



UK ROGAINE – GETXO 2015

BOLETÍN 2

Quedan apenas tres días para la celebración del I Uk Rogaine y Marcha de Orientación familiar. Ya tenemos todo preparado para que sea un gran día de orientación, incluso parece que el tiempo nos va a acompañar.

En primer lugar, queremos agradecer la confianza que habéis depositado en nosotros con la participación en esta primera edición. Por nuestra parte, estamos trabajando a destajo para que todo sea un éxito.

En las próximas líneas, os comentamos algunos aspectos importantes a tener en cuenta para antes, durante y después de la prueba. La información está dividida entre Rogaine y Marcha familiar.

ROGAINE

Programa

8:00 a 9:10 Recepción de participantes Rogaine

9:20 Explicación técnica

9:30 Entrega de mapas y Salida en masa

13:30 Hora límite sin penalización Rogaine

14:00 Cierre de meta Rogaine y Marcha

14:00 Entrega de premios y sorteo

Antes

Todos los participantes deberán pasar a recoger su dorsal correspondiente. Facilitaremos imperdibles, pero si alguien quiere reciclar de otras carreras, bienvenido será. Al mismo tiempo, daremos una pulsera a cada corredor, con la cual precintaremos los chips en la muñeca. Esto evitará posibles picarescas.



Aquellos que no tengan chip propio tendrán también que retirar el chip, dejando como fianza un carnet de identidad por equipo. La pérdida del mismo tiene un coste de 42,00€.

A las 9:20 habrá una pequeña explicación técnica, para resolver posibles dudas de última hora.

Aquellos corredores que dispongan de chip propio, deberán acordarse de limpiar y comprobar los chips antes de la salida.

Durante

Al contrario que en otros Rogaines, en el UK Rogaine, la recogida de los mapas y su análisis y planificación de carrera serán parte del tiempo establecido de 4 horas de carrera. Por lo tanto, se dará la salida en masa, todos los corredores se dirigirán hacia la ubicación de los mapas (colgados de una cuerda a pocos metros) y de ahí podrán dirigirse hacia cualquiera de los puntos de control de la carrera. Habrá un mapa por competidor.

Los mapas, ortofotomapas en escala 1:12500, serán impermeables y tendrán un tamaño de A3. ¡Calidad suprema!

El objetivo del Rogaine es conseguir el mayor número de puntos en el menor tiempo posible. Estos puntos se consiguen localizando los puntos de control marcados en el mapa que se entrega al comienzo de la prueba. Habrá 48 controles, que tendrán una puntuación, que oscila entre los 3 y los 8 puntos, según su dificultad física y técnica para llegar a ellos.

La puntuación de cada uno de ellos la detallará el primer dígito del código de la baliza (por ejemplo, la baliza 43 tendrá una puntuación de 4; la baliza 64 una puntuación de 6).

Cada control llevará consigo una descripción en texto (sin simbología) de la ubicación exacta de la baliza en el terreno (por ejemplo, control 50 – curva en la senda)

No será obligatorio pasar por todos los controles, de hecho, lo más probable es que muy pocos lo consigan. Por ello, hacer una buena planificación previa de la ruta que se quiere realizar será fundamental. Tampoco será obligatorio estar en carrera las 4 horas, se puede terminar la carrera en cualquier momento dentro de ese tiempo.

Durante la carrera, transcurriréis por algunas carreteras locales, con poco tráfico pero bastante estrechas y sin arcén. También cruzaréis algún carril bici. No se cerrará el tráfico (excepto en la zona de salida/meta) por lo que os pedimos que tengáis mucho cuidado si cogéis alguna de estas carreteras.



Se recomienda dedicar unos minutos a hacer la planificación, marcando con un rotulador (permanente) la ruta prevista. Una vez avance la carrera, será importante valorar si se está cumpliendo la previsión, teniendo en cuenta el ritmo que se lleva y el tiempo que queda.

Es mejor visitar menos controles y llegar dentro de las 4 horas de carrera que arriesgar a conseguir más puntos y llegar tarde a meta. ¿Por qué?

Porque el llegar tarde a meta tendrá castigo: Por cada minuto de retraso, se perderán 3 puntos.

De 4:00:01 a 4:01:00-----3 puntos de penalización

De 4:01:01 a 4:02:00-----6 puntos de penalización

De 4:02:01 a 4:03:00-----9 puntos de penalización

...

¿Cómo se valida el paso por cada punto de control?

El cronometraje de la carrera se hará con el sistema Sportident. Para ello, cada corredor llevará consigo un chip atado a la muñeca con un precinto irrompible (que entregará la organización junto con el dorsal).

Al paso de cada control, se deberá introducir el chip en el dispositivo que se encontrará atado a la baliza. Con ello, se certificará y quedará registrado el paso por el mismo. Se ha validado correctamente un control cuando suena un “beep” y se enciende una luz roja.

Los corredores de equipos de dos componentes tienen que validar su paso por cada control en un espacio de tiempo inferior a un minuto. Es decir, desde que valida el paso el corredor N°1 y el corredor N°2 no pueden pasar más de 60 segundos,

Para los que disponen de su propia tarjeta Sportident, se comunica que sólo se podrá asegurar el marcaje de las balizas de la carrera usando pinzas Si-6, Si-9, Si-10 y Si-11. Los modelos Si-5 ó Si-8 no disponen de suficiente memoria para recoger los datos de un gran número de controles.

Ejemplo de un paso de control



Ejemplo validación paso control





Material Obligatorio

- 1 Mochila o camelback por equipo
- 1 Bidón o camelback con agua (min. 500ml) por equipo
- 1 Brújula por equipo
- 1 Chaqueta cortavientos por corredor
- 1 Teléfono móvil apagado

Se recomiendan también:

- Zapatos con suela con dibujo
- Pantalones largos
- Rotulador permanente para realizar la planificación.

Material prohibido:

GPS

Después

La carrera finalizará al introducir el chip en el control de meta. Esto detendrá el tiempo de carrera. De ahí, se procederá a la descarga de los datos del chip y cada equipo recibirá una hoja con la información de los puntos visitados, sus tiempos y la puntuación obtenida.

Los corredores que hayan alquilado el chip, lo devolverán en ese momento y seguidamente, cada participante recibirá una bolsa de corredor, con un par de calcetines y algunos detalles más ofrecidos por nuestros colaboradores.

Podréis disfrutar de un avituallamiento líquido y sólido, con refrescos, caldo, agua, fruta, lácteos...

Tendremos duchas junto a la zona de competición. Os recomendamos que acerquéis vuestra ropa de cambio a la zona de salida/meta para que no tengáis que desplazaros hasta el coche tras la carrera. Recordad que tendremos un servicio de guardamochilas y en los vestuarios hay taquillas que funcionan con monedas de un euro.



Uribe Kosta Rogaine Getxo



A la mayor brevedad posible, procederemos a la entrega de trofeos y sorteo de regalos.

MARCHA DE ORIENTACIÓN FAMILIAR

Programa

10:00 a 11:00 Recepción de participantes Marcha familiar

10:00 a 11:00 Salidas escalonadas Marcha familiar

14:00 Cierre de meta Rogaine y Marcha

14:00 Sorteo

Antes

Antes de comenzar la prueba, todas las familias tendrán que pasar a retirar su dorsal, el chip, las tarjetas para los niños y el mapa.

Aquellos que no tengan chip propio tendrán que dejar como fianza un carnet de identidad. La pérdida del mismo tiene un coste de 42,00€.

Una vez hayan pasado por la zona de registro de equipos y ya tengan el mapa en mano, los equipos podrán comenzar su aventura, activando para ello, el chip en la baliza de salida. Será una salida escalonada, es decir, cada familia saldrá según vaya finalizando el registro, sin necesidad de esperar al resto.

Durante

En el mapa, habrá dibujados dos recorridos, Txiki y SuperTxiki. El segundo será una reducción del primero, por lo que, las familias podrán decidir cuál hacer según vayan avanzando en la consecución de los controles. Al llegar al control número 5, podréis continuar hacia el control número 6 (Txiki) o dirigiros al 9 (Supertxiki) y tomar la dirección de vuelta hacia la meta.



Uribe Kosta Rogaine Getxo



Para que todos os sintáis más seguros y no tengáis miedo a perderos, habrá cintas de marcaje naranjas cada 100m a lo largo del recorrido, lo que ayudará a los más inexpertos a confirmar que están orientando de forma correcta y en la buena dirección. Estas cintas serán sólo una ayuda, no intentéis seguir el recorrido guiándoos sólo por ellas.

Entre los controles 3 y 4, caminaréis junto a una carretera estrecha de poco tráfico. Hay una acera, así que no corréis ningún peligro, pero os pedimos que tengáis cuidado en ese tramo.

¿Cómo se valida el paso por cada punto de control?

El cronometraje de la carrera se hará con el sistema Sportident. Para ello, cada familia llevará consigo un chip.

Al paso de cada control, se deberá introducir el chip en el dispositivo que se encontrará atado a la baliza. El dispositivo emitirá un sonido y una luz. Con ello, se certificará y quedará registrado el paso por el mismo.

Al mismo tiempo, los más pequeños llevarán una tarjeta con las 10 casillas correspondientes a los 10 puntos de control del recorrido Txiki. También llevarán una cartilla despegable con dibujos de animales. En cada punto de control, se encontrarán con un dibujo de una huella de un animal. La cual tendrán que asociar con uno de sus 10 animales y pegar en la casilla correspondiente de su tarjeta. Si realizáis el recorrido Supertxiki, serán 7 las casillas a rellenar.

Ejemplo de un paso de control



Ejemplo validación paso control



Material Obligatorio

1 Mochila o camelback por equipo

1 Bidón o camelback con agua (min. 500ml) por equipo



Uribe Kosta Rogaine Getxo



1 Brújula por equipo, si no se dispone de una se puede descargar una aplicación en el móvil

1 Chaqueta cortavientos por corredor

1 Teléfono móvil

Se recomiendan también:

-Zapatos con suela con dibujo

-Pantalones largos

Después

Al cerrar la marcha con la introducción del chip en la baliza de meta, se procederá a la descarga de los datos del chip y cada equipo recibirá una hoja con la información de los puntos visitados y el tiempo invertido para completar el recorrido.

Se devolverá el chip y cada familia recibirá una bolsa con su diploma.

Podréis disfrutar de un avituallamiento líquido y sólido, con refrescos, caldo, agua, fruta, lácteos...

Tendremos duchas junto a la zona de competición. Os recomendamos que acerquéis vuestra ropa de cambio a la zona de salida/meta para que no tengáis que desplazarnos hasta el coche tras la carrera. Recordad que tendremos un servicio de guardamochilas y en los vestuarios hay taquillas que funcionan con monedas de un euro

A la mayor brevedad posible, procederemos al sorteo de regalos.

También habrá una gran sorpresa para los niños, ya que tras la marcha, podrán seguir gastando energía saltando y disfrutando en el castillo hinchable que tendremos en la zona de meta gracias a nuestros amigos de KNS Ocio y Aventura.

NonStop Aventura S.L

**Pq. Abra Industrial, vial E, P1.2.2 (1º Planta)
48500 Abanto y Ciérvana (Bizkaia)
Tel: 94 636 95 24**

www.nonstopaventura.com