

# BOLETIN INFORMATIVO 1

## OR ARASUNU-LA NOCTURNA

Tercera fecha del Circuito Paraguayo de Carreras de Orientación 2024 – Rankeable para la Asociación Paraguaya de Orientación Deportiva (APOD)

### SABADO 13 DE ABRIL DE 2024

Las carreras de orientación consisten en completar un recorrido pasando por puntos de controles balizados de color Blanco y Naranja con un código en él. Deberán marcar su paso por él, utilizando un dispositivo electrónico SiCard introduciendo en el orificio de la base colocado en la Baliza. El participante decide la ruta que le parezca más apropiada para ir de un control a otro, con la única ayuda de un mapa y una brújula.

### ORGANIZADOR Y NOMBRE DEL ORGANIZADOR DE LA COMPETICION

<b>Organizada por</b>	<b>: ARASUNU GROUP</b>
<b>Director de carrera</b>	<b>: Mario Popoff / Cel.: 0981 678336</b>
<b>Coordinadora Gral.</b>	<b>: Valeria Souza / Cel.: 0981 954197</b>
<b>Juez Controlador</b>	<b>: Julián Martínez</b>
<b>Juez Asistente</b>	<b>: Ilse Vázquez.</b>

### CRONOGRAMA DE LA COMPETENCIA

#### Inscripciones Habilitadas:

DEL Miércoles 27 DE Marzo AL **JUEVES 11 de abril del 2024 a las 17:00 Hs.** o hasta agotar los cupos habilitados.

#### SABADO 13 DE Abril:

17:00 hs a 18:00 hs Recepción de participantes

18:00 hs Primera largada

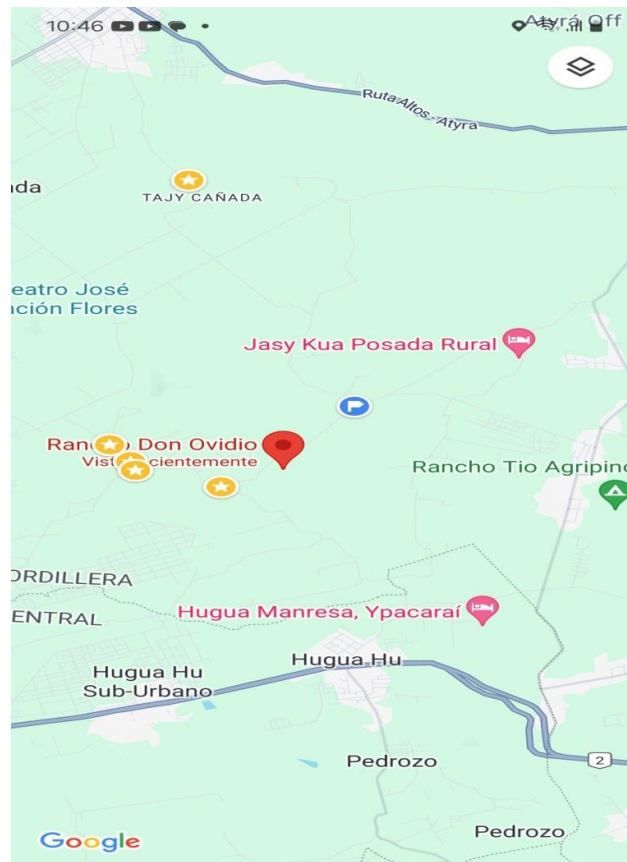
19:00 hs Última largada

21:00 hs Cierre de meta (se sacan las balizas)

22:30 hs Premiación

## LUGAR

RANCHO DON OVIDIO. HUGUA HU – SAN BERNARDINO



## TIPO DE CARRERA

### Lineal – Media Distancia

El perfil de la media distancia es la técnica. Se suele desarrollar en una zona no urbana y su característica fundamental es una navegación detallada, donde encontrar los controles debe constituir un reto. Requiere concentración constante en la lectura del mapa, con varios cambios en las salidas de los controles. El elemento de elección de ruta es esencial, pero no debe ser a expensas de la orientación, que debe ser técnicamente exigente. La carrera requerirá cambios de velocidad, por ejemplo, con tramos a través de diferentes tipos de terreno y vegetación.

## PROCEDIMIENTO ANTES DE LA CARRERA

**Todos los corredores deberán pasar por la recepción de participantes para:**

- Confirmar su presencia
- Firmar el "TERMINO DE RESPONSABILIDAD"
- DESLINDE DE RESPONSABILIDAD
- DESLINDE DE RESPONSABILIDAD(MENORES DE EDAD)
- Retirar el sistema de marcado de los controles SiCard(en caso de haber alquilado uno) Indispensable para realizar la carrera
- Dorsal

**Es muy recomendable** llegar con antelación suficiente. Cada corredor tendrá un horario de largada asignado previamente y será inamovible, por lo que, si un participante llega a tomar su salida de forma tardía, el tiempo transcurrido se le tomara como tiempo de carrera.

**OBS:** Se insta a los participantes que en caso de llegada tardía no apurar a los integrantes de la mesa de recepción.

## EN CARRERA



Cada baliza tiene un código diferente. Al llegar al control, el corredor deberá comprobar el código de dicho control si corresponde con el indicado en su descripción de controles para asegurarse de que esta en el lugar correcto. No todas las balizas colocadas en el campo corresponden al mismo recorrido, por lo que, marcar una baliza no correspondiente al recorrido que se está realizando o marcar una baliza en orden incorrecto será considerado como "error de tarjeta", quedando así como no clasificado y pasando al final de las posiciones.

## CATEGORIAS

### Rankeables:

Distribuido de la siguiente manera: Junior: M12, F12 - Juvenil: M15, F15 - Adulto: M18, F18 - Master: M40, F40 - Master B: M50, F50 - Elite: M18E, F18E

### NO Rankeables:

**Open.** (Todas las edades, es una categoría donde los nuevos pueden probar de que se trata el deporte) Los corredores menores de 12 años podrán participar en la competencia únicamente acompañados por un adulto. Estos corredores no clasifican para el ranking del CPCO.

## COSTO DE INSCRIPCION

MODALIDAD MEDIA DISTANCIA	CATEGORIA	COSTO
SOCIOS APOD	RANKEABLE	80.000
NO SOCIOS APOD	RANKEABLE	100.000
COSTO ALQUILER SICARD	RANKEABLE	20.000
OPEN	NO RANKEABLE	50.000

**\*OBS: Costo de inscripción Open ya incluye SiCard**

## PROCESO DE INSCRIPCIÓN

### *Servicronos*

Nuevos socios APOD: los costos de inscripción para socios estarán habilitados 48hs hábiles posterior al pago del canon correspondiente.

## ESCALA Y EQUIDISTANCIA DE LOS MAPAS

Escala 1:10.000 (tamaño de Hoja A4) / Equidistancia de 2m

Tiempo estimado para los ganadores: 35 min (masculino y femenino)

Intervalo de salida cada 1 min.

El tiempo máximo a marcar en carrera será de 120 min tanto para hombres como mujeres. El corredor que sale por la Largada deberá cruzar si o si la línea de meta por más que abandone la carrera. Para tener en cuenta si un corredor sigue o no en el circuito al pasar la hora establecida de cierre. El orden será sorteado.

## DESCRIPCIÓN DEL TERRENO, CLIMA Y POSIBLES RIESGOS

La zona de carrera está ubicada en la localidad de Hugua Hu – SAN BERNARNINO, situada en el departamento de CORDILLERA. La noche será el condimento más atractivo de esta fecha, los corredores tendrán áreas mixtas de carrera donde podrán recorrer en campo abierto, pequeñas pendientes caminos de tierra pasando después por zonas de bosques con arroyo y causes secos.

## ESTADO DEL CLIMA

Hay posibilidad de precipitaciones dispersas para la tarde según el pronóstico extendido, Las temperaturas estarán oscilando entre 21°C y 29°C.

**Obs:** La organización monitoreara y actualizara el estado de clima conforme se acerque la fecha del evento.

## PROCEDIMIENTO DE MARCACION SPORTIDENT

En caso de no contar con SiCard Propio, tendrán un SiCard que retirarán con su dorsal, el proceso de marcado será con el mismo. Sistema de Marcación con SportIdent. (No se admitirán SportIdent SIAC Active Card, contactless - )

## USO DEL SPORTIDENT

En caso de haber marcado incorrectamente una de las balizas y habiéndose dado cuenta del error, se podrá optar por marcar de vuelta de forma correlativa desde la baliza que fue marcada de forma errónea, (Ejemplo: se marcaron las balizas 1,2,3 y en vez de marcar la número 4 se marco la número 6, se deberá volver al número 4 y de ahí se marcaran siguiendo nuevamente el orden correlativo las balizas para continuar de forma correcta en carrera. En caso de que la base electrónica no esté funcionando, no haga el pitido ni tampoco encienda la luz(puede que haga uno de los dos lo que significa que la base está en funcionamiento), se utilizara la pinza de marcación, pinzando en el lugar del mapa indicado en una casilla R1, R2, R3



**OBS: La pérdida del SiCard Alquilado tendrá un costo de 50\$(Cincuenta Dólares Americanos)**

## NORMATIVA

Normativa del Circuito Paraguayo de Carreras de Orientación.

## PROTOCOLO DE LARGADA (UNICO)



## PROCEDIEMIENTOS ANTES DE LA SALIDA

Cada competidor deberá de estar en el local de la carrera por lo menos 30 minutos antes de su horario de salida.

Todos los competidores deberán realizar su acreditación en la mesa de recepción, para (1) confirmar su presencia, (2) firmar el "Termino de Responsabilidad" y (3) retirar el sistema de marcación, SiCard, y dorsal.

## PROCEDIMIENTO DE SALIDA

De la zona de recepción de los competidores al lugar de la salida podría haber que realizar una caminata corta de no más de 5 minutos. Este trayecto está marcado.

Hasta la zona de largada solo pueden llegar aquellos corredores que estén a 5 minutos de su largada.

En la zona de salida, una persona del staff irá llamado a los competidores según su horario de salida.

Antes de ingresar al Spot 1, cada competidor deberá limpiar y chequear su SiCard en preparación para la carrera.

### **SPOT 1:**

Ingresará el competidor que esté a 2 minutos de iniciar su carrera.

Los corredores irán ingresando de acuerdo con el horario de largada establecido antes del inicio de la competencia.

En este lugar, cada competidor tomará su tarjeta de descripción de controles de acuerdo con su categoría. Las tarjetas estarán dispuestas en unos sobres diferenciados por categoría.

### **SPOT 2:**

A esta zona ingresará aquel competidor al que le quede 1 minuto para iniciar su carrera.

Tomará el mapa correspondiente a su categoría y lo mantendrá boca abajo o doblado de tal manera que no pueda ver el contenido hasta que sea su horario de salida.

Aquellos competidores que larguen fuera de su horario marcado largarán en la siguiente tanda programada más cercana a ingresar al **SPOT 1**. El tiempo transcurrido desde el horario programado hasta el horario real de salida, se sumará al tiempo de carrera.

El triángulo de inicio, marcado en el mapa y señalizado en el terreno con una baliza es solo un apoyo para que el corredor pueda ubicarse con el mapa y el terreno.

Es obligatorio pasar junto al él, pero no hay que marcar. Habrá personal del **STAFF** de la organización que dará las indicaciones pertinentes para la preparación del SiCard.

**CARRIL 2 OPEN:** Sin horario de salida, comienzan la carrera cuando estén listos para hacerlo

## MATERIAL RECOMENDADO

No hay un listado de material obligatorio para la carrera, más allá del mapa facilitado por la organización.

Pero se recomienda llevar:

- Brújula (muy recomendado)
- Hidratación
- Calzado adecuado para una carrera a pie por el monte
- Calza larga
- Repelente
- Luces frontales
- Muñequera Descripción de Control
- Impermeable(recomendable)

## DETALLE DE LOS TRAMOS

<b>Categoría</b>	<b>Edad</b>	<b>Distancia</b>	<b>Desnivel</b>	<b>Puestos</b>	<b>Escala Mapa</b>
M18E	+18	-	-	-	1:10000
F18E	+18	-	-	-	1:10000
M18	18-39	-	-	-	1:10000
F18	18-39	-	-	-	1:10000
M40	40-49	-	-	-	1:10000
F40	40-49	-	-	-	1:10000
M50	+50	-	-	-	1:10000
F50	+50	-	-	-	1:10000
M15	15-17	-	-	-	1:10000
F15	15-17	-	-	-	1:10000
M12	12-14	-	-	-	1:10000
F12	12-14	-	-	-	1:10000
OPEN	Libre	-	-	-	1:10000

**Obs:** en el boletín nro. 2 estaremos actualizando los datos de la planilla de detalle de los tramos

## OPORTUNIDAD DE ENTRENAMIENTO

Taller de Orientación impartido por ZYE Or.

Lugar : Parque Ñu Guazú

Día : Jueves 04 de Abril

Hora : 19hs

## HORA DE LARGADA DE CADA COMPETIDOR

La hora de largada será asignada por sorteo el VIERNES 12 de Abril a las 20:00hs y publicado por las redes sociales y medios digitales a las 21:00hs

## HOSPEDAJE

EL PC CENTRAL Rancho don Ovidio cuenta con zonas de camping y lugares para el alojamiento de los corredores que deseen disfrutar de las instalaciones del local

**TELÉFONO: 0981-230.492**

## **ESTACIONAMIENTO**

EL PC CENTRAL Rancho don Ovidio cuenta con lugar de estacionamiento iluminado y controlado para mayor seguridad de los competidores

**COSTO:** 5.000Gs por vehículo.

## **PREMIOS**

- Para cada categoría trofeos hasta el 3er puesto
- Categoría Elite 1er Puesto: Inscripción a la prueba media del 1º Campeonato Paraguayo de Orientación – 02/03 noviembre 2024
- Todos los competidores que terminen la prueba tendrán una medalla **FINISHER**