

Campeonato de Extremadura de Orientación

VALLE DEL AMBROZ

5-6 NOVIEMBRE 2022

BOLETÍN Nº 2



Extremadura
#SOMOSDEPORTE

ÍNDICE

1. VALLE DEL AMBROZ. EL ENCLAVE.....	2
2. PROGRAMA	3
3. NORMATIVA	4
4. CATEGORÍAS DE PARTICIPACIÓN	4
5. INSCRIPCIONES	5
6. SISTEMA DE CRONOMETRAJE.....	6
7. INFORMACIÓN TÉCNICA	6
8. SERVICIOS	11
9. ORGANIZACIÓN	12
10. ENTIDADES ORGANIZADORAS ACTUALIZAR.....	13

1. VALLE DEL AMBROZ. EL ENCLAVE.

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.



Con un terreno excepcional para la práctica de la Orientación, el Valle del Ambroz vuelve a acoger el Campeonato de Extremadura 2022, abriéndose así, una vez más, a quienes deseen disfrutar de una competición inolvidable, a la vez que poder experimentar las cualidades

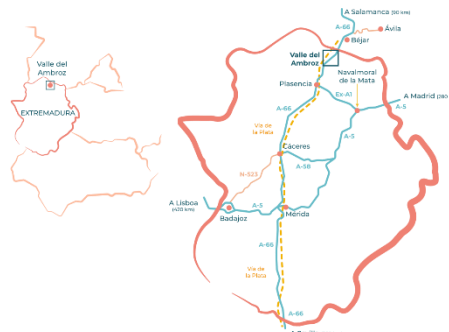
de los pueblos de esta comarca, y más aún, en una época del año, en la que podemos garantizar que vivirás un verdadero **Otoño Mágico**.

Los tres enclaves elegidos en esta ocasión serán Baños de Montemayor, La Garganta y Hervás. Tres municipios de la comarca 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.



1.1 LOCALIZACIÓN

Visita la [web](#) del Valle del Ambroz y encontrarás las diferentes posibilidades de viaje según tu punto de partida, además de una amplia oferta de alojamiento y lugares donde degustar una excelente gastronomía extremeña.



2. PROGRAMA

SÁBADO, 5 DE NOVIEMBRE		La Garganta – “La Muela”
9:30h.	Apertura Centro de Competición. Lugar: Mirador de La Garganta. Parking: Justo al lado del Centro de Competición. Ubicación.	
10:00h.	DISTANCIA MEDIA.	
	Salida de los/as primeros/as deportistas. Distancia a la Salida desde el parking: 1250 m. y 125 m. de desnivel, (no habrá Pre-Salida). 20 minutos caminando.	
SÁBADO, 5 DE NOVIEMBRE		Baños de Montemayor
16:00h.	Apertura Centro de Competición. Lugar: Plaza del ayuntamiento de Baños de Montemayor. Ubicación. Parking: Aparcamiento El Bulevar. Ubicación.	
16:30h.	SPRINT.	
	Salida de los/as primeros/as deportistas. Distancia del parking a la Salida: 500 m. (no habrá Pre-Salida). 8 min caminando.	
DOMINGO, 6 DE NOVIEMBRE		Hervás
9:30h.	Apertura Centro de Competición. Lugar: Plaza de Toros. Hervás. Ubicación. Parking: Justo al lado del Centro de Competición.	
10:00h.	DISTANCIA LARGA.	
	Salida de los/as primeros/as deportistas. Distancia a la Salida desde el parking: 1500 m. y 200 m. de desnivel, (no habrá Pre-Salida). 30 minutos caminando.	
13:00h.	Entrega de premios.	

3. NORMATIVA

El **Campeonato de Extremadura de Orientación** se regirá por las normativas de la Liga Extremeña de Orientación 2022 y la normativa del programa de deporte escolar JUDEX Orientación 2022.

ACCESO A NORMATIVA LEXTOR

ACCESO A NORMATIVA JUDEX

4. CATEGORÍAS DE PARTICIPACIÓN

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

CATEGORÍA	EDAD
BENJAMÍN FEMENINO/MASCULINO	Nacidos/as en 2012-2013
ALEVÍN FEMENINO/MASCULINO	Nacidos/as en 2010-2011
INFANTIL FEMENINO/MASCULINO	Nacidos/as en 2008-2009
CADETE FEMENINO/MASCULINO	Nacidos/as en 2006-2007
JUVENIL FEMENINO/MASCULINO	Nacidos/as en 2004-2005
ABSOLUTA FEMENINO/MASCULINO	Sin límite de edad
VETERANOS 35 FEMENINO/MASCULINO	A partir de 35 años
VETERANOS 45 FEMENINO/MASCULINO	A partir de 45 años
VETERANOS 55 FEMENINO/MASCULINO	A partir de 55 años.
OPEN AMARILLO (NIÑOS)	Recorrido dirigido a menores y/o para aquellas personas que se inician en el mundo de la Orientación.
OPEN NARANJA	Recorrido de iniciación dirigido a personas adultas.
OPEN ROJO	Recorrido intermedio para aquellos/as adultos/as que ya han tenido contacto con el mundo de la Orientación. Tiene un fin no competitivo.



5. INSCRIPCIONES

- ➔ Las inscripciones se realizarán a través de la **plataforma SICO** de la FEDO.
- ➔ El plazo de inscripción finaliza el **martes, 1 de noviembre de 2022, a las 23:59 horas**.

CATEGORÍAS LEXTOR y OPEN	CUOTAS DE INSCRIPCIÓN (por prueba)	
	CON LICENCIA FEDO	SIN LICENCIA FEDO
Absoluta Femenino/Masculino	5€	10 €
Veteranos 35 Femenino/Masculino	5€	10 €
Veteranos 45 Femenino/Masculino	5€	10 €
Veteranos 55 Femenino/Masculino	5€	10 €
Open amarillo (niños)	5€	10 €
Open naranja	5€	10 €
Open rojo	5€	10 €
CATEGORÍAS JUDEX	CON LICENCIA FEDO	SIN LICENCIA FEDO
Benjamín Femenino/Masculino	Gratis*	2 €*
Alevín Femenino/Masculino	Gratis*	2 €*
Infantil Femenino/Masculino	Gratis*	2 €*
Cadete Femenino/Masculino	Gratis*	2 €*
Juvenil Femenino/Masculino	Gratis*	2 €*

*La tasa de inscripción será gratuita en las categorías JUDEX sólo para los/as deportistas federados/as por un club extremeño adscritos/as a este programa.

El resto de deportistas inscritos/as en categorías JUDEX tendrán que pagar una cuota de inscripción de 5€ (federados/as) o 10€ (no federados/as).

ACCESO A INSCRIPCIONES

PROTOCOLO INSCRIPCIONES LEXTOR

5.2 SOLICITUD DE FACTURAS

La solicitud de facturas por inscripciones, o prestación de servicios complementarios, del Campeonato de Extremadura 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.

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 desarrollado.

SOLICITUD DE FACTURA

6. 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.

7. INFORMACIÓN TÉCNICA

7.1 DISTANCIA MEDIA

DISTANCIA MEDIA LA GARGANTA ("La Muela")	
MAPA	José Batista (Mayo 2019).
TRAZADORES	Daniel Portal Gordillo e Isaac Hernández Pindado.
ESCALA	1:7500
EQUIDISTANCIA	5 metros
FORMATO PAPEL	A4
PRUEBA	Campeonato de Extremadura de Media Distancia

SALIDA	Distancia a la Salida desde el parking: 1250 m. y 125 m. de desnivel, (no habrá Pre-Salida). 20 minutos caminando.
AVITUALLAMIENTOS	Avituallamiento líquido al final de la prueba.
DESCRIPCIÓN TÉCNICA	La falda de “La Muela” es una ladera con muchos detalles rocosos y grandes desniveles. Bosque de pinos y cierta vegetación baja que hace que la progresión sea lenta en muchas ocasiones y la velocidad de carrera sea baja. Nos encontramos ante un terreno de muchísima calidad para nuestro deporte.

SÁBADO MAÑANA, 5 NOVIEMBRE – DISTANCIA MEDIA					
Recorrido	Categorías	Distancia (m)	Desnivel (m)	Controles	Escala/equidistancia
1	M/F-Benjamín Open amarillo	1600	30	7	1:7500 / 5m
2	M/F-Alevín	1700	30	9	1:7500 / 5m
3	F-Infantil Open naranja	2400	100	11	1:7500 / 5m
4	M-Infantil F-Cadete Open rojo F-Veterana 55	2600	125	12	1:7500 / 5m
5	M-Cadete F-Juvenil F-Veterana 45 M-Veterana 55	3100	125	13	1:7500 / 5m
6	M-Juvenil F-Absoluta F-Veterana 35 M-Veterana 45	3700	215	16	1:7500 / 5m
7	M-Absoluta M-Veterana 35	4300	250	21	1:7500 / 5m

7.2 SPRINT

SPRINT BAÑOS DE MONTEMAYOR	
MAPA	José Batista (Mayo 2019).
TRAZADOR	Isaac Hernández Pindado.
ESCALA	1:4000
EQUIDISTANCIA	5 metros
FORMATO PAPEL	A4
PRUEBA	Sprint liga extremeña.
SALIDA	500 metros (8 min) desde el parking.

AVITUALLAMIENTOS	Avituallamiento líquido al final de la prueba.
DESCRIPCIÓN TÉCNICA	Sprint en su mayoría urbano. Elecciones de ruta presentes en la mayor parte de los tramos. Recomendables zapatillas con buen agarre si la lluvia esta presente. Habrà un cambio de mapa para los recorridos 5, 6 y 7. Esto implicará que haya dos mapas impresos en la misma hoja, en una parte estarán las primeras balizas de la carrera y en la otra el resto. Las distancias de la tabla son en línea, y no por la mejor ruta. Pero los tiempos de ganador se ajustarán a normativa.

SÁBADO TARDE, 5 NOVIEMBRE – DISTANCIA SPRINT					
Recorrido	Categorías	Distancia (m)	Desnivel (m)	Controles	Escala/equidistancia
1	M/F-Benjamín Open amarillo	1000	45	10	1:4000 / 5m
2	M/F-Alevín	1100	95	11	1:4000 / 5m
3	F-Infantil Open naranja	1300	110	12	1:4000 / 5m
4	M-Infantil F-Cadete Open rojo F-Veterana 55	1300	115	12	1:4000 / 5m
5	M-Cadete F-Juvenil F-Veterana 45 M-Veterana 55	1400	130	11	1:4000 / 5m
6	M-Juvenil F-Absoluta F-Veterana 35 M-Veterana 45	1600	150	12	1:4000 / 5m
7	M-Absoluta M-Veterana 35	2000	190	16	1:4000 / 5m





Mapa con zona de parking y ubicación de la Salida, puede utilizarse para calentar.
Solo está permitido el acceso a la salida por la calle del norte que da al triángulo.

7.3 DISTANCIA LARGA

DISTANCIA LARGA HERVÁS (“El Castañar de Hervás”)	
MAPA	Rui Antunes y José Batista (Mayo 2019).
TRAZADOR	Daniel Portal Gordillo e Isaac Hernández Pindado.
ESCALA	1:10.000
EQUIDISTANCIA	5 metros
FORMATO PAPEL	A4+
PRUEBA	Campeonato de Extremadura de Larga Distancia
SALIDA	Distancia a la salida desde el parking: 1500 metros y 200 metros de desnivel, (no habrá pre salida). 30 minutos caminando.
AVITUALLAMIENTOS	Avituallamiento líquido al final de la prueba. Existirá un avituallamiento líquido en carrera para las categorías superiores.
DESCRIPCIÓN TÉCNICA	El castañar de Hervás, un terreno único en nuestra península para la práctica de nuestro deporte. La situación del bosque con la caída de la hoja es óptima para disfrutar de una jornada de orientación mágica., La visibilidad es alta- media, pero si es importante tomar precaución con los tobillos y el pisar dentro del bosque. Los desniveles son moderados. Predominan los tramos de elección de ruta, donde será crucial buscar una entrada al control seguro y rápida. También se notara la presencia de tramos en ladera y bajada.

DOMINGO, 6 NOVIEMBRE – DISTANCIA LARGA					
Recorrido	Categorías	Distancia (m)	Desnivel (m)	Controles	Escala/equidistancia
1	M/F-Benjamín Open amarillo	2200	20	6	1:10000 / 5m
2	M/F-Alevín	2300	50	10	1:10000 / 5m
3	F-Infantil Open naranja	3600	60	9	1:10000 / 5m
4	M-Infantil F-Cadete Open rojo F-Veterana 55	4500	105	14	1:10000 / 5m
5	M-Cadete F-Juvenil F-Veterana 45 M-Veterana 55	5400	275	16	1:10000 / 5m
6	M-Juvenil F-Absoluta	6100	315	17	1:10000 / 5m

	F-Veterana 35 M-Veterana 45				
7	M-Absoluta M-Veterana 35	7700	405	20	1:10000 / 5m

8. SERVICIOS

8.1 Avituallamiento

Durante el Campeonato de Extremadura de Orientación 2022, la organización ofrecerá avituallamiento líquido al finalizar cada una de las pruebas.

- ➔ En la prueba de Larga Distancia habrá un avituallamiento en carrera para las categorías superiores.

La dispensación del avituallamiento líquido se hará a granel, debiendo llevar cada deportista su bidón, vaso o camel propio.

8.2 Servicio Especial de Pensión Completa

Para el Campeonato de Extremadura de Orientación 2022 se ofrecerá, por parte de la organización, un servicio especial de alojamiento y manutención (pensión completa), bajo una tarifa plana para todo el fin de semana, de acuerdo a las siguientes condiciones:

- ➔ Ubicación: Baños de Montemayor.
- ➔ Plazas disponibles: 60 plazas, en habitaciones dobles.
- ➔ Servicio incluido:
 - Viernes: Alojamiento + Cena.
 - Sábado: Alojamiento + Desayuno, almuerzo y cena.
 - Domingo: Desayuno, almuerzo.
- ➔ **Cuota del servicio: Tarifa Plana 50€/persona (fin de semana).**
- ➔ **El plazo de reservas de Suelo Duro finalizará el día 1 de noviembre de 2022 (o hasta que se agoten las plazas disponibles).**
- ➔ La solicitud de reserva se podrá realizar de forma individual o por parejas.
- ➔ La solicitud de reserva se realizará exclusivamente a través del formulario específico habilitado para ello.
- ➔ Solo podrá solicitarse reserva del Servicio de Pensión Completa una vez que el/la deportista esté oficialmente inscrito/a en la competición.
- ➔ La asignación de plazas se realizará por orden de solicitud y confirmación del pago de la reserva correspondiente.

Formulario Reserva Servicio Pensión Completa (PLAZAS AGOTADAS)

8.3 Otros servicios del Valle del Ambroz

El Valle del Ambroz, enclave en el que se desarrollará el Campeonato de Orientación de Extremadura 2022, cuenta con innumerables recursos turísticos y servicios disponibles tanto para deportistas como acompañantes, suponiendo una oferta más que atractiva para disfrutar de un gran fin de semana de deporte, naturaleza y turismo.

SERVICIOS Y RECURSO DEL VALLE DEL AMBROZ	
Qué ver y hacer	Qué ver y hacer en el Valle del Ambroz
Alojamiento	Dónde dormir en el Valle del Ambroz
Comer	Dónde comer en el Valle del Ambroz

9. ORGANIZACIÓN

9.1 Coordinación

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

Email: opie@fexo.org Tlfno. + WhatsApp: + 34 605 21 38 80

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

Email: inscripciones@fexo.org

➔ **INFORMACIÓN LOGÍSTICA:** Consultas sobre recursos y servicios: alojamiento, comidas, transportes, etc.

Email: logistica@fexo.org WhatsApp: + 34 636 73 36 81

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

Email: comunicacion@fexo.org

9.2 Comunicación

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



Canales de Comunicación:

Suscripción Boletín Informativo FEXO

Canal Telegram FEXO

10. ENTIDADES ORGANIZADORAS ACTUALIZAR

ORGANIZAN

 **Federación
Extremeña
de Orientación**

PATROCINA

 **UNIÓN EUROPEA**
Fondo Europeo Agrícola de Desarrollo Rural:
Europa invierte en las zonas rurales **JUNTA DE EXTREMADURA**
Consejería de Agricultura, Desarrollo Rural,
Población y Territorio **GOBIERNO
DE ESPAÑA** **MINISTERIO
DE AGRICULTURA, PESCA
Y ALIMENTACIÓN** **DIVA**
DESARROLLO INTEGRAL
DEL VALLE DEL AMBROZ

COLABORAN

 **Extremadura**
Deporte desde la Base **DIPUTACIÓN
DE CÁCERES** **Ayuntamiento de
Hervás** **Ayuntamiento de
La Garganta** **Ayuntamiento de
Baños de Montemayor**

PATROCINADOR OFICIAL FEXO

 **exs** **extremadura
sport.com**



El deporte de Orientación
está comprometido con la
protección del medio ambiente.
Evita imprimir este documento.

FEXO | Club Alcor Extremadura
Octubre 2022



Club Orientación
alcor
extremadura



Extremadura es Deporte
Extremadura es Orientación