

Embalse de La Jarosa – Guadarrama  
17ª O-Pie Carrera Larga

**17ª Carrera de la Liga de Orientación a Pie de la  
Comunidad de Madrid**

## **Carrera Larga**

**17 de Septiembre de 2016**  
**Embalse de La Jarosa**  
**Guadarrama**



Patrocinado por



- BOLETIN 1.0 -

## Evento

---

### Organiza:

Club Entrebaldas Orientación y Federación Madrileña de Orientación.



### Colabora:

Ayuntamiento de Guadarrama y Coca Cola



### Organización

<b>Director de la prueba</b>	Carolina Llop Calvo
<b>Trazador</b>	Pablo Alonso Regidor
<b>Juez controlador</b>	José Luis Cobas
<b>Técnico SPORTident</b>	Cristina Mayordomo Mernes
<b>Organizadores:</b>	Ignacio Mingorance Serrano José García Robles María García Bautista Lucía García Bautista Fernando Pérez Gómez Gloria Bautista Garrido

## Contenido

Evento .....	2
Organiza: .....	2
Colabora: .....	2
Organización .....	2
Programa: .....	4
Miércoles 14 de septiembre: .....	4
Sábado 17 de septiembre: .....	4
Competición.....	5
El mapa .....	5
Categorías y recorridos.....	6
Sistemas de control.....	7
Protocolo de salida .....	7
Inscripciones.....	9
Procedimiento .....	9
Cuotas.....	10
Otras actividades .....	11
El Correlín. ....	11
Charla de iniciación. ....	11
Accesos y señalización.....	12
<i>Desde Madrid (Por A6 dirección A Coruña)</i> .....	12
<i>Desde el norte</i> .....	13
<i>Desde El Escorial</i> .....	13
<i>Nota importante</i> .....	13
<i>Acceso directo a Google Maps</i> .....	13
Aparcamiento.....	14
Información adicional.....	15
Enlaces de interés.....	15

## Programa:

---

### *Miércoles 14 de septiembre:*

**24h00** Finalización del plazo de inscripción.

### *Sábado 17 de septiembre:*

**09h00** - Apertura Centro de competición.

**09h40** - Salida de primer corredor en la pre-salida

**10h00** - Salida del primer corredor.

**10h30** - Charla de iniciación (horario aproximado).

**11h40** - Última salida de corredores en la pre-salida.

**12h00** - Última salida de corredores.

**12h00** - Correlín para los más pequeños.

**14h00** - Cierre de meta y fin de la prueba.

## Competición

---

### *El mapa*

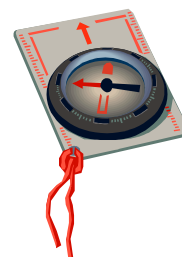
La Jarosa – Escala 1:10.000 ó 1:15.000, según categorías.

Revisión de campo y cartografía: Sivert Axelsson, Suecia, oct. 2004 (la vegetación ha sufrido muchos cambios con respecto a la cartografía revisada en 2004 así que se ha intentado actualizar la vegetación del mapa en la medida de lo posible).

El valle de La Jarosa se sitúa al oeste del municipio de Guadarrama. Partiendo desde el embalse, se suceden las elevaciones de laderas de desnivel medio y pronunciado, con gran profusión de vaguadas, elementos rocosos, trincheras y construcciones datadas de la guerra civil

El terreno se caracteriza por estar cubierto casi en su totalidad por bosque de pino generalmente poco denso y de buena visibilidad. Como contrapunto encontramos bastante densidad de zarzas, sauces y fresnos en las riberas y cauces.

El sotobosque está constituido principalmente por helechos, retamas, enebros y jaras, llegando a ser de gran densidad estas últimas en las orientaciones sur de las laderas. En estos espacios la visibilidad del terreno se ve afectada y es hasta dificultoso el tránsito en algunas zonas.



### **¡¡Recomendaciones!!**

**La acumulación de aguja de pino en casi toda la zona hace que el terreno sea inestable en el apoyo y la tracción. Se recomienda calzado con suela bien marcada o el uso de clavos**

**Igualmente, y debido a lo densa de la vegetación en algunas zonas, es altamente recomendable el uso de polainas y pantalón largo**

**Embalse de La Jarosa – Guadarrama**  
**17ª O-Pie Carrera Larga**

*Categorías y recorridos (sujetos a posibles cambios)*

<b>Recorrido</b>	<b>Categoría</b>	<b>Distancia</b>	<b>Desnivel</b>	<b>Controles</b>
<b>R1</b>	<b>FEDERADOS</b> M-E	9300m	330m	19
<b>R2</b>	<b>FEDERADOS</b> M-21A F-E	8380m	285m	19
<b>R3</b>	<b>FEDERADOS</b> M-20/35	8000m	270m	17
<b>R4</b>	<b>FEDERADOS</b> M-18/21B M-40 F-20/21A	7360m	260m	16
<b>R5</b>	<b>FEDERADOS</b> M-45 M-50 F-18/35	6480m	225m	15
<b>R6</b>	<b>FEDERADOS</b> M-16 M-55 F-21B F-40 F-45	4820m	110m	15
<b>R7</b>	<b>FEDERADOS</b> M14 M-60 F-16 F-50	4430m	100m	13
<b>R8</b>	<b>FEDERADOS</b> F-14 F-55	3480m	95m	12
<b>R9</b>	<b>FEDERADOS</b> M-12 F-12 F-60	3090m	70m	12
<b>R10</b>	<b>FEDERADOS</b> M-10 F-10 <b>NO FEDERADOS</b> OPEN-AMARILLO	1830m	45m	8
<b>R11</b>	<b>NO FEDERADOS</b> OPEN-NARANJA	4320m	100m	13
<b>R12</b>	<b>NO FEDERADOS</b> OPEN-ROJO	6590m	230m	16

### *Sistemas de control*

El sistema de cronometraje *SPORT-ident* será de uso obligatorio en todas las categorías, SALVO en la categoría OPEN AMARILLO (en las demás categorías OPEN: NARANJA y ROJO el SPORT-ident será de uso obligatorio también). Se dispondrá de tarjetas de control en alquiler y venta, bajo reserva o en el momento de la inscripción.

Alquiler tarjeta SI: **3€** (Será necesario dejar documento de identidad al recoger la tarjeta o una fianza de 50€).

- Venta tarjeta SI: **35€**

**Se recuerda que es obligatorio pasar el control de meta (DESCARGA) para todos los que tomen la salida, de no ser así saldremos a buscarte y se activara el protocolo de urgencias.**

### *Protocolo de salida*

El protocolo de salida será el habitual de la Liga O-Pie de la Comunidad de Madrid. Cada corredor deberá comprobar sus datos antes de salir en el tablón de la secretaria del centro de competición.

En caso de no aparecer o de observar algún dato erróneo, el corredor se tendrá que acercar a la secretaría para que le entreguen un ticket con sus datos que acredita su correcta inscripción y que entregará al encargado de la zona de salida momentos antes de iniciar su participación en la prueba.

Todas las categorías salvo Open Amarillo tendrán una pre-salida de 1.2k 90m de desnivel+ (posiblemente unos 20' andando).

Todas las categorías tendrán su pre-salida cerca del parking La Jarosa II.

Open amarillo tendrá la pre-salida habitual de 3', de forma que los corredores saldrán directamente de la misma zona de la pre-salida. Sin embargo las demás categorías tendrán que recorrer 1.2k con 90m + por un sendero pre-balizado hasta llegar a la zona de entrega de mapas (la organización os indicará en todo momento como proceder).

El horario de salida es libre y se efectuará **entre las 10h00 y las 12h00 (pre-salida 09.40 – 11h40)**. Se debe tener en cuenta que la meta permanecerá abierta **hasta las 14h00**, hora a partir de la cual todos los corredores deben haber finalizado su participación.

La salida estará dividida en una serie de pasillos, cada uno correspondiente a uno de los recorridos. Al llegar a la salida, cada corredor deberá situarse en el pasillo que le corresponde. Si hubiese más corredores esperando en el pasillo, el resto deberá hacer cola detrás.

Cada 2', un pitido de un reloj dará paso a un corredor de cada pasillo a la **zona de control** donde se comprobarán los datos del corredor: Identidad, Categoría, tarjeta SI, etc. Igualmente en esta zona el corredor **limpiará y comprobará** su tarjeta SI. Aquí todos los corredores salvo la categoría Open Amarillo deberán seguir el sendero marcado por un pre-balizado hasta llegar a la siguiente zona dónde se encontrarán de nuevo otra caja con pasillos. Ahí se mantendrá fila por orden de llegada con el mismo protocolo que la zona anterior.

Los corredores de Open Amarillo se esperarán en la misma zona al siguiente pitido. En el segundo pitido de reloj, los corredores pasan de la zona de control a la **zona de salida** donde buscarán una caja con el rótulo de su categoría y recogerán un mapa. El corredor deberá comprobar que el mapa recogido es el que le corresponde. Está estrictamente **prohibido mirar el mapa** antes de la señal de salida.

**Embalse de La Jarosa – Guadarrama  
17ª O-Pie Carrera Larga**

2' después, con el tercer pitido del reloj, cada corredor picará la baliza de salida y podrá dar la vuelta al mapa y comenzar la competición. **Es extremadamente importante no olvidar picar la baliza de salida o el corredor quedará automáticamente descalificado.**





## Inscripciones

---

### *Procedimiento*

Las inscripciones se realizarán a través de [www.orienteeingonline.net](http://www.orienteeingonline.net).

En esta web encontraréis todas las instrucciones necesarias para realizar las inscripciones.

La **fecha límite de inscripción** será el **miércoles 14 de septiembre a las 23h59**.

El pago se realizará en la siguiente cuenta bancaria:

**Entidad Bancaria:** ARQUIA - Caja de Arquitectos

**Número de Cuenta:** 3183 2801 63 0001008071

**Código IBAN:** ES14 3183 2801 6300 0100 8071

**Titular:** ENTREBALIZAS

**Concepto:**

- Si es un corredor individual:
  - LaJarosa + (nombre y apellidos corredor)
- Si es un club:
  - LaJarosa + (nombre del club)

Para poder completar la inscripción, el justificante de pago deberá enviarse por correo electrónico a [competicion@entrebalizaciones.org](mailto:competicion@entrebalizaciones.org). No se considera formalizada la inscripción hasta recibir dicho justificante.

Igualmente los corredores que encuentren dificultades para utilizar el sistema de inscripción en línea pueden utilizar esta cuenta de correo para ponerse en contacto con nosotros.

Los clubes no adscritos a la FEMADO, y los corredores independientes deberán realizar el pago mediante transferencia bancaria como muy tarde el **miércoles 14 de Septiembre**.

Las inscripciones fuera de plazo llevarán un recargo de 2€ y no se garantiza la disponibilidad de mapas el día de la prueba.

## Cuotas

Las cuotas de inscripción a la prueba son las estipuladas por la Federación Madrileña de Orientación.

CATEGORIAS	CORREDORES CON LICENCIA DE CLUBES ADSCRITOS A LA FEMADO	CORREDORES CON LICENCIA DE CLUBES NO ADSCRITOS A LA FEMADO	CORREDORES SIN LICENCIA
Categorías Oficiales	6 €	6 €	N/A
Open Rojo	6 €	6 €	12 €
Open Naranja	6 €	6 €	10 €
Open Amarillo	5 €	5 €	5 €
Menores nacidos 2000 y posteriores	2,5 €	2,5 €	5 €
Licencia Escolar (1)	2,5 €	N/A	N/A
Familias (*)	10 €	N/A	N/A

(1) Corredores nacidos en 2000 o posteriores con “Licencia Escolar” tramitada por su Club o Ayuntamiento.

(2) Dos corredores federados 10,00€ (ambos mayores de 16 años), más 2,50€ por cada miembro adicional, válido sólo para federados de clubes adscritos a la FEMADO.

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

## Otras actividades

---

### *El Correlín.*

A las 12h00 tendrá lugar “el correlín”, una actividad pensada para los más pequeños.

En el correlín, se dispone un circuito de aproximadamente 300 metros en el que los peques, acompañados de sus padres, recorren en orden unas balizas decoradas con sus amigos preferidos (la Patrulla Canina, Pocoyó y Dora la Exploradora ...) con el apoyo de un mapa.

Y además todos obtendrán un premio por su participación, ¿os lo vais a perder?

Participar en el correlín es gratuito y no requiere inscripción, pero se recomienda que los padres que tengan intención de llevar a sus hijos a participar en él que nos avisen a [competicion@entrebalizaciones.org](mailto:competicion@entrebalizaciones.org) para poder prever correctamente el número de participantes.

### *Charla de iniciación.*

A las 10:30h se realizará una breve charla de iniciación para todos aquellos que estén interesados en conocer el deporte de orientación.

La charla durará unos 15 minutos y se explicará por grupos las características más importantes de un mapa de orientación, así como las técnicas básicas de lectura del mapa y uso de la brújula.

No se realizará recorrido guiado, pero aquellos interesados podrán apuntarse al recorrido de iniciación para poner en práctica lo aprendido durante la charla.

## Accesos y señalización

---

*Desde Madrid (Por A6 dirección A Coruña)*

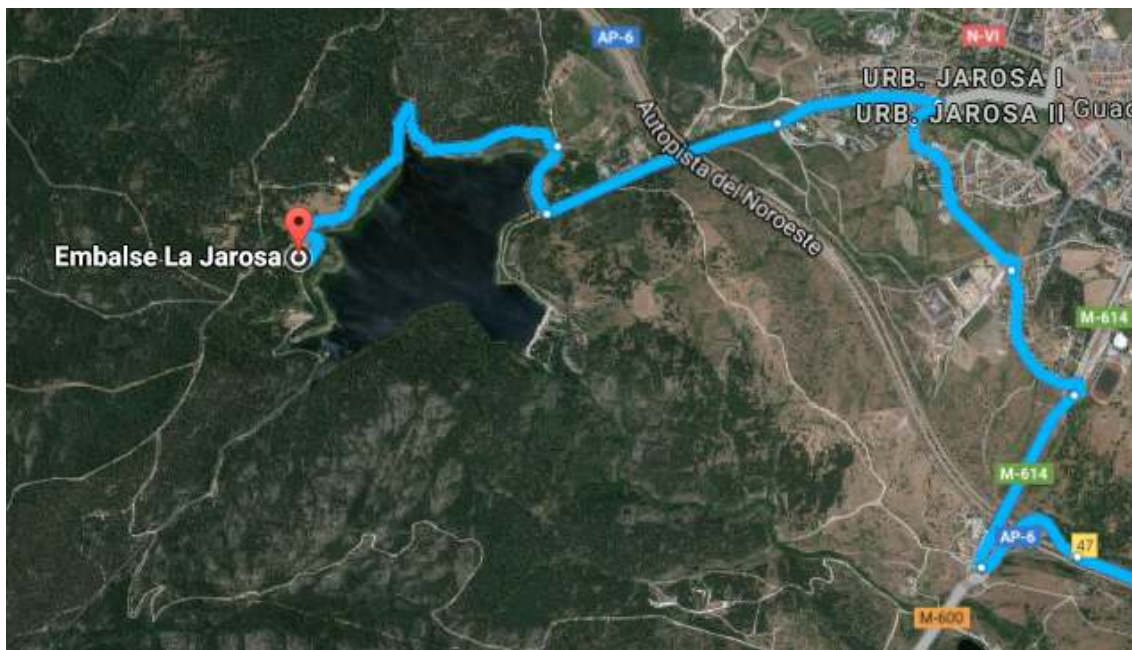
- ↑ Continúa por AP-6.  
5,6 km
- ↘ Toma la salida 47 hacia M-600, en dirección El Escorial/Guadarrama  
550 m
- 📍 En la rotonda, toma la primera salida en dirección Calle Carmen Cabezuelo/M-614  
800 m
- ✓ Toma Calle Paseo de los Tilos hacia Carr. de La Jarosa.  
13 min (5,4 km)

  - 📍 En la rotonda, toma la segunda salida en dirección Calle Fuente del Espino  
700 m
  - 📍 En la rotonda, toma la segunda salida en dirección Calle Paseo de los Tilos  
📘 Pasa una rotonda  
850 m
  - ↘ Gira ligeramente a la derecha hacia Calle de San Sebastián  
140 m
  - ↙ Gira a la izquierda hacia Calle San Macario  
700 m
  - ↑ Continúa por Carr. de La Jarosa.  
1,0 km
  - ↘ Gira a la derecha para continuar en Carr. de La Jarosa  
300 m
  - ↙ Gira a la izquierda para continuar por Carr. de La Jarosa  
📘 El destino está a la derecha.  
1,7 km

### Embalse La Jarosa

Guadarrama, Madrid

## Embalse de La Jarosa – Guadarrama 17ª O-Pie Carrera Larga



### *Desde el norte*

Tomar la A-6 dirección Madrid y tomar la salida 47, procediendo de la misma forma que anteriormente.

### *Desde El Escorial*

Tomar la M-600 hasta Guadarrama y proceder como anteriormente.

### *Nota importante*

Algunos dispositivos GPS seleccionan una ruta por un camino que discurre al este de la A-6, paralelo a ésta, sin pasar por el pueblo de Guadarrama. Dicho camino está asfaltado en su tramo inicial, pero se vuelve impracticable poco después, por lo que **no es una opción recomendable**.

### *Acceso directo a Google Maps*

<https://www.google.es/maps/dir//Embalse+de+la+Jarosa/@40.6690784,-4.1919936,12z/data=!3m1!4b1!4m8!4m7!1m0!1m5!1m1!1s0xd410c438107fbaf:0xf8bca6ae4b76cb3!2m2!1d-4.1219537!2d40.6690996>

### *Aparcamiento*

Existe aparcamiento de fácil acceso en torno a la zona de la meta. No obstante, no hay mucha capacidad, por lo que se recomienda que se comparta vehículo siempre que sea posible.

En la misma zona, hay un restaurante con un parking sólo para clientes, por lo que rogamos que se evite aparcar los vehículos en dicha zona.

En el mapa adjunto hemos marcado en verde las zonas permitidas y en rojo el parking que debe evitarse.



## Información adicional

---

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

Todo corredor al inscribirse en la prueba, acepta la autorización al uso de las imágenes que pudieran generarse durante la realización de la misma.

La Organización declina cualquier responsabilidad que pudiera corresponder por haber algún vehículo mal aparcado.

La Organización declina cualquier responsabilidad de los daños que se puedan sufrir en las categorías que no requieran inscripción y de las personas no inscritas que vayan acompañando a inscritos.

**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 una.

### *Enlaces de interés*

#### **Club organizador:**

<http://www.entrebalizaciones.org>

#### **Federaciones deportivas**

<http://www.femado.org>

<http://www.fedo.org>

#### **Sistemas de inscripción**

<http://www.orienteingonline.net>