



## MIEDOS Y DUDAS FRECUENTES

### ¿Por qué el Raid del Geoparque de Granada es para ti?

Durante los últimos días nos llegan muchas preguntas sobre la exigencia o dureza del Raid. Intentamos muy brevemente aclarar algunas dudas.

El objetivo del Raid es ofrecerte un reto en un entorno espectacular. Pero este reto es más o menos exigente en función de la categoría en la que te inscribas. Las categorías "PROMOCIÓN", muy asequibles para cualquier deportista habitual, apuestan por un programa variado, divertido, con algunos retos técnicos y con una carga física muy moderada (relativa distancia y muy poco desnivel acumulado de subida).

Las categorías de PROMOCIÓN tienen orientación urbana sencilla, orientación en bicicleta sencilla, NO TIENEN ORIENTACIÓN ESPECÍFICA DE BOSQUE, tienen escalada en rocódromo sencilla, un rápel moderado, tiro con arco, prueba de equitación (para absolutos inexpertos), piragüismo (muy sencillo y corto), circuito aventura y circuito de coches de pedales (NO PATINES). Por supuesto, todas las pruebas son evitables si se desea. Las tres secciones de las que se compone el raid están diseñadas para que cualquier equipo pueda recortar algún tramo en caso de necesitarlo. En las pruebas en las que está prevista alguna pequeña retención existen neutralizaciones, por lo que contará solo el tiempo en carrera y el número de puntos acumulados. Un máximo de 8 horas será más que suficiente para completar el recorrido.

Tu organización es sencilla: No necesitas llevar un tercer compañero de asistencia y apenas necesitas material técnico (arnés, mosquetones,...) porque lo pondrá todo la organización. Necesitas tu bicicleta, portamapas para la bici (muy recomendable) y poco más (se publicará listado en próximos boletines).

En definitiva, es un raid diseñado para aquellos que disfrutan del deporte y la naturaleza, runners y/o ciclistas de montaña frecuentes, cuyo espíritu de aventura se haya visto alcanzado por esta propuesta. Si es tu caso, no le des ni media vuelta más, inscríbete ... una vez que te veas en el listado te entrarán unas ganas locas de afinar tu forma.

Abstente si no eres de los que haces deporte con regularidad; si eres de los que llevas años sin coger la bici o sin salir a correr.

Y por supuesto, abstente si esta propuesta no te atrae..... pues el Raid del Geoparque es para disfrutar.

En los BOLETINES INFORMATIVOS encontrarás TODA la información importante. Leételes con atención.

No obstante en las siguientes páginas intentamos resolver algunas de las típicas dudas más comunes.

*¡Sigue leyendo!*



## MIEDOS Y DUDAS FRECUENTES

*Me encantan los deportes de naturaleza ...  
¿pero qué es un Raid de Aventura?*



El Deporte de Orientación es la base deportiva de un Raid de Aventura. Todo se hace orientando. El Raid es una combinación de dos o más disciplinas deportivas (senderismo, running y ciclismo de montaña, pruebas de cuerdas, ...) en cuyo progreso utilizamos mapas de orientación para situarnos y localizar los puntos de control que nos marca la organización. Durante la carrera cambiamos varias veces de modalidad deportiva y normalmente cada equipo decide por dónde quiere ir al punto de control (¿por el camino más corto? ¿por el que menos desnivel tiene?)

*¿Pero realmente qué conocimientos hay que tener? Yo no controlo mucho la bici, nunca he montado a caballo, y de leer mapas ... ni te cuento ...*

La participación al Raid de Aventura del GEOPARQUE de GRANADA estará abierta a cualquier persona interesada, ya que la variedad de categorías ofrece niveles de dificultad, desde promoción hasta élite.

Con un mínimo de conocimientos de cómo leer un mapa (¿dónde está el norte?!) te resultará sencillo llegar de un lugar a otro. Irás a tu ritmo. Unos equipos correrán, otros irán a su paso, disfrutando de un día de naturaleza y deporte, contemplando el increíble paisaje que nos ofrece el Geoparque de Granada.

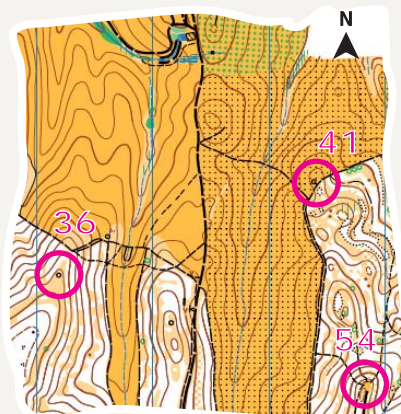
No te creas que será un paseo, pero tampoco tienes que estar cachas; un poquito de entrenamiento te hará disfrutar aún más de la carrera.

En el transcurso de cada sección habrá pruebas especiales (Escalada en rocódromo, Equitación, Rápel, Tiro con Arco, Piragua ...) Todas son muy sencillas. Además, algunas tendrán el tiempo neutralizado, para hacerlas con la máxima seguridad. Pero apesar de eso NINGUNA prueba especial es obligatoria. Si no la haces simplemente no podrás picar en la baliza que demuestra haber superado esa prueba.

*¿Pero cómo sabré a dónde ir?!*

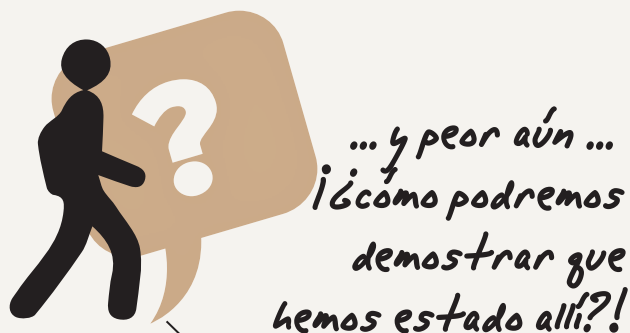


Al principio de cada sección se te entregará un mapa a tí y a tu compañero. En las categorías de iniciación, por ejemplo, los puntos de control (o balizas) están situados cerca de caminos. Las categorías superiores tendrán controles más lejanos y más difíciles de alcanzar (cada equipo compite sólo con los de su categoría). Según el tiempo que os quede para terminar una sección o lo cansados que estéis tendréis que tomar decisiones de ir o no a determinados controles.





## MIEDOS Y DUDAS FRECUENTES



### *Parecen muchas horas... ¿Qué alimentos debería llevar? ¿Que ropa?*

Cada raider debe ser autosuficiente y llevar en su mochila, además del material obligatorio (consulta el listado en el boletín), comida y agua para afrontar cada sección. De todos modos piensa que todas las secciones empiezan y terminan en el centro de competición, en el que cada equipo tendrá un "box" o área particular, en la que dejar su material para no tener que ir todo el día acarreado con él. Por lo tanto podrás recargar comida, bebida o cambiarte de ropa en esas transiciones. También habrá algunos puntos de avituallamiento estratégicamente situados en el mapa. Pero por si acaso, cumple con tu deber de ser autosuficiente!



### *¿Cómo se establece la clasificación?*

Cada baliza tiene un valor en función de su dificultad. El que llegue antes a meta y con el mayor número de puntos gana. A igualdad de puntos prima el que haya empleado menos tiempo.

### *¿Y si me pierdo? ¿Y si abandono?*

No te vas a perder. Y si esto ocurriera, entre el material obligatorio es obligatorio llevar un teléfono móvil por equipo. Siempre apagado, pero a mano, por si fuera necesaria la asistencia de la organización ante un accidente o un contra-tiempo grave (en cada mapa vendrán indicados los teléfonos de emergencia a los que llamar). En cualquier caso, TODOS los equipos deben pasar por meta, aunque abandonen, para que la organización pueda controlar que nadie queda por llegar.

