
- En caso de urgencia en carrera (accidente, ...) estarán activados 2 teléfonos:
 - Francés +33 786983079
 - Catalán / español +34 629776713

Recuerde que el roaming, sólo es gratuito si llamas a un teléfono de tu país, no si llamas a un teléfono de fuera.

- **A tener en cuenta**

- Sus horarios de salida figuran en su dorsal.
- Todos los mapas son a escala 1: 10000 (Excepto el Modelo Event, a 1: 7500).
- Las definiciones de los controles estarán impresas en el mapa. También habrá definiciones en papel disponibles en la salida.
- El sistema informático está preparado para poder utilizar *SportIdent Air*.

CIRCUITOS

Categorías	Nivel de Dificultad	E1		E2		E3		E4		E5	
		L(km)	D(m)	L(km)	D(m)	L(km)	D(m)	L(km)	D(m)	L(km)	D(m)
H21	A	11,8	540	5,6	230	5,6	215	12,0	465	5.8	200
H20	B	9,8	500	5,1	200	5,3	190	10,5	365	5.4	185
H35											
H18	C	9,6	340	4,9	170	5,0	165	8,8	330	5.2	160
H40											
H45	D	8,5	400	5,0	140	4,9	160	8,2	285	5.0	135
D20	E	7,4	280	4,6	140	4,8	150	7,0	285	4.6	110
D21											
D35	E2	6,2	220	3,9	130	3,7	135	5,7	235	4.2	95
H50	F	6,5	250	4,4	150	4,3	145	6,3	205	4.5	125
D18											
H55	G	5,4	280	3,5	90	3,4	100	5,6	190	3.7	80
D40											
D45	H	4,7	220	3,0	80	3,0	90	5,1	150	3.2	75
OPEN1											
H60	I	4,5	175	2,7	70	3,0	75	4,8	120	2.8	65
H65											
D50	I2	3,7	140	2,4	50	2,6	65	4,1	110	2.3	55
D55											
D60	J	2,9	100	2,0	50	2,0	60	3,0	75	1.9	40
D65											
D70+											
H70+											
H16	K	6,7	330	3,6	110	3,5	150	7,0	240	3.7	120
D16	L	5,1	230	3,1	110	3,2	120	5,3	160	3.1	120
H14	M	4,5	190	3,3	100	3,2	110	4,1	150	3.1	115
D14											
D12	N	2,9	150	2,7	60	2,7	75	2,4	95	3.0	100
H12											
OPEN2											
D10	O	1,7	75	2,6	20	2,1	50	1,8	50	2,6	75
H10											
Iniciació											
Encintat		2,1	65	1,8	20	2,1	50	1,8	50	3.0	90

	Salida ROJA
	Salida AZUL
	Salida AMARILLA

MODEL EVENT – LAS BULLOSES (LES BOUILLOUSES)



Acceso al lago de Las Bulloses a partir del Pla de Barrès (Coord. GPS: **2 ° 05'50 E / 42 ° 31'11 N**) con lanzadera de 7h30 a 19h; acceso libre a partir de las 20h aproximadamente.

Consejo: Trate de subir a Las Bulloses lo antes posible (hay menos riesgo de tormentas por la mañana) y no prevea el retorno demasiado tarde con la lanzadera (aunque es posible hasta las 21h) para no tener que esperar un largo rato en el lago de Las Bulloses!

Indicaciones: Desde la rotonda de Mont-Louis

Nota: El acceso será de pago para aquellos que no estén inscritos en el Model Event. No habrá ninguna opción de comprar mapas del Model Event en la Recepción el 10/08.

Mapa: Bones Hores – 2014

Funcionamiento: salida libre (base START a la llegada de la lanzadera en el lago de Las Bulloses). En el mapa habrá dibujados una veintena de controles de dificultad variable. Las balizas se quedarán puestas el 11/08.

Restauración: Sí

Notas sobre el mapa:

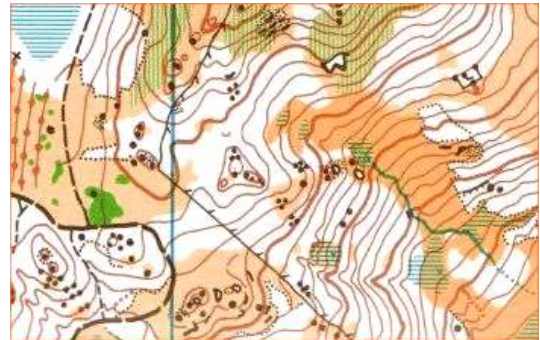
Para facilitar la legibilidad, sólo están cartografiados las rocas y cortados más destacables. Las rocas que tienen una gran parte enterrada se representan con el símbolo "montículo". Las colinas rocosas se representan como colinas normales.

Notas sobre el terreno:

La zona es entre abierta y semiabierto al 75%. Se trata de una zona de pastos para una gran cantidad de ganado (vacas y caballos).

Las partes boscosas, con detalle de relieve y de zonas de roca, aportan el lado técnico.

ETAPA 1 – COLL DE LA LLOSA – LD



Coordenadas GPS : 2°08'29.5 E / 42°32'08 N

Indicaciones: Des de la rotonda de Mont-Louis

Mapa: La Llose – 2017

Trazador : Jérôme CAVARROC

Distancias:

Parking-Recepción: 50m a 1000m

Recepción-Salida: 600m

Llegada-Recepción: 100m

Restauración: Sí

Notas sobre el mapa:

Hay una pequeña zona de humedal, de acceso prohibido, marcada en el mapa.

Notas sobre el terreno:

El terreno tiene un relieve marcado, dominado por el bosque y algunas zonas rocosas. Atención a ciertas zonas de árboles caídos (vestigios de numerosas tormentas), y también en zonas de retamas, que pueden ralentizar la progresión.

Las pistas utilizadas en invierno para hacer raquetas de nieve, y con paneles específicos de esta actividad a lo largo de los recorridos, también estarán marcados en el mapa.



ETAPA 2 – PUIG DE LA TOSSA – MD



Coordenadas GPS: 2°08'57.3 E /42°31'26 N

Indicaciones: Des de la rotonda de Mont-Louis

Mapa: La Tausse – 2017

Trazador: Ray HULSE

Distancias:

Parking-Recepción: 50m a 500m

Recepción-Salida AZUL y ROJA: 1000m i 800m, AMARILLA: 50 m

Llegada-Recepción: 100m

Restauración: NO

Notas sobre el mapa:

Símbolos específicos:

Cruz azul: abrevadero

Cruz negra: vehículo militar (tanque, etc.)

Círculo negro: otros objetos hechos por el hombre

Círculo verde: árbol aislado caducifolio, en las zonas abiertas o semiabiertas.

Notas sobre el terreno:

El terreno tiene un 50% de zona abierta o semiabierta (pastos) y un 50% de bosque (coníferas). La velocidad de carrera es más bien buena para las zonas de retama (en los pastos) y los árboles caídos en el bosque. El bosque "blanco" es, de todos modos, suficientemente denso como para ralentizar la carrera. Los árboles caídos no están cartografiados, excepto si ocupan zonas extensas; en este caso con el símbolo "vegetación baja".

El terreno es desnivelado, con bloques de roca, solos o agrupados. Algunos bloques pequeños (<1m) son claramente identificables sobre el terreno, pero son demasiado pequeños para figurar el mapa. Algunos bloques representados en el mapa (> 1m) son muy visibles desde abajo pero mucho menos desde el encima.

Hay unos 30 mojones dentro del bosque, de una altura aproximada de 50 cm; son demasiado

numerosos y están demasiado cerca unos de otros para figurar en el mapa.

Dentro de la zona abierta / semiabierta, las coníferas aisladas (muy numerosas) se dibujan como una mancha blanca dentro del amarillo.

La transición entre amarillo 100% y amarillo 50% no siempre es sencillo de ubicar; a menudo hay un cambio progresivo hacia un césped más alto y espeso o hacia algo más de retama.

Notas sobre la carrera:

Para los circuitos A a L se deberá atravesar una carretera (con presencia de controladores), con el tiempo neutralizado.



Zone interdite = zona prohibida
Accueil = recepción

CONSIDERACIONES PARA EL ACCESO Y PARKING **DE LAS ETAPAS 3 I 4 (PLA DE LES FORQUES)**

A la zona de competición de las etapas 3 y 4 (Pla de les Forques) no se podrá acceder hasta el mismo día de competición, y **sólo con los vehículos que vayan con un mínimo de cuatro ocupantes.**

Habrà un punto de encuentro para aquellos que tengan plazas disponibles o para los que quieran dejar su coche : [el parking de los Alabaus](#).



Los participantes que vengán con autocaravana podrán aparcar en la zona de competición en un espacio limitado, reservado exclusivamente para este uso. **Para acceder a esta zona sólo se podrá ir el día 12 por la tarde** (a partir de las 17h). Las autocaravanas que lleguen el día 13 deberán aparcar en el [parking de los Alabaus](#) para poder coger alguno de los coches que tenga plazas libres.

Hay que recordar que estamos en un espacio natural protegido y que aparcar la caravana fuera del espacio indicado no está permitido y puede ser sancionado por las autoridades

ATENCIÓN: las autocaravanas de más de 8 metros no podrán acceder a la zona de competición.

Dado el gran número de automóviles el día de la carrera y las dificultades de maniobrabilidad para aparcar las autocaravanas, no podemos asegurar la movilidad de estos vehículos para poder salir de la zona de carrera en las etapas 3 y 4, será necesario que esperen que las competiciones hayan terminado (aproximadamente a partir de las 17.00 h).

Está absolutamente prohibido hacer fuego y cocinar con camping gas fuera de la autocaravana. Igualmente, se prohíbe salir del espacio habilitado para los vehículos, dado que está muy cerca de la zona de competición.

- Camino desde el parking de los Alabaus hasta el acceso al Centro de Competición:



- Punto de acceso al Pla de les Forques desde la Collada de Toses:



ETAPA 3 – FONTANALS - PLA DE LES FORQUES – MD



Coordenadas GPS: **1°57'56.8" E / 42°21'35.1" N**

Indicaciones: Consultar croquis de las páginas anteriores.

Mapa: Pla de les Forques (Rui Antunes i José Batista – noviembre 2016)

Trazador: Carles LORÉ

Restauración: Servicio de bar (solo bebidas)

Notas sobre el terreno:

Terreno alpino mayoritariamente de bosque, con buena y media penetrabilidad, con zonas de pasto abiertas y rápidas en general. Las zonas de vegetación más densa ralentizan un 40-50% la velocidad de carrera.

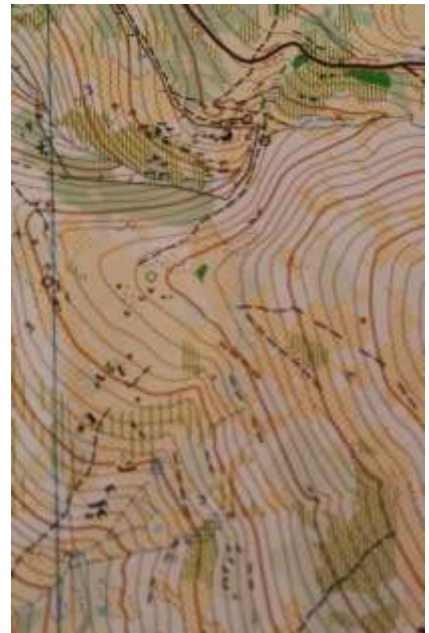
Muchos elementos puntuales, principalmente vegetación y montículos, con alguna roca y cortado. Poco detalle de curva de nivel.

Desnivel medio.


Atención al ganado, caballos y vacas.

Notas sobre los trazados:

Carrera rápida en general con no demasiados cambios de dirección debido al tipo de orografía del terreno donde se ha querido evitar desniveles fuertes y premiar la orientación precisa.



Notas sobre el mapa:

- El símbolo  representa tres tipos de elemento especial de vegetación:



Un árbol seco caído



Un árbol seco de pie



Una cepa

- Los pasos de vallas marcados en el mapa se encontrarán de esta manera sobre el terreno:



ETAPA 4 – FONTANALS – PLA DE LES FORQUES – LD



Coordenadas GPS : 1°57'56.8" E / 42°21'35.1" N

Indicaciones: Consultar croquis de las páginas 11 y 12.

Mapa: Pla de les Forques (Rui Antunes y José Batista – noviembre 2016)

Trazador: Carles LORÉ

Restauración: Servicio de bar (solo bebidas)

Notas sobre el terreno:

Terreno alpino mayoritariamente de bosque, con buena y media penetrabilidad, con zonas de pasto abiertas y rápidas en general. Las zonas de vegetación más densa ralentizan un 40-50% la velocidad de carrera.

Muchos elementos puntuales, principalmente vegetación y montículos, con alguna roca y cortado. Poco detalle de curva de nivel.

Desnivel suave.


Atención al ganado, caballos y vacas.

Notas sobre los trazados:

Carrera con posibilidad de elección de itinerario sobre todo en los tramos largos pero que no lo permite en los tramos cortos debido al tipo de terreno con fuerza visibilidad en general.






Nivel físico no demasiado exigente por ser la cuarta carrera de cinco, aunque suficiente para quedar satisfecho.

Notas sobre el mapa:

Las mismas que para la etapa 3 en cuanto lo que representa el símbolo 

ETAPA 5 – ESTACIÓN DE LA MOLINA – MD



-  Zona competició prohibida fins al final de la 5^a etapa
-  Centre de competició
-  Pàrking B --> Autocaravanas (seguir indicaciones a Parking 1,2)
-  Pàrking A --> Turismos (seguir indicaciones a Parking 4)
-  Carretera accés

Acceso por carretera siguiendo E9 / C162 --> Giv-4082 --> Gi400

Coordenadas GPS Parking A: 1°56'28.4"E / 42°20'13.3"N

Coordenadas GPS Parking B: 1°56'03.6"E / 42°20'05.7"N

IMPORTANTE: Rogamos que los participantes que no viajen en autocaravana aparken en el Parking A, donde se llega siguiendo las indicaciones "PARKING 4". Las autoridades de La Molina no nos permiten la ocupación del Parking B ("PARKING 1, 2") para nuestra actividad, excepto un espacio para autocaravanas. Seguid las instrucciones de los controladores de la organización.

Mapa: La Molina (Rui Antunes – noviembre 2016)

Trazador: Àngel PI

Distancias:

Parking-Recepción: 2 a 10 minutos

Recepción-Salida: 2 minutos a PRESALIDA de 25 minutos

Llegada-Recepción: 1 minuto

Restauración: Servicio de bar (solo bebidas)

Además, hay diferentes opciones en la estación de esquí de La Molina.

Notas sobre el terreno:

Terreno alpino en los entornos de la estación de esquí de La Molina.

Se recomienda llevar las piernas cubiertas, pues hay vegetación baja que puede pinchar.

Notas sobre el mapa:

Las X negras del mapa son elementos hechos por el hombre, casi siempre cañones de nieve, alguna figura de animal o bloques de hormigón bajos.

Notas sobre la carrera:

Dos salidas separadas harán que los circuitos más largos (M / W 18, M / W 20, M / W 21, M / W 35, M / W 40, M / W 45, M 50, M 55 I OPEN 1), que tomarán un telesilla para llegar a la salida, tengan bastante desnivel de bajada: atención a los tobillos.

Balizas muy próximas, habrá que comprobar los códigos.

La estación de esquí también se utiliza en verano para bicicletas de montaña, sobre todo en la modalidad de descenso. Por este motivo **habrá un paso obligado en la mayoría de circuitos para evitar una zona donde las bicicletas cogen mucha velocidad**. Igualmente pedimos máxima atención al cruzar o circular por senderos con presencia esporádica de ciclistas.

ATENCIÓN: Todas las categorías tendrán una pre-salida de 25 minutos al lado del centro de competición. Los participantes de las categorías que tienen la salida azul también tienen que pasar obligatoriamente por la pre-salida.

REGLAMENTO, RESULTADOS, ...

<http://ocerdanya.com>

