

# CARRERA DE ORIENTACIÓN



DOM 04/FEB/24  
FDO - Zona SUR

1° Fecha CPCO  
Prueba Sprint



**BOLETIN INFORMATIVO 2**

CARRERA DE ORIENTACIÓN SPRINT ECODOV

2024



**C.P.C.O.**

Circuito Paraguayo  
de Carreras de Orientación



## DATOS DE LA COMPETICIÓN

- Director de carrera: Félix Carvallo
- E-mail: [ecodovpy@gmail.com](mailto:ecodovpy@gmail.com)
- Web: [www.ecodovpy.com](http://www.ecodovpy.com)
- Teléfono para información: 0986 469277 – Félix Carvallo / 0981 793096 – Liz Prieto
- Centro de Competición: Punto Clave (Lavadero y Centro de Lubricación)  
Fernando de la Mora zona Sur
- Fechas: Domingo 04 de febrero 08:00hs
- Juez Controlador: Carlos Barrail APOD Nº 001
- Encargado del Cronometraje: Joel Vera

## TIPO DE CARRERA

Sprint.

El perfil de Sprint es la alta velocidad. Prueba la capacidad de los atletas de leer e interpretar el mapa en entornos complejos, y planificar y llevar a cabo elecciones de ruta que se ejecutan a alta velocidad. El recorrido debe planificarse para que la velocidad sea mantenida durante toda la carrera. El recorrido puede requerir escalada, pero la pendiente obligará a los competidores a evitarla. Encontrar los controles no debe ser el motivo; sino más bien la habilidad de elegir y completar la mejor ruta hacia ellos. Por ejemplo, la salida más obvia de un control, no necesariamente debe ser la más favorable. Tiempo Ganador: 12-15 minutos

## EN CARRERA



Cada baliza tiene un código diferente. Al llegar al control, el corredor deberá comprobar el código de dicho control si corresponde con el indicado en su descripción de controles para asegurar que está en el lugar correcto. No todas las balizas colocadas en el campo corresponden a un mismo recorrido, por lo que, marcar una baliza no correspondiente a tu recorrido o marcada en un orden incorrecto será considerado como «error en tarjeta» y quedarán como no clasificado y pasarán al final de las posiciones.

Uso de Sportident: En Caso de haber marcado mal y se dieron cuenta, tiene que volver a marcar correctamente de forma correlativa desde el error, (Ejemplo, marcaron 1, 2, 3, y en el 4 marcaron el 6, deben ir a marcar el 4, luego 5 y de nuevo el 6 y ahí continuar la correlatividad), en caso de que la base electrónica no esté funcionando, no haga pitido ni tampoco se prenda la luz (puede que solo haga uno de los dos, pero significa que si está funcionando), se utiliza la pinza de marcación, pinzando en el lugar del mapa indicado en una casillas R1,R2,R3.



## PROGRAMA DE LA COMPETICIÓN

Lunes 08 de enero: Apertura de Inscripción

**Miércoles 31 de enero:**

23:59hs: cierre de Pre-inscripción (ya no podrán anotarse salvo open hasta el día de la carrera)

**Viernes 02 de Febrero:**

20:00hs: Reunión informativa

23:59hs: Cierre de Inscripción (open pueden inscribirse hasta el día de la carrera)

**Sábado 03 de febrero:**

08:00hs: Publicación de horario de salida Categoría Rankeable CPCO 2024

15:00hs Entrenamiento/taller de orientación – Fdo de la Mora zona Norte ( [ubicación aquí](#) )

Entrega de Dorsal y Sicard para la carrera del domingo (completar termino de responsabilidad)

**Domingo 04 de febrero:**

07:00hs: a 09:15hs: Recepción de participantes

08:30hs: Primera largada

09:30hs: Última largada

10:30hs: Cierre de meta (se sacan las balizas) y premiación hasta le 3er puesto de c/ categoría.

## CATEGORÍAS Y RESTRICCIONES A LA PARTICIPACIÓN

### RANKEABLES PARA EL CPCO 2024

- **Junior: M12, F12:** 12 a 14 años
- **Juvenil: M15, F15:** 15 a 17 años
- **Adulto: M18, F18:** 18 a 39 años
- **Master: M40, F40:** 40 a 49 años
- **Master B: M50, F50:** 50 años en adelante
- **Elite: M18E, F18E:** 18 años en adelante

### NO RANKEABLES PARA EL CPCO 2024

- **OPEN** (todas las edades, es una categoría donde los nuevos pueden probar de que se trata el deporte, competidores menores de 12 años acompañados de un adulto responsable)

## COSTO DE INSCRIPCIÓN

Modalidad - Sprint	Categoría	Costo
Socios Apod	Rankeable	Gs. 80.000
No socio Apod	Rankeable	Gs. 100.000
Costo sicard por día	Rankeables	Gs. 20.000
OPEN	No rankeable	Gs. 50.000

*\*Open: el Sicard ya incluye la inscripción y podrán anotarse hasta en el día de la carrera*

## PROCESO DE INSCRIPCIÓN:



### INSCRIBITE AQUÍ

*Nuevos socios APOD: los costos de inscripción estarán habilitados 48hs de su aceptación.*

### LISTADO DE INSCRIPTOS AQUÍ



## ÁREAS PROHIBIDAS

Las zonas prohibidas estarán marcadas con el símbolo 709 520 (verde oliva)



## PECULIARIDADES DE LA COMPETICIÓN

Como la carrera será en zona urbana, el tránsito será abierto, por lo que los corredores tendrán que tener en cuenta los vehículos que transiten por el lugar, recomendamos usar las veredas para recorrer.

Febrero es un clima caluroso, recomendamos usar protector solar y estar bien hidratados.

09:00



31°

Intervalos nubosos  
Sensación T. 32°



Noreste  
20 - 36 km/h



3 Medio  
FPS: 6-10

Con respecto al terreno no presenta desniveles muy notorios.

## HOSPEDAJES FERNANDO DE LA MORA

No disponible

## DESCRIPCIÓN DE LOS TRANSPORTES

Líneas de colectivo de media y larga distancia que pasan por la Ruta Mcal Estigarribia a la altura del Viaducto de Madame Lynch y la municipalidad de Fernando de la Mora

## PERMISO DE ENTRADA

No es Necesario

## MATERIAL RECOMENDADO

No hay un listado de material obligatorio para la carrera, más allá del mapa y de la tarjeta de control facilitados por la organización. Pero se recomienda llevar:

- Brújula (**muy recomendado**)
- Calzado adecuado para una carrera a pie
- Bloqueador solar
- Muñequera Descripción de Control
- Repelente de mosquitos



## OPORTUNIDADES DE ENTRENAMIENTO

# TALLER DE ORIENTACIÓN DEPORTIVA



FERNANDO DE LA MORA  
ZONA NORTE  
SAB 03/FEB  
15:00hs

¡Te esperamos el sábado para aprender o practicar sobre como leer un mapa y orientarte!

- Partes básicas de un mapa.
- Como orientarse sin brújula.
- Técnica de doblado de mapa.
- Técnica del pulgar.

**¡TALLER SIN COSTO!**

No es necesario registrarse o abonar por el taller  
Lugar de encuentro: Copetrol Tte. Ettiene e/ Las Residentas  
+info: [www.ecodovpy.com](http://www.ecodovpy.com) / +595986 469277



[Lugar de encuentro aquí](#)

## PROCEDIMIENTO ANTES DE LA LARGADA

Todos los corredores deberán pasar por la recepción de participantes, para:

- Confirmar su presencia
- Firmar el "Termino de responsabilidad"  
**DESLINDE DE RESPONSABILIDAD**  
**DESLINDE DE RESPONSABILIDAD (MENOR DE EDAD)**  
(lo puede descargar de Aquí y llevarlo Firmado para agilizar el trámite)
- Retirar el sistema de marcado de los controles SiCard (en caso de haber alquilado uno), indispensable para realizar la carrera.
- Dorsal

Importante llegar con la antelación suficiente. Cada corredor tendrá una hora de largada asignada previamente. Será inamovible, por lo que, si un participante llega a tomar su salida más tarde, el tiempo transcurrido se le tomará como tiempo de carrera. (favor de no apurar a la mesa de recepción de participantes si llegan tarde)

## NORMATIVA

**Normativa del Circuito Paraguayo de Carreras de Orientación 2024.**



## PROCEDIMIENTO DE MARCACION SPORTIDENT

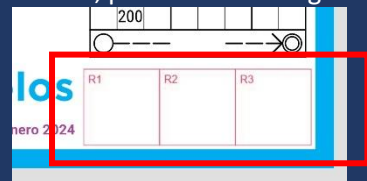
En caso de no contar con SiCard Propio, tendrán un SiCard que retirarán con su dorsal, el proceso de marcado será con el mismo. Para marcar los puestos deberán introducir el SiCard dentro del orificio de la Base, esperar a que emita uno o dos pitido y/o haga un sonido.



(La función contactless para el SportIdent SIAC Active Card – no estará activada).

En Caso de haber marcado mal un puesto y se dieron cuenta, tiene que volver a marcar correctamente de forma correlativa desde el error, (Ej: marcaron 1, 2, 3, y en vez del 4 marcaron el 6, deben ir a marcar el 4, luego 5 y de nuevo el 6 y ahí continuar la correlatividad), en caso de que la base electrónica no esté funcionando, no haga pitido ni tampoco se prenda la luz (puede que solo haga uno de los dos, pero significa que si está funcionando), se utiliza la pinza de marcación, pinzando en el lugar del mapa indicado en una casillas Reserva: R1,R2,R3.

**La pérdida del SiCard alquilado tendrá un costo de 50USD (Cincuenta Dólares Americanos)**



## PROTOCOLO DE LARGADA (UNICO).

Habrà 2 carril de largada, con 2 Spots.



**Carril 1 CPCO**

### SPOT 1:

Entrará el participante que esté a 2 minutos de comenzar su carrera. Para ingresar a este lugar, un voluntario llamará al corredor que esté a dos minutos de largar y tomará su tarjeta de descripción de puestos, de acuerdo a su categoría, de un sobre nombrado como tal. Total responsabilidad del corredor tomar el Correcto.

### SPOT 2:

Entrará cuando quedé un minuto para iniciar. Tomará mapa, de acuerdo a su categoría, de un sobre nombrado como tal. Controlará que su categoría este escrita en el mapa, lo doblará en 2, tapando el contenido del mismo hasta que sea su hora de largada.

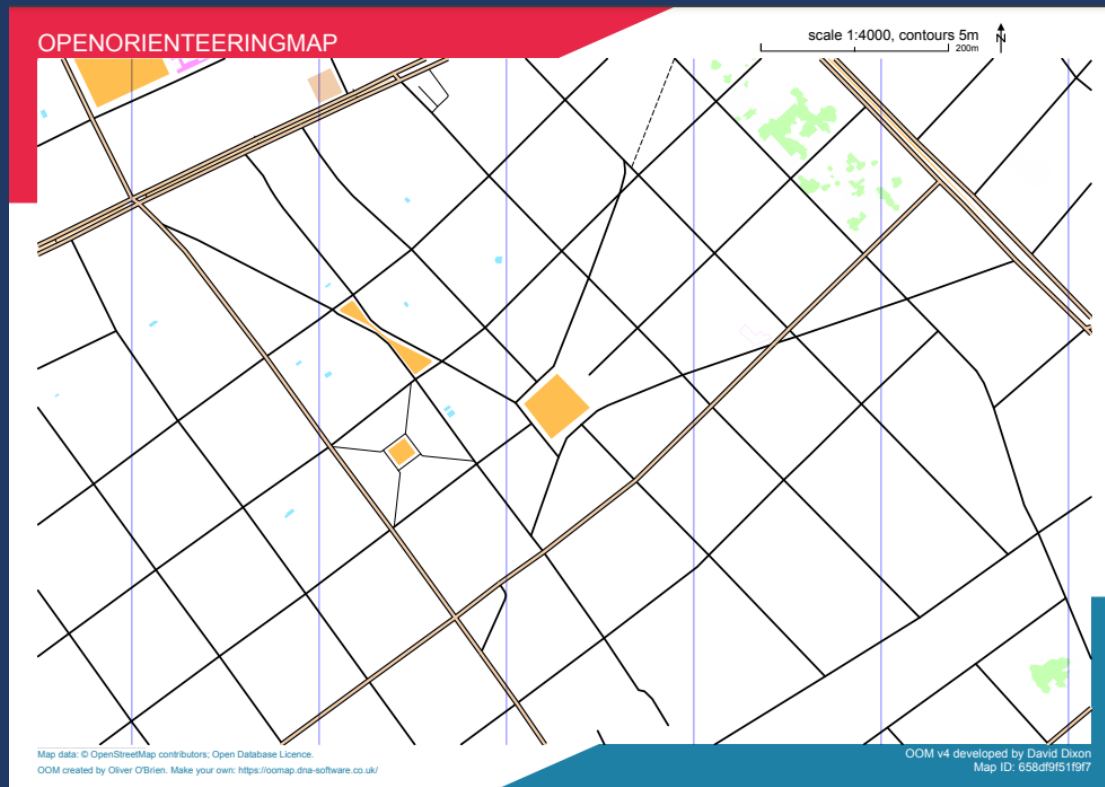
Los corredores que lleguen tarde, saldrán con la tanda que este por ingresar al SPOT 1, siguiendo los pasos de esa misma tanda. El triángulo marcado en el mapa y que cuenta con una baliza sobre el terreno, es solo un apoyo para poder ubicarse con el mapa y la realidad, es obligatorio pasar junto al él, pero no hay que marcar.

Habrà personal de la organización dando las indicaciones pertinentes para el preparado del SiCard. La categoría Open no tiene horario de largada, se presenta en la zona de largada y sale.

**Carril 2 OPEN: Sin horario de salida, comienzan la carrera cuando estén listos de hacerlo.**



## MAPA GENERAL DE LA ZONA DE CARRERA.



Mapa de la competencia: Elite y M18: 1:4000 las demás categorías 1:3000

### DETALLES DE LOS TRAMOS

CATEGORÍA	EDAD	DISTANCIA	DESNIVEL	PUESTOS	ESCALA MAPA
M18E	+18	2,5k	45m	18	1:4000
F18E	+18	2,1k	30m	17	1:4000
M18	18-39	2k	35m	14	1:4000
F18	18-39	1,8k	30m	14	1:3000
M40	40-49	1,8k	30m	14	1:3000
F40	40-49	1,7k	30m	14	1:3000
M50	+50	1,7k	30m	14	1:3000
F50	+50	1,5k	25m	12	1:3000
M15	15-17	1,5k	25m	12	1:3000
F15	15-17	1,5k	25m	12	1:3000
M12	12-14	1,2k	25m	12	1:3000
F12	12-14	1,2k	25m	12	1:3000
OPEN	Libre	1,2k	25m	12	1:3000

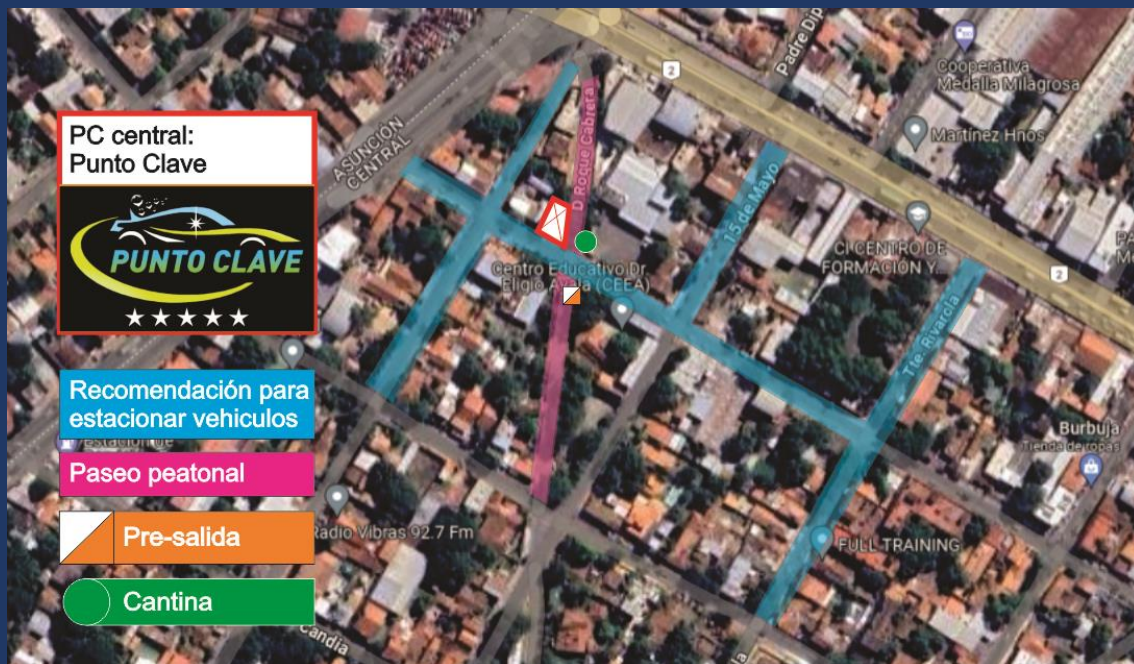
El tiempo del ganador de cada categoría es de 12 a 15 min

Se asignará a cada competidor un horario de salida específico, que se publicará en un listado 24 horas antes del inicio de la competición. El intervalo de salida general será de 1 minuto por tanda, comenzando a las 08:30hs.

Cabe destacar que la categoría Open no está sujeta a un horario de salida específico y los competidores pueden comenzar su participación en cualquier momento entre las 08:30hs y el cierre programado de salida a las 09:30hs.



## DISPOSICIÓN DÍA DE CARRERA



El PC central cuenta con baño y energía eléctrica

## PREMIOS

- Para cada categoría medallas y trofeos hasta el 3er puesto
- Categoría Elite 1er puesto: Inscripción a la prueba Sprint del 1º Campeonato Paraguayo de Orientación – 02/03 noviembre 2024
- Todos los competidores que terminen la prueba tendrán una medalla de reconocimiento.