

^{ena}
11 COPA TARRAGONA
d'orientació a peu
2015



Reglament de Competició

Desembre 2014

Darrera actualització – **Gener 2015**



MONTSANT
ORIENTACIÓ
TARRAGONA

ÍNDEX

1 DEFINICIÓ	4
1.1 Origen	4
1.2 Objectius	4
1.3 Àmbit geogràfic	4
1.4 Entorn	5
2 CARACTERÍSTIQUES TÈCNIQUES	5
2.1 Categories	5
2.1.1 Duo	5
2.1.2 Júnior A i Júnior B	6
2.1.3 Iniciació nens	6
2.1.4 Canvis de categories	6
2.2 Genèrics. Norma FCOC/IOF.	6
2.3 Exigències tècniques i físiques	7
2.4 Norma cartogràfica.	7
2.5 Control temps.	8
2.6 Serveis.	8
3 CALENDARI (PROVISIONAL).....	8
4 QUOTES D'INSCRIPCIÓ 2015	8
5 CLASSIFICACIÓ GENERAL 2015	9
5.1 Norma	9
5.2 Duo	9
5.3 Resultats	10
5.4 Premis	10
5.5 Reclamacions.....	10
5.6 Altres.....	10
6 RESPONSABILITATS.....	11
6.1 Organització.....	11
6.2 Participants	11

1 DEFINICIÓ

Copa Tarragona d'Orientació a Peu

Circuit popular de promoció de Curses d'Orientació a peu a la província de Tarragona.

Cursa d'orientació?

És una competició atlètica contra rellotge d'itinerari lliure però de pas obligatori per punts de control indicats en un mapa.

1.1 Origen

Aprofitant l'estructura organitzativa de les curses escolars a nivell comarcal, el Club Montsant Orientació va crear una categoria popular per a corredors majors d'edat. Després de 2 anys d'adaptabilitat, a l'any 2005 es va creure bona idea la creació d'un circuit, donades el mínim de 3 curses que s'organitzaven.

1.2 Objectius

Promoció de l'esport de les curses d'orientació arreu de la província de Tarragona, amb l'objectiu principal de donar a conèixer a la població les aportacions positives d'aquest esports al seus practicants. Essencialment, la pràctica d'aquest esport, és una eina educativa. Potencia les capacitats cognitives, joc net, la concentració, auto-confiança, autocontrol, sensibilitat, visió espacial, capacitat d'anàlisi, memòria visual, la fortalesa física i mental, estima, respecte i coneixement de l'entorn.

1.3 Àmbit geogràfic

Província de Tarragona.

1.4 Entorn

Les nostres instal·lacions esportives son els mapes i el medi natural. La nostra activitat depèn directament de l'entorn.

Estimem, coneixem, protegem i vivim la natura en equilibri.

2 CARACTERÍSTIQUES TÈCNIQUES

2.1 Categories

Les curses es corren de forma individual a la Copa Tarragona, excepció de la categoria DUO i categories de Iniciació.

Categoria	Condicció
H Open	Home > 18 anys
D Open	Dona > 18 anys
Júnior A	15 anys =< Home o Dona =< 18 anys
Júnior B	7 anys =< Home o Dona =< 14 anys
Iniciació Adults	Home o Dona > 18 anys
Iniciació Nens	Nois i noies <= 12 anys
Duo	2 corredors/es

2.1.1 Duo

Es tracta d'una categoria promocional per parelles en la que almenys un dels dos components de l'equip haurà de ser major d'edat, => 18 anys.

Els dos components de l'equip Duo han d'anar sempre junts durant la cursa, amb un màxim de separació de 25 m. En cas de incomplir la norma altres equips poden fer la reclamació a l'organització i ser penalitzats amb la desqualificació directa.

L'equip disposarà d'una targeta de controls i dos mapes.

2.1.2 Júnior A i Júnior B

Categories per participants menors de 18 anys. Actives quan no hi hagi curses escolars.

2.1.3 Iniciació nens

Categoria per parelles composta per un major d'edat i un menor, el qual disposarà de mapa i realitzarà la navegació. El major d'edat, com a tutor, vetllarà per la seguretat del menor i donarà suport influenciant mínimament en l'exercici de la navegació.

L'objectiu es que el menor aprengui a fer servir mapa. En cas que el menor disposi de les capacitats per navegar en solitari correrà la categoria Júnior B, que tindrà les mateixes característiques tècniques i físiques adaptades a la edat i categoria.

2.1.4 Canvis de categories

Un corredor no podrà optar a dos premis de dues categories diferents.

2.2 Genèrics. Norma FCOC/IOF.

S'estableixen tres tipus de curses en funció dels temps de guanyador:

Distància	Temps guanyador	Mapa	Escala
Esprint	12-15 '	ISSOM 2007	1:4.000/1:5.000
Mitja	30-35 '	ISOM 2000	1:10.000
Clàssica	60-75 '	ISOM 2000	1:10.000

Donem a entendre que tots els aspectes que en aquest document no es veuen reflexats, els trobarem al reglament de competició de la Federació de Curses d'Orientació de Catalunya, que es una adaptació de la norma IOF.

2.3 Exigències tècniques i físiques

Categoria	Nivell tècnic	Nivell físic
H Open	3	3
D Open	3	2
Júnior A	2	2
Júnior B	1	1
Iniciació Adults	2	2
Iniciació Nens	1	1
Duo	3	2

Nivell	Exigències tècniques	Exigències físiques
3	- Controls en qualsevol element. - Posada a prova totes les capacitats orientadores del corredor.	- Pujades necessàries. - Complexitat de vegetació i orografia.
2	- Controls situats a prop d'elements lineals. - Opcions d'elecció de ruta senzilla llarga i complexa curta. - Línies de parada.	- Alguna pujada no extenuant. - Zones de visibilitat i penetrabilitat mitjana.
1	- Controls situats en elements lineals, sense elecció de ruta. - Traçat per zones de lectura neta i evident.	- Pujades lleugeres. - Zones d'alta visibilitat i penetrabilitat.

2.4 Norma cartogràfica.

La norma IOF determina escales i dimensions dels símbols òptims per una bona lectura de mapa en cursa. Els mapes de copa Tarragona s'ajustaran a aquesta norma adaptant-se a les necessitats pròpies del circuit.

Independentment de la distància i temps de guanyador calculat pel traçador:

- Si la cursa es corre en mapa amb norma sprint ISSOM 2007 les escales hauran de ser 1:4.000 o 1:5.000 i equidistància 2,5 m per totes les categories a excepció de JUNIOR B i INICIACIÓ NENS, que s'adaptarà el mapa i traçat a una escala proporcional.
- Si la cursa es corre en mapa amb norma ISOM 2000 les escales hauran de ser 1:10.000 i equidistància 5 m per totes les categories a excepció de JUNIOR A, JUNIOR B i INICIACIÓ NENS, que, si s'escau, es podran adaptar en l'escala del mapa i traçat de la següent manera:

Mapa escala	JUNIOR A	JUNIOR B	INICIACIÓ NENS
1:10.000	1:7.500	1:7.500 o 1:5.000	1:7.500 o 1:5.000

2.5 Control temps.

- Per norma general s'establiran hores de sortida, en cas contrari, sortida en massa o altres opcions requerides per la figura del director de cursa s'avisarà amb antelació a la informació tècnica que es publicarà a la web www.clubmontsant.org.
- Per norma general el control de pas i presa de temps es realitzarà amb targeta de cartró tradicional, excepte si la cursa puntua per a Copa Catalana, llavors s'utilitzarà el sistema sportident.

2.6 Serveis.

- Avituallament líquid i sòlid a l'arribada.
- Resta de serveis: depenent de les col·laboracions amb altres entitats.

3 CALENDARI (PROVISIONAL)

Data	Mapa	Traçador
15 de febrer	Llera del Riu Francolí – Tarragona	Sebastián Ordóñez
22 de Març	Els Munts – Altafulla	Nicolas Corgnet
12 de Abril	Torre d'en Dolça – Vila-seca	Judit Mata
Setembre	Part alta Tarragona, Santa Tecla	
17 de Octubre	Montblanc	
18 de octubre	Rojals - Montblanc	

* Club Montsant Orientació es reserva el dret de modificar el calendari si s'escau, de manera excepcional, amb el compromís d'informar als interessats amb suficient antelació.

4 QUOTES D'INSCRIPCIÓ 2015

Condició	> 18 anys	< 18 anys
Soci Montsant	5€	2€
No Soci	9€	5€

+3€ assegurança els no federats FCOC o FEEC (modalitat C o superior)

Hi haurà descompte de 2€ per inscripció + pagament en data indicada com a límit en cada cursa.

5 CLASSIFICACIÓ GENERAL 2015

5.1 Norma

Puntuen les 60% millors curses del calendari final Copa Tarragona 2015.

Puntuació obtinguda per cursa

Puntuació corredor millor temps = 100 punts

Puntuació corredor temps inferior = millor temps x 100 / temps del corredor

Puntuació obtinguda per organitzar

ORG = millor puntuació obtinguda a Copa Tarragona 2015. Només es podrà comptabilitzar una vegada el ser organitzador. Qualsevol soci del Club Montsant Orientació o membre d'entitat col·laboradora en l'organització de la cursa podrà rebre aquesta puntuació.

Exemple:

Camp de Mart – 3er classificat – Puntuació = 89.90

Sant Ramon – Organització – Puntuació = ORG

Hostalets – Guanyadors – Puntuació = 100

Trofeu Ciutat de Tarragona – 12 classificat – Puntuació = 65.32

Puntuació total 60% millors puntuacions: $100 + \text{ORG} + 89.90 = \mathbf{289.90}$

5.2 Duo

La classificació es realitzarà per equips de dos persones. Aquest equip haurà de ser el mateix en les diferents curses per tal de poder sumar puntuacions. Les puntuacions obtingudes per equips seguiran el mateix barem que les puntuacions individuals.

5.3 Resultats

El responsable d'arribades intentarà penjar resultats provisionals al centre de competició durant el desenvolupament de la cursa. Aquests resultats poden no ser els oficials finals per falta de correcció.

Els resultats oficials es penjaran a la web a l'apartat corresponent i s'informarà a través de la llista de distribució del club durant els 7 dies següents a la competició.

5.4 Premis

- Possibilitat d'un petit obsequi o trofeu en cadascuna de les curses segons les condicions de col·laboració amb altres entitats. Sí hi haurà trofeu pels 3 primers classificats de cada categoria, excepte *Iniciació Adults i Iniciació Nens*, a la classificació general de Copa Tarragona.
- L'entrega de premis de la Copa Tarragona 2015 es realitzarà a l'assemblea general de socis del club, a principis del 2016. Serà efectiva per als participants que hagin participat en un mínim de 3 curses i que la seva categoria hagin hagut com a mínim 5 participants. La possible modificació de la data d'entrega de premis serà avisada amb antelació a través de la llista de distribució del club i/o la pàgina web.

5.5 Reclamacions

Es podrà presentar reclamació/aclariment sobre els resultats d'una cursa fins una setmana després de publicar els resultats oficials. A partir d'aquell moment no es tindran en compte. La junta del club estudiarà la reclamació i donarà una resposta, comunicada a la persona implicada a través del director de cursa o el responsable d'arribades.

5.6 Altres

- Aquella persona que hagi tingut qualsevol tipus de relació, durant els últims 5 anys, en l'edició cartogràfica amb els mapes que es facin servir durant la Copa, només podrà participar "fora de competició" i sense possibilitat de puntuar a la classificació general i de la cursa en concret.
- El calendari i el protocol d'organització anual (directors de cursa i responsables de seccions) s'aprovarà per junta una vegada s'hagin confirmat les propostes.

Serà motiu de desqualificació en una cursa:

- No fer el recorregut en l'ordre establert.

- Pèrdua de la targeta de control.
- Seguir o col·laborar amb un altre corredor, a no ser que es tracti de categoria Duo.
- Pinçar incorrectament, no clarament visible o de manera desordenada.
- Modificar la ubicació d'un control.
- Fer servir, per orientar-nos, qualsevol altre eina que no sigui el mapa i la brúixola.
- No anar junts durant la cursa els components dels equips Duo.

6 RESPONSABILITATS

6.1 Organització

L'organització es responsabilitza de:

- El correcte funcionament de la competició.
- Tindre cura, protegir i respectar el medi on organitza les curses.
- Deixar el medi talment l'havia trobat abans de organitzar la competició.
- Promoure la protecció del medi ambient.
- En cas de dubtes, reclamacions o qualsevol incident, el comitè de competició serà l'encarregat de prendre decisions, aquest estarà compost per tots els membres de la Junta.

El Club Montsant es reserva qualsevol dret de poder modificar i/o ampliar dates i/o llocs de realització de les curses.

6.2 Participants

El participant es responsabilitza de:

- Passar en tot cas, abandoni o no la competició, per la línia de meta.
- Realitzar la inscripció i el pagament dins del límit establert per garantir la reserva de mapa.