

VII TROFEO EXTREMADURA DE ORIENTACIÓN CAMPEONATO IBÉRICO

6ª Liga Española Sprint

6-9_DIC_2024

VALLE DEL AMBROZ
EXTREMADURA

BOLETÍN Nº 4

www.fexo.org



UNIÓN EUROPEA

Fondo Europeo Agrícola de Desarrollo Rural:
Europa invierte en las zonas rurales



Consejería de Agricultura, Ganadería
y Desarrollo Sostenible



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE AGRICULTURA, PESCA
Y ALIMENTACIÓN



DESARROLLO INTEGRAL
DEL VALLE DEL AMBROZ

1. PRESENTACIÓN	3
2. COMITÉ ORGANIZADOR.....	4
2.1 Organización	4
2.2 Organigrama ejecutivo.....	4
3. LOCALIZACIÓN	5
3.1 Mapa de sedes y localizaciones	5
3.2 Distancias de referencia.....	5
4. PROGRAMA	6
5. INSCRIPCIONES	8
5.1 Plazos de inscripción	8
5.2 Categorías y cuotas de inscripción	8
5.3 Cuotas de otros servicios	9
5.4 Solicitud de facturas.....	9
6. NORMATIVA	10
7. INFORMACIÓN TÉCNICA	11
7.1 Model Event.....	11
7.2 E.1. Distancia Intermedia Hervás	11
7.3 E.2.1. Distancia Media – Jarilla.....	14
7.4 E.2.2 Sprint - Baños de Montemayor	17
7.4 E.3. Larga distancia – Hervás.....	20
7.4 E.4. Distancia Media –Hervás.....	23
7.5 Entrega de Trofeos.....	25
7.6 Entrenamientos	25
7.7 Horas de salidas	26
8. CENTROS DE COMPETICIÓN	26
9. SECRETARÍA Y COORDINACIÓN GENERAL.....	28
9.1 Directorio de contacto	28
10. COMUNICACIÓN	28
10.1 Seguimiento de la competición	28
11. SERVICIOS.....	29
11.1 Cómo llegar	29
11.2 Alojamiento	29
11.2.1 Alojamiento en Suelo Duro	29
11.2.2 Alojamiento privado	30
11.2.3 Zona de autocaravanas	30
11.3 Turismo: qué hacer o ver durante la competición.....	31

1. PRESENTACIÓN

La práctica deportiva en Extremadura supone, en todo su territorio, un abanico lleno de posibilidades, pero si además le añades ingredientes como el otoño y el Valle del Ambroz, además, se convertirá en una experiencia única.

La comarca natural del **Valle del Ambroz**, situada al norte de la provincia de Cáceres reúne un conjunto de cualidades y características que, tanto por su historia, patrimonio, recursos naturales y su gente, son de esos sitios a los que, cuando vas, igual te planteas si te quedas.



Hervás



Baños de Montemayor

Con un terreno excepcional para la práctica de la Orientación, el Valle del Ambroz vuelve a acoger el Trofeo de Extremadura 2024, además del Campeonato Ibérico, abriéndose así, una vez más, a quienes deseen disfrutar de una competición inolvidable, a la vez que poder experimentar las cualidades de los pueblos de esta comarca, y más aún, en una época del año, en la que podemos garantizar que vivirás un verdadero **Otoño Mágico**.

Los tres enclaves elegidos en esta ocasión serán Baños de Montemayor, Hervás y Jarilla. Tres municipios que no te dejarán indiferente y en los que, durante el fin de semana que dura la competición podrás, además de practicar la Orientación, adentrarte en una parte de Extremadura con multitud de servicios y recursos para disfrutar, en plena naturaleza.



Jarilla

2. COMITÉ ORGANIZADOR

2.1 Organización

ENTIDADES E INSTITUCIONES ORGANIZADORAS

- Consejo Superior de Deportes.
- Federación Española de Orientación.
- Federación Extremeña de Orientación.
- Club Alcor Extremadura.
- Junta de Extremadura.
- Dirección General de Deportes.
- Fundación Jóvenes y Deporte.
- Diputación de Cáceres.
- DIVA.
- Ayuntamientos de Hervás, Baños de Montemayor y Jarilla.

2.2 Organigrama ejecutivo

La organización del **VII Trofeo de Extremadura de Orientación** cuenta con un equipo de personas coordinadas desde la Federación Extremeña de Orientación y el Club Alcor Extremadura, quien cuenta con una amplia y extensa trayectoria en la gestión y organización de eventos deportivos, y en especial, de Orientación.

ORGANIGRAMA EJECUTIVO

DIRECCIÓN	■ José Antonio Carrasco.
DIRECCIÓN TÉCNICA	■ Daniel Portal Gordillo.
JUEZ CONTROLADOR	■ Julio Garrido.
EQUIPO DE CAMPO	■ José Samper, Daniel Portal, Isaac Hernández, Pablo Ferrando, Álvaro García, Nerea González, Luis Martín De los Ríos.
TRAZADORES	■ José Samper, Daniel Portal e Isaac Hernández.
JUECES	■ Abel Otero Ramírez.
CRONOMETRADORES	■ Carlos Otero Ramírez.
SALIDAS	■ Manuel Villafaina Arce y Francisco García Hidalgo.
SECRETARÍA	■ Club Alcor Extremadura.
INSCRIPCIONES	■ Estrella M. Gordillo. Club Alcor Extremadura.
COMUNICACIÓN	■ Club Alcor Extremadura.
PRODUCCIÓN	■ Club Alcor Extremadura FEXO.
SEGURIDAD Y LOGÍSTICA	■ Club Alcor Extremadura FEXO.

3. LOCALIZACIÓN

El **VII Trofeo de Extremadura de Orientación** se llevarán a cabo en el Valle del Ambroz, en el Norte de Cáceres, muy próximos a la provincia de Salamanca, abarcando un total de 3 términos municipales: Hervás, Baños de Montemayor y Jarilla.

Un enclave rural, donde prevalece las zonas de Dehesa y Robledal con algunas zonas de pinares más aisladas, como principal entorno natural, y toda la riqueza propia de este modelo de ecosistema tan característico en Extremadura, donde será fácil identificar señas de identidad tan destacadas en nuestra tierra.

La distancia media entre las diferentes localidades sedes es de 25 km, lo cual ofrecerá una buena movilidad durante el desarrollo de las diferentes pruebas de la competición.

En cuanto al acceso y comunicación, desde diferentes puntos de Extremadura y el resto de España, la principal vía de conexión es la Vía de la Plata A-66, eje sobre el que se ubican los 3 municipios participantes, y que enlaza, por el Norte, con Salamanca y el sur con Plasencia-Cáceres.

3.1 Mapa de sedes y localizaciones

Para una mejor ubicación y accesibilidad, se recogerá en un mapa específico las diferentes ubicaciones y localizaciones de interés del evento, así como otros recursos de interés. Podrá accederse a dicha información, además, a través de la página web oficial de la competición.

[Mapa y sede de localizaciones](#)

3.2 Distancias de referencia

DISTANCIAS ENTRE LOCALIDADES DE LA COMPETICIÓN			
	Baños de Montemayor	Hervás	Jarilla
Baños de Montemayor	-	7,3 km	22 km
Hervás	7,3 km	-	20 km
Jarilla	22 km	20 km	-

4. PROGRAMA




PROGRAMA GENERAL - VII Trofeo de Extremadura de Orientación 2024

FECHA		PRUEBA	LUGAR	PUNTUABLE
E1	6 DIC	INTERMEDIA Distancia	Hervás	Liga Española O-pie VII Trofeo de Extremadura
E2.1	7 DIC	MEDIA Distancia	Jarilla	Cto. Iberico Liga Española O-pie VII Trofeo de Extremadura
E2.2	7 DIC	SPRINT Distancia	Baños de Montemayor	Cto. Iberico Liga Española Sprint VII Trofeo de Extremadura
E3	8 DIC	LARGA Distancia	Hervás	Cto. Ibérico Liga Española O-pie VII Trofeo de Extremadura
E4	9 DIC	MEDIA Distancia	Hervás	VII Trofeo de Extremadura


Información del programa del **VII Trofeo de Extremadura de Orientación** con los datos principales. La información específica sobre ubicación de zonas de aparcamientos, accesos, etc., se recogen en una sección aparte.

PROGRAMA AVANZADO - VII Trofeo de Extremadura de Orientación 2024

4 DIC	PROGRAMA	LUGAR	UBICACIÓN
-	Publicación Horas de Salida.	Web oficial	Ir a web.

5 DIC	PROGRAMA	LOCALIDAD	UBICACIÓN
10:00h.	Model Event. <ul style="list-style-type: none"> Mapa: disponible en la web para descarga e impresión. 	Plaza de Toros de Hervás	 Ver ubicación
18:00h a 21 h:00	Apertura de Secretaría. <ul style="list-style-type: none"> Recogida de Dorsales y alquiler de la tarjeta SIAC. Lugar: Próximamente. 	Baños de Montemayor	C.T. El Solitario  Ver ubicación
19h00	Apertura de Suelo Duro. Pabellón de Deportes Baños de Montemayor.	Baños de Montemayor	 Ver ubicación

E1	6 DIC	PROGRAMA	LUGAR	UBICACIÓN
	10:00h.	Apertura Secretaría y Centro de Competición.	Hervás	 Ver ubicación
	11:00h.	E1. Distancia Intermedia. ▪ Primeras salidas. ▪ Tiempo máx. carrera 150'.		
	13:00h.	Últimas salidas. ▪ Cierre de Meta. 150', tras última salida.		
E2.1	7 DIC	PROGRAMA	LUGAR	UBICACIÓN
	09:00h.	Apertura Secretaría y Centro de Competición.	Jarilla	 Ver ubicación
	10:00h.	E2.1. Media Distancia. ▪ Primeras salidas. ▪ Tiempo máx. carrera 110'.		
	12:00h.	Últimas salidas. ▪ Cierre de Meta. 110', tras última salida.		
E2.2	7 DIC	PROGRAMA	LUGAR	UBICACIÓN
	14:30h.	Apertura Secretaría y Centro de Competición.	Baños de Montemayor	 Ver ubicación
	14:00h.	E2.2. Sprint. Cierre del área prohibida.		
	14:30 h.	Apertura cuarentena Junto al centro de competición Para Categorías: M/F E-M/F 20E / M/F 18E		
	15:30h.	E.2.2. Sprint. ▪ Primeras salidas. ▪ Tiempo máx. carrera 50'.		
	17:30h.	Últimas salidas. ▪ Cierre de Meta. 50', tras última salida.		
	18:00h	Entrega de Premios Distancia Intermedia Liga Española		
E 3	8 DIC	PROGRAMA	LUGAR	UBICACIÓN
	08:30h.	Apertura Secretaría y Centro de Competición.	Hervás	 Ver ubicación
	09:30h.	E.3. Larga Distancia. ▪ Primeras salidas. ▪ Tiempo máx. carrera 180'.		
	11:45h.	Últimas salidas. ▪ Cierre de Meta. 180', tras última salida.		
	14:00h.	Entrega de premios Campeonato Ibérico. Entrega de premios Trofeo Extremadura		

E4	9 DIC	PROGRAMA	LUGAR	UBICACIÓN
09:00h.	Apertura Secretaría y Centro de Competición.		Hervás	 Ver ubicación
10:00h.	E.4. Media Distancia. <ul style="list-style-type: none"> Primeras salidas. Tiempo máx. carrera 105´. 			
11:45h.	Últimas salidas. <ul style="list-style-type: none"> Cierre de Meta. 105´, tras última salida. 			
Nota	Obsequio para los participantes en la distancia media del día 9.			

5. INSCRIPCIONES

El proceso de inscripción al **VII Trofeo de Extremadura de Orientación** se realiza a través de la plataforma SICO de la FEDO.

ACCESO A PLATAFORMA SICO - FEDO

5.1 Plazos de inscripción

PRUEBAS					APERTURA DE INSCRIPCIONES	FIN DE INSCRIPCIONES SIN RECARGO	FIN DE INSCRIPCIONES CON RECARGO
E1	E2.1	E2.2	E3	E4	3 de octubre 2024	22 de noviembre 2024	25 de noviembre 2024

5.2 Categorías y cuotas de inscripción

Nota: los/as deportistas no federados/as no pueden participar en categorías oficiales, sólo pueden participar en las categorías open.

PRUEBAS MEDIA Y LARGA DISTANCIA						
CATEGORÍA	FEDERADOS/AS		NO FEDERADOS/AS		EXTRANJEROS/AS	
	S/R	C/R	S/R	C/R	S/R	C/R
U10	8 €	10 €	-	-	12 €	14 €
Masculino/Femenino 12-20	8 €	10 €	-	-	12 €	14 €

Masculino/Femenino 21-75	12 €	14 €	-	-	16 €	18 €
Open Amarillo	8 €	10 €	10 €	12 €	12 €	14 €
Open Naranja, Rojo y Negro	12 €	14 €	14 €	16 €	16 €	18 €
PRUEBA SPRINT						
CATEGORÍA	FEDERADOS/AS		NO FEDERADOS/AS		EXTRANJEROS/AS	
	S/R	C/R	S/R	C/R	S/R	C/R
U10	8 €	10 €	-	-	12 €	14 €
Masculino/Femenino 12-20	8 €	10 €	-	-	12 €	14 €
Masculino/Femenino 21-75	8 €	10 €	-	-	12 €	14 €
Open Amarillo	8 €	10 €	10 €	12 €	12 €	14 €
Open Naranja, Rojo y Negro	8 €	10 €	10 €	12 €	12 €	14 €

5.3 Cuotas de otros servicios

Además de la inscripción de cada participante, se establecen los siguientes servicios complementarios y tarifas correspondientes:

OTROS SERVICIOS	CUOTA
Recargo inscripción	2 €
Alquiler Tarjeta SIAC	3 €/día
Cambio de número de tarjeta, tras cierre de inscripción, y hasta tomar la salida.	3 €
Cambio de número de tarjeta, tras tomar la salida.	5 €

5.4 Solicitud de facturas

Los/as deportistas inscritos/as oficialmente, clubes o federaciones, que deseen solicitar factura de las inscripciones, o prestación de servicios complementarios, deberán realizarlo a través del formulario específico habilitado para ello. Todos los datos solicitados en el formulario son obligatorios.

Una vez recibida la solicitud de factura, se comprobarán los datos enviados desde el departamento de contabilidad de la Organización; en caso de ser preciso confirmar algún dato se contactará a través del email registrado en el formulario.

La emisión y envío de la factura solicitada se realizará en un periodo mínimo de tres días, a partir del día siguiente a la finalización del evento.

ACCESO A FORMULARIO DE FACTURAS

6. NORMATIVA

El VII Trofeo de Extremadura de Orientación se desarrollarán bajo la siguiente normativa y reglamentos de la FEDO y FEXO:

NORMATIVA	ACCESO
Normativa Liga Española de Orientación y Sprint 2024 FEDO	Ver normativa.
Normativa Liga Extremeña de Orientación 2024 FEXO	Ver normativa.

Durante toda la competición, los/as participantes deben seguir las instrucciones de los/as jueces y personal de la Organización.

Se recuerda, además, lo siguiente:

- La programación de las pruebas podrá sufrir modificaciones por necesidades organizativas.
- **Se corre con dorsal FEDO. Excepto federados portugueses, otras nacionalidades y los deportistas con licencia de prueba a los que la organización proporcionará dorsales.**
- **Las horas de salida se publicarán en la web oficial** de la prueba una vez finalizado el período de inscripciones. Es responsabilidad de cada deportista llegar puntual a la salida.
- En competición está prohibido seguir o ayudar a otros/as corredores/as, salvo en caso de accidente.
- Al cruzar la línea de meta, el/a corredor/a habrá terminado su recorrido y deberá seguir las indicaciones de jueces y personal de la Organización.
- Los mapas no se recogerán en meta, recordad y practicad: JUEGO LIMPIO.
- Aunque no se complete el recorrido, es OBLIGATORIO pasar por meta para controlar los/as participantes que faltan por llegar.
- Con la participación en la competición, la Organización solicita la adhesión de los/as participantes al **Código de Conducta Verde** establecido para la misma, como pauta y compromiso por una práctica sostenible del deporte.

7. INFORMACIÓN TÉCNICA

7.1 Model Event

HERVÁS Castañar Gallego Oeste



Escalas: 1:7500 // 1:10000 // 1:15000

Se publicará en la web oficial para descargar. Gratuito.

Se aconseja no acceder al mapa en vehículo, el parking será el mismo de la larga y media de Hervás/ Castañar Gallego.

Distancia a la salida y meta del Model Event. 1000m. No prebalizado

7.2 E.1. Distancia Media – Hervás – Baños de Montemayor

E.1 DISTANCIA INTERMEDIA – HERVÁS	
UBICACIÓN	Castañar Gallego - Hervás
CENTRO DE COMPETICIÓN	 Ver ubicación
APARCAMIENTOS	Plaza de Toros de Hervás y alrededores.  Ver ubicación
CARTÓGRAFO	Rui Antunes y José Batista zona antigua 2019. Ramón García Catalán, zona nueva y actualización vegetación 2024.
TRAZADOR	Daniel Portal Gordillo
ESCALA	1/10.000 – 1/7.500
EQUIDISTANCIA	5 metros.
PRESALIDA	-16´ desde el centro de competición. 700 metros a s1 y 600 metros a s2 (ambas desnivel 30 metros).
META	<i>En el centro de competición.</i>
TIEMPO MÁXIMO DE CARRERA	150´
AVITUALLAMIENTOS	Avituallamiento liquido al finalizar la prueba.
COMENTARIO DEL CARTOGRAFO	Terreno de castaños y robles con alguna zona de pino de repoblación en la zona alta del mapa. El desnivel es muy exigente sobre todo cuánto más al sur del terreno vayamos, hacia las partes altas del mapa. La velocidad de carrera debido a la vegetación, sin tener en cuenta el desnivel, es alta excepto en zonas del este, sureste y algunas zonas del

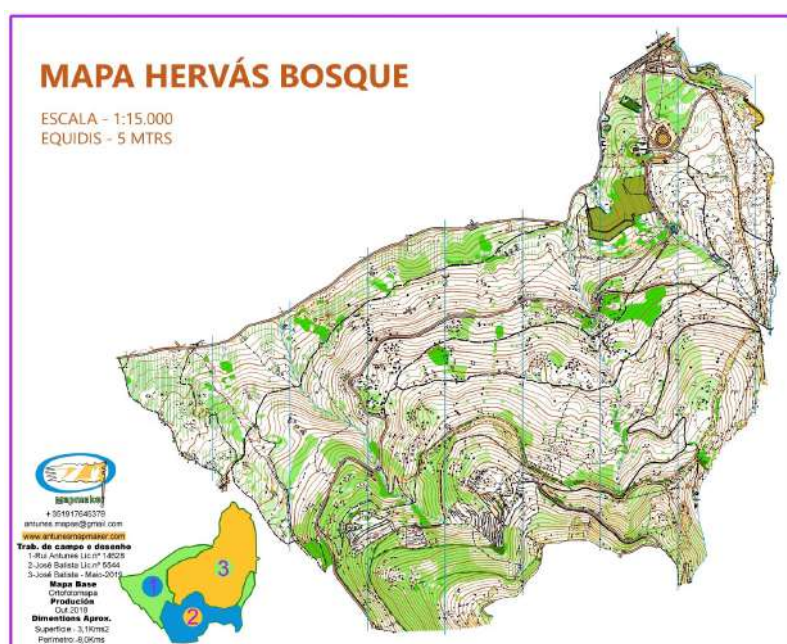
centro norte. En la parte central y norte del mapa abundan los muros de contención, símbolo 513. Según la norma cartográfica sólo se pueden representar aquellos muros de contención de, al menos, 21 m de longitud. Dada la abundancia de este elemento en longitudes inferiores a este mínimo se ha considerado representar también aquellos relevantes y que superen los 18 m de longitud. Aun así, hay muchos otros de longitudes inferiores no dibujados. Existen muchas terrazas repartidas por todo el mapa que han sido representadas con el símbolo 115, elemento destacable del terreno (triángulo marrón). Hay alguna zona donde hay abundantes castaños caídos, estas zonas se han representado con el rayado de votación con buena visibilidad, símbolos 407 y 409. El símbolo 531, x negra, es una estación meteorológica.

**DESCRIPCIÓN TÉCNICA Y
COMENTARIOS DEL
TRAZADOR**

El Castañar de Hervás es un entorno único en nuestra península para la práctica de nuestro deporte. El terreno tiene desniveles moderados-acusados y el bosque llegando al final del otoño casi sin hojas darán una gran visibilidad, aunque no por ello fácil de correr. La hoja tapa el suelo y las ramas y árboles caídos son constantes en el terreno que junto a los desniveles dificulta mantener un ritmo de carrera alto. Las lluvias iniciales del otoño han hecho que crezca las zarzas y vegetación baja bastante.

Casi todos los trazados cuentan con una parte inicial de subida con tramos físicos, un tramo de elección de ruta y una parte final en bajada.

MAPA ANTIGUO HERVÁS 2019



E.1. DISTANCIA INTERMEDIA HERVAS



Categoría	Distancia (m)	Desnivel (m)	Controles	Salida	Escala / equidistancia
FE	5150	275	19	S1	1:10.000 / 5 metros
ME	6150	370	24	S1	1:10.000 / 5 metros
U10	1730	65	7	S1	1:7.500 / 5 metros
F12	2260	115	10	S1	1:7.500 / 5 metros
F14	3000	175	12	S1	1:10.000 / 5 metros
F16	3510	220	12	S1	1:10.000 / 5 metros
F16/18B	3330	175	12	S1	1:10.000 / 5 metros
F18E	4180	230	13	S1	1:10.000 / 5 metros
F20E	4350	240	16	S1	1:10.000 / 5 metros
F21A	4110	225	15	S1	1:10.000 / 5 metros
F21B	3080	175	11	S1	1:10.000 / 5 metros
F35A	4580	240	16	S1	1:10.000 / 5 metros
F35B	3070	160	10	S1	1:10.000 / 5 metros
F40	4200	235	15	S1	1:10.000 / 5 metros
F45	3820	235	13	S1	1:10.000 / 5 metros
F50	3120	200	11	S1	1:10.000 / 5 metros
F55	2780	175	10	S1	1:7.500 / 5 metros
F60	2750	150	10	S1	1:7.500 / 5 metros
F65	2490	130	9	S1	1:7.500 / 5 metros
F70	2110	110	9	S1	1:7.500 / 5 metros
F75	2110	110	9	S1	1:7.500 / 5 metros
M12	2970	145	11	S1	1:7.500 / 5 metros
M14	3500	220	14	S1	1:10.000 / 5 metros
M16	4030	235	16	S1	1:10.000 / 5 metros
M16/18B	3880	235	15	S1	1:10.000 / 5 metros
M18E	4680	280	16	S1	1:10.000 / 5 metros
M20E	5350	350	21	S1	1:10.000 / 5 metros
M21A	5250	325	19	S1	1:10.000 / 5 metros
M21B	3560	200	13	S1	1:10.000 / 5 metros
M35A	5390	315	19	S1	1:10.000 / 5 metros
M35B	3510	180	11	S1	1:10.000 / 5 metros
M40	4940	305	16	S1	1:10.000 / 5 metros
M45	4650	285	16	S1	1:10.000 / 5 metros
M50	4490	265	15	S1	1:10.000 / 5 metros
M55	4410	225	15	S1	1:7.500 / 5 metros
M60	3860	220	14	S1	1:7.500 / 5 metros
M65	3560	185	14	S1	1:7.500 / 5 metros
M70	2840	180	11	S1	1:7.500 / 5 metros
M75	2510	135	9	S1	1:7.500 / 5 metros

Open Amarillo	1390	55	6	S2	1:7.500 / 5 metros
Open Naranja	2650	125	10	S2	1:7.500 / 5 metros
Open Rojo FEM	3280	175	12	S2	1:10.000 / 5 metros
Open Rojo MAS	3620	200	14	S2	1:10.000 / 5 metros
Open Negro FEM	3510	175	13	S2	1:10.000 / 5 metros
Open Negro MAS	4100	235	16	S2	1:10.000 / 5 metros

ÁREAS DE META CENTRO DE COMPETICIÓN Y PARKING. INTERMEDIA Y LARGA HERVÁS



7.3 E.2.1. Distancia Media – Jarilla

E.2.1 DISTANCIA MEDIA - JARILLA	
UBICACIÓN	Jarilla.
CENTRO DE COMPETICIÓN	 Ver ubicación
APARCAMIENTOS	 Ver ubicación
CARTÓGRAFO	Ricardo García Dengra.
TRAZADOR	José Samper García
ESCALA	Por cuestiones de legibilidad del mapa todas las categorías correrán en 1:7.500
EQUIDISTANCIA	5 metros.

PRESALIDA	.-14' 700 m. Desde el Centro de Competición.
META	En Centro de Competición.
TIEMPO MÁXIMO DE CARRERA	110 minutos
AVITUALLAMIENTOS	Avituallamiento liquido al finalizar la prueba.
DESCRIPCIÓN TÉCNICA Y COMENTARIOS DEL TRAZADOR	<p>Solventadas todas las dificultades de autorizaciones para poder disfrutar de una extraordinaria zona de competición para una carrera de Media Distancia y adaptarnos a cada uno de los cambios para recibir las autorizaciones correspondientes, creemos que los amantes de la orientación, desde los más pequeños a los menos jóvenes, por una vez y sin que sirva de precedente, no me vais a criticar demasiado.</p> <p>El área inicial es una dehesa extremeña, que da para que nuestros peques demuestren sus conocimientos, sin la posibilidad de que se pierdan, los tenemos cercados, a los "élites" para que alcancen su máximo nivel físico, pero cuidado que llega el "muro" y aquí la dehesa se convierte en un berrocal, con fuertes pendientes, para terminar con otro tramo de dehesa que servirá para llegar a la meta extenuado y feliz. Y por supuesto no me olvido de los míos/as, sobre todo de ellas, espero haber conseguido "El recorrido feliz". Bueno, eso creía yo.</p> <p>Eso sí. Un extraordinario trabajo Cartográfico de nuestro RICHI.</p>

CENTRO DE COMPETICIÓN / PARKING MEDIA DISTANCIA JARILLA





E.2.1. DISTANCIA MEDIA – JARILLA

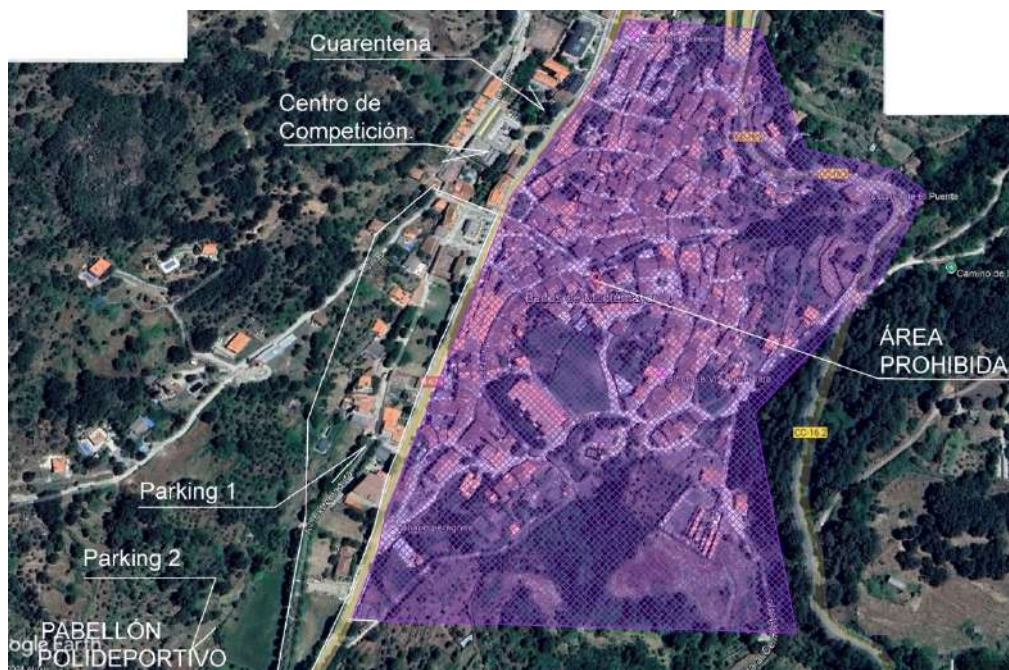
Categoría	Distancia (m)	Desnivel (m)	Controles	Salida	Escala / equidistancia
FE	3920	155	14	S1	1:7.500
ME	4920	195	20	S1	1:7.500
U10	1550	25	9	S1	1:7.500
F12	2150	45	11	S1	1:7.500
F14	2790	65	11	S1	1:7.500
F16	3350	125	11	S1	1:7.500
F16/18	3230	95	14	S1	1:7.500
F18E	3430	135	14	S1	1:7.500
F20E	3670	140	15	S1	1:7.500
F21A	3250	100	14	S1	1:7.500
F21B	2870	85	11	S1	1:7.500
F35A	3510	135	15	S1	1:7.500
F35B	2940	85	12	S1	1:7.500
F40	3240	130	12	S1	1:7.500
F45	3200	120	12	S1	1:7.500
F50	3150	115	11	S1	1:7.500
F55	3060	110	12	S1	1:7.500
F60	2870	90	10	S1	1:7.500
F65	2400	60	10	S1	1:7.500
F70	2290	55	10	S1	1:7.500
F75	2290	55	10	S1	1:7.500
M12	2270	40	10	S1	1:7.500
M14	2980	80	13	S1	1:7.500
M16	3460	115	13	S1	1:7.500
M16/18	3350	100	13	S1	1:7.500
M18E	3560	125	14	S1	1:7.500
M20E	4250	155	15	S1	1:7.500
M21A	3650	145	13	S1	1:7.500
M21B	3070	90	10	S1	1:7.500
M35A	4270	160	14	S1	1:7.500
M35B	3240	95	12	S1	1:7.500
M40	4050	150	15	S1	1:7.500
M45	3880	150	13	S1	1:7.500
M50	3760	135	15	S1	1:7.500
M55	3600	130	13	S1	1:7.500
M60	3420	120	13	S1	1:7.500
M65	2980	90	12	S1	1:7.500
M70	2700	85	12	S1	1:7.500
M75	2440	70	12	S1	1:7.500
Open Amarillo	1400	20	6	S1	1:7.500
Open Naranja	1870	30	10	S1	1:7.500
Open Rojo FEM	2990	90	13	S1	1:7.500

Open Rojo MAS	3300	115	14	S1	1:7.500
Open Negro FEM	3470	125	14	S1	1:7.500
Open Negro MAS	3800	135	17	S1	1:7.500

7.4 E.2.2 Sprint - Baños de Montemayor

E.2.2 SPRINT – BAÑOS DE MONTEMAYOR	
UBICACIÓN	Baños de Montemayor.
CENTRO DE COMPETICIÓN	 Ver ubicación
APARCAMIENTOS	 Ver ubicación
CARTÓGRAFO	José Batista año 2019. Actualización y ampliación José Samper-Pablo Ferrando Octubre 2024.
TRAZADOR	José Samper.
ESCALA	1:4.000
EQUIDISTANCIA	2,5 metros
PRESALIDA	-12'. Desde el Centro de Competición y Cuarentena.
META	
TIEMPO MÁXIMO DE CARRERA	50 minutos
AVITUALLAMIENTOS	Avituallamiento liquido al finalizar la prueba.
DESCRIPCIÓN TÉCNICA Y COMENTARIOS DEL TRAZADOR	<p>Un bonito y pintoresco pueblo del norte de Extremadura, sus enrevesadas calles y callejones, conjugado con desniveles y pasos rurales nos dan la posibilidad de realizar un bonito trazado para una competición de sprint. Esperemos que las previsiones meteorológicas nos acompañen.</p> <p>Queda terminantemente prohibido aparcar en todo el casco viejo de Baños de Montemayor, de la Carretera Nacional N630 hacia el Este. Dos son las razones, la primera que apenas hay parking para los residentes y todas estas cosas las tenemos que tener en cuenta. La otra que es zona de competición y que está prohibido estar en ella a partir de las 1415h.</p>

AREAS DE CENTRO DE COMPETICIÓN / CUARENTENA Y PARKING SPRINT

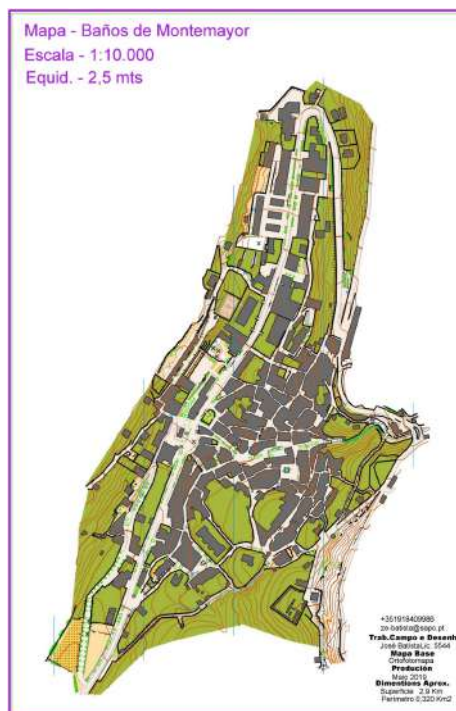


E.2.2. SPRINT – BAÑOS DE MONTEMAYOR



Categoría	Distancia (m)	Desnivel (m)	Controles	Salida	Escala / equidistancia
FE	2030	110	14	S1	1:4.000
ME	2700	125	22	S1	1:4.000
U10	860	15	10	S1	1:4.000
F12	890	20	11	S1	1:4.000
F14	1230	45	13	S1	1:4.000
F16	1490	60	11	S1	1:4.000
F16/18	1420	50	14	S1	1:4.000
F18E	1610	70	13	S1	1:4.000
F20E	1810	70	13	S1	1:4.000
F21A	1620	75	13	S1	1:4.000
F21B	1330	55	12	S1	1:4.000
F35A	1700	75	12	S1	1:4.000
F35B	1310	55	12	S1	1:4.000
F40	1630	80	12	S1	1:4.000
F45	1570	75	11	S1	1:4.000
F50	1490	55	13	S1	1:4.000
F55	1400	50	12	S1	1:4.000
F60	1230	45	12	S1	1:4.000
F65	1100	40	8	S1	1:4.000
F70	960	35	9	S1	1:4.000
F75	960	35	9	S1	1:4.000

M12	960	25	12	S1	1:4.000
M14	1400	35	15	S1	1:4.000
M16	1640	60	15	S1	1:4.000
M16/18	1470	55	13	S1	1:4.000
M18E	1790	85	12	S1	1:4.000
M20E	2210	90	17	S1	1:4.000
M21A	1840	85	13	S1	1:4.000
M21B	1410	60	11	S1	1:4.000
M35A	2180	85	17	S1	1:4.000
M35B	1500	55	15	S1	1:4.000
M40	1890	80	14	S1	1:4.000
M45	1800	80	14	S1	1:4.000
M50	1730	75	12	S1	1:4.000
M55	1720	70	12	S1	1:4.000
M60	1520	65	14	S1	1:4.000
M65	1450	50	10	S1	1:4.000
M70	1270	50	13	S1	1:4.000
M75	1170	45	11	S1	1:4.000
Open Amarillo	580	20	8	S2	1:4.000
Open Naranja	840	30	12	S2	1:4.000
Open Rojo FEM	1350	50	14	S2	1:4.000
Open Rojo MAS	1410	60	13	S2	1:4.000
Open Negro FEM	1510	60	12	S2	1:4.000
Open Negro MAS	1580	75	15	S2	1:4.000

MAPA ANTIGUO DE BAÑOS DE MONTEMAYOR



7.4 E.3. Larga distancia – Hervás

E.3. LARGA DISTANCIA - HERVÁS	
UBICACIÓN	Hervás
CENTRO DE COMPETICIÓN	 Ver ubicación
APARCAMIENTOS	Plaza de Toros de Hervás y alrededores.  Ver ubicación
CARTÓGRAFO	50 % del área. Mapa del 2019 cartografiado por Rui Antúnez y José Batista. Vegetación actualizada por Ramón García Catalán. 2024. 50% Mapa Nuevo
TRAZADOR	José Samper.
ESCALA	1:15.000-1:10.000-1:7.500
EQUIDISTANCIA	5 metros
PRESALIDA	<i>SALIDA 1 Y 2: -35'. A 1200m. del CC. Con un desnivel de 100m. Equivalente a 2200m. Teniendo en cuenta que hay un paso sobre el arroyo y una zona de 50m. muy lenta, se ha previsto el tiempo marcado.</i> <i>Los corredores de las salidas OPEN, pasarán por Pre-salida para control.</i>
META	<i>Junto al Centro de Competición.</i>
TIEMPO MÁXIMO DE CARRERA	180 minutos
AVITUALLAMIENTOS	Avituallamiento líquido durante la prueba. Avituallamiento sólido y líquido al finalizar la prueba.
COMENTARIOS DEL CARTOGRAFO	Terreno de castaños y robles con alguna zona de pino de repoblación en la zona alta del mapa. El desnivel es muy exigente sobre todo cuánto más al sur del terreno vayamos, hacia las partes altas del mapa. La velocidad de carrera debido a la vegetación, sin tener en cuenta el desnivel, es alta excepto en zonas del este, sureste y algunas zonas del centro norte. En la parte central y norte del mapa abundan los muros de contención, símbolo 513. Según la norma cartográfica sólo se pueden representar aquellos muros de contención de, al menos, 21 m de longitud. Dada la abundancia de este elemento en longitudes inferiores a este mínimo se ha considerado representar también aquellos relevantes y que superen los 18 m de longitud. Aun así, hay muchos otros de longitudes inferiores no dibujados. Existen muchas terrazas repartidas por todo el mapa que han sido representadas con el símbolo 115, elemento destacable del terreno (triángulo marrón). Hay alguna

	<p>zona donde hay abundantes castaños caídos, estas zonas se han representado con el rayado de votación con buena visibilidad, símbolos 407 y 409. El símbolo 531, x negra, es una estación meteorológica.</p>
<p>DESCRIPCIÓN TÉCNICA Y COMENTARIOS DEL TRAZADOR</p>	<p>Tienes la suerte de correr una carrera de larga distancia en un bosque mágico “El Castañar Gallego de Hervás” bautizado hace años, por el que suscribe, como la “Helvética Extremeña”, con fuertes pendientes, entremezclado con una vegetación diversa, que influyen en la elección de ruta de un mapa de ladera, “Un blanco sueco”, ese de zarzas o silvas que no se ven y que sin saber cómo das con tu cuerpo en el suelo, acompañado con algunos troncos que la naturaleza ha puesto en el suelo. Pero estás en el “Otoño Mágico del Valle de Ambroz”, y la naturaleza nos ha preparado una alfombra total de amarillo marrón, bellísima, pero oculta todo lo que hay debajo. Sólo decir que si la competición hubiese sido en verano o comienzos de otoño, la visibilidad hubiese sido muy diferente, ahora tenemos una gran visibilidad.</p> <p>El Mapa: Somos conscientes de la dificultad de cartografiar estas laderas y que Ramón García Catalán ha hecho un buen trabajo cartográfico, teniendo en cuenta que es un mapa 1:15000 y se tiende a simplificar, pero con los elementos necesarios para una buena carrera de orientación de larga distancia, con el contraste de la parte antigua del mapa, donde podemos apreciar el trabajo inicial del mapa de Viktor Dobretsov, Rui Antúnez y José Batista, actualizada la vegetación por Ramón.</p>

ÁREAS DE META CENTRO DE COMPETICIÓN Y PARKING. INTERMEDIA Y LARGA HERVÁS





E.3. LARGA DISTANCIA - HERVÁS

Categoría	Distancia (m)	Desnivel (m)	Controles	Salida	Escala / equidistancia
FE	7290	310	13	S1	1:15.000
ME	9740	430	20	S1	1:15.000
U10	1840	10	8	S1	1:7.500
F12	2750	65	9	S1	1:7.500
F14	3280	105	9	S1	1:10.000
F16	4600	155	12	S1	1:10.000
F16/18	4420	125	12	S1	1:10.000
F18E	5670	180	12	S1	1:15.000
F20E	6380	195	13	S1	1:15.000
F21A	4980	180	14	S1	1:15.000
F21B	3840	115	8	S1	1:10.000
F35A	5830	190	12	S1	1:10.000
F35B	4070	125	10	S1	1:10.000
F40	5510	185	14	S1	1:10.000
F45	5070	180	14	S1	1:10.000
F50	4560	165	13	S1	1:10.000
F55	4050	140	11	S1	1:7.500
F60	3190	110	9	S1	1:7.500
F65	2970	85	9	S1	1:7.500
F70	2620	60	7	S1	1:7.500
F75	2620	60	7	S1	1:7.500
M12	2950	75	10	S1	1:7.500
M14	4020	115	11	S1	1:10.000
M16	5300	170	12	S1	1:10.000
M16/18	4950	160	11	S1	1:10.000
M18E	6400	245	13	S1	1:15.000
M20E	7750	315	17	S1	1:15.000
M21A	6640	185	13	S1	1:15.000
M21B	4740	170	11	S1	1:10.000
M35A	7860	275	15	S1	1:10.000
M35B	4580	145	13	S1	1:10.000
M40	7340	260	13	S1	1:10.000
M45	7090	215	15	S1	1:10.000
M50	6510	205	14	S1	1:10.000
M55	6010	185	13	S1	1:7.500
M60	5200	170	10	S1	1:7.500
M65	4700	170	14	S1	1:7.500
M70	4070	125	12	S1	1:7.500
M75	3220	90	10	S1	1:7.500
Open Amarillo	1560	10	6	S2	1:7.500
Open Naranja	2560	60	9	S2	1:7.500
Open Rojo FEM	4190	135	11	S2	1:10.000
Open Rojo MAS	5570	215	12	S2	1:10.000

Open Negro FEM	5610	195	11	S2	1:10.000
Open Negro MAS	6980	240	18	S2	1:10.000

7.4 E.4. Distancia Media –Hervás

E.4. DISTANCIA MEDIA –HERVÁS	
UBICACIÓN	Hervás ciudad
CENTRO DE COMPETICIÓN	 Ver ubicación
APARCAMIENTOS	 Ver ubicación
CARTÓGRAFO	José Batista e Isaac Hernández
TRAZADOR	Isaac Hernández Pindado
ESCALA	1:4.000
EQUIDISTANCIA	5 metros
PRESALIDA	NO
META	En centro de competición
TIEMPO MÁXIMO DE CARRERA	90 minutos
AVITUALLAMIENTOS	Sólido y líquido en meta
DESCRIPCIÓN TÉCNICA Y COMENTARIOS DEL TRAZADOR	<p>Carrera en la siguiente proporción de terreno: 30% bosque y 70% urbano. Carrera mixta que transcurre por un parque forestal y el casco antiguo del pueblo de Hervás.</p> <p>Velocidad alta durante todo el recorrido.</p> <p>Paso de espectadores para todas las categorías.</p> <p>La dificultad reside en la toma de decisiones y el correcto ejecutar de los controles a alta velocidad. Marcado todo ello por el desnivel que se concentrará en la primera parte de la carrera y en la parte final.</p>

MAPA CENTRO DE COMPETICIÓN, SALIDA Y PARKING.



E.4. DISTANCIA MEDIA –HERVÁS

Categoría	Distancia (m)	Desnivel (m)	Controles	Salida	Escala / equidistancia
FE	4510	120	29	1	1:4.000/5m
ME	5500	150	39	1	1:4.000/5m
U10	1650	65	16	1	1:4.000/5m
F12	2200	75	19	1	1:4.000/5m
F14	2915	70	20	1	1:4.000/5m
F16	2915	70	20	1	1:4.000/5m
F16/18	2915	90	23	1	1:4.000/5m
F18E	3465	115	23	1	1:4.000/5m
F20E	3850	105	26	1	1:4.000/5m
F21A	3850	105	26	1	1:4.000/5m
F21B	2585	80	19	1	1:4.000/5m
F35A	3850	105	26	1	1:4.000/5m
F35B	2585	80	19	1	1:4.000/5m
F40	2915	90	23	1	1:4.000/5m
F45	2915	90	23	1	1:4.000/5m
F50	2585	80	19	1	1:4.000/5m
F55	2200	75	19	1	1:4.000/5m
F60	1650	65	16	1	1:4.000/5m
F65	1650	65	16	1	1:4.000/5m
F70	1210	50	15	1	1:4.000/5m
F75	1210	50	15	1	1:4.000/5m
M12	2915	70	20	1	1:4.000/5m
M14	2915	70	20	1	1:4.000/5m

M16	3465	115	23	1	1:4.000/5m
M16/18	3850	105	26	1	1:4.000/5m
M18E	4510	120	29	1	1:4.000/5m
M20E	5500	150	39	1	1:4.000/5m
M21A	4180	115	27	1	1:4.000/5m
M21B	3465	115	23	1	1:4.000/5m
M35A	4510	120	29	1	1:4.000/5m
M35B	2915	90	23	1	1:4.000/5m
M40	4180	115	27	1	1:4.000/5m
M45	3850	105	26	1	1:4.000/5m
M50	3465	115	23	1	1:4.000/5m
M55	2915	90	23	1	1:4.000/5m
M60	2915	90	23	1	1:4.000/5m
M65	2585	80	19	1	1:4.000/5m
M70	2200	70	19	1	1:4.000/5m
M75	2200	70	19	1	1:4.000/5m
Open Amarillo	1210	50	15	1	1:4.000/5m
Open Naranja	1650	65	16	1	1:4.000/5m
Open Rojo FEM	2200	75	19	1	1:4.000/5m
Open Rojo MAS	2200	75	19	1	1:4.000/5m
Open Negro FEM	2915	90	23	1	1:4.000/5m
Open Negro MAS	2915	90	23	1	1:4.000/5m

7.5 Entrega de Trofeos.

■ **Entrega de Trofeos Intermedia:** Se entregarán premios al primer clasificado de cada categoría. La entrega se realizará el sábado día 7 después del Sprint en la zona de Meta.

■ **Entrega de Trofeos Campeonato Ibérico Masculino:** Entrega al finalizar la carrera larga el domingo en el Cine de Hervás. Se entregarán premios a las categorías oficiales del campeonato según normativa.

■ **Entrega de VII Trofeo Extremadura:** Entrega al finalizar la carrera larga el domingo en el Cine de Hervás. Se entregarán premios a todas las categorías. Para el Trofeo Extremadura se tendrán en cuenta las 4 carreras previas (Intermedia Hervás, Media Jarilla, Sprint Baños de Montemayor y Larga Hervás). La entrega será por puntos.

7.6 Entrenamientos

Habrà un Model Event preparado en la zona. Se indicará en próximo boletín zona y como descargarlo.

DESCARGA MAPA MODEL EVENT (próximamente)

7.7 Horas de salidas

Las horas de salida se publicarán, tras el cierre del plazo de inscripciones, en la web oficial de la competición, el 4 de diciembre de 2024, a partir de las 12h00.

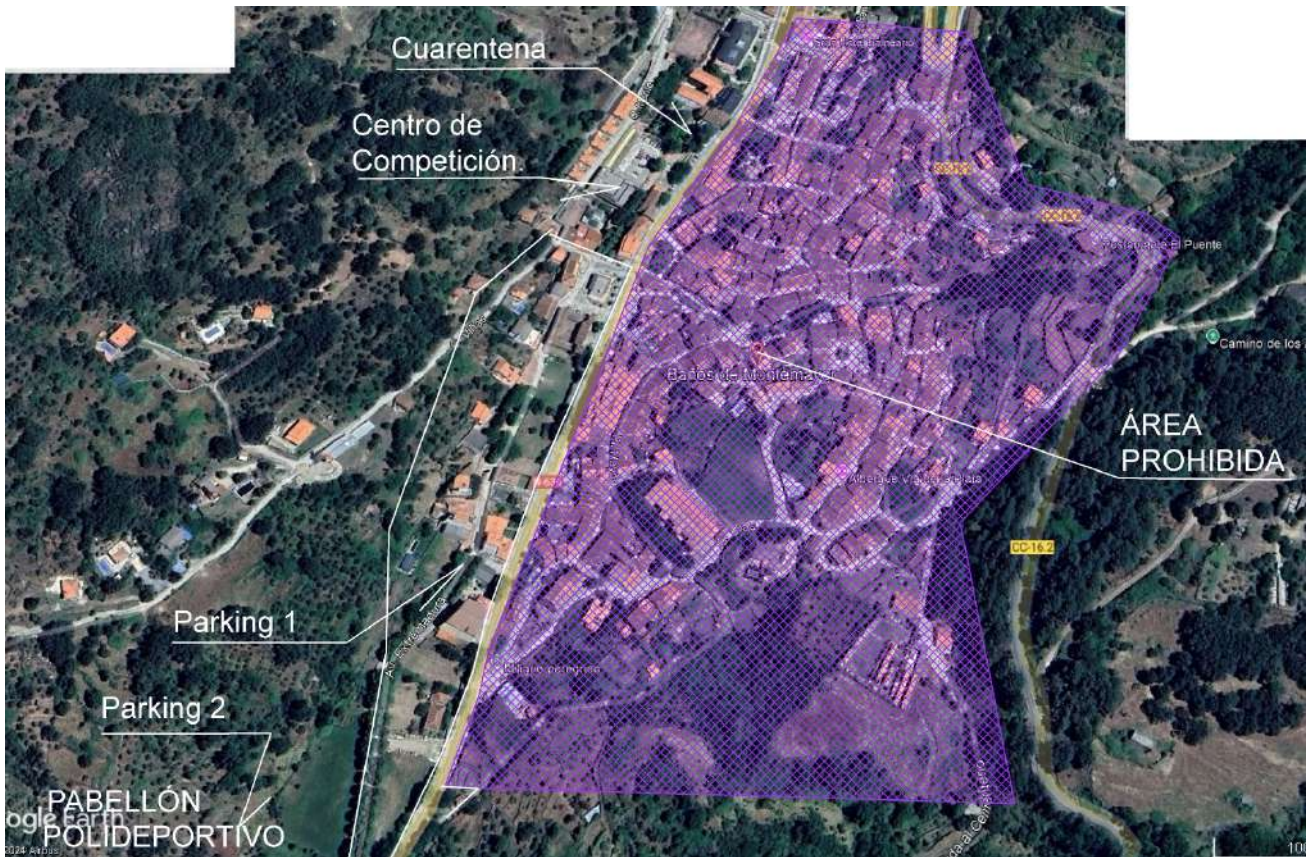
[ACCESO A HORAS DE SALIDA](#)

8. CENTROS DE COMPETICIÓN

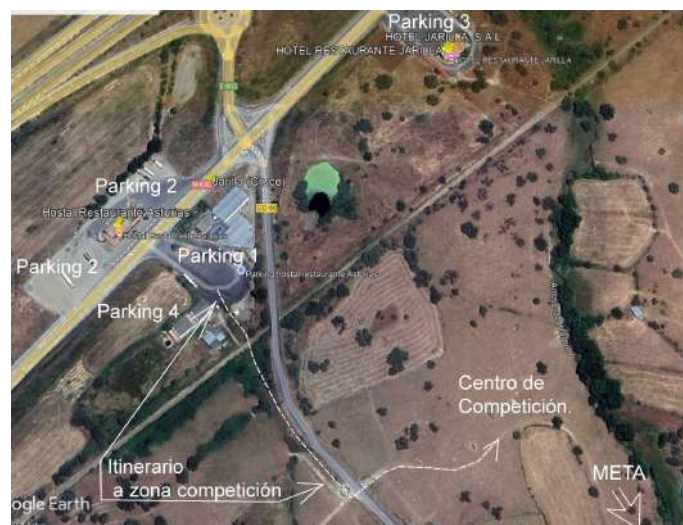
ÁREAS DE META CENTRO DE COMPETICIÓN Y PARKING. INTERMEDIA Y LARGA HERVÁS



ÁREAS DE CENTRO DE COMPETICIÓN / CUARENTENA Y PARKING SPRINT



CENTRO DE COMPETICIÓN / PARKING MEDIA DISTANCIIA JARILLA



9. SECRETARÍA Y COORDINACIÓN GENERAL

El equipo de Organización cuenta con diferentes áreas de gestión que abordarán y cubrirán todas las necesidades de la competición, destacando la Secretaría y Coordinación General, desde donde se gestionarán todos los procesos de carácter organizativo: inscripciones, protocolo, logística, programación, etc.

Para una mejor información y respuesta por parte de dicha área, se recomienda dirigirse, en cada caso, al contacto o departamento específico del directorio que está establecido.

9.1 Directorio de contacto

A través del siguiente directorio de contacto se podrán dirigir las consultas y dudas de forma específica, para una mejor y más rápida respuesta:

ÁREA	CONTENIDO	CONTACTO
Información general	Consultas generales sobre la organización: clubes, participantes, instituciones, protocolo.	administración@alcorextremadura.org
Inscripciones	Consultas sobre el proceso de inscripción.	inscripciones@fexo.org
Logística	Consultas sobre recursos y servicios: alojamiento, comidas, transportes, etc.	logistica@fexo.org
Comunicación	Consultas sobre programa, agenda, actos, medios de comunicación, etc.	comunicacion@fexo.org

10. COMUNICACIÓN

10.1 Seguimiento de la competición

Toda la competición podrá seguirse a través de los diferentes canales y medios oficiales establecidos para su difusión, siendo estos los siguientes:

MEDIO/CANAL	ACCESO	CONTENIDO
Web oficial	www.fexo.org	<ul style="list-style-type: none"> ■ Toda la información oficial de la competición. ■ Actualizaciones oficiales de última hora. ■ Seguimiento y resultados oficiales.
Facebook	www.facebook.com/fexo.org	<ul style="list-style-type: none"> ■ Seguimiento general de la competición.
Instagram	www.instagram.com/fexoextremadura	<ul style="list-style-type: none"> ■ Seguimiento general de la competición.
Telegram	Canal Oficial FEXO	<ul style="list-style-type: none"> ■ Seguimiento general de la competición.
Canal WhatsApp	Canal Oficial FEXO	<ul style="list-style-type: none"> ■ Seguimiento general de la competición.

11. SERVICIOS

11.1 Cómo llegar

DISTANCIAS GENERALES DE REFERENCIA				
	Plasencia	Cáceres	Salamanca	Madrid
Baños de Montemayor	42 km	116 km	88 km	229 km
Hervás	39 km	114 km	99 km	241 km
Jarilla	23 km	98 km	108 km	270 km

11.2 Alojamiento

11.2.1 Alojamiento en Suelo Duro

La Organización pone a disposición de los/as deportistas el servicio de alojamiento en Suelo Duro. El servicio de Suelo Duro se llevará a cabo bajo condiciones específicas, que se entenderán aceptadas por quienes soliciten dicho servicio.

Tras el cierre de reserva de plazas de Suelo Duro, se publicará información específica sobre el funcionamiento y gestión del servicio. Se remitirá igualmente dicha información por email a todas las personas que han realizado reserva de Suelo Duro.

SERVICIO DE ALOJAMIENTO EN SUELO DURO

LOCALIZACIÓN	UBICACIÓN	DISPONIBILIDAD	Nº PLAZAS	TARIFA POR PERSONA/DÍA				
				5D	6D	7D	8D	9D
Baños de Montemayor	Próximamente	Del 5 al 9 de dic.	120 plazas	3€	3€	3€	3€	3€

RESERVAS DE ALOJAMIENTO EN SUELO DURO

Apertura de reservas de Suelo Duro	3 de octubre de 2024
Cierre de reservas de Suelo Duro	25 de noviembre de 2024 (o hasta agotar plazas disponibles)
Reserva de plazas	Se realizará a través de la plataforma SICO. Junto con el proceso de inscripción

Información importante sobre el servicio de Suelo Duro:

- Se ruega leer detenidamente, y con antelación, las condiciones específicas del servicio.
- La cancelación de reserva de Suelo Duro no será reembolsable a partir del día 1 de diciembre de 2024, aun cancelándose la inscripción a las pruebas.
- La reserva, y asignación de plaza de Suelo Duro será nominativa, independientemente de que se realice de forma grupal.

11.2.2 Alojamiento privado

Toda la zona de la competición cuenta con una amplia red de alojamiento privado, desde hoteles, hostales o casas rurales. Se facilita a continuación una selección y relación de dicha oferta de alojamiento.

DÓNDE DORMIR EN EL VALLE DEL AMBROZ

11.2.3 Zona de autocaravanas



En la localidad de Baños de Montemayor existe un parking para autocaravanas.

En el resto de municipios podrá estacionarse en las zonas de aparcamientos locales, acorde con las características del entorno, ubicación, tráfico, etc., y respetando siempre la regulación local existente.

UBICACIÓN PARKING AUTOCARABANAS BAÑOS DE

Importante para usuarios/as de autocaravanas:

- Está terminantemente prohibido estacionar y pernoctar desde el día antes de cada prueba, en las zonas de competición.

11.3 Turismo: qué hacer o ver durante la competición.

ACCESO A INFORMACIÓN TURÍSTICA Y DE INTERÉS	
Visita el Valle del Ambroz	Visita el Valle del Ambroz
Qué ver y hacer	Qué ver y hacer en el Valle del Ambroz
Dónde comer	Dónde comer en el Valle del Ambroz

fexo Federación
Extremeña
de Orientación

Club Orientación
alcor
extremadura



DIPLUTACIÓN
DE CÁCERES

fedo
Federación Española de Orientación



Consejo
Superior
de Deportes



Federação
Portuguesa de
Orientação



UNIÓN EUROPEA

Fondo Europeo Agrícola de Desarrollo Rural:
Europa invierte en las zonas rurales

JUNTA DE EXTREMADURA

Consejería de Agricultura, Ganadería
y Desarrollo Sostenible



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE AGRICULTURA, PESCA
Y ALIMENTACION

DIVA
DESARROLLO INTEGRAL
DEL VALLE DEL AMBROZ



Extremadura

#SOMOSDEPORTE

www.fexo.org