

INFORMACIÓN DE ÚLTIMA HORA

Distancias y desniveles

Recorrido	LARGA			SPRINT			MEDIA		
	Control	Long	Desn	Control	Long	Desn	Control	Long	Desn
M-21	15	7790	205	26	2540	80	15	4390	210
M-18.35/F-21	12	5500	160	23	2320	70	12	3870	180
	13	5970	180						
M-45/F-18.35	10	4890	140	21	2360	75	15	3290	180
	10	5290	140						
M-55/F-45	10	3960	120	19	1660	60	12	2910	115
M-65/F-55	9	3470	80	19	1660	60	12	2780	110
F-65	8	3230	75	19	1660	60	12	2630	90
M-14/O.NRANJ	12	3390	90	13	1220	40	15	2680	75
F-16	9	3500	125	15	1350	50	13	2630	90
M-16	11	3910	125	15	2010	50	15	3000	100
F-14	11	3100	85	13	1160	40	13	2230	70
F-12	11	2720	40	12	930	35	11	1870	50
M-12	11	2800	40	12	1070	35	11	2010	50
M-21b/F-21b	10	4190	120	16	1540	40	14	2930	90
U10/O. FAM	12	2730	40	11	900	30	9	1750	50

Avituallamiento

En meta habrá avituallamiento sólido en las 3 competiciones. El avituallamiento líquido se podrá realizar en las fuentes públicas que hay en el CCompetición, se pide colaboración para que todos los orientadores lleven sus propios recipientes/botellas para no malgastar plástico en este servicio. Muchas gracias.

Equipo personal

El robledal presenta zonas con un notable crecimiento del sotobosque, por lo que recomendamos el vendaje de tobillos y el uso de polainas o calcetas reforzadas para proteger nuestras piernas del roce con la vegetación arbustiva.

Prebalizado

En la prueba de distancia LARGA del sábado las categorías: U10 / Open FAMILIAR / M12 / F12 tendrán un tramo balizado señalado en el mapa con línea discontinua magenta (morada) y en el bosque con trozos de cinta de plástico.

Distancia CCompetición - Salidas

En la prueba del SÁBADO hay una distancia de 1500 m por camino con pendiente suave en subida.

En el Sprint del SÁBADO TARDE hay una distancia de 220 m para las categorías de la Liga CLM. Los Relevos de la Amistad tienen la salida desde el mismo CCompetición.

En la prueba del DOMINGO hay una distancia de 2000 m por carretera, con ligera pendiente en su tramo final.

Hora límite de distancia LARGA-sábado

El horario de recogida de controles para la prueba del sábado será 2 h. 30' después de la salida del último participante.

Autocaravanas

Pendiente de confirmar, pensamos que las Autocaravanas pueden estacionar en el parking del CCompetición, en las inmediaciones del Campamento El Piélagos.