



El Excmo. Ayuntamiento de Cenicientos, la Federación Madrileña de Orientación (FEMADO) y El Club Deportivo Orienta-Getafe

ORGANIZAN:

IV MEMORIAL RAÚL ARROYO ARROYO

LAS CARRERAS DE ORIENTACIÓN A PIE 2024
(Media Distancia)

CAMPEONATO DE MADRID O-PIE 2024
CAMPEONATO UNIVERSITARIO
2ª CARRERA DE LA LCM, O-PIE
2ª CARRERA DE LA LEsc
Deporte Infantil



CENICIENTOS

HISTORIA

Cenicientos es un municipio y localidad española de la Comunidad de Madrid, con una población de 2097 habitantes (INE 2023). Limitrofe con las provincias de Toledo y Ávila, se trata del municipio más occidental de la comunidad autónoma.



El nombre de Cenicientos data de la época de la Reconquista: el rey solicitó desde su corte de Toledo guerreros y armas para la lucha contra los musulmanes. Al preguntar al representante del pueblo si podía aportar cien lanzas, éste le respondió: **«Con cien y cientos puede contar, Su Majestad»**, y de esta frase se sacaría el nuevo nombre del pueblo.



El origen de Cenicientos hay quien lo relaciona con la Piedra Escrita, monumento megalítico en honor a la diosa Diana fechado entre los siglos II y IV a. C., supuestamente de origen romano, consiste en una gran roca de granito de cinco metros de altura y cuatro de circunferencia, aunque bien es cierto que esta piedra hasta la fecha es un enigma, y solo existen especulaciones sobre ella.

Otros consideran que el origen del pueblo es visigodo, aunque de la época visigoda solo es testigo una necrópolis excavada en granito cercana a la villa, y en el mismo entorno de la Piedra Escrita.



Cenicientos no fue fundado como tal, hasta después de la Reconquista, por Alfonso VI en el siglo XI, siendo en 1188 cuando por primera vez se hace alusión a La Peña de Cenicientos y consta la autorización del arzobispo de Toledo para fundar la iglesia en Cenicientos.

Desde su conquista castellana perteneció a la Comunidad de Villa y Tierra de Escalona, igual que otros municipios de la comarca pasó a manos de Álvaro de Luna. Durante el siglo XVII la localidad conoció su esplendor mientras estuvo vinculada a tierras toledanas de todo este periodo se conservan los trazados de viejos caminos históricos que se conservan en el término: el cordel de San Juan, la Vía Pecuaría que recorre el sur del término en dirección a la actual Pantano de San Juan, o el antiguo camino de Escalona de Alberche.

Su iglesia de San Esteban Protomártir fue terminada en 1564. Entre 1598 y 1600, azotó la peste bubónica que assolaba a toda Castilla, castigando fuertemente a la ciudad y con un total de más de 1000 muertos. En 1633, Cenicientos obtuvo el título de villa siendo rey Felipe IV, con una población de apenas 120 vecinos.



En el siglo XVIII su economía se basaba en la agricultura y ganadería, aparte de la industria artesanal gracias a los molinos harineros y este siglo fue de una gran prosperidad para el pueblo y especialmente por las buenas relaciones comerciales mantenidas con los pueblos de más al sur, como Talavera de la Reina y por todo el trazado de caminos que se hicieron.



Cenicientos se integró en 1833 en la provincia de Madrid, a la cual ha pertenecido desde entonces. A mediados del siglo XIX, el lugar contaba con una población censada de 1200 habitantes.

LUGAR, FECHA, HORARIO DE COMPETICIÓN

La competición se celebrará en el término municipal de Cenicientos, el **sábado día 16 de MARZO de 2024**.

➤ **PROGRAMA:**

Martes 12 de MARZO

- **23:59 h.** Fin de plazo de Inscripción a la competición en **SICO(FEDO)**

Sábado 16 de MARZO

- **09:30:** Apertura del Centro de Competición y secretaría.
- **10:00:** Primeras salidas.
- **12:00:** Cierre de la Salida.
- **13:30:** Cierre de Meta. **ENTREGA DE TROFEOS EN LA ZONA DE COMPETICIÓN**

A esa hora todos los corredores participantes deberán haber pasado ya por la zona de descarga, con independencia de que hayan o no finalizado su recorrido.

EL PLANO Y EL TERRENO

El plano, elaborado por Ramón García según normativa IOF en Jun-Oct 2018, de excelente calidad, representa un terreno de dificultad técnica media - alta con poca velocidad de carrera ya que tiene partes muy pedregosas, vegetación cerrada y con desnivel medio.

Tiene un Área pequeña de 0,8 km² y escala 1:10000 con equidistancia de curvas de nivel de 5m

Los elementos más utilizados para la ubicación de controles son los elementos rocosos, montículos de piedras.

Hay que prestar especial atención a la circulación por los laterales de la carretera si fuera necesario.

El aparcamiento es reducido por lo que se solicita estrechar los espacios y adaptarse a lo que nos diga el personal encargado del aparcamiento

Es recomendable zapatillas de clavos

COMO LLEGAR

Distancia: a unos 90-100 km, 1h 15 minutos

Como llegar: Hay varias rutas:

- M-501 hasta San Martín de Valdeiglesias + M-542 hasta Cenicientos + M-544 dirección a Almorox hasta el mapa.
- Por la A-5 hasta Navalcarnero + M-507 + N-403 hasta Almorox + M-544 dirección Cenicientos hasta el mapa.
- Por la A-5 hasta Maqueda + N-403 hasta Almorox + M-544 dirección Cenicientos hasta el Mapa

<https://maps.app.goo.gl/KpHqKb5ZMaZN8JL46>

- Autobuses a Cenicientos: 545 y 546 desde Príncipe Pío. [Enlace a horarios](#)

SISTEMA DE CONTROL

La prueba se cronometrará utilizando el **SISTEMA SPORTIDENT SI y AIR+**. Consecuentemente, todos los corredores, deberán proveerse de la correspondiente pinza electrónica de uso de estos sistemas y facilitar su número a la organización en el momento de realizar la inscripción.

La organización cuenta con pinzas electrónicas SI, a disposición de los corredores que carezcan de ella para su alquiler o adquisición. **El precio del alquiler será de 3€.** Para alquilar la pinza deberá efectuarse un depósito en concepto de fianza (es decir, la cantidad depositada se devolverá al corredor cuando éste, a su vez, devuelva la pinza a la organización) de **50€ o dejar en depósito el DNI.**

Si se quiere alquilar la pinza, el corredor deberá solicitarla en el momento de inscribirse, en otro caso, los organizadores no garantizan su facilitación.



INFORMACIÓN TÉCNICA

La carrera será de **Distancia Media** según Normativa FEMADO 2024

Recorridos	Masculino	Femenino	Ambos Géneros	Open	Distancia km	Desnivel m	Escala	Nº Controles
R1	M-ÉLITE-UNIV				4,5	190	1:10000	22
R2	M-21-35-40	F-ÉLITE-UNIV			3,9	150	1:10000	17
R3		F-21-35-40			3,4	140	1:10000	15
R4	M-16-18-45-50 <i>M-Cadete/Juvenil</i>				3,2	125	1:7500	18
R5		F-18-45-50 <i>F-Juvenil</i>			3,1	100	1:7500	14
R6	M-55-60	F-16 <i>F-Cadete</i>			2,9	100	1:7500	15
R7		F-55-60			2,1	90	1:7500	12
R8	M-21B			ROJO	2,9	100	1:7500	15
R9	M-65	F-21B			2,0	85	1:7500	13
R10	M-14	F-14	<i>Infantil</i>	NARANJA Promoción	1,9	80	1:7500	11
R11			U12 <i>Alevín</i>		1,4	50	1:7500	11
R12			U-10 <i>Benjamín</i>	AMARILLO	1,3	45	1:7500	9

Los participantes no federados sólo podrán tomar parte en las categorías Open.

El **Open AMARILLO** se considera una categoría de pura iniciación, formativa, y no competitiva, se recomienda que el niño vaya acompañado por un adulto.

El **Open NARANJA** es una categoría de pura Iniciación para adultos.

El **Open Rojo** es una categoría concebida para corredores con conocimientos de orientación.

DEPENDIENDO DE LA CANTIDAD DE INSCRITOS, ALGÚN RECORRIDO SE PODRÍA DIVIDIR EN A Y B.

Deporte Infantil

La carrera entra dentro del programa de la Comunidad de Madrid Deporte Infantil.

Diferencias entre Liga Escolar 2024 y Deporte Infantil 2024

La **Liga Escolar** es la competición anual que incluye, generalmente, las pruebas de O-Pie de la Liga de Madrid de Orientación a Pie y la Liga de Madrid Sprint. Es una competición oficial con pruebas a lo largo de todo el año y la clasificación general otorga premios a las tres primeras personas clasificadas al final de la Liga.

Por otro lado, **Deporte Infantil** es un programa de promoción deportiva que trata de establecer escuelas deportivas en los municipios de la comunidad autónoma para fomentar la actividad física y el deporte entre los escolares (en general, menores de edad) que no practican un deporte fuera del contexto del centro escolar. Asume (y exige) que los participantes que se benefician del programa no estén federados.

Para poder participar en alguna categoría de deporte infantil, es necesario que alguna entidad (en Orientación generalmente los clubes) haya dado de alta al deportista escolar en la plataforma GCAM de la Consejería de Deportes (mutualizado).

Tablas de categorías e inscripciones 2024

Las categorías de Liga Escolar son: U-10, U-12, F-14, F-16, F-18, M-14, M-16 y M18.

Las categorías de Deporte Infantil son: Benjamín, Alevín, Infantil Femenino, Cadete Femenino, Juvenil Femenino, Infantil Masculino, Cadete Masculino y Juvenil Masculino.

IMPORTANTE. Liga Escolar y Deporte infantil se consideran categorías separadas y, por tanto, se compite y puntúa de manera separada, aunque compartan recorrido.

Hay que tener en cuenta que, en SICO, a los **deportistas federados** les aparecerán las dos opciones (inscribirse a Liga Escolar o a Deporte Infantil) pero, al estar federados, deberán apuntarse en Liga Escolar para poder puntuar en el ranking oficial de su categoría.

A los **deportistas no federados**, no les será posible apuntarse a Liga Escolar, sólo a Deporte Infantil.

De no estar federados ni apuntado en la plataforma GCAM (mutualizado), la única opción es apuntarse a categorías OPEN.

A continuación, se muestran las categorías con su nombre en la normativa, su denominación en SICO y los años que corresponden de nacimiento y de edad.

Liga ESCOLAR		Deporte Infantil		Restricciones de edad	
Normativa	SICO	Normativa	SICO	Nacidos en	Cumplen en 2024
U-10	U-10 O-Pie	Benjamín	BENJ DepInf	2014 y 2015	9 y 10
U-12	U-12 O-Pie	Alevín	ALEV DepInf	2012 y 2013	11 y 12
F-14	F-14 O-Pie	Infantil Femenino	INF F DepInf	2010 y 2011	13 y 14
F-16	F-16 O-Pie	Cadete Femenino	CAD F DepInf	2008 y 2009	15 y 16
F-18	F-18 O-Pie	Juvenil Femenino	JUV F DepInf	2006 y 2007	17 y 18
M-14	M-14 O-Pie	Infantil Masculino	INF M DepInf	2010 y 2011	13 y 14
M-16	M-16 O-Pie	Cadete Masculino	CAD M DepInf	2008 y 2009	15 y 16
M-18	M-18 O-Pie	Juvenil Masculino	JUV M DepInf	2006 y 2007	17 y 18

CUOTAS

CATEGORÍAS	Deportistas con Licencia FEDO	Deportistas SIN Licencia FEDO
Oficiales (mayores de 18 años)	8€	N/A
Oficiales (menores de 18 años) Liga Escolar- Deporte Infantil²	4€	N/A
Open Amarillo	4€	6€
Open Naranja	6€	10€
Open Rojo	8€	13€
FAMILIAS¹	13€	N/A

(*1) Dos deportistas de la misma unidad familiar (que convivan en el mismo domicilio) **ambos mayores de 18 años con licencia de temporada en clubes FEMADO**. Cada miembro adicional, 4€ de inscripción. Se aplica el descuento en SICO al marcar en **Opciones** la casilla correspondiente, siendo necesario indicar **la familia** en **Observaciones**.

(*2) **Los participantes en Deporte Infantil** tienen descuento de 4 € por subvención de la Comunidad de Madrid. Para tener este descuento es obligatorio tener actualizado el nº de GCAM (indicado en SICO en el campo de WRE ID).

NOTA: Los posibles descuentos aplicables a un mismo participante no son acumulables.

PLAZOS:

- Sin recargo y único
- Todos los pagos deben estar realizados con anterioridad al día de la prueba.
- Las inscripciones particulares se tendrán que pagar por tarjeta.
- Solo los clubes FEMADO podrán pagar por transferencia.

INSCRIPCIONES.

Todas las inscripciones (federados y no federados) se realizarán a través de **SICO/FEDO**.

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

El plazo de inscripción terminará, tanto para corredores federados como no federados **el martes 12 de marzo a las 23:59 horas.**

El pago deberá ser con tarjeta, el pago por transferencia se reserva a los clubes

La cuenta de pago de inscripciones es el número **ES33 0073 0100 5105 0590 4579** de OPENBANK y está a nombre de, CLUB DEPORTIVO ELEMENTAL ORIENTA-GETAFE.

Importante reflejar en el CONCEPTO el nombre de la persona a inscribir y, en su caso, el club al que pertenezca.

La inscripción no se considerará formalizada hasta que se haya realizado el ingreso bancario. Habrá que enviar el justificante de transferencia al siguiente email: jpozort@hotmail.es

NOTA PARA CORREDORES NO FEDERADOS:

Si te inicias por primera vez en una carrera de orientación, o no estás federado y nunca te has dado de alta en el sistema de **inscripciones SICO**, debes seguir los siguientes pasos:

- 1) Darte de alta en SICO como individual.
- 2) Recibir confirmación en tu correo electrónico de tu usuario y contraseña
- 3) Ya puedes inscribirte en la carrera. (al no tener licencia federativa el sistema solo te dejará inscribirte en las categorías OPEN o abiertas a No Federados)
 - a. **OPEN AMARILLO:** Iniciación niños
 - b. **OPEN NARANJA:** Iniciación adultos
 - c. **OPEN ROJO:** Avanzado adultos

SALIDAS.

HABRÁ HORARIO DE SALIDA, PUBLICADO EL JUEVES 14 DE MARZO EN www.femado.org/www.orientagetafe.es

Los OPEN con **BALIZA SALIDA (START)**

Los resultados serán publicados en Liveresult y WinSplits. También en nuestra web.

TODOS LOS CORREDORES (INCLUIDOS LOS RETIRADOS) DEBEN PASAR POR LA ZONA DE DESCARGA AL FINALIZAR EL RECORRIDO.

CAMPEONATO UNIVERSITARIO

La prueba de campeonato Universitario tendrá su propia secretaría dónde se comprobarán los datos de cada participante.

[Enlace a Reglamento de Campeonato Universitario de Madrid 2024](#)

Categorías

Categorías M-Univ, F-Univ y Promoción correspondientes a M-E, F-E y Open Naranja.

Inscripciones

Inscripción hasta 14:00 del 12 de marzo en el Servicio de Deportes de cada universidad.

Salidas

Salida a Intervalos con hora asignada. Publicación de las horas de salida el jueves 14 de Marzo en las webs femado.org y orientagetafe.es. Categoría Promoción, salida con Baliza Start sin hora de salida.

Trofeos

La organización realizará la entrega de premios en la zona de competición.

TODOS LOS CORREDORES (INCLUIDOS LOS RETIRADOS) DEBEN PASAR POR LA ZONA DE DESCARGA AL FINALIZAR EL RECORRIDO

URGENCIAS

No habrá servicio de ambulancia.

En relación con el uso del **112** se recuerda la distinción entre **emergencias con riesgo vital y las urgencias sin riesgo para la vida:**

Emergencias con riesgo vital:

Llame al 112 cuando usted o una persona se encuentre gravemente lesionado, enfermo o su vida esté en riesgo. Las emergencias médicas pueden incluir: *pérdida de consciencia, dolor en el pecho, síntomas de confusión aguda, dificultad para respirar, sangrado severo que no se puede detener, quemaduras y escaldaduras, crisis epilépticas, reacciones alérgicas severas, accidente de tráfico, disparo o puñalada, traumatismo en la cabeza...*

Urgencias sin riesgo para la vida:

Si la situación no pone en peligro la vida y no se necesita atención médica inmediata considere otras opciones antes de marcar el 112: *solicitando cita en el centro de salud, acudiendo a los servicios de urgencias de Atención Primaria o dirigiéndose por su cuenta al Servicio de Urgencia Hospitalario que le corresponda.*

LA PRUEBA CUENTA CON UN SEGURO DE RESPONSABILIDAD CIVIL Y SEGURO MÉDICO, LA PARTICIPACIÓN EN EL EVENTO ESTÁ BAJO LA RESPONSABILIDAD Y PROPIO RIESGO DE LOS PARTICIPANTES.

Las condiciones definidas por el seguro médico de la Federación Española de Orientación se pueden consultar (afecta a todos los corredores, federados o no), como también puede consultarse el protocolo de actuación en caso de accidente en:

<http://www.fedo.org/web/licencias/seguro-deportivo>.

ORGANIZACIÓN

DIRECTOR DE LA PRUEBA: Félix Pascual Raposo

DIRECTOR TECNICO: Juan Pozo

TRAZADOR: Andrés Sánchez Montoro.

LLEGADAS - SALIDAS: O-G.

TÉCNICO SPORTIDENT: Jesús del Rio y Ana M^a Prada Cazorla

JUEZ: Francisco Martínez Arias

ATENCIÓN: "Se nombrará un Jurado Técnico cuya misión será supervisar la carrera y resolver las posibles quejas o reclamaciones que se produzcan".

CONTACTOS ORIENTA-GETAFE

Para cualquier duda al respecto de la competición que no resuelva el presente boletín pueden dirigirse al director de la prueba, [Félix Pascual Raposo](#) TLF: 695412907 dicho boletín está sujeto a modificaciones y actualizaciones, conforme se vaya ultimando la organización de la carrera.

CORREOS: secretaria@orientagetafe.es

TELEFONOS: Secretaría: 628832573

CONDUCTA MEDIOAMBIENTAL DE LOS COMPETIDORES

1. Se informará a los organizadores de cualquier afección ambiental que pueda generarse
2. Evitar dañar áreas sensibles, como son zonas húmedas, zonas encharcadas, arroyos temporales, rocas con musgo, muretes, etc.
3. Respetar al resto de usuarios del territorio.
4. Utilizar el número mínimo de vehículos, circulando con prudencia y aparcando en los lugares autorizados.
5. Realizar las necesidades fisiológicas en los lugares adecuados o, en todo caso, fuera del agua y lejos de puntos de paso o reunión de personas ni en lugares rocosos.
6. No utilizar o instalar ningún tipo de estructura o elemento que deje huella permanente en el medio.
7. No verter ni abandonar objetos o residuos sólidos o líquidos fuera de los lugares habilitados. Retirar y trasladar todos los elementos y residuos producidos en las zonas de asistencia, salida o meta.
8. No perturbar la tranquilidad del espacio o la fauna doméstica o salvaje.
9. Limitar el uso de iluminación artificial y de sonido a las necesidades básicas.
10. Respetar el mundo rural, los derechos y las costumbres locales
11. No invadir propiedades privadas o prohibidas, dejando las cancelas, verjas, cadenas o similares en las mismas condiciones que se encontraron.

**RESPETEMOS A LA NATURALEZA Y ELLA SABRÁ CORRESPONDERNOS
CON “VIDA”**

DECÁLOGO DEL CORREDOR

- 1.- LA COMPETICIÓN ES **INDIVIDUAL Y SILENCIOSA**
- 2.- RESPETA LAS **ZONAS PROHIBIDAS**
- 3.- **AUXILIA** A QUIEN LO NECESITE
- 4.- TODOS LOS PARTICIPANTES TIENEN QUE **PASAR POR DESCARGA EN META**
- 5.- **NO TOCAR LAS BALIZAS**, LO NECESARIO PARA PINZAR
- 6.- SI NO TE ENCUENTRAS, **VUELVE** A UN SITIO CONOCIDO
- 7.- **LOS COLORES** DEL MAPA NO DEPENDEN DE LAS ESTACIONES DEL AÑO
- 8.- LAS BALIZAS NO CRECEN EN EL CAMPO, **AGRADECE** EL TRABAJO A LA ORGANIZACIÓN
- 9.- PRIMERO **PIENSA** Y LUEGO **CORRE**
- 10.- ANTE POSIBLES QUEJAS, ESPERA A QUE BAJEN **LAS PULSACIONES A 70 P/M.**

