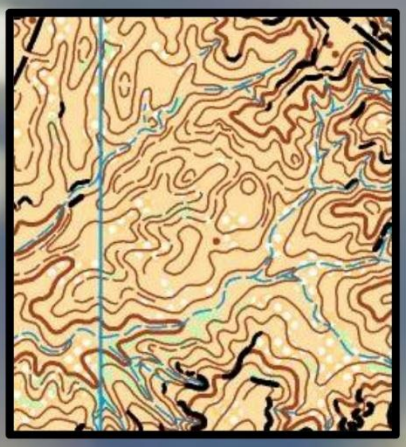

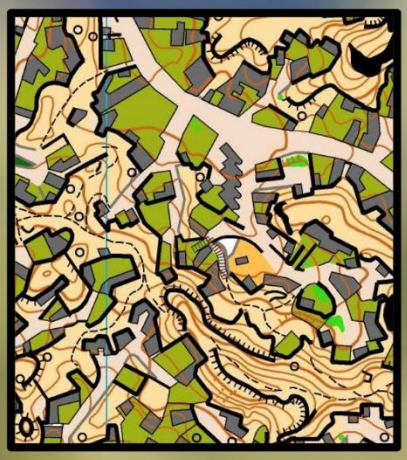

- [ ] 1 Cinta para el pelo
- [ ] 2 Ojos
- [ ] 2 Pulmones
- [ ] 1 Corazón
- [ ] 1 Camiseta técnica
- [ ] 1 Brújula
- [ ] 2 Piernas

¡¡ Si lo tienes todo..... .....solo te falta entrenar.... !!

¡Te ayudamos con eso!

O-CAMP 2026

PROGRAMA de TECNIFICACIÓN DEPORTIVA en DEPORTE de ORIENTACIÓN

Benalúa de Guadix 11 de abril de 2026

(inscripciones hasta el lunes 6 de abril)

Club VELETA ORIENTACIÓN

fado

Tove Alexandersson

Campeona del mundo de media distancia 2025

PROGRAMA de TECNIFICACIÓN DEPORTIVA en DEPORTE de ORIENTACIÓN

Campo de entrenamiento deportivo "OCAMP Granada 2026: Benalúa"

Boletín CERO

11 de abril de 2026

1. INTRODUCCIÓN

El Club de Orientación **VELETA,** en colaboración con la Federación Andaluza de Deporte de Orientación (**FADO**), convoca la tercera edición del **Programa de Tecnificación deportiva en Deporte de Orientación** "**OCAMP Granada 2026",** que este año tendrá lugar en **BENALÚA de Guadix.** Dado que la variedad de terrenos es un aspecto clave en la formación técnica de nuestros orientadores, este año hemos optado por ofrecerte las más de un millón de vaguadas del mapa de Benalúa de Guadix**.** Un mapa que ya fue calificado por muchos orientadores como uno de los más técnicos del país y que hará las delicias de nuestros entrenamientos.

Dicho programa tiene como **período de inscripción** desde el lunes día 30 de marzo de 2026 al lunes día 6 de abril de 2026. Abierto tanto para orientadores andaluces experimentados como para recién iniciados, la organización pretende repetir algunas de las claves del éxito de las dos anteriores ediciones: entrenamientos por grupos de nivel adaptados al nivel técnico, variedad de entrenamientos, atención técnica en pequeños grupos, etc.

Entre los objetivos del **OCAMP GRANADA** no solo está la evolución técnica de nuestros deportistas, sino que es nuestra intención ofrecer un ambiente de **convivencia** e **intercambio de experiencias**, donde enriquecernos juntos, cohesionando a los deportistas FADO y mostrando lo mejor de nuestro deporte a las nuevas incorporaciones.

2. ENCLAVE GEOGRÁFICO

El centro de competición del **"OCAMP GRANADA 2026: BENALÚA"** está complejo de **Casas Cueva** donde estará alojado el equipo de organización y todo aquel que opte por este alojamiento de coste reducido. En el formulario de inscripción podrá optar por ser alojado en este espacio o no, y por contratar las comidas o no. El complejo de Casas

Cueva está ubicado en el casco urbano de Benalúa y nuestra intención es que se pueda ir andando desde el mismo complejo a todos los entrenamientos.

Los mapas de orientación de BENALÚA, Camino San Torcuato y Rambla del Agua, así como el mapa urbano de Benalúa, son unos recursos excepcionales para los entrenamientos que aquí proponemos.

ALOJAMIENTO: El alojamiento es libre y lo gestionará cada participante como considere. Desde la organización le ofrecemos, junto con la inscripción, el complejo de **casas cueva KABILA GEOPARK** que será centro del evento.

Página web del alojamiento para fotos y contacto para dudas: https://territoriocueva.org/en/resources/kabila-geopark/

Ubicación: https://maps.app.goo.gl/9e4s6LuQ4MCURQqr5

El albergue en casas cueva cuenta con camas (con sábanas), aseos y duchas para aquellos que opten por alojarse en el mismo. No obstante, alojarse en este complejo no es condición imprescindible para participar en el OCAMP 2026.

3. GRUPOS de NIVEL: ¡Elige bien tu nivel!

Dentro del "O-Camp BENALÚA 2026" se han ofertado 5 grupos de nivel, algunos de los cuales se subdividirán más adelante atendiendo a nivel técnico, físico y/o edad. Los entrenamientos de nivel **rojo** y **negro** son de elevada complejidad y podrán usar mapas rotados, sesgados o incompletos para focalizar el trabajo técnico.

GRUPOS de NIVEL:

<table>
<tr><th>EDAD</th><th>NIVEL BLANCO</th><th>NIVEL AMARILLO</th><th>NIVEL NARANJA</th><th>NIVEL ROJO</th><th>NIVEL NEGRO</th></tr>
<tr><td>Experiencia previa:</td><td>Sin experiencia previa o mínima.</td><td>Chavales con poca experiencia o adultos con experiencia mínima o nula.</td><td>Cierta experiencia previa. Dominan a la perfección la simbología, las técnicas básicas, el uso de la brújula y entienden bien las curvas de nivel.</td><td>Experiencia previa considerable. Son capaces de orientar sin apoyarse en elementos lineales ni brújula. Lectura precisa de curvas de nivel.</td><td>Alto nivel técnico</td></tr>
<tr><td>8 – 10 años</td><td rowspan="2">GRUPO BLANCO</td><td rowspan="2">AMARILLO 1</td><td rowspan="3">NARANJA 1</td><td rowspan="2"></td><td rowspan="4"></td></tr>
<tr><td>11 – 12 años</td></tr>
<tr><td>13 – 14 años</td><td rowspan="2">AMARILLO 2</td><td rowspan="2">ROJO 1</td></tr>
<tr><td>15 – 16 años</td></tr>
<tr><td>16 – 18 años</td><td rowspan="2">AMARILLO 3</td><td rowspan="2">NARANJA 2</td><td rowspan="2">ROJO 2</td><td rowspan="2">NEGRO</td></tr>
<tr><td>Más de 18 años</td></tr>
<tr><td>DESCRIPCIÓN:</td><td>Primeros contactos con el deporte de orientación en un ambiente de seguridad y con un importante componente lúdico. Trabajo en equipo, acompañados siempre por un técnico, elementos básicos del deporte, información técnica básica, juegos y completando el programa con otras actividades.</td><td>Asentamos esos primeros conocimientos de lectura del mapa y del deporte. Se alternan actividades lúdicas en grupo con otras más físicas y competitivas. Asesoramiento técnico continuo con ejercicios con progresiva toma de autonomía. Asentamos aspectos básicos (simbología, técnicas básicas, usar elementos lineales, líneas de parada,…) y se va progresando (lectura del relieve,….).</td><td>Mejora técnica. Repaso de técnicas básicas y trabajo de técnicas más avanzadas. Ejercicios individuales, por parejas y actividades de más nivel físico y competitivo.</td><td>Perfeccionamiento técnico con deportistas con experiencia previa destacada. Se repasan técnicas avanzadas y se realizan ejercicios de perfeccionamiento técnico al tiempo que se evalúan ejercicios y actividades. Lectura precisa, ejercicios de seguir línea, ejercicios por parejas a veces con nivel físico, mapas sesgados, etc.</td><td>Máxima dificultad de los entrenamientos. Entrenamientos técnicos individuales, parejas y equipos. Recorridos a la línea, mapas sesgados, lectura precisa sobre mapas de curvas, etc. Ejercicios de presión competitiva y competición bajo presión.</td></tr>
</table>

Podrán participar tanto deportistas federados como no federados, de cualquier experiencia, siendo las condiciones de inscripción diferentes. Los deportistas menores de edad deberán de estar acompañados por un adulto que se responsabilice del mismo fuera de los horarios de los entrenamientos.

4. EQUIPO TÉCNICO (en desarrollo)

Actualmente se está configurando el equipo técnico. De momento, la organización cuenta con el siguiente equipo técnico que se irá reforzando en los próximos días: Ramón Hurtado, Nabil Abderraman Elena, Antonio Jiménez, Manuel Jabalera, Antonio S. Fajardo, Mónica Jiménez,…

5. PROGRAMA PROVISIONAL. Se concretará en el siguiente boletín.

11 de abril 2026

HORARIO	SÁBADO día 11	DOMINGO día 12
8:00	Diana y desayuno para los alojados en el complejo de Casas Cueva	Diana
9:30 – 11:15	**9:00** Presentación del O-CAMP y ajuste de grupos. Charlas técnicas, recorridos guiados y preparación de los entrenos. **9:30-11:15 ENTRENAMIENTO 1**	**Carrera de Liga Provincial Granadina VELETA 2026** Competición Salidas de 10:00 a 12:00
11:15 – 11:45	Descanso	
11:45 – 13:30	**11:45 – 13:30 ENTRENAMIENTO 2**	
13:30 – **14:00**		
14:00 – 15:30	Almuerzo	
15:30 – 16:00		
17:00 – 18:45	**ENTRENAMIENTO 3**	
18:45 – 19:00		
19:00 - 20:30	**ENTRENAMIENTO 4**	
20:30 – 21:00		
21:00 – 21:30	21:00 CENA	
21:30 – 22:30	**ENTRENAMIENTO 5**	
23:00	HORA DE DESCANSO	

6. INSCRIPCIONES y CUOTAS

CUOTAS DE INSCRIPCIÓN (Período de inscripción del 30 de marzo al 6 de abril de 2026)						
EDAD	Apartado técnico		Apartado de logística			
	Con licencia federativa 2026	Sin licencia federativa 2026	Alojamiento	Cenas	Desayunos	Picnic sábado
Menor de 18	10	14	15 euros/noche	11 euros/cena	3 euros/desayuno	5 euros
Mayor de 18	16	20				

Se puede optar por alojamiento de la noche viernes a sábado y/o la noche del sábado al domingo. Igualmente se puede optar a una o dos cenas y a uno o dos desayunos. Está muy claro en el formulario de inscripción.

- Entrenamientos sueltos: 5 euros entreno. Solo para deportistas federados.

Enlace formulario de inscripción: https://forms.gle/MMY8McmvVN4UJyux6 - **Plazo de inscripción OCAMP BENANÚA 2026 hasta el lunes día 6 de abril de 2026.**

La inscripción no se considerará cerrada hasta que no realices el ingreso en el nº de cuenta OPENBANK , IBAN: ES 52 0073 0100 5305 0507 4886 a nombre del club de orientación VELETA y envíes el justificante de ingreso con el nombre del deportista a tesoreria@oveleta.com. Si vas a inscribir a varios participantes de tu unidad familiar, podrás hacer un único ingreso siempre que las inscripciones las vayas a hacer seguidas en el tiempo. Te rogamos que seas muy riguroso con las cuentas y con esto, así nos facilitarás mucho las tareas de comprobación de ingresos-inscripciones.

El "OCAMP GRANADA 2026: BENALÚA" finaliza con la participación en la prueba de Liga Provincial de Granada. La **inscripción a esta prueba de Liga Provincial no está incluida en el OCAMP** y tendrás que hacerlo aparte, respetando los plazos y el procedimiento de inscripción a través de la página web del club veleta (www.oveleta.com) como **fecha máxima el miércoles día 8 de abril a las 17:00**. Por favor, que no se te pase. Es muy recomendable finalizar el programa de entrenamiento con la participación en una competición real. Es una prueba con cronometraje *sportident* y se puede acceder a la salida/meta paseando 20 minutos desde el complejo de casas-cueva centro del evento OCAMP; si lo prefieres podrás ir en coche en 4 minutos.

Para dudas sobre aspectos que no estén contenidos en el boletín 0 o en los siguientes que saldrán, contactar con lo responsables del "OCAMP GRANADA 2026: BENALÚA" a través del e-mail escueladeorientacion@oveleta.com o en el teléfono 677530871 para aspectos urgentes.