

**29
MAR**

CAACUPE
Urbanización
Alba Rocío



ULTREIA.PY
OUTDOOR

CARRERA de ORIENTACIÓN

**DISTANCIA
MEDIA**

BOLETIN

INFORMATIVO 1



2da Fecha
Circuito Paraguayo
de Carreras de Orientación
2026



www.apodorientacion.com



DATOS DE LA COMPETICIÓN

- Director de carrera: Carlos Barrail
- E-mail: ultreia.py@gmail.com
- Web: www.ultreiapy.com
- Teléfono para información: 0981459446 – Carlos Barrail
- Centro de Competición: Urbanización Alba Rocio – Caacupe.
- **Fechas:** Domingo 29 de marzo de 2026 09:00hs
- **Formato de carrera:** Media Distancia.
- Juez Controlador: Ignacio Cantos
- Encargado del Cronometraje: Bryan Barrail

TIPO DE CARRERA

Media Distancia.

El perfil de Media distancia es la velocidad y navegación. La carrera de orientación de media distancia es una disciplina de ritmo rápido que prioriza la navegación técnica precisa y la toma de decisiones bajo presión sobre la resistencia pura. Con una duración típica de 25 a 35 minutos, combina lectura detallada de mapas, uso constante de brújula y carreras a alta intensidad en terreno técnico.

Tiempo Ganador: 30-35 minutos

EN CARRERA

¿COMO ES?

- 1 Se te entrega un mapa
- 2 En el mapa hay puestos que encontrar en orden
- 3 Quien complete el circuito más rápido es el ganador

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.



PROGRAMA DE LA COMPETICIÓN

- Sábado 28 de febrero: Apertura de Inscripción
- Miércoles 25 de marzo: Cierre de Pre-inscripción
- Viernes 27 de marzo: Cierre de Inscripción
- Sábado 28 de marzo: Entrenamiento/práctica – taller de Orientación deportiva (sin costo)
- **Domingo 29 de marzo: PRUEBA MEDIA DISTANCIA**
- 08:00hs a 09:00hs: Recepción de participantes
- 09:15hs: Primera largada
- 09:55hs: Última largada
- 11:15hs: Cierre de meta (se sacan las balizas).
- 11:30hs Premiación hasta le 3er puesto de c/ categoría.

CATEGORÍAS Y RESTRICCIONES A LA PARTICIPACIÓN

RANKEABLES PARA EL CPCO 2026

- 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 RANKEABLES PARA EL CPCO 2026

- **OPEN** (todas las edades, es una categoría donde los nuevos pueden probar de que se trata el deporte, competidores menores de 12 años acompañados de un adulto responsable)

COSTO DE INSCRIPCIÓN

Modalidad - Sprint	Categoría	Costo
Socio APOD Categorías de +18 años	Rankeable	Gs. 80.000
No socio APOD Categorías de +18 años	Rankeable	Gs. 100.000
Categoría JUNIOR Y JUVENIL*	Rankeable	Gs. 50.000
OPEN*	No rankeable	Gs. 30.000
Alquiler de Sicard por carrera	No Rankeable	Gs. 20.000

*Categoría Junior y Juvenil en su costo de inscripción incluye Sicard.

*Categoría Open en su costo de inscripción incluye Sicard.



PROCESO DE INSCRIPCIÓN:



INSCRIBITE AQUÍ

Nuevos socios APOD: los costos de inscripción estarán habilitados 48hs de su aceptación.

LISTADO DE INSCRIPTOS AQUÍ

ÁREAS PROHIBIDAS

URBANIZACION ALBA ROCIO.

BARRIO AZCURRA - CAACUPE

PECULIARIDADES DE LA COMPETICIÓN

Como la carrera será en zona loteada, el tránsito será abierto, por lo que los corredores tendrán que tener en cuenta los vehículos que transiten por él lugar, recomendamos prestar atención en las intersecciones de caminos y picadas recién abiertas.

En fines de marzo iniciamos la transición al otoño, recomendamos estar pendientes del pronóstico del tiempo para estar preparados ante el clima que se nos presente.

VIENTO → 17 km/h	RÁFAGAS  25 km/h	SENSACIÓN TÉRMICA  32°	LLUVIA  0 mm
NIEVE  0 cm	NUBES  33 %	PROB. DE PRECIPITACIÓN  20 %	RADIACIÓN UV  -
HUMEDAD  78 %	PRESIÓN  1011 hPa	AMANECER  06:53	ANOHECER  18:55



HOSPEDAJES

Posada Luis Alberto. Teléfono de contacto: 0984 148 070, con María Rufina Machuca.

PERMISO DE ENTRADA

No es Necesario

MATERIAL RECOMENDADO

No hay un listado de material obligatorio para la carrera, más allá del mapa y de la tarjeta de control facilitados por la organización. Pero se recomienda llevar:

- Brújula (**muy recomendado**)
- Calzado adecuado para una carrera a pie
- Bloqueador solar
- Muñequera Descripción de Control
- Repelente de mosquitos y protector solar.

OPORTUNIDADES DE ENTRENAMIENTO

Sábado 28 de marzo 2026 – 14:00hs JBZA

Lugar de encuentro: Estacionamiento de Jardín Botánico



PROCEDIMIENTO ANTES DE LA LARGADA

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 (MENOR DE EDAD)
(lo puede descargar de Aquí y llevarlo Firmado para agilizar el trámite)
- Retirar el sistema de marcado de los controles SiCard (en caso de haber alquilado uno), indispensable para realizar la carrera.
- Dorsal

Importante llegar con la antelación suficiente. Cada corredor tendrá una hora de largada asignada previamente. Será inamovible, por lo que, si un participante llega a tomar su salida más tarde, el tiempo transcurrido se le tomará como tiempo de carrera. (favor de no apurar a la mesa de recepción de participantes si llegan tarde)

NORMATIVA

Normativa del Circuito Paraguayo de Carreras de Orientación 2026.

PROCEDIMIENTO DE MARCACION SPORTIDENT

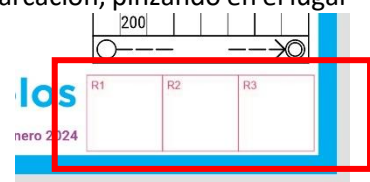
En caso de no contar con SiCard Propio, tendrán un SiCard que retirarán con su dorsal, el proceso de marcado será con el mismo. Para marcar los puestos deberán introducir el SiCard dentro del orificio de la Base, esperar a que emita uno o dos pitidos y/o haga un sonido.



(La función contactless para el SportIdent SIAC Active Card – no estará activada).

En Caso de haber marcado mal un puesto y se dieron cuenta, tiene que volver a marcar correctamente de forma correlativa desde el error, (Ej: marcaron 1, 2, 3, y en vez del 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 Reserva: R1,R2,R3.

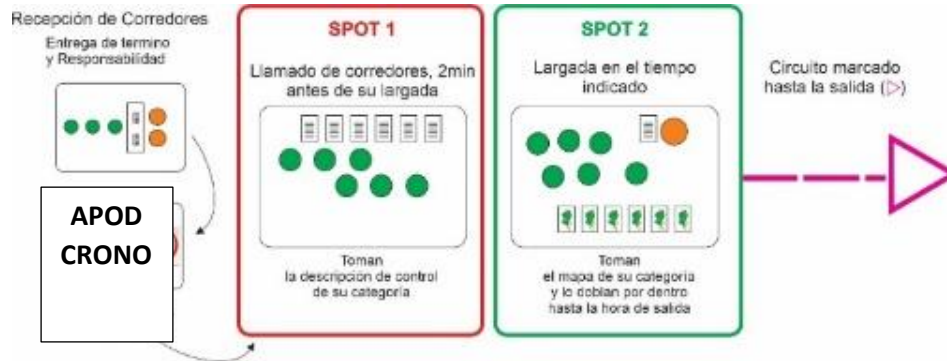
La pérdida del SiCard alquilado tendrá un costo de 50USD (Cincuenta Dólares Americanos)





PROTOCOLO DE LARGADA (UNICO).

Habr  2 carril de largada, con 2 Spots.



Carril 1 CPCO

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 tomará su tarjeta de descripci3n de puestos, de acuerdo a su categoría, de un sobre nombrado como tal. Total responsabilidad del corredor tomar el Correcto.

SPOT 2:

Entrar  cuando qued  un minuto para iniciar. Tomar  mapa, de acuerdo a su categoría, de un sobre nombrado como tal. Controlar  que su categoría este escrita en el mapa, lo doblar  en 2, tapando el contenido del mismo 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.

Habr  personal de la organizaci3n dando las indicaciones pertinentes para el preparado del SiCard. La categoría Open no tiene horario de largada, se presenta en la zona de largada y sale.

Carril 2 OPEN: Sin horario de salida, comienzan la carrera cuando est n listos de hacerlo.



MAPA GENERAL DE LA ZONA DE CARRERA.



Mapa de la competencia: 1:7.500

DETALLES DE LOS TRAMOS

CATEGORÍA	EDAD	DISTANCIA	DESNIVEL	PUESTOS	ESCALA MAPA
M18E	+18	PROX			1:7500
F18E	+18				1:7500
M18	18-39				1:7500
F18	18-39				1:7500
M40	40-49				1:7500
F40	40-49				1:7500
M50	+50				1:7500
F50	+50				1:7500
M15	15-17				1:7500
F15	15-17				1:7500
M12	12-14				1:7500
F12	12-14				1:7500
OPEN	Libre				1:7500

Distancia, Desnivel y puestos en el próximo boletín

El tiempo del ganador de cada categoría es de 30 a 35 min

Se asignará a cada competidor un horario de salida específico, que se publicará en un listado 24 horas antes del inicio de la competición. El intervalo de salida general será de 1 minuto por tanda DE HASTA 3 CORREDORES DE DISTINTAS CATEGORIAS, comenzando a las 09:15hs.

Cabe destacar que la categoría Open no está sujeta a un horario de salida específico y los competidores pueden comenzar su participación en cualquier momento entre las 09:15hs y el cierre programado de salida a las 09:55hs.



DISPOSICIÓN DÍA DE CARRERA

El PC central cuenta con baño y energía eléctrica, más detalles en el próximo boletín

PREMIOS

- Para cada categoría medallas y trofeos hasta el 3er puesto
- Categoría Elite 1er puesto: Inscripción a la prueba MEDIA DISTANCIA del CAPOD 2026
- Todos los competidores que terminen la prueba tendrán una medalla de reconocimiento.