

BOLETIN INFORMATIVO N°2

SAPUKAI AVENTURA

Sapukai

SPRINT

**DOMINGO 11
AGOSTO 2024**

SAN BERNARDINO



BOLETIN INFORMATIVO N°2

SAPUKAI AVENTURA

SAPUKAI AVENTURA

Director de carrera: ILSE LORENA VAZQUEZ INVERNIZI

Mapa y Trazado: JULIAN MARTINEZ

e-mail: sapukaiaventura@gmail.com

Teléfono para información: 0972 465091

Juez Controlador: Mario Popof

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

TIPO DE CARRERA

SPRINT

El perfil de Sprint es la alta velocidad. Prueba la capacidad de los atletas de leer e interpretar el mapa en entornos complejos, y planificar y llevar a cabo elecciones de ruta que se ejecutan a alta velocidad. El recorrido debe planificarse para que la velocidad sea mantenida durante toda la carrera. El recorrido puede requerir escalada, pero la pendiente obligará a los competidores a evitarla. Encontrar los controles no debe ser el motivo; sino más bien la habilidad de elegir y completar la mejor ruta hacia ellos. Por ejemplo, la salida más obvia de un control, no necesariamente debe ser la más favorable. Tiempo Ganador: 12-15 minutos

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 asegurar que está en el lugar correcto. No todas las balizas colocadas en el campo corresponden a un mismo recorrido, por lo que, marcar una baliza no correspondiente a tu recorrido o marcada en un orden incorrecto será considerado como «error en tarjeta» y quedarán como no clasificado y pasarán al final de las posiciones.

Uso de Sportident: En Caso de haber marcado mal y se dieron cuenta, tiene que volver a marcar correctamente de forma correlativa desde el error, (Ejemplo, marcaron 1, 2, 3, y en el 4 marcaron el 6, deben ir a marcar el 4, luego 5 y de nuevo el 6 y ahí continuar la correlatividad), en caso de que la base electrónica no esté funcionando, no haga pitido ni tampoco se prenda la luz (puede que solo haga uno de los dos, pero significa que si está funcionando), se utiliza la pinza de marcación, pinzando en el lugar del mapa indicado en una casillas R1,R2,R3.

CRONOGRAMA DE LA COMPETENCIA

JUEVES 18 DE JULIO: Apertura de inscripciones

JUEVES 8 de AGOSTO: (20:00hs): Cierre de inscripciones

SABADO 10 DE AGOSTO: (08:00 hs) Publicación de horarios de salida
Categoría Rankeable CPCO 2024

DOMINGO 11 DE AGOSTO:

08:00 hs a 09:00 hs Recepción de participantes

09:30 hs Primera largada

10:30 hs Ultima largada

11:00 hs Cierre de meta (se sacan las balizas)

11:30 hs Premiación

CENTRO DE COMPETICIÓN

SAN BERNARDINO CENTRO. DEPARTAMENTO DE CORDILLERA.

CATEGORIAS

RANKEABLE PARA EL CPCO 2024

- Junior: M12, F12: 12 a 14 años
- Juvenil: M15, F15: 15 a 17 años
- Adulto: M18, F18: 18 a 39 años
- Master: M40, F40: 40 a 49 años
- Master B: M50, F50: 50 años en adelante
- Elite: M18E, F18E: 18 años en adelante

NO RANKEABLE PARA EL CPCO 2024

- OPEN: Todas las edades, es una categoría donde los nuevos atletas pueden probar de que se trata el deporte, niños menores de 12 años deben estar acompañados de un adulto responsable.

COSTO DE INSCRIPCION

COSTO DE INSCRIPCIÓN

Modalidad – Sprint	Categoría	Costo
Socios Apod	Rankeable	Gs. 80.000
No socio Apod	Rankeable	Gs. 100.000
Costo sicard por día	Rankeables	Gs. 20.000
OPEN	No rankeable	Gs. 50.000

***Open: el Sicard ya incluye la inscripción y podrán anotarse hasta en el día de la carrera**

PROCESO DE INSCRIPCIÓN



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

Prueba de SPRINT- Lineal

Escala 1:4000 (tamaño de Hoja A4) / Equidistancia de 5m

Tiempo estimado para los ganadores: 15 min (masculino y femenino)

Intervalo de salida cada 2 min.

El tiempo máximo a marcar en carrera será de 50 minutos 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.

ÁREAS PROHIBIDAS

Las zonas prohibidas estarán marcadas con el símbolo 709 520 (verde oliva)s



DESCRIPCIÓN DEL TERRENO, CLIMA Y POSIBLES RIESGOS

Como la carrera será en zona urbana, el transito será abierto, por lo que los corredores tendrán que tener en cuenta los vehículos que transiten por él lugar, recomendamos usar las veredas para recorrer. Las temperaturas estarán oscilando entre 12°C y 27°C.

HORA DE LARGADA DE CADA COMPETIDOR

La hora de largada será asignada por sorteo el VIERNES 09 de Agosto a las 20:00hs y publicado por las redes sociales el SABADO 10 de Agosto a las 08:00 hs

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)

NORMATIVA

Normativa del Circuito Paraguayo de Carreras de Orientación

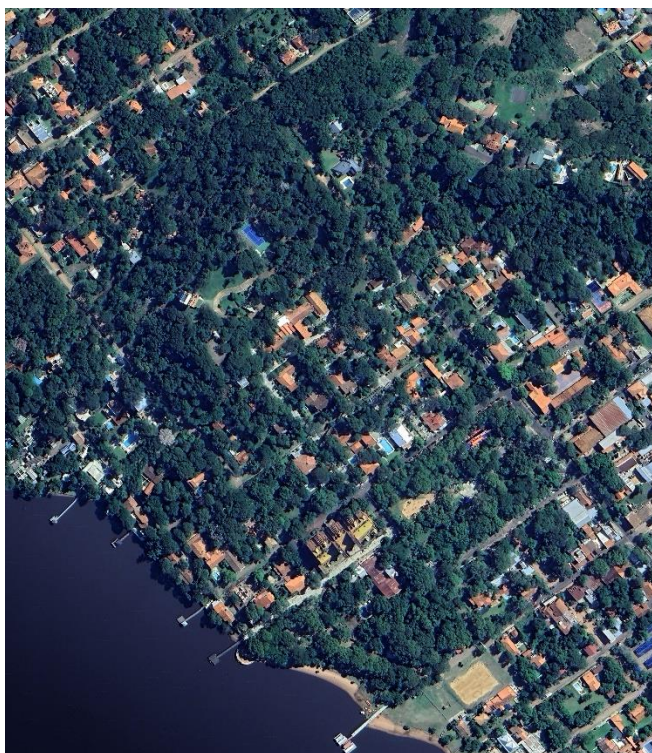
MATERIAL RECOMENDADO

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

Se recomienda llevar:

- Brújula (muy recomendado)
- Hidratación
- Calzado adecuado para una carrera a pie por el monte
- Repelente
- Bloqueador solar
- Muñequera Descripción de Control

ZONA DE CARRERA



CENTRO DE SAN BERNARDINO

PUNTO DE REUNIÓN: PLAZA BERNARDINO CABALLERO

RESUMEN DE RECORRIDOS

Recorrido	Controles	Longitud	Desnivel
M18E	16	2,4 km	155 m
F18E	13	2,4 km	155 m
M18	13	2,0 km	105 m
F18 - M40	13	2,0 km	105 m
F40 - M50	11	2,0 km	105 m
F50 - F15 - M15	13	1,8 km	105 m
F12 - M12 - OPEN	12	1,3 km	55 m

PROTOCOLO DE LARGADA

PARQUE CERRADO

Habr  1 carril de largada, con 2 Spots.

SPOT 1: Entrar  el participante que est  a 2 minutos de comenzar su carrera. Para ingresar a este lugar, un voluntario, llamar  al corredor que est  a dos minutos de largar y tomar  su tarjeta de descripción de puestos, de acuerdo a su categoría, de un sobre nombrado como tal.

SPOT 2: Entrar  cuando qued  un minuto para iniciar. Tomar  mapa, de acuerdo a su categoría, de un sobre nombrado como tal. Lo doblara en 2, tapando el contenido de este, hasta que sea su hora de largada. Los corredores que lleguen tarde saldrán con la tanda que este por ingresar al SPOT 1, siguiendo los pasos de esa misma tanda. El triángulo marcado en el mapa y que cuenta con una baliza sobre el terreno, es solo un apoyo para poder ubicarse con el mapa y la realidad, es obligatorio pasar junto al él, pero no hay que marcar.

PREMIOS

Medallas para Corredores que realicen Podio hasta el 3  lugar y corredores finisher.