



1 Ayuntamiento de San Martín de Valdeiglesias



BOLETÍN 3

XXVII TROFEO INTERNACIONAL MARTIN KRONLUND 2017
 18 Y 19 DE MARZO "SAN MARTIN DE VALDEIGLESIAS" MADRID

-VIERNES 17: Carrera Modelo
-SABADO 18: Carrera Larga WRE. Carrera SPRINT
-DOMINGO 19: Carrera Media





2 Ayuntamiento de
San Martín de Valdeiglesias



XXVII TROFEO INTERNACIONAL “MARTIN KRONLUND”



LARGA-SPRINT-MEDIA

**SAN MARTÍN DE VALDEIGLESIAS 17,18 Y
19 DE MARZO 2017**

**ORGANIZAN: AYUNTAMIENTO DE SAN MARTÍN DE
VALDEIGLESIAS, FEDO, FEMADO, y los clubes ADYRON,
ORIENTAGETAFFE Y ALABARDA-O.**

**8 Días de Orientación en unos parajes maravillosos, con una gran
oferta turística y cultural en la zona.**

**Situada a 58 km de Madrid (50'), 79 Km de Toledo (55') y 54 km de
Ávila (45')**



BREVE HISTORIA DEL TROFEO

El deporte de la ORIENTACIÓN, procedente de los países nórdicos donde alcanza unas cotas de participación superiores a cualquier otro, incluido el fútbol, es muy joven en España prueba de ello es que el primer Club, ADYRON, se funda a finales de 1987.

A mediados de los 80 surge la figura de D. MARTIN KRONLUND deportista sueco, profesor de esgrima en el I.N.E.F. -olímpico en representación de su País en los juegos de Helsinki- y consumado “orientador” que incluye la orientación como una opción más en el entrenamiento de sus alumnos.



En poco tiempo la orientación gana adeptos y se forma el primer grupo, no reglamentado, de deportistas que comienzan a organizar con asiduidad competiciones en la Casa de Campo de Madrid.

Tal es el interés despertado por esta nueva competición que se empieza a estudiar la posibilidad de realizar una carrera a escala internacional en Madrid. Debido a los conocimientos que el Sr. Kronlund tiene en las federaciones Sueca y Finlandesa y puesto que en la primavera española en aquellos países es imposible realizar ningún deporte pues se encuentra todo cubierto por la nieve y el hielo, un grupo de deportistas nórdicos accede a venir con el objetivo de iniciar su pre-temporada.

Así, en el mes de Marzo de 1988 -justo el fin de semana anterior al día de San José- se realiza el I TROFEO INTERNACIONAL “MARTIN KRONLUND” en el bello paraje de Peguerinos. Un éxito sin precedentes ya que se dan cita más de cuatrocientos deportistas venidos de todos los puntos de España, aparte de varios atletas nórdicos de los países antes citados.



Han ido pasando los años y consecutivamente, siempre en el fin de semana de San José o el anterior más inmediato, se han celebrado una tras otra las 26 ediciones que se llevan hasta la fecha, convirtiéndose en una carrera de referencia en el calendario internacional.

Hoy día, desgraciadamente, nuestro estimado MARTIN KRONLUND ya no se encuentra entre nosotros, aunque sigue permanente como icono de esta “su” competición. Pero es tal la semilla que ha dejado en la organización y preparación de esta Prueba que todo lo concerniente a la misma se sigue concienzudamente manteniendo e intentando mejorar, uno a uno, los patrones que él seguía.

Esperamos que esta XXVII edición esté a la altura que se merece y sea del agrado de todos los participantes.

SALUDA DE LA ALCALDESA DE SAN MARTIN DE VALDEIGLESIAS



Queridos organizadores y participantes del XXVII Trofeo Internacional de Orientación:

Es una grata noticia que hayáis escogido nuevamente nuestra localidad para albergar esta prueba deportiva. Un municipio a una hora de la mayor urbe del país que, sin embargo, atesora una enorme riqueza natural en la que se puede practicar multitud de deportes en la naturaleza, ya sean terrestres o náuticos, en el pantano de San Juan.

Estamos seguros de que esta prueba deportiva, dada su importancia y prestigio, va a contribuir a promocionar nuestro municipio, de ahí que nos sintamos especialmente orgullosos de contar con el marco perfecto para poder llevarla a cabo.

Los sanmartineños y sanmartineñas somos gente hospitalaria, a los que nos apasiona el deporte y el medio en el que vivimos. Entre todos nos ocuparemos de que los que participáis en la carrera conozcáis y disfrutéis de nuestro pueblo, nuestros vinos, nuestro entorno... Motivos suficientes para que podáis volver.

Desde aquí quiero felicitar de antemano a la organización por confiar en la capacidad organizativa de este pequeño municipio madrileño que apuesta por la conservación del entorno, el deporte y la cultura, como parte fundamental de su desarrollo económico.

A los deportistas, mucha suerte y ánimo para continuar superando cualquier meta, deportiva o personal.

Un fuerte abrazo.

María Luz Lastras

ALCALDESA DE SAN MARTÍN DE VALDEIGLESIAS

SALUDA DEL CONCEJAL DE DEPORTES DE SAN MARTIN DE VALDEIGLESIAS



Acogí con alegría la noticia de que San Martín de Valdeiglesias haya sido elegido para la celebración de este XXVII TROFEO INTERNACIONAL DE ORIENTACION HOMENAJE a MARTIN KRONLUND.

Para nuestro pueblo esta cita se convierte en una ocasión de renovar nuestro esfuerzo en dar a conocer la belleza de sus paisajes, sus tradiciones, su cultura, su patrimonio arquitectónico, sus recursos naturales y turísticos y sobre todo el entorno perfecto para poder realizar esta prueba deportiva de tanto prestigio.

Es necesario resaltar el gran esfuerzo que supone embarcarnos en proyectos tan ilusionantes que permiten dar a conocer una disciplina que aúna conocimiento y respeto por el medio y son una muestra más de trabajo conjunto entre entidades deportivas, asociaciones y Ayuntamiento.

Quiero expresar mi agradecimiento a las Federaciones Española y Madrileña de Orientación por contar con nosotros para el desarrollo de esta prueba, a todas las entidades que lo hacen posible, así como a los clubs ADYRON, ALABARDA y ORIENTA-GETAFE.

¡Mucha suerte a los participantes! ¡Espero que disfrutéis de nuestro pueblo!

Un cariñoso saludo.

Pablo Luis Lastras Ortiz

CONCEJAL DE DEPORTES DE SAN MARTIN DE VALDEIGLESIAS

SALUDA DEL PRESIDENTE DE LA FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ORIENTACIÓN



La Federación Española de Orientación saluda al Ayuntamiento de San Martín de Valdeiglesias al que agradece su hospitalidad, su amabilidad, y su colaboración con esta competición, el TROFEO MARTIN KRONLUND, tan significativa y tan querida por todos los orientadores. También saluda a los clubs organizadores, ALABARDA, ADYRON, Y ORIENTAGETAFFE, reconociendo el enorme esfuerzo que siempre conlleva la gestión de una prueba de este empaque y naturaleza; bien saben los orientadores el cariño que el Presidente profesa a estos clubs, especialmente, claro está, al suyo. Saluda además al Consejo Superior de Deportes, al Comité Olímpico Internacional, a la Federación Internacional de Orientación, y a sus patrocinadores, LaLiga4Sport, y Agua de Cazorla: a todos ellos les da las gracias por lo que tanto le ayudan a crecer. Saluda a la Federación Madrileña de Orientación, bien hallada. Y saluda, como no, a todos los orientadores que irán llegando a San Martín desde tantos otros sitios vernáculos o foráneos para regalarle su sudor y su empeño al bosque: ni en cientos de boletines como este cabría el agradecimiento que se merecen.

José Enrique Barcia Hernández

PRESIDENTE DE LA FEDERACIÓN ESPAÑOLA DE ORIENTACIÓN

BIENVENIDA DEL PRESIDENTE DE LA FEMADO



Desde la Federación Madrileña de Orientación (FEMADO) os damos la bienvenida al XXVII Trofeo Internacional, homenaje permanente a nuestro maestro Martín Kronlund. Esperamos que vuestro desplazamiento a los parajes de San Martín de Valdeiglesias de esta Comunidad de Madrid, independiente de la Comunidad Autónoma o país extranjero de procedencia, cumpla con vuestras

expectativas a nivel deportivo, y como no, también a nivel personal.

Considerando la gran experiencia de los Clubes organizadores (Adyron, Alabarda-O y OrientaGetafe) es nuestro deseo que toda la familia de la orientación pueda encontrar calidad tanto en la competición como en el trato personal.

José Vicente Alba Paredes

Presidente de la Federación Madrileña de Orientación

BIENVENIDA DEL DIRECTOR DE PRUEBA



Estimados aficionados al deporte de la Orientación.

Como Presidente de esta Agrupación Deportiva, es un orgullo poder dar la bienvenida a una nueva edición del Trofeo

Internacional “MARTIN KRONLUND” que, desde aquel ya lejano mes de marzo de 1988, ha organizado en solitario o con la colaboración de otros Clubes de la Comunidad de Madrid, como sucede en esta ocasión.

Durante todos estos años, el único interés de esta Organización ha sido el procurar el máximo disfrute de los participantes en todas y cada una de sus ediciones. Y la única forma ha sido siguiendo las directrices marcadas por nuestro Presidente de Honor, hoy ya no presente entre nosotros, el insigne Profesor D. Martin Kronlund.

Sus premisas eran sencillas, unos trazados exigentes pero a la vez divertidos, cuidar al máximo los recorridos de cada categoría con trazados lo más independientes posible y sin olvidar que los puntos han de estar bien definidos en el mapa y que llegado el momento fuesen fácilmente identificables por el corredor. Como bien decía y eso nos lo hizo aprender con mano dura, la Orientación no es el juego del escondite, es simplemente sacar lo mejor de la navegación de la mente del orientador. Una vez que se llega a la zona, no hay que buscar más.

Como Presidente de ADYRON quiero daros mi agradecimiento a vuestra asistencia, haciéndome eco a la vez de los sentimientos que albergan los componentes de los otros dos Clubes participantes en la Organización, ALABARDA-O y ORIENTAGETAFAE, que han dado lo mejor de sí para que esta 27ª Edición llegue a buen término y que lo seguirán dando hasta que retiremos la última estaca del monte.

En fin, el “MARTIN KRONLUND” os espera y estamos seguros que en el terreno de SAN MARTIN DE VALDEIGLESIAS volveréis a disfrutar como ha sido habitual a lo largo de los años en esta Competición.

Un cordial saludo;

Madrid, 1 de Noviembre de 2016

Miguel Ángel Carrillo

PRESIDENTE DE ADYRON

DIRECTOR DE PRUEBA



9 Ayuntamiento de
San Martín de Valdeiglesias



INFORMACIÓN GENERAL

Web: www.alabardaorientacion.com

Correo-e: info@alabardaorientacion.com

Facebook: <https://www.facebook.com/alabardao/>

Twitter: <https://twitter.com/alabardao>

NOVEDADES EN PÁGINAS: 19, 25 Y 26





COMITÉ ORGANIZADOR

- **Organizan**
Federación Madrileña de Orientación
Club Adyron, Club Alabarda-O y Club Orientagetafe
- **Director del Trofeo**
Miguel Ángel Carrillo Garcia
- **Director Técnico del Trofeo**
Ángel Rojas Avilés
- **DIRECCIÓN TÉCNICA**
 - **Cartografía**
Mario Rodríguez (Cart-O), Miguel Álvarez Berruezo
 - **Trazados**
Ángel Rojas Avilés (campo), Andres Sanchez Montoro (sprint)
 - **Equipo de campo**
Israel Garrido de la Torre, Antonio Cano López
Samuel Díaz Alcaide, Eusebio Andrés Garnacho González
 - **Sportident**
Mercedes Jiménez Baena, Francisco Conejo Muñoz.
 - **Juez Controlador IOF/FEDO**
Santiago del Moral Durá
 - **Salidas**
Laura Contreras García, Mayte Arcones Laosa
Miguel Angel Toledo Navarro, Aníbal Rapado Barbero
Jose Antonio Vera Jimenez, Claudio Moran Muñoz
 - **Meta**
Pedro Yllán Berrocal, Encarnación Ortiz
- **LOGÍSTICA**
 - **Secretaría**
Paloma Ponte Chamorro, Rosa M^a Silveira Puertas, Elena Rojas Jiménez,
Alicia Blanch Cortés
 - **Inscripciones**
Paloma Ponte Chamorro, Miguel Ángel Carrillo García
 - **Material e infraestructuras**
Antonio Rodríguez Hernández, Eusebio Andrés Garnacho González
 - **Web y Audiovisuales**
Andrés Bañón Puche
- **ENTREGA DE TROFEOS Y PROTOCOLO**
 - Alicia Blanch Cortés, Miguel Ángel Carrillo García, Paloma Ponte Chamorro





11 Ayuntamiento de
San Martín de Valdeiglesias



PROGRAMA

Del 11 al 16 de Marzo: CAMPO DE ENTRENAMIENTO

Sábado 11- Entrenamiento con recorridos modelo de media y larga en Pelayos de la Presa y San Martín de Valdeiglesias

Mas entrenamientos O-Travel:

<http://www.o-travel.com/madrid1/martin-kronlund>

Viernes 17 de Marzo: CARRERA MODELO

San Martín de Valdeiglesias: entrega de mapas en el polideportivo municipal a partir de las 11:00 h

RECEPCIÓN, RECOGIDA DE DORSALES Y SUELO DURO

Polideportivo Municipal de San Martín de Valdeiglesias de 17:00 h a 22:30 h

Sábado 18 de Marzo: CARRERA DISTANCIA LARGA

8:00 h apertura del centro de competición

10:00 h inicio de salidas

CARRERA DISTANCIA SPRINT

15:00 h Apertura de zona de cuarentena (Polideportivo Municipal). A partir de esa hora estará totalmente prohibido circular por el pueblo a los participantes.

16:00 h inicio de salidas

19:00 h entrega de trofeos carrera Sprint en zona de Meta (Castillo La Coracera)

Domingo 19 de Marzo: CARRERA DISTANCIA MEDIA

8:00 h apertura del centro de competición

9:30 h inicio de salidas

13:00 h entrega de trofeos





LUGAR

SAN MARTÍN DE VALDEIGLESIAS (MADRID), CTRA. M-957 de San Martín de Valdeiglesias al Pantano de San Juan, hasta el cruce con Ctra. a Canto Redondo.

Localización Google Maps:

<https://drive.google.com/open?id=1TeDtKu0vYPG1zL67H1-27NkSC4A&usp=sharing>

MAPAS

Los mapas son **nuevos**, realizados entre Junio a Noviembre de 2016 por Cart-O.Mario Rodríguez y el mapa de la Sprint por Miguel Álvarez Berruezo.

La escala será 1:10.000/1:15.000 equidistancia 5 metros, para las carreras de campo y 1:5000 para la carrera sprint urbana.

INFORMACIÓN TÉCNICA

CARRERAS LARGA Y MEDIA

Bosque tipo mediterráneo de pino alto con abundancia de rocas de gran tamaño y vegetación baja tipo jara.

Terreno con muchísimo detalle de roca, muy técnico en general, duro en muchas zonas y de fácil progresión en otras, desniveles de moderados a fuertes, con laderas muy pendientes de gran riqueza técnica y fácil progresión.





13 Ayuntamiento de San Martín de Valdeiglesias



La zona cartografiada es muy interesante y de gran riqueza para la práctica de orientación.

Se ha preparado una versión para la escala 1:10.000 y otra versión para 1:15.000.

La zona donde discurrirá la carrera media es un altiplano muy cargado de detalle de roca. En algunas zonas el avance se verá dificultado por la roca y la jara. La lectura precisa así como unas buenas elecciones de ruta entre las rocas y jaras, serán determinantes.

La carrera larga se desarrollará en un área que rodea la zona de la carrera media y que presenta una gran diversidad de terrenos. Habrá zonas de carrera rápida, zonas duras debido a la vegetación, laderas muy pronunciadas (que exigirán muy buena técnica sobre todo cuando se recorran en bajada), con grandes masas de rocas... Es decir, se trata de unos terrenos que exigirán de todo tipo de técnicas, prevaleciendo la buena elección de ruta, la correcta navegación, y la fortaleza física, y que harán disfrutar a los apasionados de este deporte.

Las Escalas serán las que marca el reglamento de orientación para cada carrera:

LARGA: 1:15.000 (excepto – de 18 y + de 45 será 1:10.000).

MEDIA: 1:10.000

SPRINT: 1:5000 (urbano).

Los trazados serán realizados, en las carreras de campo, por Angel Rojas (Alabarda-O), reconocido y experto trazador en numerosas ediciones de este Trofeo Internacional Martin Kronlund y la carrera sprint será trazada por Andrés Sánchez Montoro (Orientagetafe), experto en este tipo de pruebas, sus últimos trazados fueron las 2 sprints del Trofeo Internacional 5 días de España en Soria.

Andrés preparará unos trazados por el casco viejo de San Martín de Valdeiglesias que harán disfrutar en grande a todos. Con seguridad será una carrera muy amena y divertida.





Zona de carrera excelente para la orientación. Una gran combinación de técnica, táctica y dureza.

Técnica:

Con zonas de muchísimas rocas, laderas con un terreno muy igual, todo similar donde la interpretación del mapa-terreno se hace difícil. Un mapa que se va leyendo muy bien, pero en cuanto hay un descuido la relocalización se convierte en algo difícil, siendo más rápido volver o buscar un punto claro y grande de referencia.

En algunas zonas el avance es casi imposible en línea recta, teniendo que variar la dirección de marcha para progresar más rápido. Se podrán elegir varias rutas existiendo sendas que nos harán más fáciles las rutas pero mucho más largas.

Dureza:

Existen zonas de monte sucio, con muchas ramas y leña seca, y zonas de jara que (aunque penetrables) nos harán incómoda la progresión.

Existen también laderas pronunciadas, con grandes desniveles, por lo que, a la hora de elegir nuestra ruta tendremos que optar entre rodearlas o atravesarlas, lo que exigirá de cada corredor conocer sus mejores cualidades, técnica o físico, aplicando una buena táctica para acertar en la mezcla de las cualidades.

Aparte de elegir una buena ruta para desplazarnos al control, una vez en la ruta habrá que ir eligiendo el sitio de paso por el terreno, salvando zonas con mayor espesor de jaras y zonas sucias de ramas secas.

A pesar de la dureza y la exigencia técnica del terreno las carreras serán bonitas y muy interesantes, estamos seguros que todos disfrutaran de este bosque y se quedaran con ganas de volver a correr en estos mapas.

Angel Rojas Avilés

Director Técnico y Trazador de la prueba





DISTANCIAS, DESNIVELES Y NÚMERO DE CONTROLES

Tendréis dos carreras totalmente distintas: La Carrera Larga con tramos largos, elecciones de ruta difíciles y determinantes, orientación en la navegación, mucha lectura en la elección del camino para sortear la vegetación y cómo afrontar los desniveles.

CARRERA LARGA - WRE

CATEGORIA	DISTANCIA	DESNIVEL	Nº CONTROLES	ESCALA	TIEMPO ESTIMADO GANADOR
OPEN-AMARILLO	1,8	40	6	1/7.500	20'-25'
OPEN-NARANJA	2,6	60	12	1/10.000	30'-35'
OPEN-ROJO	5,5	190	14	1/10.000	40'-45'
OPEN-NEGRO	8,2	340	16	1/15.000	70'-80'
U-10	1,8	40	6	1/10.000	25'-35'
M-12	2,4	40	10	1/10.000	25'-35'
F-12	2,3	40	9	1/10.000	25'-35'
M-14	3,5	70	13	1/10.000	35'-40'
F-14	3,1	70	11	1/10.000	35'-40'
M-16	4,0	130	11	1/10.000	45'-55'
F-16	3,5	80	12	1/10.000	35'-45'
M-18	6,5	280	15	1/15.000	55'-65'
F-18	4,9	190	14	1/15.000	50'-60'
M-20	8,3	370	16	1/15.000	70'-80'
F-20	5,7	230	14	1/15.000	65'-70'
M-21-A	8,1	310	17	1/15.000	65'-75'
F-21-A	5,8	240	15	1/15.000	60'-70'
M-21-B	5,2	220	12	1/15.000	60'-65'
F-21-B	4,5	190	13	1/15.000	55'-65'
M-ELITE WRE	11,4	490	18	1/15.000	80'-90'
F-ELITE WRE	8,2	350	15	1/15.000	70'-80'
M-35-A	8,6	360	16	1/15.000	70'-80'
F-35-A	5,5	200	14	1/15.000	60'-70'
M-35-B	6,0	210	15	1/15.000	60'-70'
F-35-B	4,7	150	14	1/15.000	55'-65'
M-40	7,8	310	16	1/15.000	65'-70'
F-40	5,0	220	15	1/15.000	60'-70'
M-45	7,0	280	16	1/10.000	60'-65'
F-45	4,5	180	14	1/10.000	55'-60'
M-50	6,3	250	14	1/10.000	60'-65'
F-50	4,0	140	14	1/10.000	50'-60'
M-55	5,9	240	14	1/10.000	55'-60'
F-55	3,9	130	11	1/10.000	45'-55'
M-60	5,3	170	14	1/10.000	50'-55'
F-60	3,7	130	10	1/10.000	45'-55'
M-65	4,9	170	14	1/7.500	50'-55'
F-65	3,6	100	10	1/7.500	40'-50'





La Carrera Media con tramos cortos y muy cortos con elección de ruta en la mayoría, especialmente para sortear la vegetación y grandes rocas, muchos cambios de dirección, carrera muy divertida en un espacio de terreno pequeño, donde será difícil levantar la vista a lo lejos. Será muy importante la concentración, lectura precisa, ritmo de carrera y apoyo continuo en múltiples y cercanas referencias.

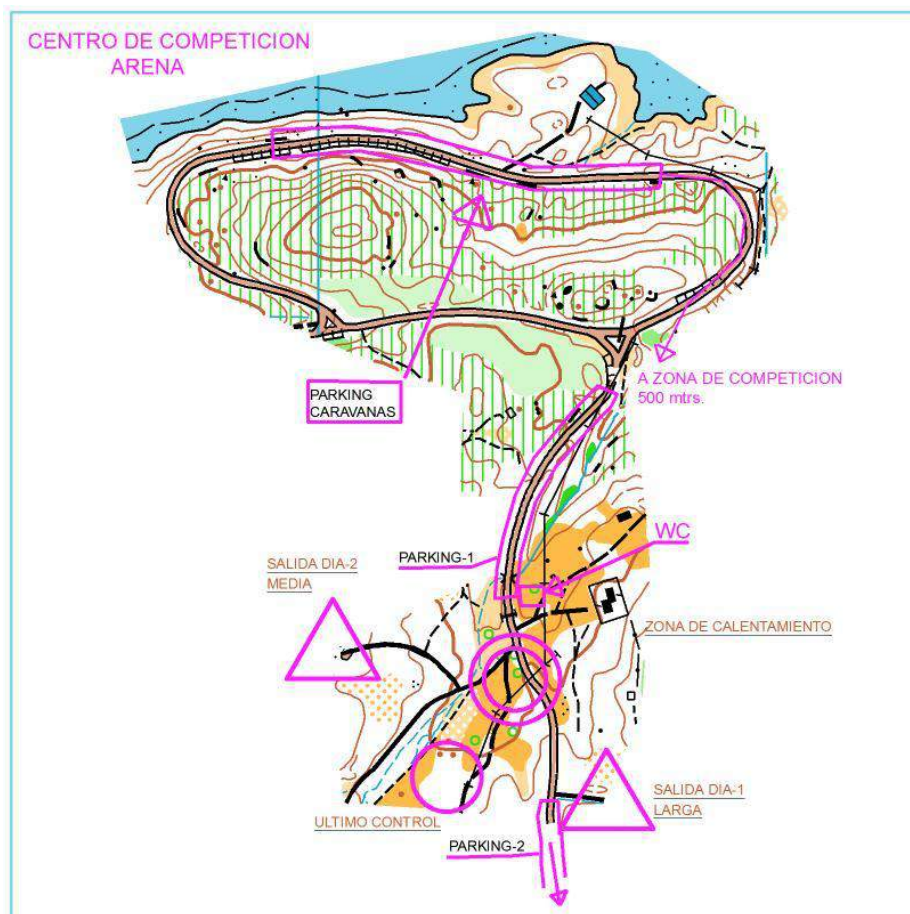
CARRERA MEDIA

CATEGORIA	DISTANCIA	DESNIVEL	Nº CONTROLES	ESCALA	TIEMPO ESTIMADO GANADOR
OPEN-AMARILLO	1,7	50	8	1/7.500	20'-25'
OPEN-NARANJA	1,9	40	12	1/10.000	20'-25'
OPEN-ROJO	2,8	70	15	1/10.000	25'-30'
OPEN-NEGRO	3,3	100	16	1/10.000	35'-40'
U-10	1,8	50	9	1/10.000	20'-25'
M-12	1,9	50	11	1/10.000	20'-25'
F-12	1,9	50	10	1/10.000	20'-25'
M-14	2,4	70	16	1/10.000	25'-30'
F-14	2,2	70	12	1/10.000	25'-30'
M-16	2,6	100	15	1/10.000	25'-30'
F-16	2,5	90	14	1/10.000	25'-30'
M-18	3,3	120	17	1/10.000	25'-30'
F-18	2,8	90	16	1/10.000	25'-30'
M-20	4,9	160	20	1/10.000	30'-35'
F-20	3,0	100	17	1/10.000	30'-35'
M-21-A	3,9	120	20	1/10.000	30'-35'
F-21-A	3,1	120	16	1/10.000	30'-35'
M-21-B	3,2	90	16	1/10.000	25'-30'
F-21-B	2,5	80	14	1/10.000	25'-30'
M-ELITE WRE	5,1	160	23	1/10.000	30'-35'
F-ELITE WRE	4,1	130	20	1/10.000	30'-35'
M-35-A	4,8	140	23	1/10.000	30'-35'
F-35-A	3,1	100	17	1/10.000	30'-35'
M-35-B	2,9	80	16	1/10.000	25'-30'
F-35-B	2,6	80	15	1/10.000	25'-30'
M-40	4,1	140	21	1/10.000	25'-30'
F-40	2,9	100	17	1/10.000	25'-30'
M-45	3,8	120	19	1/10.000	25'-30'
F-45	2,5	90	15	1/10.000	25'-30'
M-50	3,0	100	17	1/10.000	25'-30'
F-50	2,4	90	14	1/10.000	25'-30'
M-55	2,8	100	16	1/10.000	25'-30'
F-55	2,1	70	12	1/10.000	25'-30'
M-60	2,7	80	16	1/10.000	25'-30'
F-60	2,1	70	12	1/10.000	25'-30'
M-65	2,3	70	16	1/7.500	20'-25'
F-65	2,0	60	11	1/7.500	20'-25'





- Habrá mapa de Calentamiento en la zona de presalida, en escalas 1/10.000 y 1/15.000.
- Los Corredores tendrán que *estar en la zona de presalida en la Carrera Larga 7´ antes de su hora de salida y en la Carrera Media 4´ antes de su hora de salida. En la carrera Sprint habrá que estar 15´ antes en presalida* (zona de cuarentena, polideportivo municipal)
- Se ruega encarecidamente que durante el tiempo de espera los corredores no se agolpen y acumulen justo encima de la línea de presalida ni junto al reloj, dejándola libre para los corredores que salen en el minuto siguiente.
- Desde la Presalida de las carreras larga y media, se accederá a dos Salidas, una para las categorías Open y U-10 y otra para el resto.
- Las Categorías Open y U-10 saldrán con Baliza Start (sin hora de salida asignada), excepto en la carrera Sprint
- En la Salida se ruega concentración y máximo silencio.



DISTANCIAS DEL CENTRO DE COMPETICION A PRESALIDAS

CARRERA LARGA: 200 mtrs.

CARRERA SPRINT: en la misma zona de cuarentena.

CARRERA MEDIA; 100 mtrs.

DISTANCIAS DE PRESALIDA A SALIDA

CARRERA LARGA: 200 mtrs..

CARRERA SPRINT: 1000 mtrs.

CARRERA MEDIA: 100 mtrs.

ZONA PROHIBIDA

Se prohíbe el acceso a los competidores a toda la zona norte de San Martín de Valdeiglesias, marcada en color naranja en el siguiente enlace:

<https://drive.google.com/open?id=1TeDtKu0vYPG1zL67H1-27NkSC4A&usp=sharing>

CATEGORIAS

CATEGORÍAS	EDADES
U-10	Chicos y Chicas menores de 10 años
M/F-12	Cumplir 12 años o menos en 2017
M/F-14	Cumplir 14 años o menos en 2017
M/F-16	Cumplir 16 años o menos en 2017
M/F-18	Cumplir 18 años o menos en 2017
M/F-20	Cumplir 20 años o menos en 2017
M/F-21A	Sin límite de edad
M/F-21B	Sin límite de edad
M/F-E	Categorías absolutas cerradas
M/F-35A	Cumplir 35 años o más en 2017
M/F-35B	Cumplir 35 años o más en 2017
M/F-40	Cumplir 40 años o más en 2017
M/F-45	Cumplir 45 años o más en 2017
M/F-50	Cumplir 50 años o más en 2017
M/F-55	Cumplir 55 años o más en 2017
M/F-60	Cumplir 60 años o más en 2017
M/F-65	Cumplir 65 años o más en 2017

Los corredores españoles sin licencia, solo podrán correr en las categorías OPEN:

OPEN NEGRO (muy largo y alta dificultad)

OPEN ROJO (largo y difícil)

OPEN NARANJA (medio)

OPEN AMARILLO (corto y fácil)



CARRERA SPRINT

La primera salida se dará a las 16:00 horas.

La meta se cerrará 51 minutos después de la salida del último corredor.

No habrá cuarentena. Serán descalificados automáticamente todos los corredores que se encuentren dentro del plano a partir de las 15:00 h.

La presalida se dará 10´ antes de la hora de salida, desde el Polideportivo Municipal en el que está ubicado el suelo duro de la Competición. El trayecto hasta la salida señalado por la organización será el único que podrán seguir los corredores para llegar a ella.

CATEGORIAS:

Las mismas que las carreras larga y media, excepto las categorías B.

Solo habrá una categoría Open.

La categoría U-10 será categoría mixta.

DISTANCIAS, DESNIVELES Y N° DE CONTROLES:

	Distancia	Controles	Desnivel		Distancia	Controles	Desnivel
M-12	0,7	8	20	F-12	0,7	8	20
M-14	0,9	11	30	F-14	0,8	9	30
M-16	1,2	11	45	F-16	1	10	35
M-18	1,8	14	45	F-18	1,4	11	45
M-20	2	14	50	F-20	1,7	12	50
M-21	2,3	16	55	F-21	2,1	17	50
M-35	2,3	16	55	F-35	1,7	15	40
M-40	2,1	16	50	F-40	1,5	11	40
M-45	1,5	12	50	F-45	1,4	10	50
M-50	1,5	11	50	F-50	1	10	45
M-55	1,3	12	50	F-55	1	9	40
M-60	1,1	9	45	F-60	0,9	9	35
M-65	0,8	9	45	F-65	0,8	8	35
M-ELITE	2,4	18	60	F-ELITE	2,2	17	45
Open	1,7	15	55	U-10	0,7	8	20



EL MAPA:

El mapa de excelente calidad, representa ámbito urbano rural, es decir, calles y plazas irregulares, recovecos, pasos estrechos, zonas sin pavimentar, elementos naturales, unas veces suelos de piedra regular, otras veces simple empedrado...

ORGANIZACIÓN:

DIRECTOR DE LA PRUEBA: José Enrique Barcia.

TRAZADOR: Andrés Sánchez Montoro.

SALIDAS: O-GETAFE

LLEGADAS: O-GETAFE

TÉCNICO SPORTIDENT: Mercedes Jiménez Baena, Francisco Conejo Muñoz.

JUEZ: Santiago Del Moral Durá

INSCRIPCIONES

Se abrirán a partir del 10 de enero 2017 hasta el 28 de febrero sin recargo. **Del 1 al 6 de marzo 2017 a las 22:00 h con recargo de 5 €.**

IMPORTANTE: *No se admitirán inscripciones después del 6 de marzo.*

Solo se admitirán inscripciones para ambos días de la Prueba

En el sistema FEDO para federados españoles y portugueses y en Orienteeringonline para españoles no federados y extranjeros.

Acceso a inscripciones:

<http://www.alabardaorientacion.com/index.php/incipciones-mk2017/>

PETICIONES DE HORA DE SALIDA **HASTA EL DIA 19 DE FEBRERO** enviando un correo a: info@alabardaorientacion.com , después de esa fecha no se admitirán peticiones.

CUOTAS DE INSCRIPCION

- Hasta el 28 de Febrero - Del 1 al 6 de marzo habrá que aumentar 5 € de recargo

Categorías	Con Licencia FEDO o FPO	Corredores Extranjeros	Españoles no Federados (Inscripciones sólo OPEN)
M/F-21 o más	18 €	24 €	---
M/F-20 o menos	10 €	16 €	---
OPEN Amarillo	7 €	16 €	13 €
OPEN Naranja, Rojo y Negro	18 €	24 €	21 €
SPRINT	6 €	6€ (+3€ si no corre la carrera larga)	6€ (+2€ si no corre la carrera larga)
Suelo duro	3 €		
Alquiler de tarjeta SI	3 € una carrera/4 € dos carreras/6 € tres carreras		
Model event	2 € (en efectivo al recoger el mapa)		

DATOS BANCARIOS PARA EL PAGO DE INSCRIPCIONES:

Beneficiario: CLUB ADYRON

Entidad: LA CAIXA

IBAN: ES50 2100 2030 1702 0002 5416

COD.BIC: CAIXESBBXXX

Enviar justificante de ingreso a: adyron1987@gmail.com

Para peticiones de factura: <http://www.alabardaorientacion.com/index.php/incipciones-mk2017/>

ALOJAMIENTOS

Suelo duro en el Pabellón Deportivo Municipal, con plazas limitadas que se adjudicaran por orden de petición con la inscripción (3 € por persona).

Alojamientos más próximos en la zona:

- **Indiana, alojamiento en albergue**. En la misma zona de carrera a 500 mts del centro de competición. www.indiana-sl.com tlf.91 861 27 99
 - o 15 € alojamiento y desayuno, en litera con saco.
- **Finca El Recreo** en San Martín de Valdeiglesias, alojamiento tipo Albergue con comedor. 1 albergue de 18 plazas, 1 de 21 plazas y 1 de 8-10 plazas.
El precio de la estancia en pensión completa, desde la cena del viernes al desayuno del domingo sería de 50€/persona. www.elrecreo.es tlf. 91 861 20 96
- **Hacienda la Coracera**, apartamentos turísticos, www.haciendalacoracera.es
- **Hotel Rural Casa de Labranza ***** tlf. 918 611 653
- **Hostal Plaza del Pilar**** www.hostalplazadelpilar.com
- **Camping La Ardilla Roja** 918 678 487
- **Centro de Recursos Alvaro de Luna**, apartamentos rurales 687 417 682.
- **Apartamentos rurales “A orillas del lago”** en San Martín de Valdeiglesias. Reservas en el teléfono 629719314 o en el correo orillasdellago@hotmail.com, especificando que es para la carrera de orientación. <https://www.airbnb.es/rooms/12042591>
Con entrada incluida al “Bosque encantado”
- **Gran oferta de alojamientos en los pueblos de alrededor.**

OTROS DATOS DE INTERÉS

El centro de competición estará muy cerca de la orilla del pantano con lo que, si nos acompaña la climatología, muchos podrán refrescarse en sus orillas una vez terminada la carrera y disfrutar de las instalaciones multiaventura que ofrece, así como de la amplia oferta de restaurantes y merenderos.

Bodegas de Vino y Almazara

Desde el siglo XII San Martín de Valdeiglesias es tierra de vinos, las bodegas actuales son herederas de la más arraigada tradición agrícola para elaborar vinos de calidad, con garnachas centenarias y el fruto más autóctono, el albillo real. Tiene uno de los mejores vinos blancos y tintos premiados en catas a ciegas.



La **Vinoteca Offerendus** situada en el Castillo de la Coracera en San Martín de Valdeiglesias, ofrece vinos de las diferentes bodegas de la comarca, además de una visita teatralizada al Castillo con degustación de vino y tapa especial para los participantes en el Trofeo.

Reservas 686 623 829 o en la web: www.offerendus.com

El Bosque Encantado



Un lugar mágico, parque temático único en Europa, en el que disfrutar de más de 300 esculturas vegetales. ¡¡Descuento en la entrada para corredores enseñando el dorsal!!: 8€ adultos y 5€ niños y jubilados.

Como siempre habrá jamones españoles para sortear.



Y como no podía ser de otra manera, la ya tradicional espada será el Trofeo para los vencedores de la categoría M/W-Elite



INDICACIONES IMPORTANTES

- Centro de Competición situado a unos 10´ de San Martín de Valdeiglesias, por la carretera M-957 hacia el pantano. Los aparcamientos serán en una carretera a ambos lados subidos en el bordillo, **los últimos coches en llegar aparcaran lejos a unos 10´-15´ del Centro de Competición.**

Las autocaravanas tendrán que aparcar pasado el Centro de Competición al final de la carretera junto al pantano a unos 15´ andando desde el Centro de Competición. **Se ruega por favor seguir estrictamente las indicaciones de aparcamiento**, por ser lo más sensible con vistas a futuros permisos para practicar este deporte.

1º DÍA CARRERA LARGA

- La PRESALIDA del primer día está a unos 6´ andando desde el Centro de Competición, **habrá que estar allí 7´ antes de su hora de salida.**

- En Presalida habrá un mapa de calentamiento, siendo muy conveniente hacer algún control con el mapa, para hacerse una idea de cómo es el terreno.

- En Presalida y salida se ruega máximo silencio y concentración, no agolparse junto al reloj ni en la línea de salida.

- De la Presalida a Salida habrá unos 400 mtrs. 4´ de subida andando rápido, a continuación, -3, -2, -1, salida.

- **En los avituallamientos en carrera está terminantemente prohibido sacar el agua del recinto.**

CARRERA SPRINT

- No será obligatorio hacer la cuarentena, pero **es obligatorio pasar el control de la presalida**, situada en la zona de cuarentena en el polideportivo municipal, 10´ antes de su hora de salida, (1100 mtrs. hasta la salida). Esta totalmente prohibido transitar por el pueblo desde las 15:30 h.

- ATENCION el tráfico no estará cortado, por lo que habrá que correr con mucha precaución y se ruega respetar al máximo a los viandantes. La carrera es totalmente urbana.

La entrega de PREMIOS será a las 19:00 H. en El CASTILLO LA CORACERA (Zona de Meta). Habrá premios a los tres primeros de M/F ELITE y al 1º de cada categoría.

2º DIA CARRERA MEDIA

- La Presalida estará en el mismo Centro de Competición y **habrá que estar allí 4´ antes de su hora de salida**. De la Presalida a la Salida 1´, a continuación, -3, -2, -1, salida.

- Habrá servicio de BAR en la zona de meta los dos días.

Se ruega el máximo cuidado con el medio ambiente y cuidado del entorno, ser respetuoso y no ensuciar, de ello depende que sigamos practicando este deporte.

JURADO TÉCNICO

WRE

ANDREU BLANES REIG
SARI NUMELA
DANIEL HAJEK
SANTIAGO DEL MORAL DURÁ (EVENT ADVISOR)

MARTIN KRONLUND (NACIONAL)

ALICIA GIL SÁNCHEZ (DEPORTISTA)
JULIO CÉSAR GARRIDO (CLUB)
ANGEL ROJAS (ORGANIZACIÓN)
SANTIAGO DEL MORAL DURÁ (JUEZ CONTROLADOR)



PATROCINADORES



LOS AVITUALLAMIENTOS DE REFRESCOS SERAN GENTILEZA DE COCA-COLA

Agradecemos la valiosísima colaboración de CASBEGA S.A

¡¡GRACIAS A *Coca-Cola* POR APOYAR LA ORIENTACIÓN!!





IMÁGENES DEL TERRENO

Del 1 al 10 de Septiembre 2016: Se realizó una revisión de toda la zona de carrera para antes de trazar, conocer perfectamente la dureza y la dificultad. El terreno en esas fechas estaba muy seco, pero en este mes de enero está ya precioso sin hierba alta y todo muy verde, con zonas maravillosas para correr.

Ya se han realizado los trabajos de trazado y prebalizado, se ha diseñado un recorrido para cada categoría y una vez terminados se han estudiado uno por uno, evaluando la distancia, desnivel y dificultad en cada una de las categorías, retocándolos para intentar acertar con las exigencias de cada una. Durante el mes de enero y febrero se correrán los recorridos para su comprobación definitiva.



Más imágenes en:

<https://drive.google.com/drive/folders/0ByiyWLiZHRdFQnk4c1NCTk9vTHc>

