

Boletín 4



Liga Española Trail-O Campeonato de España Tempo WRE - ECTO

Malpartida de Cáceres, Los Barruecos, abril 2026

La Federación Extremeña de Orientación (FEXO) y los clubes CD Base Don Benito e Imperdible organizan un nuevo fin de semana completo de Orientación en el entorno del Monumento Natural Los Barruecos, en Malpartida de Cáceres. Es un escenario incomparable para la práctica de este deporte, con zonas de gran riqueza técnica y caminos accesibles. El evento constará de tres pruebas puntuables para la Liga Española y el Ranking Mundial (WRE). Además, se disputará el Campeonato de España de Tempo.



Programa

Viernes 10 de abril:

23h59 Cierre de inscripciones en SICO/Eventor (plazo barato)

(14 de abril plazo con precios incrementados en un 25%)

Viernes 17 de abril

18h00-20h00 Apertura de Secretaría en Malpartida de Cáceres (lugar por definir).

Sábado 18 de abril

8h15 Apertura de Secretaría en la zona de Competición, Los Barruecos.
(recoger Dorsal y Toe Punch para las pruebas Sprint y PreO)

9h15 Prueba de TempO, primera salida en zona de competición.

12h30 Fin de horario de salidas (previsión)

17h30 Sprint PreO Los Barruecos, primera salida en zona de competición.

Domingo 19 de abril

9h00 Apertura de Secretaría en la zona de Competición.

9h30 Prueba de Pre-O, primera salida.

12h30 Fin de horario de salidas (previsión).

14h30 Entrega de Trofeos Campeonato de España de TempO y Trofeo Trail-O Extremadura.

La tarde del sábado y la mañana del domingo ofreceremos dos entrenamientos de orientación a pie para quienes estén interesados en más rocas. La inscripción se hace por Eventor (en el enlace de la prueba de TempO) o en SICO. Serán entrenos muy técnicos en zonas de rocas de los mapas antiguos.

Toda la información en:

<https://sites.google.com/view/sleto2019/trofeo-extremadura-trailo>

Información Técnica

Sábado 18, mañana, Paraje de San Isidro, Los Barruecos

Terreno: La competición de TEMPO-O se disputará en el Paraje de San Isidro. Es un área en el entorno del Monumento Natural donde el terreno presenta algunos detalles de relieve, muchas rocas pequeñas y grandes, y afloramientos, pero en un entorno menos salvaje. Ideal para una prueba de TempO.



El camino entre estaciones transcurrirá por una pista forestal en buen estado.

Mapa: Juan Pedro Valente; ISSPROM19 1:4000, Eq. 2,5m Mapa diciembre-enero 2025 (mapa base Richie Dengra)

Trazado: Juan Pedro Valente

Temp-O, WRE, Campeonato de España: 6 estaciones, 450mt. **Iniciación: 4 est., sin Ceros.**
Habrà una estación "warm-up" en el centro de competición.

Distancia del Centro de Competición a la salida: 200 metros. **Presalida -5'**

Distancia del parking al CC: 0m (categoría P); 200m (Open, Junior).

Distancia de la meta al CC: 400m.

Mapa Antigo:



Sábado 18, tarde, El Corchao, Los Barruecos

Terreno: La competición de Sprint se disputará muy cerca de la competición de TempO, usando la misma arena. El mapa recibe su nombre de una necrópolis formada por una treintena de tumbas excavadas en rocas y afloramientos de granito. En esta área distinguimos 3 zonas, una de bosque con grandes rocas y otros detalles, otra más abierta con detalles de menor tamaño y una zona de colinas rocosas con grandes afloramientos, cortados y más rocas. El camino de prueba transcurrirá en un camino de tierra llano en buen estado.



Mapa: Juan Pedro Valente; ISSPROM19 1:3000 Eq. 2,5m, Mapa diciembre 2025 (mapa base Juan Francisco Sánchez)

Trazado: Juan Pedro Valente

Sprint, WRE: 23 puntos, 200mt, desnivel 0m. Tiempo: O-J 30min; clase P coef. 0,8 (sillas de ruedas manuales 37:30min), 0,9 (resto clase P 33:20min). Para favorecer la legibilidad, el mapa se ha duplicado. Al lado de cada mapa aparecerá la lista de controles que contiene.

Distancia del Centro de Competición a la salida: 430 metros.

Distancia del aparcamiento a la salida: 430 metros (categoría P - se podrá llevar a los competidores hasta salida); 470m (Open, Junior)

Distancia del parking al CC: 0m (categoría P); 200m (Open, Junior).

Distancia de la meta a la arena: 500m.

Camino de vuelta: Los participantes Open-J seguirán el camino que los llevará muy cerca de la arena. Los participantes P, que hayan sido trasladados a la salida, volverán por el camino de prueba en silencio y sin interactuar con los competidores que están en prueba.

Orden de los puntos: los puntos de observación van apareciendo siguiendo la numeración de los controles. Pudiera haber algún cambio debido a incontroles de última hora (crecimiento de vegetación especialmente).

Mapa Antiguo:



Domingo 19, mañana, “Donde la roca es firme, el miedo no echa raíz”, Los Barruecos N

Terreno: La competición de PreO se disputará ya dentro del Monumento Natural Los Barruecos, a lo largo de una pista forestal de tierra compactada en buen estado, pero con un pequeño desnivel en un tramo corto (one-way en el trazado). De nuevo el terreno presenta rocas de todos los tamaños y formas, con detalles de vegetación en dos colinas que bordean el camino de la prueba.



El recorrido entre estaciones se realiza a lo largo de una pista forestal en buen estado.

Mapa: Juan Pedro Valente; ISSPROM19 1:3000 Eq. 2,5m, Mapa enero-febrero 2026 (mapa base Richie Dengra)

Trazado: Juan Pedro Valente

PreO, WRE: 30 puntos, distancia 500mt, desnivel 10m. Tiempo Max. 105 (Open, Junior), 121 (cat. P). El diámetro de los mapas de los Puntos Cronometrados será de 8cm.

Iniciación: 14 puntos, 400mt, Tiempo Max. 57min, sin Ceros.

En el recorrido hay un paso de no retorno después del control 6 y un tramo “one-way” después del control 17. Los controles 1 a 6 se resolverán desde un área abierta, con el suelo compactado similar a los caminos. El área estará delimitada en el terreno con cinta balizadora.

Distancia del CC a la salida (pasando por puntos Cr.): 350 metros

Distancia del parking al CC: 0m (categoría P); 380m (Open, Junior).

Distancia de la meta al CC: 550m.

Camino de vuelta: Los participantes Open-J volverán por el camino de prueba en silencio y sin interactuar con los competidores que están en prueba. Los participantes P, podrán solicitar que su propio transporte los recoja en meta o pueden volver de la misma forma que los Open-J.

Orden de los puntos: los puntos de observación van apareciendo siguiendo la numeración de los controles. Pudiera haber algún cambio debido a incontrolables de última hora (crecimiento de vegetación especialmente).

Consideraciones técnicas generales a todas las pruebas

La filosofía de todas las pruebas es que el competidor pueda resolver todos los desafíos con la técnica más clásica de orientación, ¡leer el mapa! Las técnicas secundarias de Trail-O (alineamientos, rumbos, etc.) podrían ser útiles en algún caso para acotar zonas, pero no son precisas ni se han comprobado exhaustivamente. En todo caso, no son necesarias para resolver ningún desafío.

Símbolos especiales en el mapa:

- **○** Círculo negro: barbacoa de piedra
- **X** negra: cartel informativo
- **X** verde: árbol seco significativo



Descripción de Controles:

El símbolo 206 Aguja/Rock Pillar se usa siempre para rocas dibujadas a escala (ISSPROM 206), independientemente de su altura (normalmente muy altas, pero con alguna excepción).

En la mayoría de las balizas situadas en lugares donde no es posible clavarlas, se usan caballetes para colocar las balizas. La baliza quedará aproximadamente a 80cm del suelo, sin que esto tenga ninguna relevancia para el desarrollo de la prueba.

El nivel del embalse en el mapa refleja la altura del agua en la tercera semana de marzo de 2026. No es previsible que varíe mucho y en todo caso no afecta a la resolución de ningún desafío.

Tolerancia Zero

Tolerancia 4 metros: si hay una baliza a menos de 4m del lugar correcto, la respuesta **NO** será Zero. En todo caso esto solo se aplica al competidor, no a la organización, que colocará siempre las balizas en el lugar correcto (cuando aplica). La única posible excepción sería si la baliza situada a menos de 4 m está colocada en otro elemento puntual distinto dibujado en el mapa.

En controles situados en elementos de área o lineales sin referencias cercanas, la tolerancia será claramente superior a 4m.

Protocolo Puntos Cronometrados

Se seguirá el protocolo habitual, en inglés.

IMPORTANTE: Los competidores que quieran dar su respuesta apuntando deben avisar a los responsables de la estación.

Rogamos la máxima agilidad posible en las transiciones entre estaciones para agilizar toda la prueba minimizando la probabilidad de que haya mucha afluencia de personas ajenas al evento en los últimos momentos. Hay varias estaciones cercanas entre sí, por lo que se deberán seguir las instrucciones para abandonar cada estación.

En caso de fallo de las bases Toe-Punch

Si una base Toe-Punch no funciona (y exclusivamente en este caso) se marcará la respuesta sobre la fila correspondiente de la descripción de controles impresa en el

mapa. La primera casilla identifica el número de control. Las casillas siguientes corresponden, sucesivamente, a las respuestas A, B, C, D, E, F y Z. Por tanto, el competidor deberá pinchar en la casilla correspondiente a su respuesta dentro de esa misma fila. Ejemplo: si el control 12 tiene como respuesta correcta D, deberá pincharse en la quinta casilla de la fila del control 12, que corresponde a la respuesta D (siendo la primera casilla el número de control). Si la respuesta es Zero, deberá pincharse en la octava casilla (Z).

12	A-D	←	⌌	◦		∨	
	A	B	C	D	E	F	Z

Entrenos O-Pie

Entreno 1: mapa de Los Barruecos, escala 1:7500, 4100m, 19pt. Disponible desde el sábado por la mañana. No salir del área definida por el entreno, para no incurrir en descalificación.

Entreno 2: mapa Malpartida, escala 1:4000, 3600m, 25pt. Disponible después del cierre de la prueba sprint.

Localizaciones

Consulta el mapa completo de localizaciones y áreas embargadas [aquí](#). Aquel que incumpla el embargo antes de las competiciones podrá ser desclasificado.

Inscripciones

Plazos:

Sin recargo: 10 de abril, cierre de Inscripciones a las 23h59; con recargo (25%) 14 de abril. Habrá dos sistemas de inscripción, uno para FEDO/FPO (SICO), otro para los demás participantes (IOF Eventor)

Participantes FEDO/FPO

La inscripción se realizará por el sistema SICO de la FEDO. **Los participantes FEDO que deseen puntuar para el WRE, deberán inscribirse también en el Eventor IOF (3 pruebas).**

<https://sico.fedo.org/>

La categoría Open-A (sin puntos cronometrados, precio reducido el domingo) puntuará con todos los derechos para la Liga Española de Trail-O, pero contando el tiempo máximo (incluidos fallos) en los Puntos Cronometrados.

Precios por prueba (TempO y PreO):

Categorías	FEDO/FPO	NO FEDO
O (open Élite)	11€	24€
P (clase P Élite)	11€	24€
Junior	10€	20€
Solo PreO Open-A (SIN puntos cronometrados)	9€	20€
Solo PreO Iniciación	8€	15€

Precios por prueba (Sprint):

Categorías	FEDO/FPO	NO FEDO
O (open Élite)	10€	20€
P (clase P Élite)	10€	20€
Junior	10€	18€

Junior: Nacidos después del 1 de enero de 2006

Participantes no FEDO/FPO y adicional para FEDO/FPO

La inscripción se realizará por el Eventor IOF (inscripciones ya abiertas). Hay 3 eventos:

Sábado 18, TempO: <https://eventor.orienteeing.org/Events/Show/8694>

Sábado 18, Sprint: <https://eventor.orienteeing.org/Events/Show/8695>

Domingo 19, Pre-O: <https://eventor.orienteeing.org/Events/Show/8696>

Categorías	NO FEDO/FPO
O (open Élite)	24€
P (clase P Élite)	24€
J (Junior)	20€
Sprint (O y P)	20
Sprint (Junior)	18

Entreno O-Pie: 5€ por entreno. Inscripción en SICO

Pagos

SICO: **Los competidores** deberán pagar por uno de los métodos ofrecidos por SICO, (preferiblemente TPV), antes del cierre del plazo de inscripciones y, caso de hacerlo por transferencia (solo pagos de club completos), enviar el justificante de haber efectuado el mencionado pago (Concepto Trail-O Imperdible ****club**** o número de pedido SICO). Dicha información se ha de enviar a la dirección abajo indicada.

EVENTOR: Por transferencia bancaria a la cuenta abajo indicada

Los datos bancarios para hacer las transferencias son los siguientes:

- Entidad (Titular): FEXO
- Banco: Ibercaja
- IBAN: ES18 2085 4511 9403 3194 8982
- Email: Inscripciones(at)fexo.org (Poner el nombre del competidor y nº de pedido SICO)

Información General

El sistema de control será con Toe Punch Las tarjetas de control serán proporcionadas por la organización.

[Guia de Uso Toe-Punch](#)

[Toe-Punch User Guide](#)

El Trofeo Extremadura Trail-O se establecerá con la suma de puntos (TOP) de las 3 pruebas.

IMPORTANTE: Los participantes que se inscriban por SICO, si quieren puntuar para el Ranking Mundial (WRE), deberán hacer la inscripción también por EVENTOR (sin pagar por esta vía).

Dorsal

El Dorsal es obligatorio para todos los competidores. Los participantes FPO y los inscritos por Eventor deberán recogerlo en la secretaría de la prueba

Participantes de la Clase P

La organización no proporcionará ayudantes individuales para los participantes de la Clase P, que deberán traer su propio ayudante si lo necesitan. Aún así, la organización estará atenta en los puntos donde se prevea necesaria ayuda.

Los participantes de la clase P deberán enviar su certificado de elegibilidad antes del comienzo del evento.

Clasificación de competidores clase P

Laura Eliza Tabaka clasificará a los atletas de la clase P los días 18 y 19 de abril durante la competición española WRE — el sábado entre TempO y PreO Sprint, y el domingo después de la prueba de PreO. La clasificación tendrá lugar en el centro de competición. Si es necesario, por favor traiga su propio intérprete, ya que la comunicación será en inglés. Los documentos requeridos también deben enviarse a la IOF (esto puede hacerse después de la clasificación, pero el proceso será más lento).

Si desea solicitar la clasificación, envíe un correo electrónico a lapinalaura01@gmail.com.

Las próximas oportunidades de clasificación tendrán lugar los días 16 y 17 de mayo durante la competición FinTrailO y también durante el ETOC.

WC

No ha sido posible instalar WC portátiles en el Centro de Competición. Habrá baños accesibles en la zona del TempO (se pueden usar durante la prueba de TempO y después de que haya acabado) y en el Centro de Interpretación del Monumento natural. Ambos están situados en el mapa de localizaciones.

Premios

Además de los premios correspondientes al Campeonato de España de TempO, habrá un premio global, a los tres primeros clasificados en la suma de puntos (TOP) de las 3 pruebas.

Agradecimiento

La organización de este evento quiere agradecer a los promotores y desarrolladores del software libre usado en este evento:

- **OpenOrienteering Mapper**, para el diseño de los mapas
- **TempO Maker**, para la obtención de los mapas de los puntos cronometrados
- **TOP**, para las clasificaciones

Clima

En Cáceres en abril, el clima es propio de primavera: generalmente templado y agradable, aunque con cierta variabilidad y posibilidad de lluvia.

Temperaturas:

- Máxima media: alrededor de 19–20 °C durante el día.
- Mínima media: alrededor de 7–9 °C por la noche.
- Temperaturas promedio diarias suelen rondar los 13–15 °C.

Esto significa días templados, agradables para actividades al aire libre, y noches algo frescas donde puede hacer falta algo de abrigo.

<https://www.tiempo3.com/europe/spain/extremadura/caceres?page=month&month=April>

Turismo

La provincia de Cáceres ofrece una de las combinaciones más cautivadoras de historia, paisaje y biodiversidad del suroeste de Europa. Su territorio conserva un equilibrio notable entre el patrimonio cultural y la naturaleza prácticamente intacta. Si dispone de algo de tiempo adicional, no se arrepentirá de visitar algunas de las maravillas de esta región.

La ciudad de Cáceres, declarada Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO, es conocida por su casco histórico medieval y renacentista excepcionalmente bien conservado. Pasear por sus calles empedradas, palacios fortificados y antiguas torres es como retroceder en el tiempo. Su arquitectura de piedra, sus plazas llenas de ambiente y su intensa vida cultural la convierten en un destino único donde la historia sigue muy viva.

A poca distancia se encuentra Trujillo, una ciudad monumental coronada por un castillo medieval y famosa por su grandiosa plaza mayor. Cuna de varios exploradores de América, Trujillo combina palacios nobiliarios, iglesias y vistas panorámicas sobre las llanuras circundantes, ofreciendo una profunda sensación del legado histórico de España.

La naturaleza alcanza su expresión más espectacular en el Parque Nacional de Monfragüe, uno de los mejores ejemplos de bosque mediterráneo de Europa y un paraíso para la observación de aves. Imponentes cortados rocosos, ríos serpenteantes y extensos bosques sirven de refugio a especies emblemáticas como el águila imperial ibérica, el buitre negro y el buitre leonado, así como a la gran protagonista del parque, la cigüeña negra. La belleza salvaje del parque y su riqueza ecológica lo convierten en un destino excepcional para los amantes de la naturaleza.

Más allá de estos enclaves destacados, la provincia de Cáceres está salpicada de pueblos tradicionales, antiguas calzadas romanas, paisajes de dehesa y cielos nocturnos despejados. Es una tierra de autenticidad, silencio y grandes espacios abiertos, que invita a los visitantes a recorrerla sin prisas y a descubrir el carácter atemporal de Extremadura.



Organización

- Director de Prueba: José Antonio Carrasco (FEXO)
- Cartografía: Juan Pedro Caraça-Valente (Imperdible)
- Trazados: Juan Pedro Caraça-Valente
- Jueces Controladores: Juan Emilio Montero
- Secretaría: Estrella Gordillo
- Resultados: Abel Otero, ANT - Toe Punch - TOP
- Salidas: FEXO / CD Base Don Benito / Club Imperdible
- Apoyo Logístico: FEXO / CD Base Don Benito / Club Imperdible

Contacto:

- [inscripciones.clubimperdible\(at\)gmail.com](mailto:inscripciones.clubimperdible(at)gmail.com)
- [Inscripciones\(at\)fexo.org](mailto:Inscripciones(at)fexo.org)

Alojamientos

Hay una abundante oferta hotelera y otros tipos de alojamiento en Malpartida y en Cáceres (a 10km). También hay una buena oferta y variedad de restauración.

La organización intentará ofrecer Suelo Duro, pero aún no está confirmado ni garantizado.

CENTROS MÉDICOS

<https://www.areasaludcaceres.es/>

NORMATIVA APLICABLE

Las pruebas indicadas en este Boletín se regirán por los Reglamentos y las Normas vigentes aplicables para cada una de ellas. Entre dichos Reglamentos y Normas están (al menos) los siguientes:

- **Pruebas de Trail-O:**
 - Reglamento IOF de TRAIL-O
 - Reglamento FEDO de TRAIL-O y Normas LETO de la FEDO de TRAIL-O
- Todo competidor que incumpla el reglamento o se beneficie de su incumplimiento será descalificado.
- Todo competidor al inscribirse en la prueba acepta la autorización al uso de las imágenes que pudieran generarse durante la realización de la misma.
- Excepto en caso de accidente, está prohibido ayudar o recibir ayuda de otros competidores. Es un deber de todos ayudar a los competidores accidentados. **En particular, en las pruebas de Trail-O está prohibido cualquier tipo de comunicación verbal o no verbal durante el desarrollo de la prueba.**
- El "Doping" está prohibido. Las Normas antidopaje del CSD e IOF serán de aplicación en todas las pruebas de la FEDO y FEMADO. El CSD, la FEDO y la

FEMADO pueden solicitar la realización de controles antidopaje, en competición o fuera de ella.

- Cualquier intento de cartografiar o entrenar en el área de la competición está prohibido. Los intentos de obtener información sobre las carreras, más allá de la proporcionada por el organizador, están prohibidos antes y durante la competición.
- Una vez cruzada la línea de meta, el competidor no regresará al área de competición sin permiso del Juez Controlador. El competidor que se retire debe dirigirse inmediatamente a la meta, entregar el mapa y las tarjetas de control. Estos competidores no deben influir bajo ningún concepto en el desarrollo de la competición ni ayudar a otros competidores.

JUEGO LIMPIO Y CUIDADO DEL MEDIO AMBIENTE

Todas las personas que tomen parte en una prueba de orientación atenderán a los principios del juego limpio comportándose con honradez, actitud deportiva y espíritu de amistad. Los competidores deben mostrar respeto por los otros competidores, delegados, periodistas, espectadores, los habitantes del área de competición y medio ambiente. Los competidores procurarán permanecer en silencio durante la prueba.

RECUERDA: Cuida y respeta la naturaleza, y no dejes basura ni desperdicios en la zona, si no encuentras un contenedor o bolsa de basura cerca pregunta a la Organización para que te facilite uno.

El futuro depende del trato que demos ahora al medio ambiente.

