

O'CERDANYA 2017

10-15 / 08 / 2017



BUTLLETÍ n° 2

CLUB
ORIENTACIÓ CATALUNYA



<http://ocerdanya.com>

club@clubcoc.cat

BENVINGUDA

Els tres clubs catalans (COC, CCIO i COTE66) us donen la benvinguda a La Cerdanya per gaudir de 6 dies d'orientació en un entorn muntanyenc.

Aquesta organització trans-fronterera és un repte que hem volgut afrontar, primer per fer-vos descobrir i estimar aquest petit racó de territori al que estem profundament lligats, però també perquè n'estem convençuts que l'esport de l'orientació porta inherents uns valors d'intercanvi i compartició universals, i que les fronteres no tenen lloc a l'hora d'expressar aquests valors.

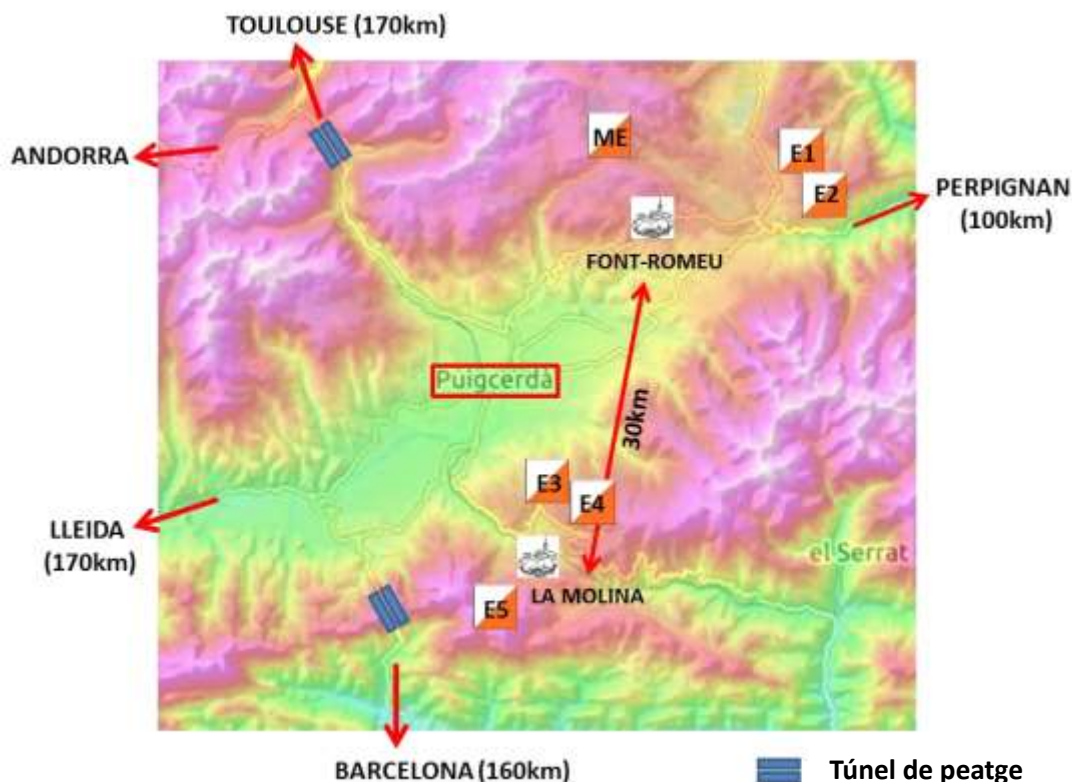
El profund lligam entre els voluntaris de O'Cerdanya, independentment del seu país d'origen, ens convida a encoratjar igualment a les federacions de tots els països perquè tendeixin cap a l'igualtat en el tractament dels orientadors, sense distinció de nacionalitat.

Sou prop de 2000 els que heu marcat a la vostra agenda esportiva aquesta cita, i nosaltres us ho agraïm enormement. Farem el possible per estar a l'alçada de les vostres expectatives i us demanarem eventualment que sigueu indulgents amb nosaltres, ja que és el primer cop que ens posem al front d'una organització d'aquesta envergadura.

Com que la finalitat de la nostra passió comuna és la de gaudir tot cercant fites, esperem que us ho passeu tan bé buscant-les com nosaltres ho hem fet posant-les.

En nom de tots els voluntaris, el comitè d'organització us desitja un bon O'Cerdanya!

LOCALITZACIÓ



PROGRAMA


10/08/17

 **Recepció** Font-Romeu, de 9h a 19h

El lloc de recepció estarà localitzat a l'Entre-Pôts, a 50m de l'Office de Tourisme),

 **Model Event** Llac de les Bulloses (Lac des Bouillouses), de 9h a 21h

11/08/17

 **Etapa 1** Llarga Distància a La Llagonne - Coll de la Llosa, 9h


12/08/17

 **Etapa 2** Mitja Distància a Sautó - Puig de la Tossa, 9h

13/08/17

 **Etapa 3** Mitja Distància a Fontanals - Pla de les Forques, 9h

14/08/17

 **Etapa 4** Llarga Distància a Fontanals - Pla de les Forques, 9h

15/08/17

 **Etapa 5** Mitja Distància a La Molina, 9h

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

***** Les 2 primeres etapes compten pel CN Francès i la Copa O'Pyrène.**

RECOMANACIONS GENERALS

• **Aparcament**

- No es permetrà aparcar cap vehicle als llocs d'aparcament de les curses la vigília de les 4 primeres etapes
- Malgrat els nostres esforços, i tenint en compte la manca de possibilitats que proporciona l'entorn, no hem pogut trobar un lloc per encabir-hi tots els vehicles a prop de la zona de competició. Per tant, us demanem que compartiu vehicle sistemàticament (un mínim de 3 persones per cotxe) per arribar a les zones de cursa. Del respecte d'aquesta regla dependrà el temps que us caldrà per arribar a la zona de competició.
- Per les etapes 3 i 4 hi haurà un únic sentit de circulació que s'haurà de respectar imperativament.

• **Terrenys**

- Hem de compartir totes les zones de cursa amb el bestiar (vaques i cavalls) que s'està a les seves pastures estiuenques; es tracta d'una particularitat de les curses d'orientació a l'estiu en zones de muntanya! La presència de vedells dins d'un ramat pot dictar un comportament defensiu de les mares. Us preguem que us apropem amb precaució als ramats, vorejant-los si cal. Evidentment, us demanem que respecteu els tancats i que tanqueu els torneu a tancar si n'heu d'obrir algun. Els ramaders us ho agraeixen per endavant.
- Les zones prohibides, especialment durant l'etapa 2, on es corre sobre un terreny militar, s'han de respectar rigorosament (en cursa i fora de cursa).
- Als mapes hi han marcats passos per travessar alguns filats i/o tanques. Us preguem que els feu servir.
- El comitè d'organització aposta pels "Residus Zero" a les zones de cursa. Us agraiem que ens ajudeu en aquesta tasca i us emporteu els vostres residus quan marxeu.
- Es recomana fer servir polaines
- El terreny de l'etapa 5 es comparteix amb ciclistes tot terreny (pistes de descens). Us recomanem una prudència extrema si us cal travessar aquestes pistes (mireu ben amunt!)

- **Diversos**

- No en sabem més que ningú de meteorologia, però sí que coneixem per experiència que les tempestes a la muntanya s'han de considerar de la manera més seriosa !
- Hi hauran WC secs a les etapes 1 a 4.
- Només hi haurà avituallament d'aigua en cursa a l'etapa 4, preneu les vostres mesures.
- No oblideu que els efectes del sol es multipliquen en alçada. Protegiu-vos.
- Està prohibit encendre foc o fer servir fogonets de gas a l'aire lliure.

- **Seguretat**

- Hi haurà un equip mèdic al Centre de Competició.
- En cas d'urgència en cursa (accident,...) estaran activats 2 telèfons :
 - Francès +33 786 983 079
 - Català / espanyol +34 629 776 713

Recordeu que el roaming, només és gratuït si truques a un telèfon del teu país, no si truques a un telèfon de fora.

- **A tenir en compte**

- Els vostres horaris de sortida figuren al vostre pitrall.
- Tots els mapes són a escala 1 :10000 (Excepte el Model Event, a 1:7500).
- Les definicions dels controls seran impreses al mapa. També hi hauran definicions en paper disponibles a la sortida.
- El sistema informàtic està preparat per poder fer servir SportIdent Air.

CIRCUITS

Categories	Nivell de Dificultat	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

	Sortida VERMELLA
	Sortida BLAVA
	Sortida GROGA

MODEL EVENT – LES BULLOSES (LES BOUILLOUSES)



Accés al lloc de Les Bulloses a partir del Pla de Barrès (Coordenades GPS : **2°05'50 E/42°31'11 N**) amb llançadora de 7h30 a 19h; accés lliure a partir de les 20h aproximadament.

Consell: Mireu de pujar a Les Bulloses el més aviat possible (menys risc de tempestes al matí) i no preveure un retorn massa tardà amb la llançadora (encara que és possible fins les 21h) per no haver d'esperar una llarga estona al llac de Les Bulloses!

Indicacions: Des de la rotonda de Mont-Louis

Nota: L'accés serà amb pagament per aquells que no estiguin inscrits al Model Event. No hi haurà cap opció de comprar mapes del Model Event a la Recepció el 10/08

Mapa: Bones Hores – 2014

Funcionament: sortida lliure (base START a l'arribada de la llançadora al llac de Les Bulloses). Al mapa hi hauran dibuixats una vintena de controls de dificultat variable. Les fites es quedaran posades el 11/08.

Restauració: Sí

Notes sobre el mapa:

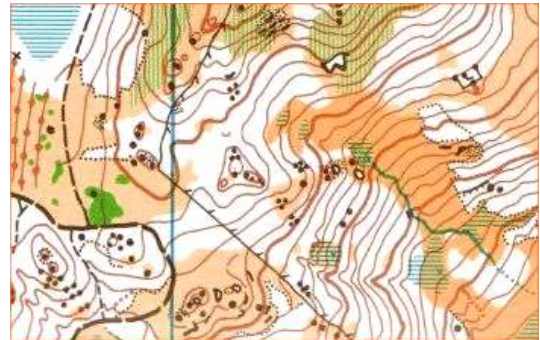
Per tal de facilitar la llegibilitat, només estan cartografiats les roques i tallats més remarcables. Les roques que tenen una gran part enterrada es representen amb el símbol "monticle". Els turons rocallosos es representen com turons normals.

Notes sobre el terreny :

La zona és entre oberta i semioberta al 75%. Es tracta d'una zona de pastures per una gran quantitat de bestiar (vaques i cavalls).

Les parts boscoses, amb detall de relleu i de zones de roca, aporten el costat tècnic.

ETAPA 1 – COLL DE LA LLOSA – LD



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

Indicacions: Des de la rotonda de Mont-Louis

Mapa : La Llose – 2017

Traçador : Jérôme CAVARROC

Distàncies:

Pàrquing-Recepció : 50m a 1000m

Recepció-Sortida : 600m

Arribada-Recepció: 100m

Restauració: Sí

Notes sobre el mapa:

Hi ha una petita zona d'aiguamoll, d'accés prohibit, marcada al mapa.

Notes sobre el terreny :

El terreny té un relleu marcat, dominat pel bosc i algunes zones rocalloses. Atenció a certes zones d'arbres caiguts (vestigis de nombroses tempestes), i també a d'altres zones de ginestes, que poden alentir la progressió.

Les pistes utilitzades a l'hivern per fer raquetes de neu, i amb panells específics d'aquesta activitat al llarg dels recorreguts, també estaran marcats al mapa.



ETAPA 2 – PUIG DE LA TOSSA – MD



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

Indicacions: Des de la rotonda de Mont-Louis

Mapa : La Tausse – 2017

Traçador : Ray HULSE

Distàncies:

Pàrquing-Recepció : 50m a 500m

Recepció-Sortida BLAVA i VERMELLA : 1000m i 800m, GROGA : 50 m

Arribada-Recepció: 100m

Restauració : NO

Notes sobre el mapa:

Símbols específics :

Creu blava : abeurador

Creu negra : vehicle militar (tanc, etc.)

Cercle negre : altres objectes fets per l'home

Cercle verd : arbre aïllat caducifoli, en les zones obertes o semiobertes.

Notes sobre el terreny :

El terreny té un 50% de zona oberta o semioberta (pastures) i un 50% de bosc (coníferes). La velocitat de cursa és més aviat bona per les zones de ginesta (a les pastures) i els arbres caiguts al bosc. El bosc "blanc" és, de totes maneres, suficientment dens com per alentir la cursa. Els arbres caiguts no estan cartografiats, excepte si ocupen zones extenses; en aquest cas amb el símbol "vegetació baixa".

El terreny és desnivellat, amb blocs de roca, sols o agrupats. Alguns blocs petits (< 1m) són clarament identificables sobre el terreny però són massa petits per figurar-ne al mapa. Alguns blocs representats al mapa (> 1m) són molt visibles des de sota però molt menys des del damunt.

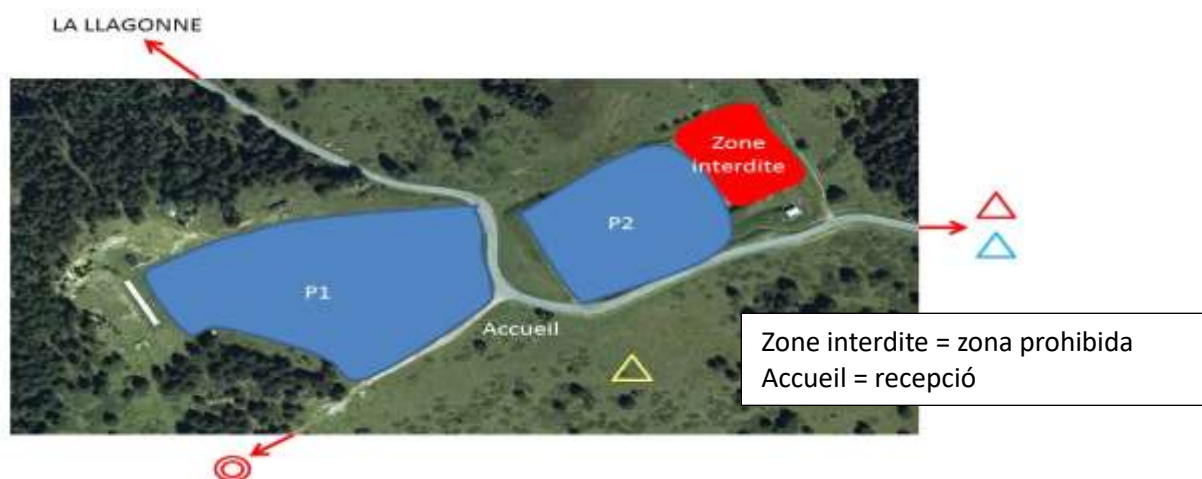
Hi han uns 30 mollons a dins del bosc, d'una alçada aproximada de 50 cm; són massa nombrosos i estan massa a prop els uns dels altres per figurar al mapa.

Dins de la zona oberta / semioberta, les coníferes aïllades (molt nombroses) es dibuixen com una taca blanca dins del groc.

La transició entre groc 100% i groc 50% no sempre és senzill de situar; sovint hi ha un canvi progressiu cap a una gespa més alta i espessa o cap a una mica més de ginesta.

Notes sobre la cursa:

Pels circuits A a L s'haurà de travessar una carretera (amb presència de controladors), amb el temps neutralitzat.



CONSIDERACIONS PER L'ACCÉS I APARCAMENT ETAPES 3 I 4 (PLA DE LES FORQUES)

A la zona de competició de les etapes 3 i 4 (pla de les Forques) no s'hi podrà accedir fins al mateix dia de competició, i **només amb els vehicles que vagin amb un mínim de quatre ocupants**.

Hi haurà un punt de trobada per aquells que hagin d'acabar d'omplir el cotxe o per als que vulguin deixar el seu i pujar amb algú altre que tingui places disponibles: [el pàrquing dels Alabaus](#).



Els participants que vinguin amb autocaravana podran aparcar a la zona de competició en un espai limitat, reservat exclusivament per a aquest ús. **Per accedir a aquesta zona només s'hi podrà anar el dia dotze a la tarda** (a partir de les 17h). **Les autocaravanes que arribin el dia 13 hauran d'aparcar al pàrquing dels Alabaus per poder agafar algun dels cotxes que tingui places lliures.**

Cal recordar que estem a un espai natural protegit i que aparcar la caravana fora de l'espai indicat no està permès i pot ser sancionat per les autoritats

ATENCIÓ: les autocaravanes de més de 8 metres no podran accedir a la zona de competició.

Donat el gran numero d'automòbils el dia de la cursa i les dificultats de maniobrabilitat per aparcar les autocaravanes, no podem assegurar la mobilitat d'aquest vehicles i per poder sortir de la zona de cursa a les etapes 3 i 4, **caldrà que esperin que les competicions hagin acabat** (aproximadament a partir de les 17.00 h).

Està absolutament prohibit fer foc i cuinar amb càmping gas fora de l'autocaravana . Igualment, es prohibeix sortir de l'espai habilitat per als vehicles, donat que està molt a prop de la zona de competició.

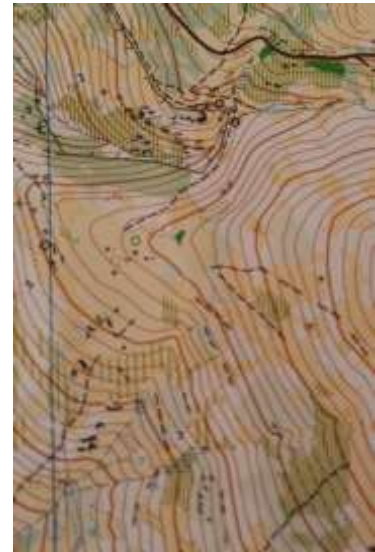
- Camí des del pàrquing d'Alabaus fins l'accés al Centre de Competició:



- Punt d'accés al Pla de les Forques des de la collada de Toses:



ETAPA 3 – FONTANALS - PLA DE LES FORQUES – MD



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

Indicacions: Consultar croquis més amunt

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

Traçador: Carles LORÉ

Restauració: Servei de bar (només begudes)

Notes sobre el terreny :

Terreny alpí majoritàriament de bosc, amb bona i mitjana penetrabilitat, amb zones de pastura obertes i ràpides en general. Les zones de vegetació més densa ralentitzen un 40-50% la velocitat de cursa.

Molts elements puntuals, principalment vegetació i monticles, amb alguna roca i tallat. Poc detall de corba de nivell.


Desnivell mig.

Atenció al bestiar, cavalls i vaques.

Notes sobre els traçats:

Cursa ràpida en general amb no massa canvis de direcció degut al tipus d'orografia del terreny on s'ha volgut evitar desnivells forts i si premiar l'orientació precisa.

Notes sobre el mapa:

- El símbol  representa tres tipus d'element especial de vegetació:



Un arbre sec caigut



Un arbre sec dempeus



Una soca

- Els passos de tanques marcats al mapa es trobaran d'aquesta manera sobre el terreny:



ETAPA 4 – FONTANALS – PLA DE LES FORQUES – LD



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

Indicacions: Consultar croquis més amunt

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

Traçador: Carles LORÉ

Restauració: Servei de bar (només begudes)

Notes sobre el terreny :

Terreny alpi majoritàriament de bosc, amb bona i mitjana penetrabilitat, amb zones de pastura obertes i ràpides en general. Les zones de vegetació més densa ralentinzen un 40-50% la velocitat de cursa.

Molts elements puntuals, principalment vegetació i monticles, amb alguna roca i tallat. Poc detall de corba de nivell.

Desnivell suau.


Atenció al bestiar, cavalls i vaques.

Notes sobre els traçats:

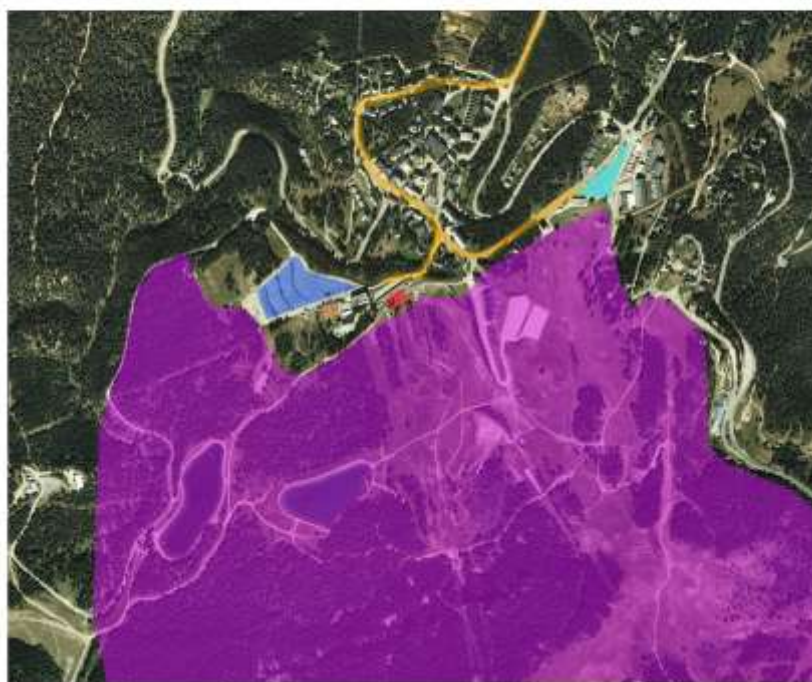
Cursa amb possibilitat de tria d'itinerari sobretot en els trams llargs però que no ho permet en els trams curts degut al tipus de terreny amb força visibilitat en general.






Nivell físic no massa exigent pel fet de ser la quarta cursa de cinc, encara que suficient per a quedar satisfet.

Notes sobre el mapa:

Les mateixes que per l'etapa 3 en quant el que representa el símbol 

ETAPA 5 – ESTACIÓ DE LA MOLINA – MD



-  Zona competició prohibida fins al final de la 5^a etapa
-  Centre de competició
-  Pàrking B --> Autocaravanes (seguir indicacions a Pàrking 1,2)
-  Pàrking A --> Turismes (seguir indicacions a Pàrking 4)
-  Carretera accés

Accés per carretera seguint E9 / C162 --> Giv-4082 --> Gi400

Coordenades GPS Pàrquing A: 1°56'28.4"E / 42°20'13.3"N

Coordenades GPS Pàrquing B: 1°56'03.6"E / 42°20'05.7"N

IMPORTANT: Preguem que els participants que no porten autocaravana aparquin al Pàrking A, a on s'arriba seguint les indicacions "PARKING 4". Les autoritats de La Molina no ens permeten que ocupem el Pàrking B ("PARKING 1,2") per la nostra activitat, excepte un espai per autocaravanes. Seguiu les instruccions dels controladors de l'organització.

Mapa: La Molina (Rui Antunes – novembre 2016)

Traçador: Àngel PI

Distàncies:

Pàrquing-Recepció : 2 a 10 minuts

Recepció-Sortida: 2 minuts a PRESORTIDA de 25 minuts

Arribada-Recepció: 1 minut

Restauració: Servei de bar (només begudes)

A més, hi han diferent opcions a l'estació d'esquí de La Molina

Notes sobre el terreny:

Terreny alpí als entorns de l'estació d'esquí de La Molina.

Es recomana també portar les cames cobertes, doncs hi ha vegetació baixa que pot punxar.

Notes sobre el mapa:

Les X negres del mapa son elements fets per l'home, quasi sempre canons de neu, alguna figura d'animal o blocs de formigó baixos.

Notes sobre la cursa:

Dues sortides separades faran que els circuits més llargs (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 agafaran un telecadira per arribar a la sortida, tinguin força desnivell de baixada: **vigileu els turmells.**

Fites molt properes, caldrà comprovar els codis.

L'estació d'esquí també és utilitzada a l'estiu per bicicletes de muntanya, sobretot en la modalitat de descens. Per aquest motiu **hi haurà un pas obligat en la majoria de circuits per evitar una zona on les bicicletes agafen molta velocitat.** Igualment demanem que estigieu atents quan creueu o circuleu pels corriol a la presència esporàdica de ciclistes.

ATENCIÓ: Totes les categories tindran una pre-sortida de 25 minuts al costat mateix del centre de competició. Els participants de les categories que tenen la sortida blava, també han de passar obligatòriament per la pre-sortida.

REGLAMENT, RESULTATS,...

<http://ocerdanya.com>

