

# DEPORTE DE ORIENTACIÓN

**25 y 26  
Noviembre  
2023**

**II TROFEO**

**Valle del Guadalhorce**



**ALHAURÍN EL GRANDE  
(MÁLAGA)**



**Liga Andaluza de Orientación a Pie**

**Liga Andaluza de Trail-O**

**Circuito Provincial de Orientación "Diputación de Málaga"**

**Liga Malagueña de Orientación a Pie**

## BOLETÍN 2

# PRESENTACIÓN DE LA PRUEBA

Estimados orientadores:

Tras más de un año desde que organizamos la última prueba de Liga Andaluza, aquí estamos otra vez el club COMA organizando una prueba de orientación que esperamos sea del agrado de todos y nos haga pasar un fin de semana agradable por estas tierras tan maravillosas del Valle del Guadalhorce. Para que sea una prueba de diez contamos con las colaboraciones de la Diputación de Málaga para la prueba del circuito provincial y del ayuntamiento de Alhaurín el Grande para ambas pruebas del fin de semana.

También podréis disfrutar de la prueba de Trail-O que se disputará el mismo fin de semana y que será puntuable para su Liga Andaluza. Animamos a todos los que no hayan probado la modalidad, a que aprovechen la ocasión de acercarse y conocer su desarrollo.

Por último agradeceremos vuestra asistencia a la prueba y animaros a que disfrutéis de la belleza de los paisajes que envuelven este rincón de Málaga, de su gastronomía y de su clima, que esperamos, sea lo más agradable posible para que todo vaya como la seda.

Un saludo.

Paul Pereira

## EQUIPO DE ORGANIZACIÓN

- ✓ Director de la prueba O-PIE: Paul Pereira
- ✓ Director Técnico: Juan Antonio Morales
- ✓ Director de la prueba TRAIL-O: Juan Emilio Montero
- ✓ Juez Controlador: Juan Plata
- ✓ Técnico de Cronometraje: Iván A. Gálvez
- ✓ Trazador Media y Larga Distancia: Javier Ruiz "Rorri"
- ✓ Trazador Trail-O: Juan Antonio Morales
- ✓ Inscripciones y Recepción: Marian Roldán
- ✓ Juez de Salidas: Teresa A. Pérez Redondo
- ✓ Juez de Meta: María Garrido Osuna
- ✓ Juez de Controles: Martin Stangegaard
- ✓ Logística: Félix Gil de la Vega
- ✓ Parking: Francisco Javier Jiménez Piano
- ✓ Maquetación e impresión: Mund-OMap

## Proyecto ORIYOU



Desde el **Club COMA**, queremos invitar a los directivos de los Clubes Andaluces, a una reunión informativa sobre **OriYoue**, que se refiere a la participación de nuestro club junto con otros 5 clubes europeos en un proyecto **ERASMUS** de intercambio de ideas, sistemas de entrenamiento y jóvenes corredores en Camps organizados en los diferentes países.

Puede ser muy interesante para la dirección técnica de diferentes clubes e intentar crear proyectos similares para el desarrollo de nuestro deporte.

La reunión no durará mucho y se realizará a las 18:00 antes de la Asamblea FADO en las instalaciones del IES Antonio Gala, donde se ubica el Suelo Duro.

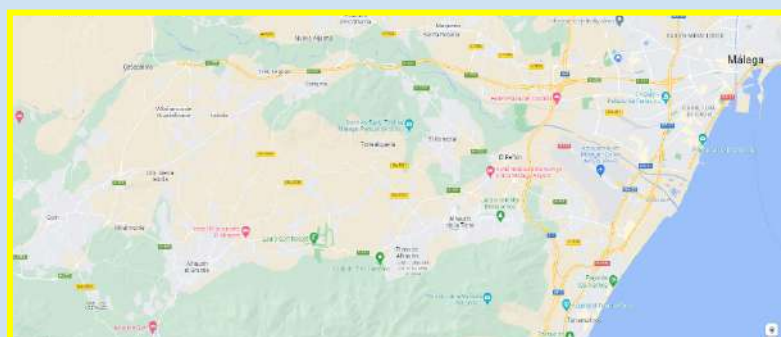
## Alhaurín el Grande

**Alhaurín el Grande** es un municipio de la provincia de Málaga, en la comunidad autónoma de Andalucía. Está situado en el centro-sur de la provincia, dentro de la comarca del Valle del Guadalhorce.

Su término municipal ocupa una extensión de 73,1 km<sup>2</sup> que se extienden por la ladera norte de la sierra de Mijas y la vega del río Guadalhorce, donde se alternan los cultivos de cítricos y otros frutales con huertas. Limita con Coín, Cártama, Alhaurín de la Torre y Mijas.

A la localidad de [Alhaurín el Grande](#) se puede acceder por diferentes carreteras desde los municipios de Alhaurín de la Torre (A-404), Cártama (MA-3304) y Coín (A-357).

### ¿Cómo llegar a Alhaurín?



## Media y Larga Distancia

El **Centro de Competición** estará situado para ambos días en la [Pista deportiva de la Plaza del Nacimiento](#), junto al Colegio CEIP El Chorro, en la Calle Nacimiento de Alhaurín el Grande.

Frente al Centro de Competición, a unos 50 metros, habrá una **Pre-Salida controlada** de un **-20 minutos (750 metros)**. Es importante tenerlo en cuenta ya que la última zona de subida a la Salida, tiene un gran desnivel.

La **Meta** estará situada junto al Centro de Competición, siendo el último tramo de carrera para todas las categorías, por asfalto urbano.



## Trail-O

Al final de este BOLETÍN podrás encontrar toda la información referente a la Prueba de Trail-O. La información es específica para dicha prueba, por lo que es importante leer todo lo referente a ello. Tanto la ubicación de la salida como el parking específico para deportistas con movilidad reducida son exclusivos para dicha prueba y solo se podrá acceder a ellos a partir de las **14.00 horas**.

## LOCALIZACIÓN Y ACCESOS

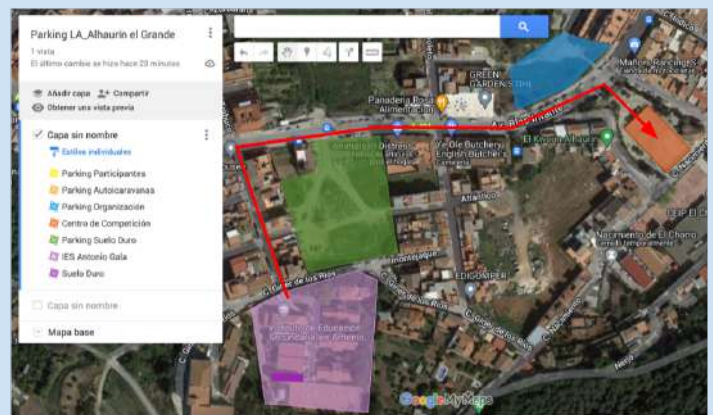
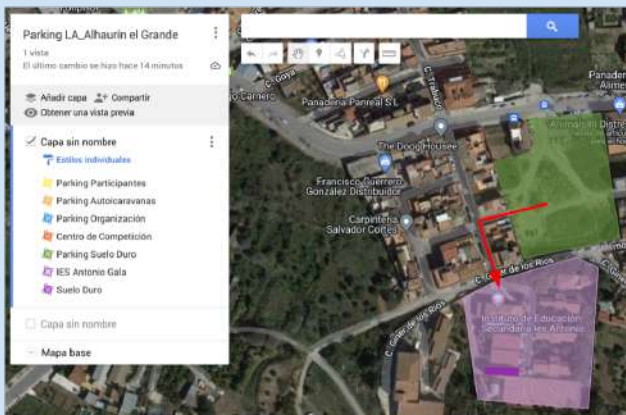
### Suelo Duro

El suelo duro estará ubicado en el **IES Antonio Gala** de la localidad. El centro nos cede el gimnasio para poder ofrecerlo a los participantes que lo soliciten a través del formulario. Dado que es un centro educativo, este se encuentra cerrado el fin de semana. El acceso se realizará a través de la puerta principal en el horario que se establece en este apartado. También se establecerá un teléfono de contacto del responsable de la instalación por parte de la organización, para poder acceder al recinto si la puerta se encuentra cerrada.

Ubicación: <https://maps.app.goo.gl/RCJJAkXX6KlrZp4K8>

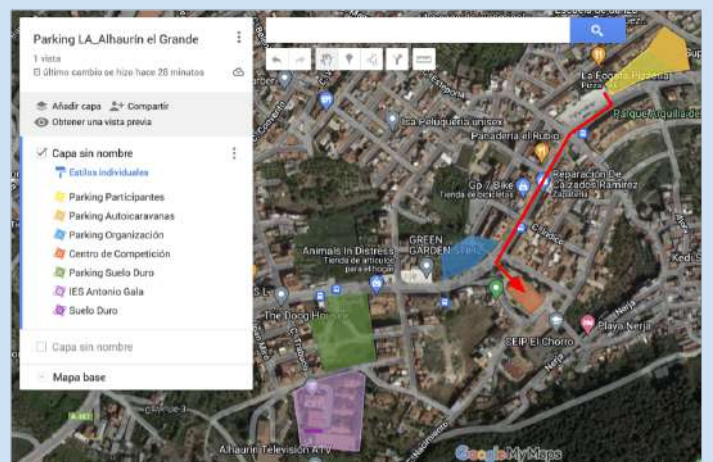
### Horarios de apertura y cierre:

- **Viernes:** Apertura 20:00 Cierre 23:00
- **Sábado:** Apertura 09:00 Cierre 11:00 Apertura 14:00 Cierre 23:00
- **Domingo:** Apertura 09:00 Cierre 11:00



### Parking

- [Mapa General de Ubicaciones](#)
- [Centro de Competición](#)
- [Parking para Vehículos Sábado y Domingo](#)
- [Parking Trail-O \(solo deportistas con movilidad reducida\) a partir de la 14.00 horas](#)
- [Parking para Vehículos del Suelo duro](#)
- [Parking para Autoacaravanas](#)
- [Parking Organización](#)



## PROGRAMA

### Viernes, 24 de noviembre

- 20:00 Apertura del Suelo duro

### Sábado, 25 de noviembre

#### MEDIA DISTANCIA

- 10:00 Apertura del centro de competición.
- 11:00 Salida primer corredor carrera Media distancia
- 14:00 Cierre de meta y publicación de resultados finales.
- 14.00 Entrega de Premios (solo Promoción del Circuito Provincial)

#### TRAIL-O

- 14:00 Apertura del centro de competición Trail-O
- 15:15 Comienzo y 1ª salida de la prueba de Trail-O
- 16.15 Última salida de participantes
- 17:15 Cierre de meta y fin de la prueba de Trail-O
- 18:00 Entrega de Premios Trail-O

### Domingo, 26 de noviembre

#### LARGA DISTANCIA

- 09:00 Apertura del centro de competición.
- 10:00 Salida primer corredor carrera Larga distancia
- 13:30: Cierre de meta y publicación de resultados finales.
- 14:00 Entrega de Premios del Trofeo Valle del Guadalhorce\*

\* Se entregarán premios a los 3 mejores clasificados de cada Categoría por la suma de tiempos de las carreras de Media y Larga distancia.

## INSCRIPCIONES A LA PRUEBA

¿Cómo inscribirse?

Las inscripciones estarán abiertas en el sistema SICO hasta las 23:59 del 19 de Noviembre.

No se admitirán inscripciones posteriores.

C.C. para ingreso: UNICAJA IBAN ES65 2103 2060 6133 0003 4798

A la hora de hacer el ingreso no olvidar enviar justificante de pago al correo [secretariocoma@gmail.com](mailto:secretariocoma@gmail.com) especificando claramente en el apartado "CONCEPTO" los datos del corredor (nombre, apellidos y club) y "ALHAURIN"

Todos los **PARTICIPANTES FEDERADOS**, y **NO FEDERADOS** provenientes de otras Provincias fuera de MÁLAGA, deben de usar la Plataforma de inscripciones **SICO**. En ningún caso podrán inscribirse a través del formulario del **Circuito Provincial**.

Link en SICO-FEDO: <https://sico.fedo.org/carrera.php?id=20161493>

**fedo** FEDO Calendario actividades y competiciones 2023 Área privada Acceder

### Prueba/Actividad

**Prueba:** II TROFEO VALLE DEL GUADALHORCE  
**Liga:** Liga Andaluza de O-Pie y Trail-O  
**Lugar:** Alhaurín el Grande  
**Organizadores:** COMA, FADO  
**Fecha:** 25/11/2023  
**Número de días:** 2  
**Número de Pruebas:** 3  
**Fecha Inscripción:** 01/10/2023 Hasta 19/11/2023  
**Recargo:** Desde 18/11/2023 (3.00€)  
**Observaciones:**  
**IBAN:** ES6521032060613300034798  
**Web:** <https://clubcoma.org/>  
**email:** [secretariocoma@gmail.com](mailto:secretariocoma@gmail.com)  
**Modalidad:** O-Pie, Trail-O

Nombre	Prueba/Actividad	Día
Media Distancia	Liga Andaluza de O-Pie	1
Larga Distancia	Liga Andaluza de O-Pie	2
'Trail-O'	Liga Andaluza de Trail-O	1

Opciones	Precio
Suelo duro	1.00 €

Documento adjunto

## CATEGORÍAS

FADO	Edad / Descripción
M/F-12	Cumplen 12 años o menos en 2023
M/F -14	Cumplen 14 años o menos en 2023
M/F -16	Cumplen 16 años o menos en 2023
M/F -20	Cumplen 20 años o menos en 2023
M/F -21 ÉLITE	Categoría absoluta. Sin límite de edad
M/F -21 B	Sin límite de edad
M/F - 35	Cumplen 35 años o más en 2023
M/F - 45	Cumplen 45 años o más en 2023
M/F - 50	Cumplen 50 años o más en 2023
M/F - 55	Cumplen 55 años o más en 2023
M/F - 65	Cumplen 65 años o más en 2023
Open Amarillo	Dificultad BAJA para niños
Open Naranja	Dificultad MEDIA para adultos
Open Rojo	Dificultad ALTA para adultos

## PRECIOS LIGA ANDALUZA

CATEGORÍA	con LICENCIA FEDO / día	sin LICENCIA / día
M/F ≥21 AÑOS	12€	14€
M/F ≤20 AÑOS	6€	8€
OPEN	6€	8€
TRAIL-O	7€	9€



## INFORMACIÓN TÉCNICA

### TERRENO

Se trata de un pinar de desnivel moderado en su zona Norte y desnivel pronunciado en su zona Sur. Está situado en la ladera norte de la Sierra de Mijas, con detalles rocosos y poca vegetación. Es un bosque limpio en su mayoría, que facilita la lectura del terreno en carrera. En la parte norte encontramos una zona de bosque de menos desnivel en donde la carrera puede ser rápida, aunque hay que tomar más atención en los detalles del terreno para tener una buena orientación.

Como límite del bosque en su cara norte, podemos contemplar desde su atalaya de cortados las ricas huertas y vegas de cítricos, frutales y hortalizas, así como los campos de olivos y cereales que conforman el extenso y fértil Valle del Guadalhorce. En su horizonte destacan la Sierra de Alpujata, la Sierra Blanca de Marbella, el Parque Natural de la Sierra de las Nieves y la Serranía de Ronda, la Sierra del Torcal de Antequera y la Bahía de Málaga.

Limitando el mapa por el este y el oeste, podemos encontrar grandes vaguadas, que esconden cortados y detalles rocosos de gran envergadura, así como cavidades de gran tamaño. En lugares muy concretos existen restos de árboles caídos. Estos árboles y el matorral pueden dificultar la carrera, así como en alguna zona del bosque las ramas bajas obligan a cambios continuos de dirección.

### MAPA

Alhaurín el Grande se encuentra situado en la ladera norte de la Sierra de Mijas, al pie de un frondoso bosque de pinos, en el cual se desarrollará la mayor parte del recorrido de orientación.

El mapa ha sido realizado por Mario Rodríguez (CART-O) entre los meses de Julio y Septiembre del 2022, ampliado para esta edición en Septiembre del 2023, sobre el mapa base del ING. La zona delimitada para la elaboración del mapa, se ha librado del gran incendio que asoló la zona en el verano pasado. Aun así, desde la zona se puede intuir la magnitud del desastre ecológico que dicho incendio ha dejado en la zona.

A pesar de tener pocas vaguadas pronunciadas, en las más pronunciadas se deberá extremar las precauciones para cruzarlas, sobre todo para las categorías superiores.

### TRAZADOS

La larga distancia se disputará mayoritariamente en la zona este del mapa, siendo una ladera de orientación norte, cubierta casi en su totalidad por pino mediterráneo de repoblación limpio, salvo en la zona más oriental, donde hay sotobosque y zonas más abiertas.

El macizo calizo donde se asienta provoca que el suelo vaya de ligeramente a muy pedregoso, representándose las zonas con mayor densidad en el mapa con el símbolo 210. En el terreno hay vaguadas de distinta profundidad que surcan el mapa de sur a norte, donde existen cortados prominentes en las más profundas.

El terreno viene salpicado de forma heterogénea de pequeños elementos como cotas, vaguadas o espolones derivados de formaciones rocosas erosionadas. También se encuentran algunos elementos humanos abandonados, como carboneras u hornos de cal. Existe una densidad media de caminos, destacando la pista forestal que cruza el mapa de este a oeste, de donde surgen senderos que transitan a distintas alturas de la ladera.

Los trazados buscan exigir al orientador retos a nivel de elección de ruta, para gestionar tanto el desnivel, vaguadas profundas o cortados de distinta altura. Esto exige un alto componente físico, así como una capacidad alta de concentración para los controles en bajadas o en zonas más técnicas, con el fin de mantener buen control de la dirección para atacar los controles de forma adecuada.

En resumen, un terreno exigente y un trazado que buscará llevar al límite las capacidades del orientador con distintos retos a lo largo del recorrido.

Si bien **la media distancia** se lleva a cabo en el mismo terreno, se ha reservado la zona con mayor profusión de detalles para diseñar recorridos que exijan múltiples cambios de dirección y tramos de distinta longitud de cara a exigir al orientador adaptar su ritmo de carrera a cada situación.

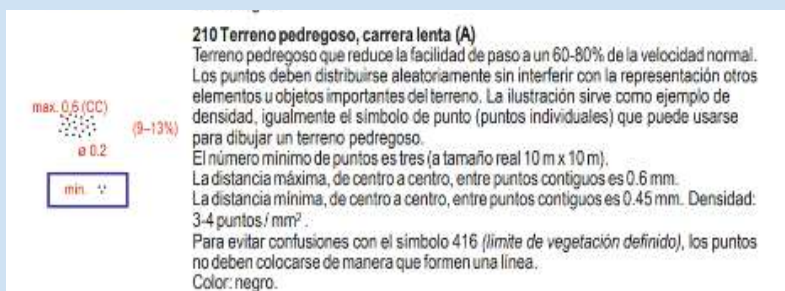
El terreno tiene características muy similares al de la larga distancia, siendo el estilo de trazado la mayor diferencia con la carrera de larga distancia. Sin embargo, las sensaciones del corredor durante la carrera serán muy diferentes, exigiendo igualmente un alto nivel físico y técnico para poder realizar un buen desempeño en esta media distancia.

## INCIDENCIAS Y RECOMENDACIONES

Recordamos a todos los participantes, que **como medida de seguridad es obligatorio pasar por meta** y descarga de resultados, aunque se abandone la carrera.

La **categoría M-21 Élite** de la media distancia, tendrá cambio de mapa impresa a doble cara para facilitar la lectura de tramos en carrera.

En algunas zonas del mapa, existen zonas de piedras pequeñas que pueden dificultar la carrera. Se recomienda **precaución y protección, sobre todo con los tobillos** para evitar lesiones.



Informamos que en una zona del mapa de ambas pruebas, es posible que los participantes de la prueba el sábado se encuentren prebalizados de la carrera del domingo.

En la prueba de Media distancia del sábado, se recomienda comprobar los códigos de control para no cometer errores al existir muchos controles, que aun habiéndose mantenido las distancias reglamentarias, existen controles cercanos entre sí en la zona de carrera.

Por **tareas forestales**, hay muchos árboles talados/caídos que no están representados. El mapa a pesar de representar muchas zonas de Bosque Blanco, la velocidad de carrera no es del 100% debido al firme rocoso y la cantidad de ramas y árboles caídos.

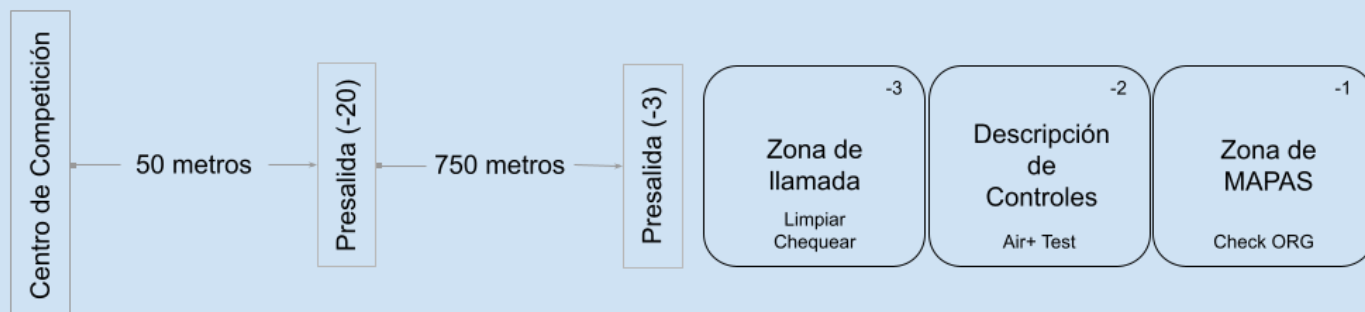
## PROCEDIMIENTO DE PRE-SALIDAS Y SALIDAS (Media y Larga distancia)

Frente al Centro de Competición, a unos 50 metros, habrá una **Pre-Salida controlada** de un **-20 minutos (750 metros)**. Es importante tenerlo en cuenta ya que la última zona de subida a la Salida, tiene un gran desnivel.

Las **categorías OPEN** realizarán su salida con **Base START** a través de una zona delimitada.

Las **categorías oficiales** realizarán su salida conforme a su **hora de salida** publicadas en la web del Club COMA.

Los participantes del **Circuito Provincial** del SÁBADO, realizarán su salida en una zona específica y separada de las categorías oficiales. Estos participantes iniciarán su recorrido con **Base START**.



## AVITUALLAMIENTO:

No existirá avituallamiento en carrera, por lo que cada corredor debe de prever esta condición en carrera.

En la zona de Meta, existirá **avituallamiento** de agua en botijos a la vieja usanza y agua con vasos de material reciclado. Rogamos a los participantes que posean sus propios vasos, hagan uso de ellos en la zona y así reducimos los residuos. También habrá fruta para todos los participantes.

El avituallamiento se podrá recoger una vez realizada la descarga de resultados en la zona de Sportident.

## TABLA DE DISTANCIAS, DESNIVELES Y CONTROLES

### MEDIA Distancia

Categorías	Distancia	Desnivel	Controles	Escala
F-12	2,4 km	95 m	15	1:7500
M-12	2,4 km	99 m	15	1:7500
F-14	2,7 km	106 m	14	1:7500
M-14	2,7 km	101 m	14	1:7500
F-16	2,7 km	95 m	12	1:7500
M-16	3,0 km	119 m	14	1:7500
F-20	3,4 km	129 m	15	1:7500
M-20	3,8 km	137 m	18	1:7500
F-21A	3,9 km	174 m	18	1:7500
M-21A	4,2 km	117 m	19	1:7500
F-21B	2,5 km	120 m	12	1:7500
M-21B	3,1 km	147 m	15	1:7500
F-35	3,3 km	126 m	15	1:7500
M-35	3,5 km	115 m	14	1:7500
F-45	3,0 km	145 m	15	1:7500
M-45	3,3 km	117 m	14	1:7500
F-50	2,8 km	120 m	12	1:7500
M-50	3,1 km	109 m	13	1:7500
F-55	2,5 km	93 m	13	1:7500
M-55	2,9 km	107 m	13	1:7500
F-65	2,1 km	73 m	12	1:7500
M-65	2,6 km	94 m	13	1:7500
Open AMARILLO	1,5 km	42 m	9	1:7500
Open NARANJA	2,6 km	102 m	13	1:7500
Open ROJO	3,0 km	126 m	13	1:7500

## TABLA DE DISTANCIAS, DESNIVELES Y CONTROLES

### LARGA Distancia

Categorías	Distancia	Desnivel	Controles	Escala
F-12	2,7 km	80 m	14	1:7500
M-12	2,7 km	80 m	15	1:7500
F-14	3,7 km	130 m	12	1:10000
M-14	3,7 km	140 m	12	1:10000
F-16	4,4 km	140 m	15	1:10000
M-16	5,1 km	210 m	16	1:10000
F-20	5,2 km	215 m	13	1:10000
M-20	6,6 km	325 m	17	1:10000
F-21A	5,7 km	250 m	15	1:10000
M-21A	8,1 km	375 m	19	1:10000
F-21B	4,2 km	150 m	15	1:10000
M-21B	4,8 km	180 m	14	1:10000
F-35	4,6 km	140 m	16	1:10000
M-35	6,0 km	305 m	18	1:10000
F-45	4,2 km	130 m	13	1:10000
M-45	5,2 km	275 m	15	1:10000
F-50	3,9 km	120 m	13	1:10000
M-50	4,7 km	180 m	15	1:10000
F-55	3,4 km	100 m	13	1:7500
M-55	4,3 km	150 m	14	1:7500
F-65	3,0 km	90 m	12	1:7500
M-65	3,9 km	120 m	12	1:7500
Open AMARILLO	1,9 km	60 m	9	1:7500
Open NARANJA	3,7 km	130 m	13	1:7500
Open ROJO	5,9 km	215 m	13	1:10000

## INFORMACIÓN DE LOS RIESGOS DE LA ACTIVIDAD

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:** TROFEO VALLE DEL GUADALHORCE

**FECHAS:** 25 Y 26 DE NOVIEMBRE DE 2023

**LUGAR:** ALHAURÍN EL GRANDE (MÁLAGA)

**MODALIDAD:** ORIENTACIÓN A PIE Y TRAIL-O

### 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 portará su propio avituallamiento. No se facilitará durante la prueba, solo en la línea de Meta.** 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 extremará la precaución con el tráfico rodado** (vehículos, etc.).

### RIESGOS PÚBLICO EN GENERAL

En cuanto al público asistente, los riesgos más comunes podrían ser eventuales caídas por tropiezos ya que nos encontramos en una zona natural boscosa, pero con amplia red de senderos.

## PROCEDIMIENTO DE AVISO DE EMERGENCIA EN CASO DE INCIDENTE

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 N del 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.

## PROTECCIÓN DEL 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.

## 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 <http://www.clubcoma.org>

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.

## PARTICIPACIÓN CON MASCOTAS

En aplicación del artículo 20.3 de la NORMATIVA 2021 LIGA ANDALUZA O-PIE Y SPRINT La participación acompañados de perros debe ser informada por el deportista en el apartado de observaciones de SICO en el momento de la inscripción. Los participantes, acompañados de animales de compañía, saldrán por un pasillo paralelo a los cajones de salida (con estructura similar a las salidas tarde), para evitar así coincidir con los otros participantes del mismo minuto en los cajones de salida. Se advierte que el poseedor de un animal es responsable de los perjuicios que causare, aunque se le escape o extravíe, y deberá responder ante una posible infracción de la Ley de Caza, o de los daños o perjuicios que pudieran ocasionar al medio ambiente y/o a terceros. La organización no se hará responsable de los incumplimientos de aquellos participantes o acompañantes que no observen esta prohibición, ni por parte de terceros ajenos a la prueba que acudan a dicha zona sin tener nada que ver con el desarrollo del evento. Se ruega a todos los participantes la máxima colaboración.

## QUÉ HACER POR ALHAURÍN

- [CASA MUSEO ANTONIO GALA](#)
- [FIESTAS Y EVENTOS](#)
- [RUTAS HISTÓRICAS Y CULTURALES](#)
- [SENDERISMO Y CICLOTURISMO](#)
- [MUSEOS](#)
- [HISTORIA](#)

## INFO & CONTACTO

- <http://www.clubcoma.org>
- [secretariocom@gmail.com](mailto:secretariocom@gmail.com)



## MAPA ANTIGUO



# IV PRUEBA LIGA ANDALUZA TRAIL-O 2023

## PRESENTACIÓN DE LA PRUEBA



Desde el Ayuntamiento de Alhaurín el Grande, la Federación Andaluza de Orientación (FADO) y el club de orientación COMA de Málaga os damos la bienvenida a la IV Prueba de la Liga Andaluza de Orientación 2023.

La celebración de esta prueba se enmarca dentro del desarrollo de un completo fin de semana en el que podrás disfrutar del deporte de Orientación en la Sierra de Alhaurín.

Previamente a la prueba de Trail-O se celebrará una prueba de OPie de la liga andaluza en la modalidad de media distancia dentro del “Trofeo Valle del Guadalhorce” que tendrá lugar durante todo el fin de semana.

La zona de competición de Trail-O se desarrolla en las faldas de la sierra que abraja al pueblo en un terreno en el que se conjuga el microrelieve con terrenos más clásicos para el Trail-O.

La información contenida en el presente boletín de TrailO se irá actualizando en las siguientes páginas web:

Web FADO: <https://federacionandaluzaorientacion.es/trofeo-valle-del-guadalhorce/>

Web Trail-O FADO: <https://federacionandaluzaorientacion.es/home/modalidad-trail-o/>

Web COMA: <https://clubcoma.org/cp-15a-prueba-del-circuito-provincial-alhaurin-el-grande-25-nov/>

## ORGANIZACIÓN (prueba TrailO)

**Director de la Prueba:** Juan Emilio Montero Sánchez

**Trazador:** Juan Emilio Montero Sánchez

**Secretaría TrailO:** M<sup>a</sup> Carmen Palacio

**Logística:** Club COMA

## ¿QUÉ ES EL TRAIL-O (ORIENTACIÓN DE PRECISIÓN)?

- La orientación de precisión (Trail-O) es una de las cuatro modalidades que tiene el deporte de la orientación.
- Es una disciplina de orientación centrada en la lectura de mapas.
- Los orientadores de Trail-O deben identificar en los puntos de control, que se muestran en el mapa, si hay una baliza en ese punto, y que además cumpla con la descripción de control.
- Las competiciones se realizan por un camino y no se puede salir de él.
- En esta disciplina se ha eliminado el rendimiento físico para permitir la participación de competidores con movilidad reducida. Como la competición se hace desde la distancia, tanto los discapacitados como los participantes sin discapacidades compiten en términos de igualdad.
- La disciplina se ha desarrollado para ofrecer a todos, incluidas las personas con movilidad limitada, la oportunidad de participar en una competición inclusiva. Donde no hay distinción ni discapacidad, edad, sexo o cualquier otra circunstancia.
- El Trail-O, a cualquier nivel, requiere habilidades de lectura de mapas e interpretación del terreno. A un nivel avanzado, también se incorpora la velocidad en la toma de decisiones de los competidores.
- Es una competición individual, donde no está permitido hablar, ya que es motivo de descalificación.

Más información: [Documentación TRAILO FADO](#)

## CATEGORÍAS

- **Open-Élite:** sin límite de edad, sexo o condición física
- **P-élite,** categoría ADAPTADA, sólo podrán participar aquellos corredores que hayan sido reconocidos como categoría P por la Federación Internacional de Orientación (IOF)
- **Sub 16:** menores que cumplan 16 años o menos en 2023, con independencia de sexo o condición física
- **Iniciación:** modalidad de promoción

## INSCRIPCIONES A LA PRUEBA

Las inscripciones estarán abiertas en el sistema SICO hasta las 23:59 del 17 de Noviembre y con RECARGO de 3€ hasta el 19 de Noviembre. No se admitirán inscripciones posteriores.

C.C. para ingreso: UNICAJA **IBAN ES65 2103 2060 6133 0003 4798**

A la hora de hacer el ingreso no olvidar enviar justificante de pago al correo [secretariocoma@gmail.com](mailto:secretariocoma@gmail.com) especificando claramente en el apartado "CONCEPTO" los datos del corredor (nombre, apellidos y club) y "ALHAURIN"

Link en SICO-FEDO: <https://sico.fedo.org/carrera.php?id=20161493>

## PROGRAMA (TRAIL-O)

**SÁBADO 25 DE NOVIEMBRE DE 2023**

14:00 – Apertura centro de competición Trail-O

15:15 – Primera salida

16:15 – Última salida

17:15 – Cierre de meta

18:00 – Entrega premios

## JURADO TÉCNICO

Director de la prueba: Juan Emilio Montero Sánchez

Presidente de próxima prueba: Juan Antonio López Pérez

Participante por sorteo: P/D

Juez Controlador, miembro de comisión TrailO o Deportista experiencia: Carlos Otero Ramírez

# INFORMACIÓN TÉCNICA DE LA PRUEBA

## Mapa

Realizado por Mario Rodríguez (Cart-O) en julio y septiembre de 2022

Revisión del mismo por Antonio Guerrero (a curva de nivel) en octubre y noviembre de 2023

Escala: 1: 3.000    Equidistancia: 5m

Distancia de competición: 180m

Para evitar la congestión de puntos en el mapa, éste se imprimirá dos veces en la hoja que se entrega a los participantes. Los puntos de control se alternarán entre las dos impresiones del mapa, como se ve en el ejemplo de la imagen.

## Comentario de los trazadores

El terreno en el que se desarrolla la prueba combina varias zonas claramente diferenciadas de microrelieve con otras zonas de orientación de precisión clásica. El participante deberá analizar el terreno, sus elementos más destacados y tomar rápidas decisiones para no incurrir en penalizaciones.



Debido a la gran cantidad de elementos similares existentes en el terreno, se han dibujado los más destacables para la resolución de los problemas para dar mayor legibilidad al mapa. El participante tendrá que reconocer esos elementos para una correcta lectura del mapa.



Existen en la zona numerosas zonas con piedras de escasa altitud que se han dibujado representando piedras dispersas o zona pedregosa (puntos negros dispersos) y no la situación exacta de cada piedra. Los símbolos 204 y 205 (círculos negros de diferente diámetro) sí representan a piedras de cierta entidad en sus ubicaciones.

## Formato y desarrollo de la prueba

La prueba se desarrollará en la modalidad “Sprint” aprobada recientemente por la IOF. Se trata de una modalidad que premia el número de aciertos, así como la rapidez en obtenerlos. En caso de empate en número de aciertos, gana el que menos tiempo haya empleado en su resolución.

Las posibles respuestas a los problemas serán “A”, si hay una baliza en el centro del círculo o “Z” si no la hay. No hay puntos de decisión, por lo que el orientador tendrá que localizar los mejores puntos de visión para resolver los diferentes retos. Habrá una baliza por problema, ya esté en su sitio (respuesta “A”) o no lo esté (respuesta “Z”)

Se podrá contestar a los problemas en el orden que se quiera, si bien se han enumerado los problemas siguiendo el orden que se estima óptimo, aunque algún punto puede no seguir este orden debido a cambios de última hora por vegetación o similares.

Se recomienda tener siempre en cuenta la descripción de controles antes de picar una respuesta.

Se establece una penalización de 1 fallo adicional por cada minuto o fracción que sobrepase el tiempo establecido.

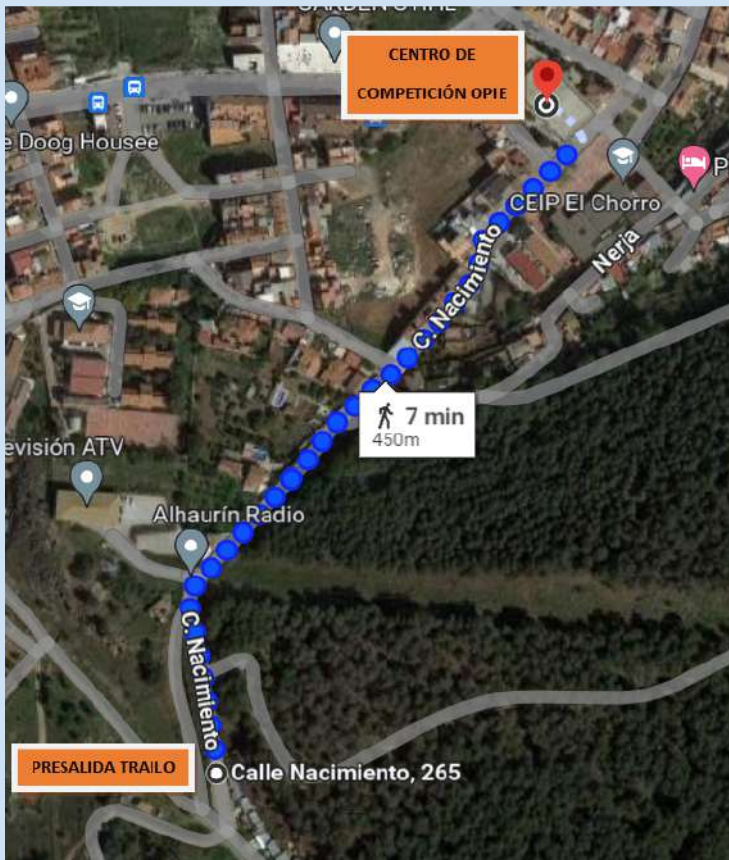
Debido al formato de la prueba, todas las categorías tienen el mismo número de desafíos. Lo único que cambia es el tiempo máximo para solucionarlo.

## Desarrollo de la prueba

**El sistema de respuestas será con pinza manual y tarjeta de control en papel.** Los participantes traerán su propia pinza, en caso de no disponer de una, la organización prestará una gratuitamente.

**El control de tiempos se hará mediante SPORTIDENT**

La distancia desde el Centro de Competición a la presalida de TrailO es aproximadamente de 600 metros con un desnivel pronunciado. Se estiman unos 15 minutos de camino.



## PARKING TRAIL-O

Si bien hay algo de aparcamiento en la presalida del Trail-O, este es escaso, por lo que estará reservado para los participantes de categoría P. Se recomienda usar los aparcamientos de la prueba de por la mañana y estará también autorizado el uso del aparcamiento de la organización a partir de las 14:00 horas. En cualquier caso, **no se permitirá acceder a la presalida del TrailO hasta las 14:00.**

Una vez allí, se facilitará a los participantes la tarjeta de respuestas y se les indicará cuándo pueden ir hacia la salida.

Desde la presalida a la salida hay una distancia aproximada de 300 metros con un desnivel de 40 metros. Habrá un **tramo "ONE WAY" de unos 150 metros, en el que no está permitido pararse ni volver atrás,** salvo que sea estrictamente necesario. Es obligatorio llegar a la salida por la ruta marcada.

Cuando llegue a la salida, el participante limpiará, chequeará, picará en la base de salida, se le entregará el mapa y comenzará la prueba.

Una vez finalizada la prueba, el participante entregará la tarjeta de resultados y picará en la baliza de meta (por este orden), momento en el que le contará el tiempo total. Tras picar la meta, el participante abandonará en silencio la zona de competición.

A los participantes en silla de ruedas se les permitirá ir en coche directamente a la salida del Trail-O (se les indicará el camino en la presalida)

## UBICACIONES

- Centro de competición OPie: [Centro de competición OPie](#)
- Presalida TrailO: [Presalida TrailO](#)

## CONTROLES Y TIEMPOS LÍMITE EN CADA CATEGORÍA:

	NÚMERO DE PROBLEMAS	TIEMPO MÁXIMO	TIEMPO MÁXIMO CLASE P SILLA
OPEN ÉLITE	24	30'	
P-ÉLITE	24	33'	36'
SUB-16	24	30'	
INICIACIÓN	24	40'	

## Tolerancia respuesta ZERO:

Tolerancia 4 metros. Si hay una baliza a menos de 4 m del lugar correcto, la respuesta NO será Zero. En todo caso, esto solo se aplica al competidor, no a la organización, que colocará siempre las balizas en el lugar correcto (cuando aplica)

En controles situados en elementos de área o lineales sin referencias cercanas o elementos lejanos, la tolerancia será claramente superior a 4 metros.

## RESULTADOS Y PUNTUACIONES

Para todas las categorías la clasificación se establecerá conforme al número de respuestas acertadas restando las penalizaciones si las hubiere y, en caso de empate, se tendrá en cuenta el tiempo en realizar la prueba para establecer la clasificación final.



# ALOJAMIENTOS

## Viviendas turísticas en casco urbano Housing in urban area

### CASA MANZANARES BIJOU (12 pax)

Calle Cruz, nº45

Tel. 951576919

[www.cuboshomes.com](http://www.cuboshomes.com)

### VILLA LUCIA (9 pax)

Partido del Zángano, 31

Tel. 951576919

[www.cuboshomes.com](http://www.cuboshomes.com)

### HACIENDA MORENOS (10 pax)

Ctra. Cártama Nº 103

Tel. 629689197

## Descubre & Disfruta nuestra Región Discover & Enjoy our Region



### OFICINA MUNICIPAL DE TURISMO

#### MUNICIPAL TOURISM OFFICE

CALLE REAL, 12 - ALHAURÍN EL GRANDE

Tel: 952 49 94 84

[www.alhaurinelgrande.es](http://www.alhaurinelgrande.es)

[turismo@alhaurinelgrande.es](mailto:turismo@alhaurinelgrande.es)

 @VisitAlhaurinElGrande



Etiqueta de sostenibilidad  
Sustainability label



## Alhaurín el Grande



### Hoteles / Hotels

### Apartamentos / Apartments

Viviendas turísticas en  
casco urbano  
Housing in urban areas

## Hoteles / Hostel Hotels

### ALHAURIN GOLF HOTEL \*\*\*\*

Ctra. Alhaurín el Grande - Fuengirola, Km. 0.5.

Tel. 952595800

[www.alhauringolfhotel.com](http://www.alhauringolfhotel.com)

### H. EL MIRADOR. \*\*\*

Ctra. Málaga- Alhaurin el Grande, km 10.

Tel. 952490789

[www.hotelesmirador.net/es](http://www.hotelesmirador.net/es)

### FINCA LA MOTA

Partido Urique, 50

Tel. 952490901

### HOSTEL BACKPACKERS LA GADITANA

Calle Molinos de Arriba, 35

Tel. 662 43 92 99 / [www.backpackerslagaditana.com](http://www.backpackerslagaditana.com)

### TOTTAM ART&HEALTHY GARDEN

Camino de las Alacraneras, Nº 1

Tel. 607 923 008 / [www.tottamexperience.com](http://www.tottamexperience.com)

## Apartamentos Apartments

### APT. CASA SARDINA (20 pax)

Calle Real, Nº2.

Tel. 952 49 00 14

### CUBOS HOLIDAY HOMES

C. Guerrero Gajete, 13, local 2

Tel. 951576919

<https://www.cuboshomes.com/>

### APT. MAYTE (4 pax)

Calle San Juan de la Cruz

Tel. 951576919 / [www.cuboshomes.com](http://www.cuboshomes.com)

### APT. VILLA INTMA LUXURY (6 pax)

Urb. Alhaurin Golf, Conjunto Vista Sierra

Tel. 951576919 / [www.cuboshomes.com](http://www.cuboshomes.com)

### APT. FERIA (6 pax)

Avda. Alcalde Antonio Solano nº 12

Tel. 951576919 / [www.cuboshomes.com](http://www.cuboshomes.com)

## Viviendas turísticas en casco urbano Housing in urban area

### CASA 44 B&B (6 pax)

Calle Piedras, 44.

Tel. 651090337 / [www.casa44spain.com](http://www.casa44spain.com)

### CASA VIRGEN DE LOS REMEDIOS (6 pax)

Calle Virgen de Los Remedios Nº 2

Tel. 951576919 / [www.cuboshomes.com](http://www.cuboshomes.com)

### CASA FIGUIG (10 pax)

Calle Ntra. Sra. Del Rosario Nº 4

Tel. 951576919 / [www.cuboshomes.com](http://www.cuboshomes.com)

### CASA FLAMINGO (4 pax)

Calle Manuel de Falla, Nº 4

Tel. 685 22 51 26

[www.casaflamingomalaga.com](http://www.casaflamingomalaga.com)

### CONVENTO 53 (4 pax)

C/Convento, Nº 53

Tel. 634 40 29 12

[www.facebook.com/Convento53](http://www.facebook.com/Convento53)