

**4ª LEXTOR 2026**

**Liga Extremeña de Orientación**

**4ª SPRINTEx 2026**

**Liga Extremeña de Sprint**

**1º CPO DIP CÁCERES**

**Circuito Provincial Diputación de Cáceres**

→ **JUDEX O-Pie**

## **BOLETÍN 1**

---

**FECHA: 12 de abril 2026**

**LUGAR: Millanes (Cáceres)**



## ÍNDICE

1. PROGRAMA .....	2
2. CATEGORÍAS DE PARTICIPACIÓN .....	3
3. INSCRIPCIONES .....	3
4. SISTEMA DE CRONOMETRAJE.....	4
5. INFORMACIÓN TÉCNICA.....	5
6. ORGANIZACIÓN .....	7
7. ENTIDADES ORGANIZADORAS .....	7

**4ª LEXTOR 2026 – 4ª SPRINTEx 2026**  
**1º CPO CÁCERES 2026**  
**Millanes (Cáceres)**  
**12 abril 2026**

## 1. PROGRAMA

Domingo, 12 de abril		Media Distancia	Millanes
10:00h.	Apertura Centro de Competición.		
11:00h.	Salida de los/as primeros/as participantes.		
13:30h.	Cierre de meta para todas las categorías.		
Domingo, 12 de abril		Sprint	Millanes
16:00	Apertura Centro de Competición.		
16:30	Salida de los/as primeros/as participantes.		
18:30	Cierre de meta para todas las categorías.		

DATOS DE INTERÉS	
12 abril – Media Distancia - Sprint - Millanes	
Centro de competición Media y Sprint	Plaza España: <a href="https://maps.app.goo.gl/pcS49VNjHYiFQfxU6">https://maps.app.goo.gl/pcS49VNjHYiFQfxU6</a>
Parking vehículos privados	Alrededor de la Plaza España, por las calles del pueblo
Parking autobuses	Cementerio municipal: <a href="https://maps.app.goo.gl/yGaP6iubHeLdk7YA7">https://maps.app.goo.gl/yGaP6iubHeLdk7YA7</a>

## 2. CATEGORÍAS DE PARTICIPACIÓN

De acuerdo a las normativas de la Liga Extremeña de Orientación y del programa JUDEX Orientación, las categorías de participación son las siguientes:

CATEGORÍAS JUDEX-LEXTOR-SPRINTEX	
■ Benjamín M/F U10	■ Veteranos 35 Femenino/Masculino
■ Alevín M/F 12	■ Veteranos 45 Femenino/Masculino
■ Infantil M/F 14	■ Veteranos 55 Femenino/Masculino
■ Cadete M/F 16	■ OPEN AMARILLO
■ Juvenil M/F 18	■ OPEN NARANJA
■ Absoluto M/F	

## 3. INSCRIPCIONES

Las inscripciones se realizarán a través de la [plataforma SICO](#) de la FEDO.

**El plazo de inscripción finaliza el martes 7 de abril a las 23:59 horas.**

CATEGORÍAS LEXTOR/SPRINT	MEDIA		SPRINT	
	FEDERADOS	NO FEDERADOS	FEDERADOS	NO FEDERADOS
Absoluto M/F	9 €	12 €	6 €	8 €
Veteranos 35 F/M	9 €	12 €	6 €	8 €
Veteranos 45 F/M	9 €	12 €	6 €	8 €
Veteranos 55 F/M	9 €	12 €	6 €	8 €
OPEN AMARILLO ADULTOS	9 €	12 €	6 €	8 €
OPEN AMARILLO NIÑOS	0 €	7 €	0 €	5 €
OPEN NARANJA	9 €	12 €	6 €	8 €
CATEGORÍAS JUDEX	FEDERADOS	NO FEDERADOS	FEDERADOS	NO FEDERADOS
Benjamín Femenino/Masculino	0 €	7 €	0 €	5 €
Alevín Femenino/Masculino	0 €	7 €	0 €	5 €
Infantil Femenino/Masculino	0 €	7 €	0 €	5 €
Cadete Femenino/Masculino	0 €	7 €	0 €	5 €
Juvenil Femenino/Masculino	0 €	7 €	0 €	5 €

## ACCESO A INSCRIPCIONES

## PROTOCOLO INSCRIPCIONES LEXTOR

### NOTAS:

- Al formalizar la inscripción a través de SICO se debe indicar qué deportistas necesitan autobús (siempre que se cumplan los criterios JUDEX-LEXTOR).
- Las cuotas por categorías JUDEX son válidas para deportistas federados o adscritos a clubes extremeños. El importe a abonar por menores de edad inscritos de otras comunidades será el mismo que los deportistas no federados.

### 3.1 SOLICITUD DE FACTURAS

---

La solicitud de facturas por inscripciones, o prestación de servicios complementarios se deberá realizar obligatoriamente a través del formulario específico habilitado para ello. Todos los datos solicitados en el formulario son obligatorios.

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

**El número de cuenta de la Federación para el abono de inscripciones es: Ibercaja - ES18 2085 4511 9403 3194 8982**

---

## 4. SISTEMA DE CRONOMETRAJE

---

→ Se empleará el Sistema Sport-Ident SIAC AIR como método de control de tiempos, aquellas personas que no dispongan de pinza SIAC podrán utilizar la pinza de la que dispongan.

→ **Los/as participantes del programa JUDEX que no dispongan de ella se les prestará por la organización para realizar la carrera.**

→ Para el resto de categorías se puede solicitar el alquiler de una tarjeta Sport-Ident (NO SIAC) en el momento de la inscripción con un coste de 3 €/pinza. No se garantiza que haya disponibilidad el mismo día de la carrera. La pérdida o rotura de la pinza conllevará el desembolso de su precio original fijado según tarifas FEDO.

→ Es responsabilidad de los/as deportistas comprobar que el número de tarjeta que figura en los listados es el correcto. No se permitirá la salida de aquellos/as deportistas cuyo número de tarjeta no se corresponda con el que figura en el listado, por lo que en caso de detectar cualquier error deberá informarse inmediatamente a la organización.

## 5. INFORMACIÓN TÉCNICA

### 5.1 DISTANCIA MEDIA. 4ª LEXTOR 2026 - MILLANES

4ª LEXTOR 2026	
<b>CARTÓGRAFO</b>	Jose Batista, 2022
<b>TRAZADOR</b>	Óscar Casero Vidal
<b>DISTANCIA</b>	Media
<b>ESCALA</b>	1:7.500 / 1: 10.000
<b>EQUIDISTANCIA</b>	5 metros
<b>FORMATO PAPEL</b>	A4
<b>SALIDA</b>	Distancia desde el centro de competición a la salida: 1000 metros
<b>META</b>	Distancia de la meta al centro de competición: 700 metros
<b>TIEMPO MAXIMO DE CARRERA</b>	120 minutos
<b>AVITUALLAMIENTOS</b>	Avituallamiento líquido durante y al final de la prueba.
<b>DESCRIPCIÓN TÉCNICA</b>	La carrera discurre por montes públicos de Millanes: El Sobrante y la Dehesa Boyal. Se trata de monte adeshado con gran visibilidad y desniveles suaves. La primera parte tiene abundantes detalles rocosos que darán dificultad técnica. La segunda parte es muy rápida, y debemos tener presente que la acumulación de ácido láctico unido a la hipoxia nos puede llevar a cometer errores.

Distancia media. El Sobrante y Dehesa Boyal (Millanes)					
Recorrido	Categorías	Distancia (m)	Desnivel (m)	Controles	Escala /equidistancia
1	Benjamín Fem/Masc Open amarillo	2,2 km	50	8	1:7.500 / 5 metros
2	Alevín Fem/Masc	2,6 km	60	9	1:7.500 / 5 metros
3	Infantil Fem Open naranja	2,8 km	55	10	1:10.000 / 5 metros
4	Infantil Masc Cadete Fem Vet 55 Fem	3,5 km	95	13	1:10.000 / 5 metros
5	Cadete Masc Juvenil Fem Vet 45 Fem Vet 55 Masc	4 km	100	15	1:10.000 / 5 metros
6	Juvenil Masc Vet 35 Fem	4,4 km	125	17	1:10.000 / 5 metros
7	Absoluta Fem Vet 45 Masc	4,9 km	155	18	1:10.000 / 5 metros
8	Absoluta Masc Vet 35 Masc	5,2 km	165	22	1:10.000 / 5 metros

## 5.2 SPRINT. 4º SPRINTEX 2026 - MILLANES

4º SPRINT 2026	
<b>CARTÓGRAFA</b>	Carmen E. Torres Sanz, 2026
<b>TRAZADOR</b>	Fco. Javier Muñoz Guerrero
<b>DISTANCIA</b>	Sprint
<b>ESCALA</b>	1: 4.000
<b>EQUIDISTANCIA</b>	2 metros
<b>FORMATO PAPEL</b>	A4
<b>SALIDA</b>	<i>Prox. boletin</i>
<b>META</b>	<i>Prox. boletin</i>
<b>TIEMPO MAXIMO DE CARRERA</b>	60 minutos
<b>AVITUALLAMIENTOS</b>	Avituallamiento líquido durante y al final de la prueba.
<b>DESCRIPCIÓN TÉCNICA</b>	Carrera 100% urbana. Carrera en la que tendrás tramos largos donde la elección de ruta será importante para no hacer metros de más y tramos cortos donde la velocidad de elección será clave para tener un buen resultado. En los recorridos más largos habrá un cambio de mapa, mientras que los recorridos más cortos se desarrollan sobre un sólo mapa.

Sprint. Magacela					
Recorrido	Categorías	Distancia (m)	Desnivel (m)	Controles	Escala /equidistancia
<i>Prox. boletin</i>	<i>Prox. boletin</i>	<i>Prox. boletin</i>	<i>Prox. boletin</i>	<i>Prox. boletin</i>	<i>Prox. boletin</i>
<i>Prox. boletin</i>	<i>Prox. boletin</i>	<i>Prox. boletin</i>	<i>Prox. boletin</i>	<i>Prox. boletin</i>	<i>Prox. boletin</i>
<i>Prox. boletin</i>	<i>Prox. boletin</i>	<i>Prox. boletin</i>	<i>Prox. boletin</i>	<i>Prox. boletin</i>	<i>Prox. boletin</i>
<i>Prox. boletin</i>	<i>Prox. boletin</i>	<i>Prox. boletin</i>	<i>Prox. boletin</i>	<i>Prox. boletin</i>	<i>Prox. boletin</i>
<i>Prox. boletin</i>	<i>Prox. boletin</i>	<i>Prox. boletin</i>	<i>Prox. boletin</i>	<i>Prox. boletin</i>	<i>Prox. boletin</i>
<i>Prox. boletin</i>	<i>Prox. boletin</i>	<i>Prox. boletin</i>	<i>Prox. boletin</i>	<i>Prox. boletin</i>	<i>Prox. boletin</i>



---

## 6. ORGANIZACIÓN

---

### 6.1 Coordinación

---

→ **INFORMACIÓN GENERAL:** Consultas sobre la organización deportiva, participantes, instituciones, protocolo.

Email: [info@fexo.org](mailto:info@fexo.org)

→ **INSCRIPCIONES:** Consultas sobre el proceso de inscripción.

Email: [inscripciones@fexo.org](mailto:inscripciones@fexo.org)

→ **COMUNICACIÓN:** Información sobre el evento: programa, agenda, medios de comunicación.

Email: [inscripciones@fexo.org](mailto:inscripciones@fexo.org)

### 6.2 Comunicación

---

Toda la información oficial de la prueba estará disponible en la **web de la FEXO** y en las redes sociales (Facebook, Instagram) para difusión y comunicación general.



---

## 7. ENTIDADES ORGANIZADORAS

---

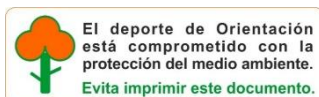
### ORGANIZAN



### COLABORAN



Ayuntamiento de  
MILLANES



FEXO | Área O-PIE  
Abril 2026



C/ Monte, 31. Barcarrota [Badajoz] 06160

Tlf. 605 21 38 80

[info@fexo.org](mailto:info@fexo.org) | [www.fexo.org](http://www.fexo.org)

**fexo**