Campeonato de Andalucía de Duatlón de Orientación

Las Gabias

Sábado 4/10: C.A. MTBO Larga Distancia (Padul). Liga Veleta MTBO
Domingo 5/10: C.A. Duatlón de Orientación. Liga Andaluza MTBO. Liga Veleta O-Pie

ORGANIZA

COLABORAN

CAMPEONATO DE ANDALUCÍA

DE

DUATLÓN DE ORIENTACIÓN
Y

MTBO LARGA

3ª CA LIGA ANDALUZA DE MTBO LARGA (Dia 04/10/25)

3ª LIGA MTBO VELETA (Dia 04/10/25)

4ª LIGA ANDALUZA DE MTBO MEDIA (Dia 05/10/25)

8ª LIGA O-PIE VELETA (Dia 05/10/25)

CONTENIDO DEL BOLETÍN

1.- Presentación de la prueba

2.-Lugar de celebración.

3.-Zonas embargadas

4.-Programa

5.-Inscrpciones a las pruebas

6.-Cuotas de inscripciones a las pruebas

7.-Categarías y equivalencias

8.-Localización y accesos.

9.-Información técnica de las pruebas.

10.-Sistema de cronometraje

11.- Fabrica tu propio portamapas.

12.-Autocaravanas y suelo.

13.-Ceremonia de premiación

14.- INFORMACIÓN DE LOS RIESGOS DE LA ACTIVIDAD Y RECOMENDACIONES.-

15.-Jurado técnico

16.-Comité Organizador

BOLETÍN FINAL INFORMATIVO

1.- PRESENTACIÓN DE LAS PRUEBAS.-

El **sábado día 4 de octubre de 2025** se llevará a cabo el **CAMPEONATO DE ANDALUCÍA DE MTBO LARGA** en la **zona del PADÚL**, con un recorrido exigente, como exige la ocasión. Dicha prueba puntuará, también, para la Liga Veleta de MTBO.

Y el **domingo 5 de octubre** la Federación andaluza del deporte de orientación (FADO) y el Club Veleta de Orientación, con la colaboración del Excmo Ayuntamiento de LAS GABIAS, organizarán el **CAMPEONATO DE ANDALUCÍA DE DUATLÓN DE ORIENTACIÓN**, que se celebrará en los alrededores de la localidad de Las Gabias y en su centro urbano

Hemos querido aprovechar la realización de las pruebas de Liga Andaluza de MTBO en Granada para ofrecer una prueba combinada de modalidades, como es el **DUATLÓN DE ORIENTACIÓN**, que nos parece una prueba atractiva y exigente, tanto por el nivel físico, que conlleva al unir el esfuerzo físico de la MTBO y el de O-PIE, como por el nivel técnico que supone ajustarse a dos mapas tan distintos, uno rural y otro urbano; todo esto hará que el corredor deba adaptarse rápidamente al nuevo mapa para ganar o perder no sólo segundos sino incluso minutos.

Este tipo de prueba no está reglamentada, ni por la FEDO ni por la FADO, por lo que cada una de las modalidades se regirá por sus respectivos reglamentos en aquellos aspectos que sí estén regulados y en los que no estén reglamentados: categorías, transición, ranking, etc, se regirán por las normas que se establezcan en los boletines de la prueba, en base a la experiencia en otros duatlones y al sentido común.

El **Campeonato de Andalucía de Duatlón** constará de dos secciones:

- **Una primera en MTBO**, con una distancia media, que será además **la 4ª Prueba de la Liga Andaluza de MTB-O 2025**, que se desarrollará por el Suroeste-Oeste de la localidad de Las Gabias, una zona con infinidad de caminos que hará la delicia de los bici-orientadores.

- **La transición:** una vez terminada la prueba de MTBO se dejará la MTB, en un lugar habilitado para ello, para seguidamente dirigirse a la salida de la prueba de O-Pie, para iniciar su recorrido.

- **La segunda sección O-Pie**, con una distancia media, que se desarrollará por la parte urbana del municipio de Las Gabias y que será puntuable para la Liga Veleta O-Pie de Orientación,

La información contenida en este boletín y sus posibles modificaciones se reflejarán en la web:

https://www.oveleta.com/

2.- LUGAR DE CELEBRACIÓN: LAS GABIAS.

El municipio de Las Gabias incluye en su término municipal los pueblos de Gabia Grande, Gabia Chica y el anejo de Híjar, con una superficie de 39.06 Km2 y una altitud comprendida

entre los 600 y 800 mts.

Ubicación de Las Gabias en España

Ubicación de Las Gabias en la provincia de Granada

Situada al Sudoeste de Granada, a unos 7 kms de la capital, (cinco a partir de la construcción de la nueva carretera que la une con Granada a través de la Vega), limita al Norte con los municipios de Cúllar-Vega y Vegas del Genil; al Este, con el término municipal de Churriana de la Vega; al Sudeste con Alhendín; al Sur con La Malahá, y al Oeste, con los términos de Chimeneas y Santa Fé.

Integrado en la Comarca de la Vega, comparte con el resto de municipios que quedan aglutinados por la Depresión de Granada una serie de características naturales parecidas, una fisonomía paisajística y evolutiva análoga basada en la utilización de un mismo ecosistema, así como una dinámica demográfica y urbanística similar.

Actualmente, el municipio cuenta con más de 22.500 habitantes, encontrándose en continuo crecimiento y habiendo doblado su población en los últimos quince años. En épocas vacacionales, dado su carácter residencial y sus inmejorables urbanizaciones, su población aumenta hasta unos 24.000 habitantes aproximadamente. Con la progresión existente, se espera que puedan superar los 35.000 habitantes en menos de 10 años.

2.1.- HISTORIA DE LAS GABIAS.-

Para encontrar los primeros indicios de presencia humana en Las Gabias, hay que remontarse varios miles de años atrás, tal y como confirma la antigua Villa romana de Las Gabias. Con la dominación romana, la población se traslada a una zona cercana, donde se encuentra un importante asentamiento romano, del que se han descubierto las ruinas de un molino de aceite y algunas viviendas, pero lo único visible de la zona es un criptopórtico. Recientemente se han descubierto restos romanos en la pedanía de Híjar.

En época de dominación musulmana se denominaba Gaviar Alcobra al municipio. Según el historiador Almagro Cárdenas, la palabra Gabia proviene de *Gaviar*, que significa sitio abundante en hoyos, debido a que al parecer existía en este lugar una colonia ibérica destinada a explotar las canteras de yeso existentes en el cercano Montevive.

Parroquia de la Encarnación, en el centro de Gabia Grande

De la ocupación musulmana perdura el Torreón, una fortaleza árabe elevada en el centro de Gabia Grande. Históricamente el Torreón desempeñó un importante papel en la defensa de la ciudad de Granada hasta que en 1490 fue tomada por los cristianos. Ese mismo año el rey Fernando de Aragón mandó derribarla, aunque no se llegó a realizar.

La historia moderna de Las Gabias comienza con la Reconquista cristiana y la repoblación llevada a cabo por Felipe II, llegando pobladores de distintos puntos de la península. En el siglo XVII los historiadores, al mencionar a ambos lugares, se refieren a Gavia la Grande y Gavia la Chica, sustituyendo en el siglo XIX la v por la b, y pasando a la denominación definitiva de Gabia Grande —con su anejo de Híjar— y Gabia Chica como dos municipios independientes, sin que en ningún caso apareciera el nombre de Las Gabias.

Hasta el siglo XIX el pueblo pertenecía al Condado de Gavia y era uno de los pueblos más prósperos e importantes de la provincia, con la industria de los tejares en auge y el cultivo de lino, cáñamo y remolacha, hasta que se impuso el cultivo del tabaco a comienzos del siglo XX.

La formación definitiva del municipio de Las Gabias se produjo en 1973, con la fusión entre los antiguos municipios de Gabia Grande y Gabia Chica.

2.2.-MOMUMENTOS A VISITAR.-

2.2.1.- LA ERMITA DE LA VIRGEN DE LAS NIEVES.-

La ermita de la Virgen de las Nieves es una obra principal dentro del patrimonio artístico de Las Gabias. El edificio que se construyó entre los siglos XVI-XVIII, es de tipo basilical con planta de cruz latina.

En el **interior** destaca la gran cantidad de <u>frescos</u> que adornan el edificio. Los frescos representan principalmente ángeles o Putti de distintos tipos que llevan distintos símbolos que representan las letanías de la Virgen María: espejo de justicia, torre de marfil, estrella de la mañana… También hay un interesante grupo pictórico que representa distintos momentos de la Vida de la Virgen María, destacamos la Anunciación, la Visitación y la Inmaculada Concepción.

La **cúpula central** se encuentra realizada sobre tambor y pechinas. La cúpula también está decorada con frescos y esculturas de ángeles con símbolos de las letanías.

Las **esculturas** de la ermita también son muy interesantes. En la entrada del edificio se encuentran una Dolorosa y un Cristo atado a la columna. En el crucero están santa Lucía, san Cayetano, san Sebastián y san Antón.

El **retablo** es un retablo-camarín en el que encontramos en la parte central la Virgen de las Nieves y en la parte superior el Calvario de Jesucristo. En el Calvario están la Virgen María, San Juan Evangelista, Jesús crucificado, en la parte superior Dios Padre con la bola del mundo y en la parte de abajo la calavera que representa a Adán, en la iconografía cristiana.

El **Camarín** es una habitación de pequeñas dimensiones rodeada por pinturas y espejos que crean una luminosidad especial. Son muy significativos los paisajes dibujados en el que se muestran escenas del municipio en el siglo XVIII.

1.2.2.- La talla de la Virgen de las Nieves.-

La Virgen de las Nieves es una talla de madera que centra toda la construcción arquitectónica. La Virgen sigue la línea de la escuela granadina de escultura, se representa a María con el Niño Jesús en los brazos, ambos coronados.

La obra la realizó Bernabé de Gaviria en 1615 tal y como se detalla en el contrato de creación de la obra de 1614 y que está en el archivo del Colegio Notarial de Granada.[21]

Una escena de la historia de la Virgen de las Nieves de las Gabias que se muestra continuamente en los frescos de la ermita hace referencia a un milagro que cuentan que aconteció cuando un marinero que había visto esta escultura estando viviendo un naufragio se puso bajo la advocación de la Virgen, siendo el único de la tripulación que se salvó. Tras este suceso, volvió a Las Gabias y le regaló un manto a la Virgen de las Nieves.

2.2.3.- El Criptopórtico o antiguo Baptisterio romano (actualmente cerrado).

Túnel de acceso a la sala principal.

El **criptopórtico de Las Gabias**, anteriormente analizado como **baptisterio**, data del siglo IV, es una estructura subterránea situada en el municipio español de Las Gabias, provincia de Granada, que forma parte del conjunto arqueológico de la villa romana homónima, que contiene otras edificaciones aún sin excavar.

Aunque el yacimiento ya fue protegido como Monumento en 1931, **en 2004 fue inscrito como Bien de Interés Cultural** en la categoría de zona arqueológica.

El yacimiento fue **descubierto en 1920 por Francisco Serrano Rodríguez**, agricultor de Gabia Grande, labrando una finca en el paraje de la Matagrande del pago Viernes. Rodríguez halló lo que en principio creía que era una mina, resultando ser parte de lo que quedaba de un **criptopórtico romano único en España**. Realizó las primeras excavaciones por su cuenta, empleando para ello varios peones de la localidad. Al fallecer, la propiedad fue heredada por sus descendientes que se han hecho cargo de la custodia del monumento.

La primera excavación técnica fue realizada por **el arqueólogo Juan Cabré Aguiló, designado director de la excavación el 8 de mayo de 1921 con un presupuesto de 7.000 pesetas**, quien llegó al yacimiento un año más tarde y descubrió el mal estado en el que se encontraba. Los estudios publicados por Cabré fueron ratificados por el también arqueólogo Leopoldo Torres Balbás, quien en 1929 reconstruyó algunas partes del complejo para evitar los continuos saqueos que se estaban produciendo en el monumento. Para ello, reconstruyó las escaleras de acceso, la cúpula de las escaleras de caracol y la gran cúpula central con restos que se encontraban in situ (proceso denominado anastilosis). Según Cabré, estos restos pertenecieron a un posible «baptisterio bizantino», aunque en los años 1980 Manuel Capel Margarito declaró que las ruinas pertenecieron a una síntesis de capilla, baptisterio, mausoleo y vivienda del siglo V. No obstante, las últimas investigaciones apuntan a la funcionalidad de la estructura como criptopórtico del siglo IV.

El criptopórtico se popularizó debido a su aparición en dos ocasiones en la televisión nacional española. La primera ocasión, **en el programa *Crónicas marcianas* en 2002**, el reportero Javier Cárdenas realizaba una entrevista en tono de humor a las nietas del descubridor. Sin embargo, el reportaje de ***Callejeros* en 2006** tuvo mucha más repercusión y se convirtió en un fenómeno de internet.

3-ZONAS EMBARGADAS.-

Las siguientes zonas están embargadas desde el día de la publicación de este boletín hasta el final de las pruebas, para todos los participantes en esta competición.

4.-PROGRAMA.-

- **Viernes 3 de octubre:**
  - 21:00h: Apertura del suelo duro.

- **Sábado 4 de octubre: CA Larga distancia de MTBO de Liga Andaluza en el Padúl**
  - 09:00h: Apertura del centro de competición
  - 10:00h: Comienzo de la prueba: Salida del primer corredor
  - 11:30h: Cierre de la zona de salida
  - 14:30h: Cierre de meta

- **Domingo, 5 de octubre:**
  - **CA DUATLÓN de orientación en Las Gabias y media distancia de MTBO de Liga Andaluza:**
    - 08:30h: Apertura del centro de competición.
    - 08:45h: Apertura del PARKING VIGILADO DE MTBO.
    - 09:15h: Se podrá recoger el dorsal en CC de MTBO.
    - 10:00h: Salida en masa de MTBO para los duatletas y media distancia de MTBO.
    - 12:45h: Cierre de la zona de meta para MTBO, tanto para los duatletas como para los que participan para la Liga Andaluza de MTBO.
    - 13:30h: Cierre de la zona de meta de O-Pie para los duatletas.
    - 13:30h: Entrega de trofeos de los CA,s de Duatlón de orientación y de MTBO en su modalidad de larga distancia.
  - **Urbana O-Pie de la LVOP**
    - 08:30h: Apertura del centro de competición.
    - 10:15h: Salida del primer corredor de O-Pie urbana LVOP y Locales
    - 12:00h: Salida último corredor de O-Pie urbana LVOP y Locales
    - 13:30h: Cierre de la zona de meta de O-Pie urbana LVOP y Locales

5.- INSCRIPCIONES A LAS PRUEBAS.

a) Plazos de inscripción:

Se podrán realizar las inscripciones a partir del día 15 de julio tanto al Duatlón-O como a las pruebas de Liga andaluza de MTBO y hasta el sábado día **27 de septiembre a las 23h 59m**.

A la hora de inscribirse puede haber **VARIAS POSIBILIDADES**:

1ª.-En el caso de querer inscribirse en las **DOS o en UNA sola prueba de MTBO** de la Liga Andaluza, deberá inscribirse en las dos pruebas por separado o en una sola de ellas. **NO inscribirse en DUATLÓN**

2ª.-En caso de querer inscribirse en las dos pruebas de MTBO de la Liga Andaluza y competir, también, en el Duatlón, tendrá que **inscribirse en la prueba de Larga distancia de MTBO y en el Duatlón. NO inscribirse en la media de MTBO**, ya que ésta está incluida en el Duatlón.

3ª.-En el caso de que **SÓLO quiera competir en el Duatlón**, se inscribirá en la modalidad de Duatlón, aunque la carrera de media distancia de MTBO del Duatlón es puntuable para la Liga Andaluza de MTBO y la carrera de O-Pie es puntuable para la Liga Veleta de Orientación.

Éstas posibilidades se realizará **EXCLUSIVAMENTE** a través de la página web de la FEDO en inscripciones **SICO.FEDO.ORG** o en el siguiente enlace:

INSCRIPCIONES DUATLÓN-O Y PRUEBAS DE L.A. DE MTBO

Los NO FEDERADOS deberán realizar la inscripción de igual forma, a través del enlace anterior, pero deberán poner **EN OBSERVACIONES**: **Nº del DNI y fecha de nacimiento** para poder gestionarles el seguro de la prueba.

4ª.-Para la inscripción en la prueba puntuable **SÓLO de la Liga del Club Veleta de O-Pie** se realizará a través de la página web del Club Veleta o en el siguiente enlace:

INSCRIPCIONES O-PIE URBANA EN LA LAS GABIAS

b) Seguro de competición.

Los corredores federados con licencia en vigor serán atendidos conforme a las condiciones del seguro contratado por la federación española de orientación. La organización tramitará un seguro de accidentes para quienes no dispongan de Licencia Federativa en vigor; para ello seguir las indicaciones para los NO FEDERADOS.

6.- CUOTAS DE INSCRIPCIÓN.-

A) Las cuotas para cada una de **las pruebas de MTBO** serán las siguientes:

CATEGORIAS		CON LICENCIA	SIN LICENCIA	EXTRANJEROS
Precios en euros		€	€	€
Oficial	M/F<20	7	9	9
	M/F>20	12	14	14
NO oficial	ABS. Pareja*	7	7	9
	Inicación Parejas*	7	7	9
	Promoción	7	7	9
	EBIKE	7	7	9
Aquiler de pinza		3€ por día/ 5 € por ambos días		
Suelo duro		2 € por día		
Alquiler de portamapas		3€ un día/ 5€ dos días		

(*) Precios por corredor. Se han de inscribir todos los miembros del equipo.

B) Las cuotas para la **prueba de CA de DUATLÓN-O**, incluye la prueba de MTBO media distancia para la Liga Andaluza de MTBO, serán las siguientes:

CATEGORIAS		CON LICENCIA	SIN LICENCIA	EXTRANJEROS
Precios en euros		€	€	€
Oficial	M/F<20	12	14	14
	M/F>20	17	19	19
NO oficial	Open Amarillo	12	14	14
	Open Naranja	12	14	14
	Open Rojo	14	19	19
Alquiler de pinza		3€ por día/ 5 € por ambos días		
Suelo duro		2 € por día		
Alquiler portamapas		3€ el día		

(*) Precios por corredor. Se han de inscribir todos los miembros del equipo.

7.- CATEGORÍAS Y EQUIVALENCIAS.-

A) Las categorías para las pruebas de MTBO son las reglamentadas en la normativa de 2025 de la Liga Andaluza de MTB-O:

Bloque	Categoría	Rango de edad
Sub-20	M/F-12	Cumplen 12 años o menos en 2025
	M/F-15	Cumplen 15 años o menos en 2025
	M/F-17	Cumplen 17 años o menos en 2025
	M/F-20	Cumplen 20 años o menos en 2025
Senior	M/F-21 Elite	Categoría absoluta. Sin límite de edad
	M/F-21 B	Sin límite de edad
Veteranos	M/F-40	Cumplen 40 años o menos en 2025
	M/F-50	Cumplen 50 años o menos en 2025
	M/F-60	Cumplen 60 años o menos en 2025
No puntuables	Promoción	Sin límite edad
	Iniciación Parejas	Orientada a familias de 2 a 5 pers.
	Absoluta Parejas	2 personas sin límite edad
	eBike	Para mayores con eBike

B) Las categorías para las pruebas del CA de DUATLÓN-O.

Las **categorías oficiales** serán las mismas que las indicadas para las pruebas de MTBO, **las categorías no oficiales de MTBO,** promoción, iniciación, parejas y ebike no existen, aunque se puede optar por categorías Open de las pruebas de O-Pie:

Bloque	Categoría	Rango de edad
Sub-20	M/F-12	Cumplen 12 años o menos en 2025
	M/F-15	Cumplen 15 años o menos en 2025
	M/F-17	Cumplen 17 años o menos en 2025
	M/F-20	Cumplen 20 años o menos en 2025
Senior	M/F-21 Elite	Categoría absoluta. Sin límite de edad
	M/F-21 B	Sin límite de edad
Veteranos	M/F-40	Cumplen 40 años o menos en 2025
	M/F-50	Cumplen 50 años o menos en 2025
	M/F-60	Cumplen 60 años o menos en 2025
No Puntuables	OPEN AMARILLO	Iniciación hasta 14 años
	OPEN NARANJA	Iniciación adultos, cualquier edad
	OPEN ROJO	Adultos con experiencia, cualquier edad

Al tratarse el **CAMPEONATO DE ANDALUCÍA**, tanto de **MTBO DISTANCIA LARGA**, como de **DUATLÓN DE ORIENTACIÓN**, se permite la participación de cualquier orientador, español o extranjero, sin embargo, y según la normativa de la FADO, al **TÍTULO DE CAMPEÓN y CAMPEONA DE ANDALUCÍA sólo podrán optar aquellos corredores:**

a) **NACIONALES**: que posean licencia de temporada con un club miembro de la FADO y estén en posesión de la correspondiente licencia (la licencia de la prueba no es válida a estos efectos),

b) **EXTRANJEROS**: que tengan la residencia en España y licencia FEDO en club perteneciente a la FADO.

Asímismo, la categoría M/F-21 B no tendrá derecho al título de Campeón y Campeona de Andalucía, así como las categorías OPEN.

C) **Las equivalencias de las categorías para las pruebas de MTBO** de Liga Andaluza con las de la Liga Veleta MTBO serán, según la normativa del Club Veleta, las siguientes:

Bloque	Liga Andaluza	Liga Veleta
Sub-20	M/F-15	M/F 20
	M/F-17	
	M/F-20	
Senior	M/F-21 Elite	M/F-21 Elite y M/F- 40
	M/F-21 B	M/F-21 B
Veteranos	M/F-50	M/F 50
	M/F-60	
No puntuables	**Promoción**	**Open**
	Iniciación Parejas	**Parejas**
	Absoluta Parejas	
	eBike	**E-Bike**

D) **Las equivalencias de las categorías para la prueba de O-Pie** del Duatlón con las de la Liga Veleta de O-Pie serán:

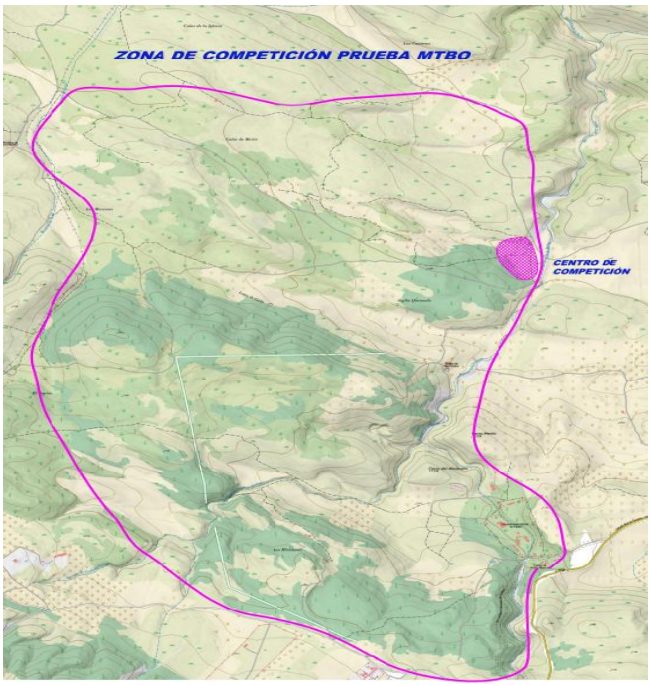
Bloque	Liga Andaluza	Liga Veleta
Sub-20	M/F-12	M/F- Alevín, M/F-Benjamín
	M/F-15	M/F-Infantil
	M/F-17	M/F- SUB 21
	M/F-20	M/F-21B
Senior	M/F-21 Elite	M/F-21 Elite
	M/F-21 B	M/F-21 B
Veteranos	M/F-40	M/F-35
	M/F-50	M/F-50
	M/F-60	M/F-60
No Oficiales	OPEN AMARILLO	Open Amarillo
	OPEN NARANJA	Open Naranja
	OPEN ROJO	M/F-SUB 21

8.-LOCALIZACIÓN Y ACCESOS.-

A) Centro de Competición CA de MTBO larga en el Padúl.-

Tomar salida 144 de la A-44 Padul y Otivar dirección Motril.

El centro de competición se ubica tomando el carril de tierra en km 9 de la A-4050, el lugar exacto estará señalizado



B) Centros de Competición del DUATLÓN en LAS GABIAS

Centro de Competición del Duatlón y salida de la Media MTBO: Centro de Competición MTBO

Centro de Competeción O-Pie y Zona de Transición: Centro Competición O-Pie

9.-INFORMACIÓN TÉCNICA DE LAS PRUEBAS.-

PRUEBA CA DE MTB-O DE LARGA DISTANCIA

1.- Análisis del Mapa y el Terreno

- **Mapa y Normativa:** El mapa de la competición ha sido creado por Antonio Jiménez Martín y revisado por Paloma Rodríguez, y se basa en la normativa internacional **ISMTBOM 2022**. Esto significa que los símbolos y la leyenda del mapa siguen un estándar global, lo que garantiza su precisión y fiabilidad. La revisión reciente de Paloma Rodríguez ha simplificado la información, haciendo el mapa más adecuado para la competición y más fácil de leer en carrera.
- **Leyenda de Zonas Ciclables:** La leyenda es un elemento crucial. Debes familiarizarte con los símbolos de las **zonas ciclables** para poder interpretar correctamente el mapa y planificar tu ruta de manera eficiente.
- **Terreno Variado:** El recorrido combina diferentes tipos de terreno, desde zonas de **monte con encinas y pinos** hasta **terrenos de cultivo**. La prueba se desarrollará a través de una variada red de caminos y senderos.
- **Dificultad y Velocidad:** El trazado incluye tanto áreas **técnicas** con un menor grado de ciclabilidad como zonas donde se puede rodar **muy rápido**. Será esencial que evalúes estas características para elegir la mejor ruta entre los controles.

2.- Comentarios del Trazador

- **Lectura Detallada del Mapa:** El trazador enfatiza la importancia de leer el mapa con atención. Hay tramos con **dificultad técnica** debido a la presencia de **piedras y torrenteras**, así como **subidas y bajadas cortas pero pronunciadas**. Una buena lectura previa del mapa te permitirá anticipar estos desafíos y tomar decisiones de ruta inteligentes.
- **Nuevos Elementos en el Mapa:** Existe una zona con **postes de electricidad** de reciente implantación. Aunque aún no tienen cableado, las rodadas de la maquinaria están reflejadas en el mapa. Hay que tener en cuenta que podría haber alguna rodada pequeña no reflejada.
- **Decisiones Continuas de Ruta:** La prueba ha sido diseñada para obligarte a tomar **continuas decisiones de ruta**, lo que exige que te mantengas muy atento durante toda la carrera. Esto convierte la navegación en un elemento central de la competición.
- **Zona del Antiguo Campamento Militar:** Las categorías **R1 y R2** pasarán por un antiguo campamento militar. Es crucial que respetes la norma de **no entrar en las construcciones** dentro del campamento. El club no se hace responsable de los problemas que puedan surgir por el incumplimiento de esta norma, por lo que la responsabilidad es enteramente tuya.

¡Esperamos que disfrutes de la competición!

3.- DISTANCIAS Y DESNIVELES

Recorrido	Categorías	Nº Balizas	Distancia	Desnivel	Escala	Formato
R1	M-21 ELITE	19	26	445	1:15000	B5 (250x353)
R2	M-40, M-20, F-21 ELITE, ABS. PAREJAS	17	24	400	1:15000	B5 (250x353)
R3	M-50, M-21B, F-40, F-20	13	18,5	335	1:10000	A3 (297x420)
R4	M-60, M-17, F-21B, Ebike	10	14	205	1:10000	A3 (297x420)
R5	M-15, F-17, F-50	10	11,5	180	1:10000	A3 (297x420)
R6	F-60, F-15, PROMO	10	9,7	105	1:10000	B5 (353x250)
R7	M-12, F-12, INI-EQUIPOS	12	7,2	90	1:10000	B5 (353x250)

PRUEBA L.A. DE MTB-O DE MEDIA DISTANCIA

1.- CARRERA MEDIA DE LIGA ANDALUZA DE MTB-O.

Estará incluida en la primera etapa del Duatlón. Debido a las características de esta prueba tendrá una distancia y tiempo más largo de lo habitual para una media distancia, acercándose a los tiempos de una larga sobretodo en recorridos más exigentes que deberán cruzar la carretera que atraviesa el mapa. La salida la realizaremos EN MASA.

Los participantes que sólo deseen participar en esta carrera y no quieran realizar la carrera O-Pie, Y POR LO TANTO NO REALIZA EL DUATLÓN tomarán parte de la salida en masa de la primera etapa del duatlón, finalizando su carrera cuando atraviesen el arco de meta.

La salida estará ubicada en el Complejo Deportivo Municipal de Las Gabias, **debiendo estar en la zona 10 minutos antes de la hora de salida,** en la que se irá llamando a los participantes**.**

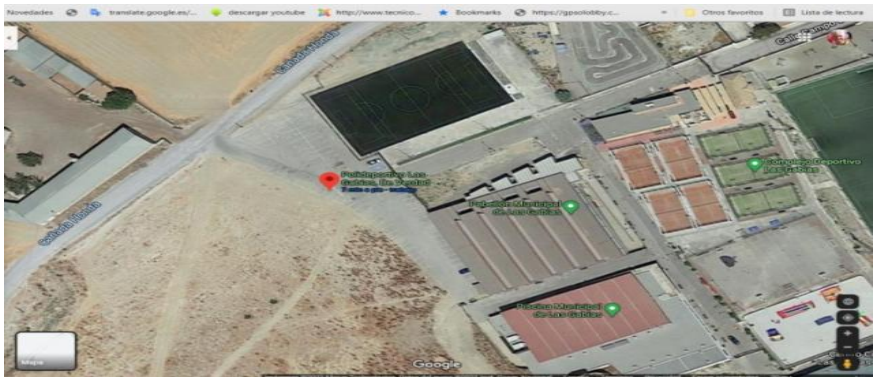
Las salidas de realizarán en dos tandas, la primera a las 10 h para las categorías de los recorridos R1, R3 , R5 y la segunda a las 10 h.15 m. con los recorridos R2, R4, R6 y R7.

Hay que tener en cuenta que 10 minutos antes de la salida se llamará a los participantes para ubicarlos en su lugar de salida y proporcionarles el mapa, que estará enrollado con una goma. Solo se podrá abrir y colocar en el portamapas un minuto antes de la salida.

Posteriormente al finalizar su carrera, descargarán su pinza en el centro de competición de o-pie, ubicado en la plaza del ayuntamiento.

Ubicación el Complejo Deportivo Municipal de Las Gabias.

.



ttps://maps.app.goo.gl/WxpyGL452cAvkMBB8

Zona de aparcamiento:

Además de las zonas libres del parking del complejo municipal también tenemos otra zona muy próxima ubicada en la C/ campo santo.

https://goo.gl/maps/vKGo7GWzhz82juvs5

B) DISTANCIAS Y DESNIVELES DE LA MTBO MEDIA/LARGA .-

LIGA ANDALUZA MEDIA DISTANCIA "Las Gabias"						
RECORRIDO	CATEGORÍAS	Nº Controles	Distancia	Desnivel +	Escala	Mapa
R1	ME	27	25,2 Km.	400 m.	1:15	A3·(297x420)
R2	FE-M40-M20-ABS. PAR.	24	21,9 km.	340 m.	1:15	A3·(297x420)
R3	F40-F20-M50-M21B	23	21,3 km.	330 m.	1:15	A3·(297x420)
R4	F21B-M60-M17-eBIKE	14	16 km.	230 m.	1:15	B5 (353x250)
R5	F50-F17-M15	13	12 Km.	210 m.	1:15	B5 (353x250)
R6	F60-F15-PROMO	12	9,3 km.	168 m.	1:10	B5 (250x353)
R7	M/F12-INI EQUIPOS	14	7,4 Km.	88 m.	1: 10	B5 (250x353)

PRUEBA DE DUATLÓN (Media de MTB-O y O-Pie urbana)

ESTRUCTURA DE LA PRUEBA.-

1.- PREVIO AL COMIENZO DE LA PRUEBA DE DUATLÓN.-

1.a.- CONTABILIZACIÓN DEL TIEMPO DEL DUATLÓN.-

El tiempo de la prueba de Duatlón será la suma de los tiempos invertidos en cada una de las etapas de MTBO y de O-Pie y se le añadirá los minutos de penalización, en caso de excederse de los quince minutos concedidos para realizar la transición (se explica en el apartado de la Transición).

Ejemplo: tiempo en el recorrido en la MBTO: 01:15:30 y tiempo en la de O-Pie: 00:28:25, tiempo total invertido en el Duatlón: 01:43:55; si no ha tenido penalización éste será el tiempo definitivo, si tiene 2 minutos de penalización su tiempo definitivo será 01:45:55.

1.b.-PARKING VIGILADO DE MTBO.-

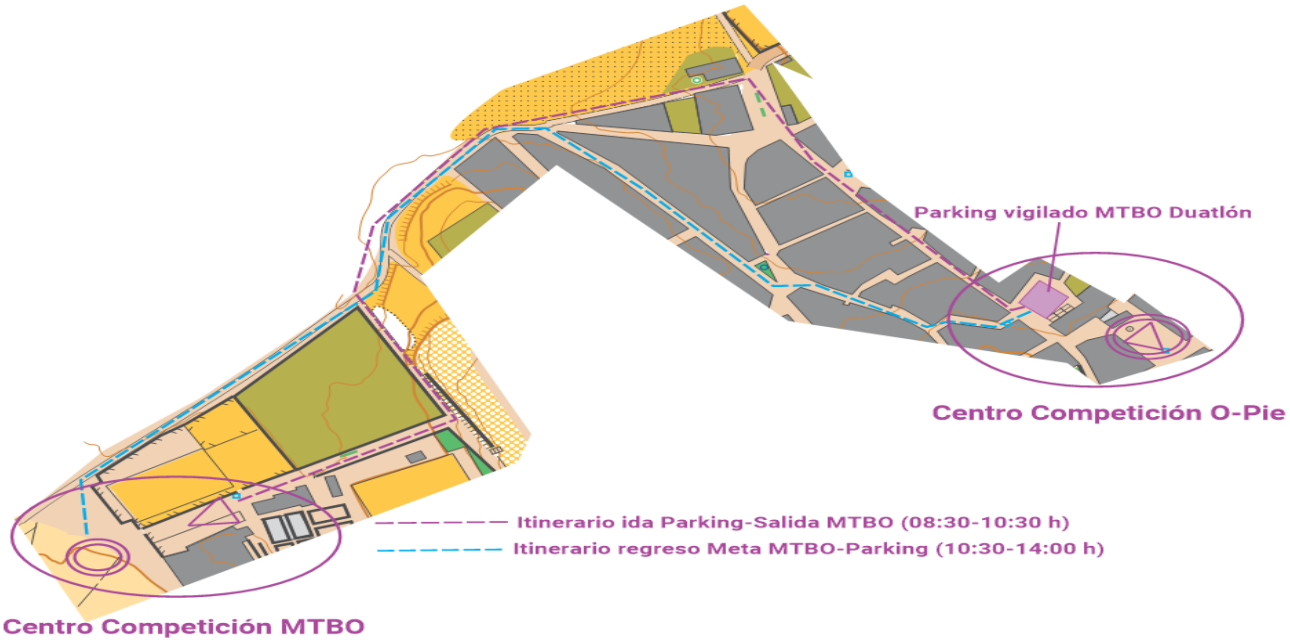
Antes de dirigirse a tomar salida del Duatlón en el Polideportivo, los duatletas podrán dejar sus materiales: zapatillas de correr, mochilas, etc en el **PARKING VIGILADO DE MTBO** que la organización tendrá preparado en la Plaza del Ayuntamiento. A partir de las 08:45h. Habrá unas cajas con el número de dorsal de cada uno, así que preocúpate se saber qué dorsal te corresponde.

El objeto es facilitar que tras la carrera de MTBO, y previo al comienzo de la carrera O-Pie, los duatletas puedan cambiarse de zapatillas y puedan dejar los materiales (casco, zapatillas, guantes,..) usados en la etapa de MTBO y que no utilicen en la de O-Pie.

1.c.- ITINERARIO A LA SALIDA.-

El itinerario desde el parking de MTBO a la zona de salida de la etapa de MTBO estará balizado con cintas, ver mapa más abajo. Se tarda alrededor de unos 5 minutos en bicicleta en realizar el recorrido.

Igualmente, el regreso de meta de la MTBO al parking, también, estará balizado. Se tarda alrededor de unos 3 minutos en el recorrido.



1.d.- RECOGIDA DE DORSALES.-

En la zona de salida de MTBO a los duatletas se les proporcionará un dorsal de carrera, para identificar quién de los participantes está realizado el Duatlón de aquellos que sólo estén realizando la prueba de O-Pie. También cumplirá otra misión: la de controlar el tiempo de salida en la etapa de O-Pie. Esto se explica en la parte de la TRANSICIÓN.

Es CONVENIENTE que los duatletas lleguen con tiempo suficiente (antes de las 09:40 h) a la zona de salida de MTBO, en el Polideportivo, por el itinerario indicado arriba.

2.- CARRERA MTBO DE DUATLÓN Y MEDIA DE LA LIGA ANDALUZA

2.1.- La CARRERA DE MTB-O como ya te hemos comentado anteriormente será valedera para la liga andaluza, tendrá un recorrido de distancia media, acercándose a tiempos de larga, con SALIDA EN MASA.

2.2.- ¡La carrera empieza!

La salida es **en masa**, todos a la vez, desde el complejo deportivo y hay dos tandas:

- **Primera salida (10:00h):** Para los recorridos R1, R3, R5. (M élite, F40, F20, M50, M21B, F50, F17, M15)
- **Segunda salida (10:15h):** Para los recorridos R2, R4, R6, R7. (F élite, M40, M20, ABS. PAR, F60, F15, PROMO, M/F12, INI EQUIPOS, OPEN)
- **Se llamará a los participantes 10 minutos antes de cada salida.**

Recuerda que te darán el mapa enrollado con una goma y solo podrás abrirlo y colocarlo en el portamapas **un minuto antes** de la salida.

.2.3.- ¡Este es tu mapa de MTBO!

El **mapa de orientación** que vas a usar, creado por Antonio Jiménez en 2019 y actualizado por Paloma Rodríguez en 2025. Está hecho para que te lo pases en grande.

El terreno: Prepárate para todo. En la zona norte hay una zona **semiurbana** en el barrio de San Javier el resto del mapa está lleno de **campos de cultivo y zonas abiertas**. Deberás ciclar siempre por caminos aunque también lo puedes hacer por **líneas naranjas intensas** que atraviesan algunas zonas de cultivo, algunos tramos estarán señalizados con cintas.

Y si te gustan los desafíos, en la zona sur en la que se sitúan unas minas abandonadas son tu sitio. Lo hemos preparado para los recorridos más exigentes.

Las reglas del juego: Solo puedes circular por los caminos y carreteras que salen en el mapa. Si ves zonas en **naranja intenso**, ¡adelante, también se puede pedalear por ahí!

Ojo con la carretera: Una carretera cruza el mapa, pero está **prohibido ir por ella**. Solo la puedes cruzar por los puntos señalizados. Es tu responsabilidad frenar y ceder el paso a los coches. Pero no te preocupes, en los cruces más complicados habrá alguien de la organización para echarte una mano.

Las **líneas de alta tensión** no estarán representadas en el mapa.

Si tienes dudas, en el siguiente cuadro encontrarás todos los símbolos por los que puedes circular.

2.4.- El plan de la carrera:

En todas las categorías empezamos con un tramo lineal súper rápido que nos llevará hasta una zona con balizas de orden aleatorio, para que salgas con todo desde el principio. Los primeros puntos están en pistas anchas en zonas semiurbanas ¡así que a tomar decisiones volando! Este inicio no es solo para calentar, es tu oportunidad de tomar la delantera y ganar algo de tiempo, porque los siguientes tramos van a requerir más atención. Es un sprint mental y físico para las primeras balizas.

Cuando hayas terminado todas las balizas aleatorias, sin olvidar de picar ninguna de ellas, debes seguir realizando en orden lineal las siguientes, la cosa se pone más interesante. El camino se hace más técnico y toca ir con mil ojos, donde los caminos no son tan obvios. Tienes que ir a un ritmo que te permita leer el mapa sin dudar y evitar errores tontos que te hagan perder minutos valiosos.

En los recorridos más exigentes hay otro tramo con balizas de orden aleatorio, es la parte más dura: con subidas empinadas y técnicas que te harán sudar y donde realmente se pondrá a prueba tu resistencia y habilidad. Es un tramo de pura fuerza de piernas y mental, ¡así que prepárate para darlo todo!.

Después de esa prueba, te espera un descenso final muy rápido y técnico hacia la meta. Esos últimos puntos son clave para no perder tiempo, porque la fatiga ya estará haciendo de las suyas, y una pequeña distracción podría costarte el pódium. ¡Tienes que mantenerte enfocado hasta el final!

La estrategia para arrasar:

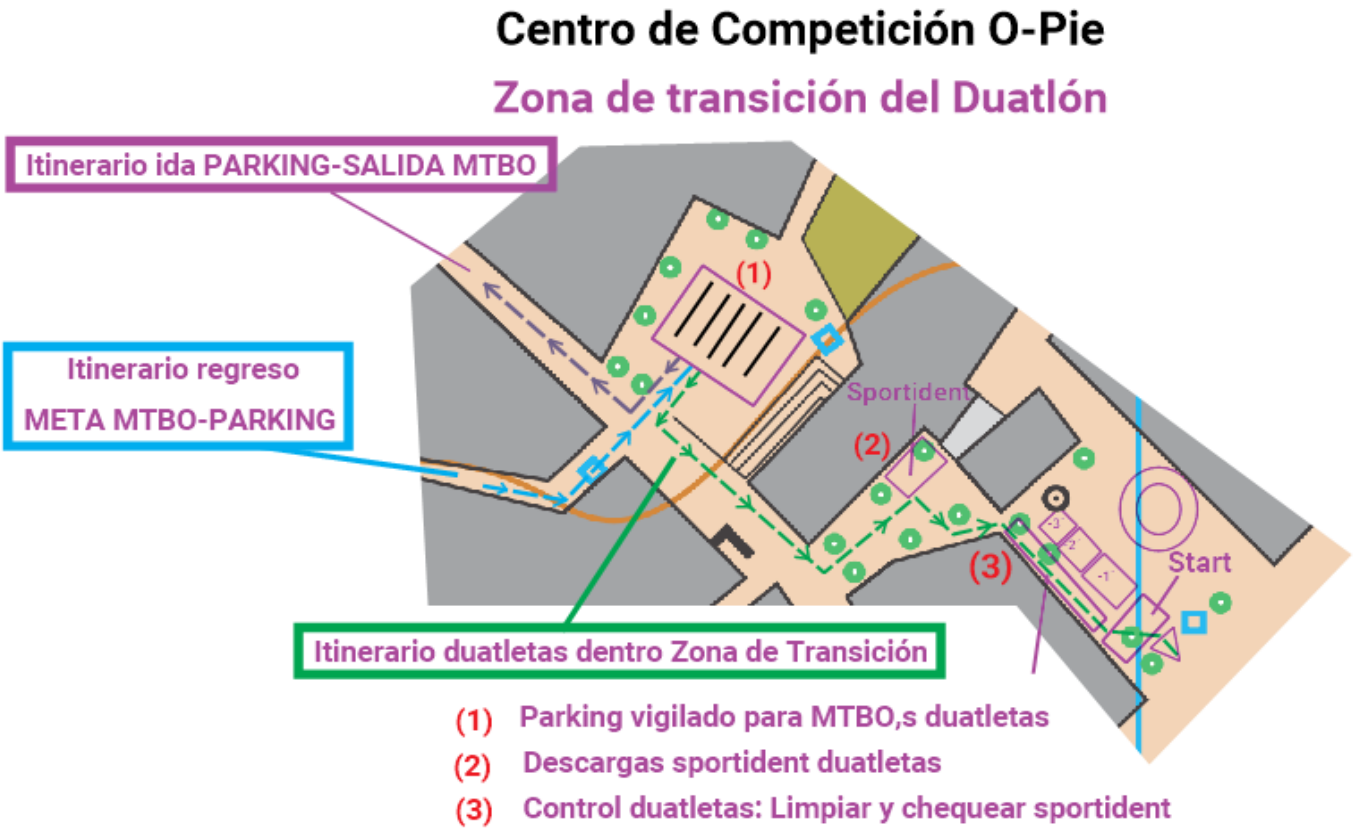
La clave está en cómo usas tu tiempo. Sé agresivo al principio para ganar ventaja. Cuando la carrera se ponga técnica, ¡no tengas miedo de ir un poco más despacio para leer bien el mapa! Un error de navegación te costará mucho más que unos segundos de velocidad. En los recorridos de más nivel el segundo tramo de orden aleatorio es decisivo, así que elige bien tu camino. Y el último descenso, ¡rápido pero sin locuras! Hay que asegurar esos últimos puntos. ¡A por todas!

Cuando termines la primera etapa en bicicleta, pasarás por la línea de meta. Si tienes una pinza **Air**, tu tiempo se parará automáticamente. Si tienes una tradicional, tendrás que picar manualmente la baliza de meta.

3.- LA TRANSICIÓN DE LA ETAPA MTBO A LA DE O-Pie.-

La transición se denomina a los pasos a realizar desde la LLEGADA a meta de la etapa de MTBO hasta el PUNTO DE CONTROL donde se toma la SALIDA de la etapa de O-Pie. En esta transición los duatletas tendrán preferencia ante cualquier otro orientador, ya sea de Liga Veleta o de Locales.

Los duatlelas tendrán QUINCE MINUTOS (15 minutos) para realizar dicha transición. Este tiempo es suficiente, teniendo en cuenta que desde la meta de MTBO a la zona del Parking de MTBO se tardan unos tres minutos (3´) y de la zona del Parking a la salida de O-Pie un minuto (1´), por lo que el duatleta tendrá once minutos (11´) para hacer su cambio de zapatillas, dejar su material, descargar y llegar al control del Duatlón para la salida. En todo este proceso **el duatleta tendrá PRIORIDAD en la Zona de O-Pie**, con un pasillo exclusivo para ellos.



¿Cómo se controlan los 15 minutos de la transición?

Después de picar la meta de la MTBO un responsable de la organización comprobará la hora y el minuto (descartando los segundos) de llegada del duatleta. A ese tiempo, el responsable, le sumará los QUINCE MINUTOS (15´) de la transición y, una vez parado el duatleta, en un punto fijado, se le anotará ese tiempo en su dorsal. **Dicho tiempo será la hora máxima de llegada al PUNTO DE CONTROL de salida O-Pie, señalado en el croquis, desde donde el duatleta comienza el proceso de salida de su recorrido de O-Pie**. **Si llega más tarde tendrá penalización; cuantificada en los minutos que exceda de su tiempo máximo de llegada al Punto de Control**.

Ejemplo: si el duatleta termina el recorrido de la MTBO a las 11:23:30, en el espacio correspondiente del dorsal que pone **TIEMPO MÁXIMO LLEGADA PUNTO DE CONTROL O-Pie**, el responsable le sumará a los minutos de su tiempo de llegada los quince minutos (15´) concedidos para la transición y los anotará en el dorsal, esto es, le anotará las 11:38.

Ésta –las 11:38- **es la hora máxima que tiene el duatleta para llegar al PUNTO DE CONTROL de salida de la etapa de O-Pie**.

De forma que si el duatleta llega antes o a las 11:38, éste estará dentro del tiempo concedido y no tendrá pealización. Sin embargo, si supera esa hora y llega a las 11:40, dos minutos (2¨) más tarde, el controlador tomará nota para que al final de la prueba se le sume al duatleta DOS MINUTOS (2´) de penalización al total de su tiempo, para obtener su tiempo total definitivo.

Punto de Control de Duatletas.-

En el punto de control, como se ha dicho antes, el controlador comprobará que el duatleta llega en el tiempo establecido, en caso contrario se anotará los minutos de penalización.

A continuación, ver croquis anterior, el duatleta limpiará y chequeará su tarjeta de sportident, y por el pasillo exclusivo para ellos, se dirigirá a la zona de los mapas, donde cogerá y comprobará el mapa que corresponda a su categoría y a continuación picará la base Start para comenzar su recorrido O-Pie, sin esperar a que nadie le dé la orden de salida.

4.- La CARRERA DE ETAPA DE O-Pie.

La etapa de O-Pie consistirá en una carrera urbana en línea con una distancia media. Esta sección es valedera también para la Liga Veleta O-Pie 2025.

Esta sección contará con una Base Star, tanto para los duatletas como para los participantes en la prueba de la Liga Veleta.

4.a.- EL MAPA:

El mapa urbano de Las Gabias data de 2012, realizado por Antonio Jiménez. Se han realizado algunas revisiones a lo largo de estos años, siendo la última de junio 2025. La zona urbana de la población es típica de los pueblos de la Vega de Granada, que ha experimentado un gran crecimiento urbanístico en los últimos 30 años. Por ello, hay que distinguir la zona del centro urbano, con calles más sinuosas, de la zona periférica en la que las calles forman un plano reticular.

Es una población construida en un ladera, por lo que nos encontraremos con pendientes suaves a moderadas. Debido a las obras que se está realizando para la llegada del Metropolitano a Las Gabias, el mapa tiene una zona, muy amplia, acotada como área o zona prohibida, señalada con el **símbolo 709**.

El casco urbano de Las Gabias está atravesado, de Nordeste a Suroeste, por la carretera A-338, una vía con muchas circulación de vehículos, es por ello que está **PROHIBIDO ATRAVESAR LA CARRETERA**, marcada con el **símbolo 709**, de área prohibida, **SALVO EN LOS PUNTOS DE PASO OPCIONALES SEÑALADOS EN EL MAPA.**

4.b.- TRAZADO DE LA PRUEBA:

Aunque, normalmente, las zonas urbanas se utilizan para realizar pruebas de sprint, en este caso se ha diseñado un trazado de carrera media, para que esté en torno a los 30´-35´.

Los trazados de la prueba han venido supeditados tanto por las obras del Metropolitano como por la carretera que cruza la población, sólo las categorías más altas tendrán que atravesar la carretera por los puntos obligados señalados a tal efecto, éstos serán pasos de peatones. **¡PRECAUCIÓN EN LOS PASOS OPCIONALES!**

Debido a la configuración urbanística de Las Gabias se han combinado tramos cortos con tramos más largos buscando en cada uno de ellos que el corredor no se desentienda del plano y sólo se dedique a correr, sino que tenga que ir pendiente del mapa para no despistarse y escoger la mejor ruta posible.

A pesar de que el desnivel acumulado no es alto la carrera será exigente físicamente. Se mezclan, a lo largo de la carrera, subidas moderadas con partes llanas y con bajadas también moderadas y suaves, por lo que habrá que regularse muy bien desde el inicio para no llegar exhausto al final de la carrera.

¡¡IMPORTANTE!! Como es normal en las pruebas urbanas el tráfico no estará cortado por lo que pedimos a todos los corredores que tengan MUCHA PRECAUCIÓN en el recorrido de O-Pie y sobre todo a los participantes que tengan que atravesar pasos opcionales que hay señalados en el mapa.

B) DISTANCIAS Y DESNIVELES DEL DUATLÓN.-

CAMPEONATO ANDALUCÍA DUATLÓN "Las Gabias" Sección MTBO						
RECORRIDO	CATEGORÍAS	Nº Controles	Distancia	Desnivel +	Escala	Mapa
R1	ME	27	25,2 Km.	400 m.	1:15	A3·(297x420)
R2	FE-M40-M20-ABS. PAR.	24	21,9 km.	340 m.	1:15	A3·(297x420)
R3	F40-F20-M50-M21B	23	21,3 km.	330 m.	1:15	A3·(297x420)
R4	F21B-M60-M17-eBIKE-OPEN ROJO	14	16 km.	230 m.	1:15	B5 (353x250)
R5	F50-F17-M15	13	12 Km.	210 m.	1:15	B5 (353x250)

R6	F60-F15-OPEN NARANJA	12	9,3 km.	168 m.	1:10	B5 (250x353)
R7	M/F12-OPEN AMARILLO	14	7,4 Km.	88 m.	1: 10	B5 (250x353)

CAMPEONATO ANDALUCÍA DUATLÓN "Las Gabias"						
SECCIÓN O-Pie						
RECORRIDO	**CATEGORÍAS**		**Distancia (Km)**	**Desnivel**	**Controles**	**Escala**
	DUATLÓN	**LIGA VELETA**				
R1	ME	ME	4,1	75	29	E: 1/4000
R2	FE-M40-M20	FE M35	3,6	70	27	E: 1/4000
R3	F40-F20-M50-M21B	F35-M50-M21B	3,5	70	24	E: 1/4000
R4	M60-F21B-M17- OPEN ROJO	M60-F21B-MSub21	2,7	65	19	E: 1/4000
R5	F50-F17-M15	F50 FSub21	2,6	55	18	E: 1/4000
R6	F60-F15-OPEN NARANJA	F60 OPEN NARANJA	2,3	50	16	E: 1/4000
R7	M/F12-OPEN AMARILLO	INFANTIL F/M OPEN AMARILLO	1,9	40	14	E: 1/4000
R8	-	ALEVÍN M/F	1,3	25	10	E: 1/4000
R9	-	BEJAMÍN M/F	1,2	25	8	E:1/4000

MAPAS ANTIGUOS DE LAS ZONAS DE COMPETICIÓN

C) Reglamentos aplicables:

Se aplicarán los reglamentos oficiales de la IOF (Federación Internacional de Orientación), el reglamento general de la FEDO y los reglamentos FADO de las modalidades O-PIE y MTB-O.

Al ser el DUATLÓN-O una prueba combinada por dos modalidades del deporte de orientación, la modalidad O-Pie y la de MTBO, y al no estar reglada por ninguna federación, ni por la IOF, ni por la FEDO, ni por la FADO se regirá por los reglamentos de O-Pie Y MTBO en aquello propio de cada modalidad, pero aquellos aspectos que no estén reglamentados, porque sean propios del Duatlón como: la transición, categorías, clasificación,… se regirán por lo estipulado en este boletín en base a la experiencia en pruebas similares y al sentido común.

El uso del casco reglamentario en la sección de bicicleta es OBLIGATORIO para todos los corredores.

10.-SISTEMA DE CRONOMETRAJE.-

Se utilizará el sistema Sportident en todas las categorías y secciones**. Los corredores que no posean pinza electrónica podrán alquilarla por 3 euros al día, con una fianza de 50 euros o dejando el DNI en la secretaría**. A quien no refleje el número de pinza electrónica al realizar la inscripción, la organización le asignará una, previo pago del alquiler y fianza de ésta, siendo obligatorio participar con ella.

Tanto el alquiler, recogida y devolución de pinza electrónica será tramitada a través de la secretaría de la organización.

Cronometraje de la prueba del Duatlón:

El tiempo de la prueba de Duatlón será la suma de los tiempos invertidos en cada una de las etapas de MTBO y de O-Pie y se le añadirá los minutos de penalización, en caso de excederse de los quince minutos concedidos para realizar la transición (se explica en el apartado de la Transición).

Ejemplo: tiempo en el recorrido en la MBTO: 01:15:30 y tiempo en la de O-Pie: 00:28:25, tiempo total invertido en el Duatlón: 01:43:55; si no ha tenido penalización éste será el tiempo definitivo, si tiene 2 minutos de penalización su tiempo definitivo será 01:45:55.

¿Cómo saber la capacidad de mi sistema Sportident?

Las SI Cards se identifican por el número de las mismas. De esta forma se pueden sabber además la capacidad. De esta forma:

pCard. Rango: 4000001-4999999. Capacidad 20 controles.
SI Card 5. Rango: 1-499999. Capacidad 30 controles.
SI Card 6. Rango: 500001-999999. Capacidad 68 controles.
SI Card 8. Rango: 2000001-2999999. Capacidad 30 controles.
SI Card 9. Rango: 1000001-1999999. Capacidad 50 controles.
SI Card 10. Rango: 7000001-7999999. Capacidad 128 controles.
SI Card 11. Rango: 9000001-9999999. Capacidad 128 controles.
SIAC. Rango: 8000001-8999999. Capacidad 128 controles.

Uso del sistema AIR+:

Las estaciones estarán programadas para la utilización de las tarjetas o pinzas SIAC en el modo activo AIR+ en todas las distancias. La competición también funcionará con pinza electrónica tradicional "conviviendo" los dos métodos.

11.- FABRICA TU PORTAMAPAS.-

Añadimos en esta sección un enlace al vídeo de nuestro compañero Jesús Puertas, orientador granadino, sobre cómo fabricar un portamapas casero y los materiales que necesitas. Puede ser útil para aquellos que empiezan. Quién no quiere hacer MTB-O será porque no tenga bici pero no porque no tenga portamapas:

Enlace al vídeo YouTube de cómo construirse un PortaMapas: Portamapas MTB-O

12.- SUELO DURO Y AUTOCARAVANAS.

A) Suelo duro.-

El suelo duro se encontrará ubicado en Híjar, pedanía de Las Gabias, en el Pabellón Municipal de Híjar, ver enlace:

Suelo duro de Hïjar-Las Gabias

-**Horarios de uso** del suelo duro: El viernes día 3 de octubre se podrá acceder al suelo duro a partir de las 21:00 horas. El domingo 5 de octubre el suelo duro se tendrá que desalojar antes de las 10:00 horas.

-Normas de uso del suelo duro:

1. La hora límite para acceder será las 23:00 horas (norma FEDO).
2. Los grupos de niños deberán estar acompañados en todo momento por un adulto mayor de edad.
3. No se deberá entrar en la pista con calzado sucio o que pueda dañar la superficie.
4. No se podrá cocinar, preparar comidas o calentar líquidos en ningún lugar de la instalación.
5. Se deberán utilizar las papeleras para el desecho de residuos.
6. Los usuarios de los aseos y/o duchas los dejarán limpios después de su uso.
7. Se deberá respetar el descanso de los demás.
8. Las luces del pabellón se apagarán a las 23 horas.
9. Para evitar sobrecargas eléctricas, incidencias, averías etc. está prohibido instalar en los enchufes existentes en el Pabellón, regletas de enchufes eléctricos suplementarios con la intención de aumentar irregularmente la capacidad de toma de corriente de la instalación existente para recarga de teléfonos, tablets o similares y no se podrán instalar cables eléctricos y alargaderas sobre la superficie de la pista
10. Las duchas y aseos se podrán utilizar en el mismo horario del suelo duro.
11. Ni la organización, ni el Ayuntamiento de Las Gabias se hacen responsables de las pérdidas o posibles hurtos de ropa y/u otras pertenencias en el interior de la instalación que servirá como suelo duro.

B) Aparcamientos.-

Las zonas de aparcamientos en la población de Las Gabias son limitadas. **Ver el enlace a Google Maps**, donde se detallan los aparcamientos en el pueblo y el itinerario que se debe de hacer para llegar a la Plaza del Ayuntamiento donde se encuentra el PARKING de MTBO y el Centro de Competición de O-Pie

Las autocaravanas tienen el Recinto Ferial para poder pernoctar. Como la mayoría de los que vengan en autocaravanas será **para participar en el Duatlón o en la Media de MTBO SE ACONSEJA que se desplacen en MTBO desde el Recinto Ferial a la zona de transición** para dejar su material, antes de tomar la salida en la prueba de MTBO, en el Polideportivo.

El tiempo que se tarda desde el Recinto Ferial al Parking MTBO, por el itinerario que se señala, en bicicleta, en el enlace es de **SEIS MINUTOS** (6´).

Aparcamientos en Las Gabias y Recinto Ferial de autocaravanas (pinchar)

Aparcamiento B: Ermita 1

Aparcamiento A: Ermita 2

Aparcamiento Campo de fútbol

Aparcamiento Polideportivo

Aparcamiento autocaravas Recinto Ferial de Las Gabias

13.-CEREMONIA DE ENTREGA DE PREMIOS.-

A las 13:45 horas tendrá lugar la ceremonia de entrega de MEDALLAS Y DIPLOMAS, en la Plaza del Torreón de Las Gabias, para los 3 primeros clasificados del CAMPEONATO DE ANDALUCIA, tanto de la prueba MTBO, modalidad larga distancia como del DUATLÓN-O por cada categoría oficial, reflejados en este boletín, que serán otorgados por la Federación Andaluza del Deporte de Orientación (FADO), que les acredite como campeones de Andalucía de DUATLÓN 2025.

También tendrá lugar la entrega de premios y medallas de los participantes locales en sus tres categorías.

14.- INFORMACIÓN DE LOS RIESGOS DE LA ACTIVIDAD Y RECOMENDACIONES.-

Identificación, análisis y evaluación de los riesgos propios de la actividad. Recomendaciones de seguridad a los corredores, símbolos especiales y procedimiento de aviso de emergencia en caso de incidente, accidente.

NOMBRE DE LA PRUEBA: CAMPEONATO DE ANDALUCÍA DE MTBO LARGA Y DE DUATLÓN-O

FECHAS: 4 y 5 de octubre de 2025

LUGAR: PADÚL Y LAS GABIAS

MODALIDAD: MTBO y O-PIE

a) RIESGOS DE LOS CORREDORES:

Lesiones: Los participantes están expuestos a lesiones musculares debido a posible fatiga muscular, estas lesiones suelen ser tirones musculares. Lesiones producidas por caídas, torceduras, esguinces. También podría presentarse incidencias relacionadas con el sistema cardiovascular y respiratorio. Para todo ello la organización dispone de un servicio sanitario comprendido por una ambulancia con enfermero y conductor del vehículo.

Deshidratación: Para combatir la deshidratación cada participante podrá portar su propio avituallamiento, aunque por parte de la organización se proporcionará según normativa. Debido a las fechas en que desarrolla no se prevén altas temperaturas, no obstante, para combatir la deshidratación, la organización solicita a todos los participantes que dispongan de su propio avituallamiento de líquidos, tanto en la salida como en la meta, así como durante la prueba, si el participante lo considera necesario.

Otros riesgos:

Caídas; colisión con BTT u otros vehículos, participantes, espectadores; condiciones climáticas extremas y de humedad; estado de los viales.

Se extremarán las medidas de seguridad vial, cada participante será responsable de su propia seguridad y se extremará la precaución con el tráfico rodado (vehículos, etc.).

Material OBLIGATORIO para los participante en MTBO:

Casco, gafas y guantes.
Bidón o mochila de agua
Brújula
Portamapas (se podrá alquilar, en caso de no disponer, hasta agotar las existencias)
Pinza electrónica, con capacidad suficiente para la modalidad en la que compita.

Material RECOMENDABLE para los participantes en MTBO:

Multiherramientas.
Bomba de inflado
Cámara de repuesto.
Desmontables.
Pequeño botiquín

b) RIESGOS DEL PÚBLICO EN GENERAL.

En cuanto al público asistente, los riesgos más comunes podrían ser eventuales caídas por tropiezos. No se esperan altas temperaturas, por lo que los efectos de estas serán minimizados. En el caso de que subieran las temperaturas se proveerá de agua a las personas que así lo necesiten y se recomendará que se pongan a la sombra.

c) PROCEDIMIENTO DE AVISO DE EMERGENCIA EN CASO DE ACCIDENTE.-

En el mapa figurará el número de teléfono móvil de emergencias del dispositivo sanitario de la prueba. En el caso que un corredor debido a una lesión, caída, etc., precise ayuda y no pueda llegar por sus

propios medios a la zona más cercana donde se ubican los servicios sanitarios (meta y zona de avituallamiento), el propio corredor u otro corredor, procederá a comunicar la posición del accidentado con respecto al código de control más cercano (no confundir con el número de orden del control en el recorrido), con las indicaciones de dirección más precisas que sea posible (corredor accidentado 100 metros al número control 47), según ejemplo adjunto. El procedimiento de aviso será por medio de otro corredor que lo notifique personalmente en meta, o a través de teléfono móvil, para ello se recomienda llevar teléfono móvil durante la prueba, sobretodo en las pruebas de MTBO

d) PROTECCIÓN DE MEDIO AMBIENTE.

Durante la estancia en las zonas de competición, se ruega el mayor cuidado y respeto del entorno natural, así como la utilización de las papeleras y contenedores para el vertido de cualquier residuo.

Toda la basura que dejes abandonada ocasionará un problema a la organización, ya que no disponemos de recursos humanos para eliminarla, por lo que supondría un coste extra a asumir por los participantes en ediciones futuras.

e) MODIFICACIONES Y CANCELACIONES.-

La organización se reserva el derecho de modificar la información publicada en este boletín, ya sea por motivos técnicos, de seguridad o permisos. Cualquier cambio se comunicará oportunamente, y aparecerá la información actualizada en la web **https://www.oveleta.com/**

Así mismo, la organización se reserva el derecho de suspender el evento en caso de malas condiciones meteorológicas con la finalidad de evitar que los participantes puedan correr algún problema o peligro.

¡¡¡IMPORTANTE!!!

CORREDORES RETIRADOS: Para la seguridad de **los participantes**, facilitar el control de la Organización y evitar poner en marcha mecanismos de búsqueda, si un corredor se retira, sea cual sea el motivo, **deben OBLIGATORIAMENTE dirigirse a la Meta y comunicarlo al equipo de organización**.

14.- JURADO TÉCNICO:

· Organización: Paloma Rodríguez
· Juez controlador: Juan Sanz Alejandre
· Clubes: A designar una vez cerradas las inscripciones
· Corredores: A designar una vez cerradas las inscripciones

15.-COMITÉ DE ORGANIZACIÓN:

C.O. GENERAL:

CoDirectores de la prueba:
Paloma Rodríguez (Móvil:677.400.130)
Antonio Cayetano García (Móvil: 654.996.516)
Juez controlador FADO: Juan Sanz Alejandre
Juez sportident: Carmen Natividad López Martínez y Antonio Rivera
Protocolo de premios: Noelia De La Torre Palomo
Avituallamiento: Eloisa Tapia.
Secretaría: Araceli Ruíz Bruno
Tesorería: Mónica Peña

C.O. DE MTBO:

Responsable de las pruebas de MTBO: Paloma Rodríguez.
Trazador MTB-O Larga: Lucas Moriana
Trazadora MTB-O Media: Paloma Rodríguez
Salida de MTBO Larga: Eloisa Tapia
Meta de MTBO Larga: Paloma Rodríguez
Colocadores MTBO Larga y Media-Duatlón: Jesús Puertas, Eva González, Lucas Moriana, Paloma Rodríguez y Juanma Casado.
Entrega de Dorsales y Mapas Media-Duatlón: Paloma Moriana
Salida de MTBO Media-Duatlón: Paloma Rodríguez
Meta de MTBO Media-Duatlon: Paloma Moriana.
Colaboran: Alumnos del IES MONTEVIVES de Las Gabias

C.O. ZONA DE TRANSICIÓN:

Responsables Zona de Transición: Paloma Rodríguez y Antonio Cayetano García.
Montaje zona de Parking MTBO: Antonio Cayetano García
Punto de Control duatletas en prueba de O-Pie: Guillermo Martínez Alberdi y Berta García
Parking-Transición Duatlón: Alumnos del IES Montevives de las Las Gabias

C.O: DE O-PIE (DUATLÓN)

Responsable de la prueba de O-Pie (Duatlón): Antonio Cayetano García
Trazador O-Pie (Duatlón): Antonio Cayetano García
Salida de O-pie Liga provincial y Locales: Purificación Alfaro, Angel Vegas y María Machado Recio.
Meta de O-Pie (Duatlón): Berta García
Colocadores O-Pie (Duatlón): Purificación Alfaro, Angel Vegas, Guillermo Martínez, Berta García y Antonio Cayetano García.
Colaboran: Alumnos del IES MONTEVIVES de Las Gabias

Club VELETA ORIENTACIÓN

fado
FEDERACIÓN ANDALUZA DEL DEPORTE DE ORIENTACIÓN

Las Gabias
¿A quién no le va a gustar?

I.E.S MONTEVIVES
monte vives
LAS GABIAS
GRANADA