

II CURSA COPA CATALANA BTT-O – Quart 29/10/2017

INFORMACIÓ TÈCNICA I BÀSICA

Data: Diumenge, 29 d'octubre de 2017

Lloc: Quart

Centre de competició: Pavelló Municipal de Quart. Carrer Modeguer, 38

Organitza: ALIGOTS Club Esportiu de Curses d'Orientació

Presentació

Cursa lineal de mitja distància (els controls s'han de fer en l'ordre que indica el mapa) · Competició de caràcter oficial amb reglamentació i normatives de la FCOC · Participació: individual, en les categories oficials · Pels interessats en conèixer i provar aquesta modalitat, s'han dissenyat dos circuits de promoció: Iniciació Adults (C4) i Iniciació familiar (C5). Prèviament a la cursa hi haurà explicacions per a tots aquells interessats sobre les curses de BTT Orientació (9:30) · Circuits oficials s'assignarà hora de sortida, circuits populars amb fita start. Algunes parts dels circuits transcorren en zones de camps, al costat de propietats privades i zones de bosc. Cal mostrar el màxim respecte i no danyar ni embrutir res. Un cop acabada la cursa hem de deixar l'entorn tal i com l'hem trobat.

Personal

- Cap de cursa: Xavier Torras
- Traçador: Narcís Pou
- Responsable inscripcions: Roger Vives
- Sportident: Mònica Samaranch
- Caps de sortida: Marc Trèmols i Nicolau Sunyer
- Web: Alba Pagerols

Mapa

- Mapa: Realitzat l'any 2010 per Aligots
- Actualitzat i revisat l'any 2017
- Escala del mapa: 1/15.000 en tots els circuits
- Format: DinA3
- Traçador: Narcís Pou

Circuits

| Categoria | Circuit | Distància | Desnivell |
|-------------------|----------------|------------------|------------------|
| HSA | C1 | 18.500 m | 360 m |
| DSA, HV, HSB, HJ | C2 | 14.700 m | 300 m |
| DSB, DV, DJ, OPEN | C3 | 13.000 m | 230 m |
| Iniciació adults | C4 | 10.600 m | 170 m |
| Iniciació nens | C5 | 8.000 m | 80 m |

Les distàncies i els desnivells estan calculats en base a la ruta òptima

Inscripcions

Inscripcions anticipades

| | Amb descompte Data límit 24 d'octubre | | Sense descompte A partir del 24 d'octubre | |
|----------------|------------------------------------------|-------------|----------------------------------------------|-------------|
| | Federats | No federats | Federats | No federats |
| HDSA-HDV-HDSB | 10,00 € | 13,00 € | 13,00 € | 16,00 € |
| HDJ | 4,00 € | 5,50 € | 7,00 € | 8,50 € |
| Open | 8,00 € | 9,50 € | 11,00 € | 12,50 € |
| Iniciació | 5,00 € | 6,50 € | 8,00 € | 9,50 € |
| Iniciació nens | 4,00 € | 5,50 € | 7,00 € | 8,50 € |

- Inscripcions des de la web de la federació
<http://inscripcions.orientacio.cat:8000/#/form/races>
- S'aconsella fermament fer la inscripció anticipada, doncs al mateix dia de la cursa hi haurà un nombre limitat de mapes per a cada categoria.
- El dia de la cursa cal recollir, si és el cas, la targeta sportident de lloguer amb temps suficient abans de la sortida
- En cas de llogar targeta sportident, 3€, és imprescindible deixar el DNI com a fiança, o en el seu defecte un bitllet legal de 50€, que es retornarà quan es lliuri la targeta al finalitzar la cursa. Les categories d'iniciació no es cobrarà lloguer.

Inscripcions el mateix dia

- Es podrà fer la inscripció el mateix dia de la cursa, a partir de les 9h00. El nombre d'inscripcions quedarà limitat al nombre de còpies sobrants de mapes que restin de cada categoria, de manera que si hi ha molta afluència de gent a darrera hora no es podrà garantir la participació de tothom.
- Les quotes d'inscripció tindran un recàrrec de 3€ en totes les categories.
- Per aquestes dues raons, i per facilitar les tasques organitzatives, es recomana fer la inscripció anticipada.
- Al formalitzar la inscripció, es farà entrega, si és el cas, de la targeta sportident de lloguer.
- En cas de llogar targeta sportident, és imprescindible deixar el DNI com a fiança que es retornarà quan es lliuri la targeta al finalitzar la cursa.

Tancament d'inscripcions

El tancament d'inscripcions serà a les 10h30. A partir d'aquesta hora no se n'acceptaran més per garantir el bon desenvolupament de la cursa.

Sortides

Es prega que els corredors respectin els horaris i facilitin les tasques dels organitzadors per al bon funcionament de la cursa, i per esportivitat i respecte envers la resta de participants.

A les 9h30 es farà una explicació sobre el desenvolupament de la cursa per a la gent que no hagi participat mai. La cursa serà en la modalitat clàssica, corresponent a una cursa de recorregut lineal entre els punts de control de pas.

L'inici de les sortides serà a les 10h00.

La sortida dels **circuits oficials** es farà segons l'hora assignada prèviament i estarà situada a uns 1.000m del centre de competició.

Els **circuits d'iniciació** es faran amb el sistema de Fita Start. Això vol dir que tothom sortirà a l'hora que vulgui (entre les 10:00 i les 11:30). La sortida estarà situada a uns 500 metres del centre de de competició, estarà degudament senyalitzada (cartells i cinta de balisar). Els corredors no tindran hora de sortida assignada, aquesta serà en la modalitat "fita START" per la qual cosa els corredors sortiran individualment en intervals d'un minut a 3 minuts, segons indicacions del jutge de sortida, i a l'inici del recorregut hauran de marcar la fita START que habilitarà l'hora d'inici de la seva cursa. Per facilitar la tasca dels organitzadors es recomana que els corredors se situïn a la fila assignada i realitzin la neteja i comprovació de la targeta sportident. És important que recullin el mapa corresponent al seu recorregut. El mapa no es pot mirar fins que no s'ha marcat la fita d'inici.

Un cop a la sortida caldrà seguir els següents passos:

- **Minut -3:** Neteja de la targeta electrònica Sportident
- **Minut -2:** Comprovar targeta electrònica Sportident
- **Minut -1:** Comprovar la categoria del mapa, i esperar que soni el rellotge de sortida per començar la cursa

Entorn

Algunes parts dels circuits transcorren en zones de camps, al costat de propietats privades i zones de bosc. Cal mostrar el màxim respecte i no danyar ni embrutir res. Un cop acabada la cursa hem de deixar l'entorn tal i com l'hem trobat.

ATENCIÓ TOTS ELS CIRCUITS!!! Les carreteres estaran obertes a la circulació de vehicles, vosaltres NO teniu la prioritat!. Tot i que no hi ha molt de trànsit heu de tenir PRECAUCIÓ!!!! El circuit C5 d'Iniciació Nens també creua alguna carretera secundària. Si correu sols, aneu alerta! Si aneu acompanyats, també. Estigueu atents al mapa perquè hi haurà carreteres indicades com a prohibides amb passos obligatoris per travessar-les.

Sistema de control de pas

Tots els circuits utilitzaran el sistema sportident de control de pas (xip electrònic de control). A l'acabar el recorregut, un cop marcada la fita de META, tots els corredors de tots els circuits han de passar obligatòriament per la taula de Control d'Arribada i fer la descàrrega de la targeta sportident al centre de competició, segons les indicacions dels jutges d'arribada. Els corredors que hagin llogat la targeta sportident, la lliuraran al control d'arribada i se'ls retornarà el DNI.

Pas per meta obligatori en cas d'abandonament

Tot i abandonar per qualsevol motiu, a les curses d'orientació és obligatori passar per l'arribada o informar a l'organització del nostre abandonament mitjançant alguna altra manera. Si els organitzadors no tenim la certesa de que tothom ha arribat o deixat la cursa, a partir del tancament d'arribada s'inicia la recerca de corredors no controlats per si necessitessin ajuda.

Observacions

- Està totalment prohibit a travessar les zones privades, i s'ha de circular SEMPRE pels camins indicats en el mapa. El trànsit de vehicles de motor és obert. Alerta a l'hora de creuar els carrers.
- L'ús del casc és obligatori. Respecteu la natura, i ella us respectarà a vosaltres. És el nostre entorn de lleure, esport i vida, l'hem de cuidar i preservar.

- Està totalment prohibit llençar papers, bosses, gots i ampolles de plàstic, envoltoris de menjars energètics i brossa de qualsevol mena fora de les zones habilitades. Si no és motiu de desqualificació, si que ho és de decència humana

Informació tècnica

Notes del traçador

El mapa de BTT-O de Quart destaca per comptar amb dues parts molt diferenciades. Un part -que visitaran els circuits federats- força desnivellada i marcada per grans lloms i valls que condicionen tan el traçat com l'elecció de ruta, i que exigiran al corredor esforç tècnic i físic. S'hi combinen pistes, camins amples i tot tipus de corriols, alguns fàcil i d'altres de tècnics o molt tècnics.

L'altra part, que visitaran tots els circuits, és més ràpida i menys desnivellada, i combina zones ràpides i d'alta ciclabilitat amb zones tècniques i de molta lectura, sobretot per la seva àmplia xarxa de camins. Tots els circuits i categories hi trobaran el seu espai.

Important!

- L'ús del casc és obligatori. Ningú podrà fer la cursa sense.
- Hi ha dues sortides. La sortida dels circuits C1, C2 i C3 està a uns 5 minuts del centre de competició. La sortida dels circuits d'iniciació està a escassos 2 minuts. Les dues sortides estaran degudament indicades des del centre de competició

Altres observacions

- Cal estar atents al símbol **714** (objecte perillós) que indica obstacle. En la majoria dels casos es tracta de cadenes, arbres caiguts, escales sobtades, o fins i tot tallats perillosos. En cap cas prohibeixen el pas, però poden resultar perillosos pels corredors.
- A la part nord del mapa, coincidint amb la part més desnivellada, existeixen diversos camins semiabandonats en els que es practicava o es practica puntualment descens en BTT. Baixen la vessant de la muntanya de punta a punta i estan indicats correctament amb el símbol **838**. Cal tenir en compte que són de molt alt nivell tècnic.
- També s'han indicat amb el símbol **837** i **838** alguns camins que, malgrat tècnicament no són molt complexos, han quedat força tapats per l'herba i per tant són igualment de difícil ciclabilitat.
- Existeixen alguns trams de carretera prohibits, que estaran degudament senyalats en el mapa.

- Existeix algun tram en concret en que la circulació dels corredors pot ser en els dos sentits de la marxa. Tingueu precaució.



Informació dels circuits

C1 - Homes Sènior: El més llarg i tècnic, tant pel que fa a la ciclabilitat com a la lectura del mapa.

C2 - Dones Sènior / Homes Veterans / Homes Sènior B / Homes Junior: Es redueix lleugerament l'exigència física i de ciclabilitat, la dificultat de lectura segueix sent alta.

C3: Dones Sènior B / Dones Veteranes / Dones Junior / Open: Més assequible pel que fa a exigència física, ciclabilitat i també lectura, malgrat segueix sent exigent.

Iniciació adults: Circuit pensat per a persones que s'inicien en el pràctic de la BTT-O, fa ús de camins de bona ciclabilitat i fàcil lectura, però -a diferència de la iniciació nens o familiar-, introdueix algun corriol i incrementa la necessitat de llegir mapa i escollir ruta.

Iniciació nens/familiar: Circuit pensat per fer amb nens o família. Fa ús dels camins i pistes amb més bona ciclabilitat i menys desnivell. El nivell tècnic és baix, tot i que cal llegir correctament per no escollir el camí equivocat. Els circuits d'iniciació es poden fer en grup, tot i que es demana que no s'agrupi tothom a primera hora.

Serveis

El dia de la cursa, tots els participants podran gaudir dels següents serveis, situats al mateix centre de competició.

- A l'arribada hi haurà un petit avituallament d'aigua i fruita per tothom inscrit.
- Vestidors
- Lavabos
- Dutxes

Agraïments

Donar les gràcies a l'Ajuntament de Quart per posar-nos les coses tant fàcils alhora d'organitzar aquesta cursa.

Organitza



Amb la col·laboració de

