

CEOP Catalunya

Campionat d'Espanya d'Orientació & Orienteering Meeting

2026

Cap de Rec,
Lles de Cerdanya
2-5.04.2026
orientacio.cat



O-CATALUNYA
CURSES D'ORIENTACIÓ
DE CATALUNYA

Butlletí 2

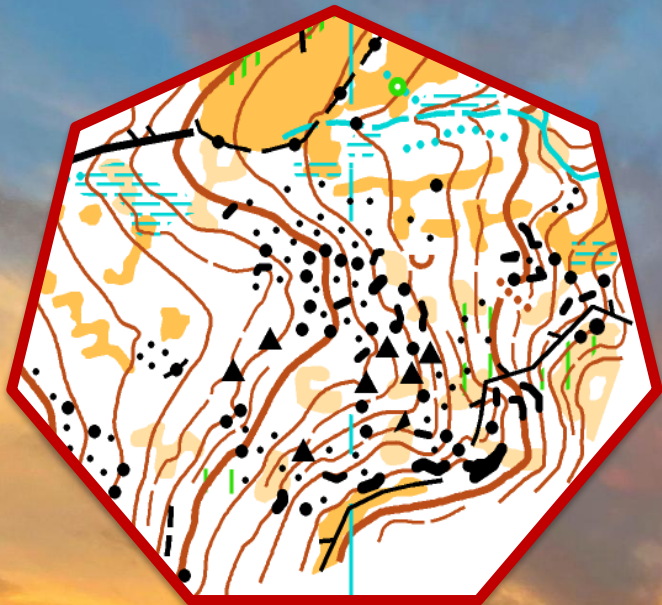


Introducció

Els Campionats d'Espanya d'Orientació a peu 2026 seran organitzats per la **Federació de Curses d'Orientació de Catalunya (FCOC)** del 2 al 5 d'abril a **Lles de Cerdanya** i **La Seu d'Urgell**, a les comarques de la Cerdanya i l'Alt Urgell.

Aquest esdeveniment dona continuïtat al **Catalunya O-Meeting** sota el paraigua de la marca **O-Catalunya**, aprofitant l'aprenentatge del WMOC.

Els Pirineus catalans acolliran aquesta edició, amb proves de bosc en terrenys de gran qualitat tècnica i competicions sprint altament exigents, amb l'objectiu d'oferir la màxima qualitat tant en els traçats com en l'organització, i garantir una experiència inoblidable per a tots els esportistes.





Prova

Els Campionats d'Espanya d'Orientació constaran de **tres curses** (Mitja, Llarga i Relleus), a més d'una **cursa Sprint** (La Seu d'Urgell), que també forma part de la **Lliga Espanyola Sprint**.

Totes les curses (excepte els relleus) formen part del circuit **WRE – World Ranking Event** de la Federació Internacional d'Orientació (IOF).

En paral·lel, es disputaran **dues curses sprint addicionals** (dijous i divendres), així com una àmplia oferta d'**entrenaments de qualitat** a la zona. Més informació:

<https://orientacio.cat/o-catalunya/training-camp/>

Data	Modalitat	Lloc
28/03/26 al 1/04/26	Entrenament	Cerdanya i Font Romeu*
Dijous 2/04/26 (10.00h)	Model Event	Cap de Rec
Dijous 2/04/26 (15.00h)	P1 Sprint	Bellver
Divendres 3/04/26 (10.00h)	E1 Mitja (WRE) CEOP	Cap de Rec
Divendres 3/04/26 (15.00h)	P2 Sprint	Castellciutat
Dissabte 4/04/26 (10.00h)	E2 Llarga (WRE) CEOP	Cap de Rec
Dissabte 4/04/26 (15.00h)	E3 Sprint (WRE) CEOP I entrega de premis Mitja, Llarga i Sprint	La Seu d'Urgell
Diumenge 5/04/26 (10.00h)	E4 Relleu Clàssic CEOP I entrega de premis del relleu	Cap de Rec

*Pendent de confirmació per part de les autoritats forestals franceses.

Zones Embargades

D'acord amb la normativa de la Lliga Espanyola d'Orientació a Peu, es defineixen les següents **zones embargades** amb dues tipologies::

- **Zona d'embargament estricte:** cap participant ni persona associada pot accedir-hi des del moment de la publicació del butlletí.
- **Zona d'embargament parcial:** cap participant ni persona associada pot accedir-hi durant les 4 hores prèvies a l'inici de la competició. Abans d'aquest període no està permès entrenar ni utilitzar mapes d'orientació dins la zona, tot i que sí que s'hi pot caminar.





Ubicació i accessos

La **vall de la Cerdanya** forma l'altiplà més gran dels Pirineus, envoltat de muntanyes de més de 2.500 m d'altitud i situat just a la frontera amb França i Andorra. Històricament ha estat una zona de trànsit important, principalment per als desplaçaments entre països europeus.

A la part central s'hi troba **Lles de Cerdanya**, un petit poble de muntanya amb menys de 300 habitants i diversos nuclis dispersos al vessant sud de la muntanya. A la zona més assolellada, per sota dels 2.000 m, hi ha el **Refugi de Muntanya de Cap de Rec**, situat al costat d'una de les estacions d'esquí nòrdic i de muntanya del municipi, fet que el converteix en un punt de partida clau per a innumbrables rutes i camins per explorar els Pirineus.

La Seu d'Urgell és la capital de l'Alt Urgell i la frontera física entre Catalunya i Andorra. Amb més de 12.000 habitants, ofereix la major part dels serveis locals i disposa d'un nucli antic especialment interessant des del punt de vista històric i arquitectònic.

L'accés a Cap de Rec és mitjançant 15 km de carretera de muntanya asfaltada en molt bon estat des de la població de **Martinet**, situada al punt més profund de la vall i travessada per la carretera nacional **N-260 (Puigcerdà – La Seu d'Urgell)**.

Opcions d'accés recomanades:

- Avió: Aeroport de la Seu d'Urgell-Andorra o Aeroport de Barcelona (150 km)
- Tren: Barcelona-Sants (150 km) o Puigcerdà (25 km)
- Cotxe: des de Lleida (150 km)



Reglaments i categories

El CEO 2026 es regeix pels **reglaments i normatives de la Federació Espanyola d'Orientació (FEDO)**.

Les categories es poden consultar al Reglament de la Lliga Espanyola d'Orientació a Peu, al Reglament dels Campionats d'Espanya i al Reglament d'Orientació a Peu al web de la FEDO: <https://www.fedo.org/web/competicion/o-pie/reglamentos> i en la taula de categories en aquest [document](#).



Cronometratge

S'utilitzarà el sistema de cronometratge **SPORTident**, tant clàssic com **AIR+**. Les targetes admeses són **SI-6, SI-8, SI-9, SI-10, SI-11, ComCard Up i Pro, i SIAC**. Hi haurà estacions de **"SIAC Battery Test"** disponibles.

Els canvis en el número de targeta SPORTident després del tancament d'inscripcions tindran un cost de **3 € per canvi** si es fa amb antelació, o **5 €** si es canvia després que el corredor hagi finalitzat la competició.



Els resultats s'imprimiran per a cada corredor a l'arribada, es publicaran al web de l'esdeveniment i es proporcionaran mitjançant un sistema de resultats en directe utilitzant la plataforma **liveresultats**, amb la possibilitat de controls ràdio durant el recorregut.

Els corredors retirats **han d'informar obligatòriament a l'arribada a la carpa SPORTident** per descarregar la seva targeta, per motius de seguretat i per evitar cerques innecessàries.

Dorsals

Les categories M-Elit i W-Elit tindran un dorsal exclusiu, que s'haurà de recollir en l'Event Centre. Tota la resta de categories hauran d'utilitzar el seu dorsal propi de la FEDO.

Els corredors estrangers rebran un dorsal extra, Les categories OPEN no han de portar-ne.

Els dorsals son obligatoris i han de ser visibles a la sortida.

Mapes antics

Tots els mapes antics de la zona es poden consultar en els següents links:

- [Cap de Rec](#) (Club Badalona Orientació)
- [La Seu d'Urgell and Castellciutat](#) (Club Xino Xano Orientació)
- [Bellver](#) (Club Xino Xano Orientació)





Inscripcions

Les inscripcions per a corredors espanyols i portuguesos (amb o sense llicència) s'han de fer a través de la plataforma **SICO**: sico.fedo.org a partir del **15-01-2026**.

Les inscripcions per a corredors internacionals s'han de fer a través d'**Orienteering Online** a partir del **15-01-2026**.

*Els participants de les categories **ME** i **WE** han de proporcionar el seu **número WRE ID** durant la inscripció per obtenir punts del Rànquing Mundial.

Totes les inscripcions s'han de fer **individualment per a cada participant**.

La data límit d'inscripció per a totes les categories (oficials i no oficials) és el **24/03/2026 a les 23:59:59**.

Només els **clubs FEDO** o els inscrits a Orienteering Online poden fer els pagaments per transferència bancària al compte: **ES28 2100 0884 1702 0034 3848 (FCOC)**

El justificant de pagament s'ha d'enviar per confirmar la inscripció a:

o-catalunya@orientacio.cat

Corredors Catalans, Espanyols i Portuguesos (FEDO/FPO)				
Competició	M/F Elit M/F 21-70	M/F 12-20 U-10	Groc	Taronja, Vermell i negre
Llarga / Mitja	14,00 €	9,00 €	9,00 €	14,00 €
Sprint / Relleu	9,00 €	9,00 €	9,00 €	9,00 €
Corredors Internacionals (IOF clubs)				
Competició	M/F Elit M/F 21-70	M/F 12-20 U-10	Groc	Taronja, Vermell i negre
Llarga / Mitja	20,00 €	15,00 €	15,00 €	20,00 €
Sprint / Relleu	15,00 €	15,00 €	15,00 €	15,00 €
Corredors Espanyols sense llicència (assegurança inclosa)				
Competició	M/F Elit M/F 21-70	M/F 12-20 U-10	Groc	Taronja, Vermell i negre
Llarga / Mitja	-	-	13,00 €	18,00 €
Sprint / Relleu	-	-	13,00 €	13,00 €

*5€ per llogar un SI9 per totes les categories.

Entrada a Espanya: Per entrar a Espanya com a turista, tots els ciutadans de qualsevol estat membre de la Unió Europea, Suïssa, Noruega, Islàndia i Liechtenstein només necessiten un passaport vàlid o document nacional d'identitat. Per a altres nacionalitats o qualsevol consulta, es recomana consultar el següent enllaç: [Ministeri de l'interior / Entrada a Espanya](#).



Serveis

Tots els serveis addicionals s'han de reservar durant tot el procés, a la **mateixa plataforma d'inscripció**, abans de la data límit.

Allotjament en pavelló (terra dur)

L'allotjament en pavelló estarà situat a **Bellver de Cerdanya**, amb una petita zona adjacent on es permetrà acampar amb tenda.

Normes de l'allotjament en pavelló:

- **Preu:** 6,00 €
- **Obertura:** dijous **02/04/2026** a partir de les **19:00**
- **Tancament:** diumenge **05/04/2026** a les **10:00**
- **Places limitades**, assignades per ordre d'inscripció (nombre a confirmar al Butlletí 2)
- L'accés estarà controlat; **caldrà presentar un document d'identitat**
- No es permet menjar dins la zona de descans per mantenir la neteja
- L'ús de tendes només està permès a la zona d'acampada; els esportistes que utilitzin tendes dins del pavelló seran **desqualificats**

L'allotjament en pavelló és un recurs valuós i essencial per al nostre esport. Si no es cuida adequadament, pot desaparèixer; és responsabilitat de tothom preservar-lo.

Espai per infants

Per facilitar la participació de les famílies, hi haurà una **zona per infants**, molt a prop del Centre de Competició, **gratuïta** i gestionada per una empresa externa (**Som Petits**).

Per garantir un nombre adequat de monitors, aquest servei gratuït **s'ha de reservar amb antelació**.

Circuit infantil (Correlín)

Els nens i nenes petits podran gaudir d'un **circuit curt** a prop del Centre de Competició durant tot el cap de setmana.

Per garantir un nombre suficient de mapes, aquest servei s'ha de reservar amb un **cost de 2 € per cursa**.

Model Event

Es realitzarà un **Model Event en bosc** al mapa **Cap de Rec**.

Els mapes impresos es podran recollir a la secretaria durant l'horari d'obertura i al Centre de Competició.

Els mapes s'han de reservar amb antelació amb un **cost de 5 € per mapa**.





Aparcament

Totes les zones es poden consultar al [mapa de localitzacions](#).

Centre de Competició de bosc – Vehicles particulars

L'aparcament per a les competicions de bosc estarà situat en una zona designada a prop del Centre de Competició i al llarg del camí d'accés al refugi, entre **0 m i 2 km** del CC segons l'ordre d'arribada.

Com que aquesta zona es troba dins d'un parc natural i l'espai és limitat, la gestió del trànsit és essencial durant els dies de competició (**3, 4 i 5 d'abril**).

L'accés a la zona de competició aquests dies requereix una **contribució de 15 € per vehicle** (menys de 5 m de longitud).

Els vehicles amb **7 o més ocupants** tindran **accés gratuït** per reduir emissions i ocupació d'espai.

Les autocaravanes de més de 5 metres no poden utilitzar aquest espai com a aparcament.

Centre de Competició de bosc – Vehicles per pernoctar

A causa de l'espai limitat per pernoctar al Centre de Competició, es recomana que autocaravanes i furgonetes aparquin a zones designades als pobles del riu Segre i comparteixin el transport fins al Centre de Competició amb altres participants, ja sigui en vehicles privats o taxis compartits. (Empreses locals: <https://www.vilabetriu.com/es/> o <https://www.autocareslleida.es/>)

Al centre de competició hi haurà un nombre limitat de places de pernoctació amb un **preu de 45 €/vehicle** per pernoctar des de dijous 02-04-2026 fins diumenge 05-04-2026. **Places exhaurides des del 7 de febrer; llista d'espera per correu a o-catalunya@orientacio.cat.**

A la **Seu d'Urgell s'habilitarà un aparcament gratuït per a autocaravanes** per als participants al CEO (caldrà sol·licitar aquest servei en el moment de la inscripció amb un cost de 0 €), amb un nombre de places molt elevat, però sense serveis. Just al costat de l'aparcament d'autocaravanes del CEO hi ha l'aparcament oficial de la Seu, aquest sí amb algun cost i amb serveis per a autocaravanes, gestionat per l'Ajuntament com habitualment.

Per a aquestes persones (i també qualsevol participant que ho sol·liciti) **s'habilitarà un autobús** de l'organització amb sortida a les 6.30 h de l'estació d'autobusos de la Seu d'Urgell, que es troba a 600 m de l'aparcament d'autocaravanes, amb un **preu de 24,5 €/persona** que inclou el transport d'anada i tornada des de la Seu fins a Cap de Rec els dies 3, 4 i 5 d'abril de 2026 (8,2 €/dia).

Novetat en el Butlletí 2!

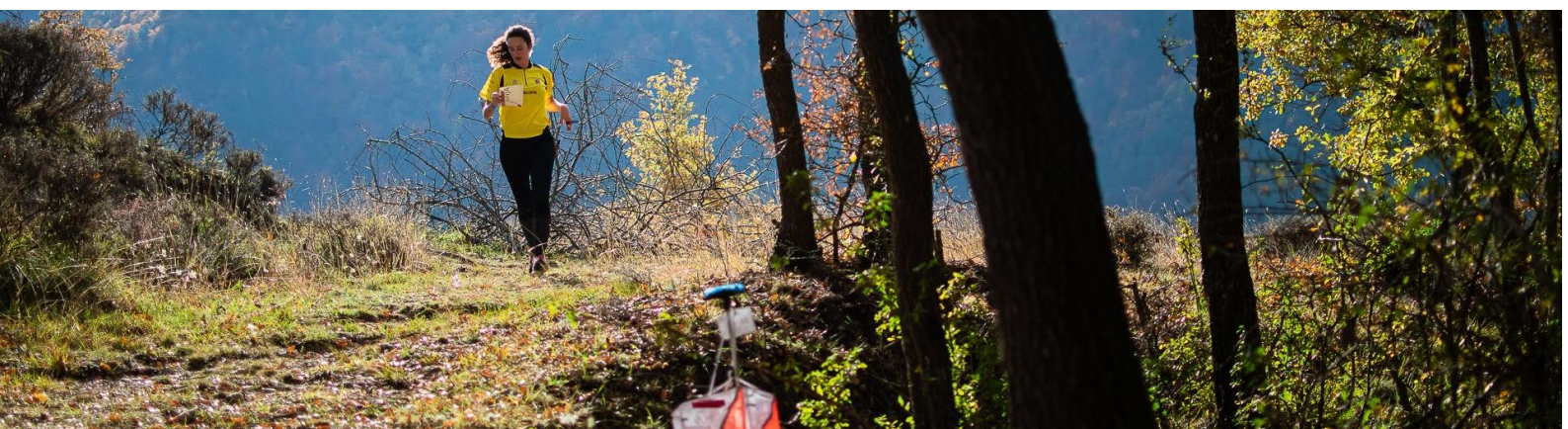
Senyal identificatiu

Es facilitarà un **distintiu identificatiu** per a cada vehicle a la secretaria, que serà comprovat a l'entrada. No mostrar-lo pot comportar la **desqualificació**.

L'estacionament nocturn a la vora de la carretera està estrictament prohibit, i la policia aplicarà les sancions corresponents.

La Seu d'Urgell i Bellver (tots els vehicles)

No hi ha aparcament oficial. Cal seguir la **senyalització viària oficial**, i es poden trobar zones adequades al mapa de localitzacions.





Protecció ambiental

Ens trobem dins d'un **parc natural**, per la qual cosa s'han de respectar estrictament les normes mediambientals:

- **Residus zero:** no es pot deixar res al bosc ni al Centre de Competició.
- **Ús de lavabos:** ús obligatori dels lavabos de competició, evitant residus orgànics a prop del Centre de Competició.
- **Circulació restringida:** està totalment prohibit circular fora de les vies asfaltades.
- **Prohibició de foc:** fumar o encendre foc a les zones de competició està estrictament prohibit per prevenir incendis forestals.

Pla B

En els darrers anys, tant a Catalunya com a la resta d'Espanya, hem tingut molts exemples de complicacions i cancel·lacions de competicions pels efectes climatològics adversos, ja siguin relacionats amb la pluja, el fred o la calor. Per aquest motiu, des de l'organització del CEO 2026 s'ha treballat per reduir al màxim aquests riscos i es disposa d'un **Pla B que garanteix córrer orientació en bosc** per a tots els esportistes inscrits al campionat.

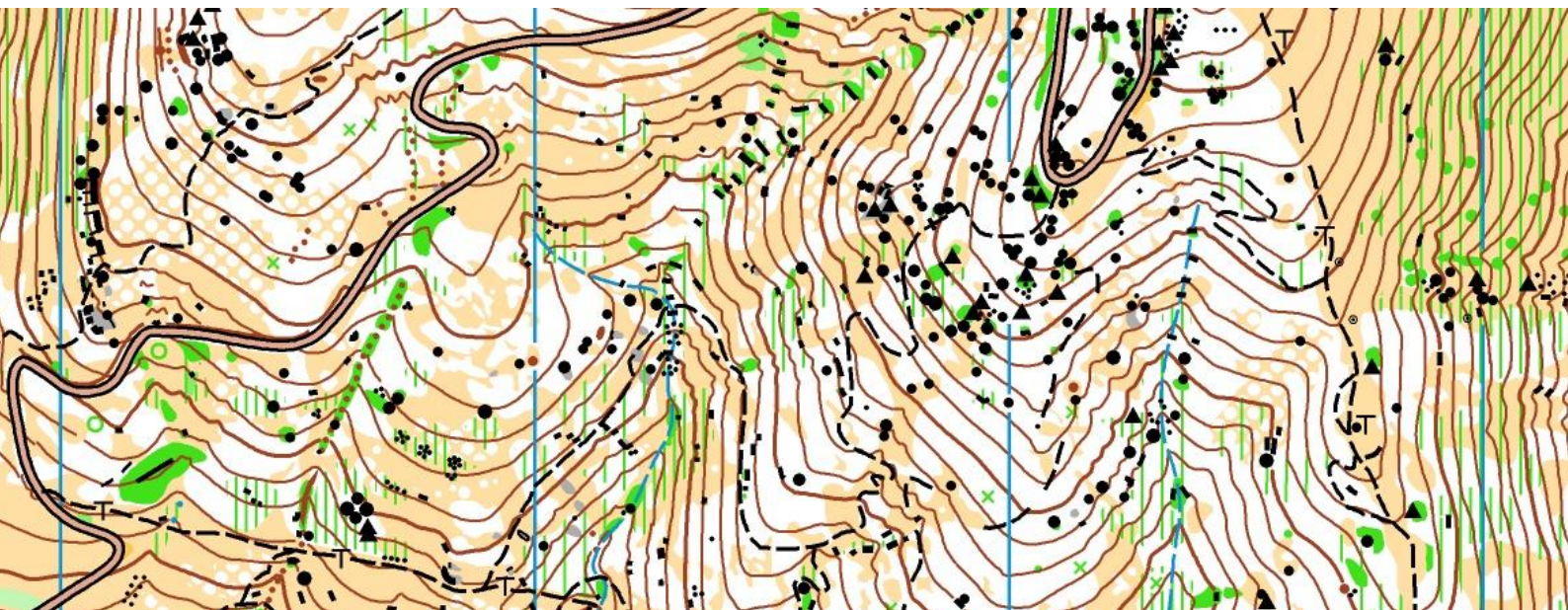
Aquest Pla B es basa en la **utilització del mapa de bosc de Bellver de Cerdanya**, un mapa de bosc del club Xinoxano situat entre 1.000 i 1.300 metres d'altitud sobre el nivell del mar, que redueix la possibilitat de neu al bosc a gairebé 0 durant el mes d'abril.

Aquest Pla B implica que des de l'organització s'ha treballat en la **realització d'un mapa nou en aquesta zona**, la confecció d'uns traçats provats i maquetats que estaran disponibles per ser impresos a última hora, i una organització logística d'aparcament, centre de competició, moviment d'esportistes i utilització d'espais per garantir que, en cas de necessitat d'implementar el Pla B, tot continuï de manera planificada i estructurada, sense improvisacions.

L'activació del Pla B es farà de manera conjunta entre l'organització i les autoritats locals (Ajuntament i Generalitat), i serà sempre amb l'únic objectiu de garantir la seguretat de tots els esportistes, espectadors i organitzadors.

En cas d'activació del Pla B, s'avisarà amb la màxima antelació possible els esportistes mitjançant el correu electrònic facilitat en el moment de la inscripció (SICO o Orienteering Online), així com a través del web de la FCOC (orientacio.cat) i de les xarxes socials de la competició (@o-catalunya), per informar de manera precisa i ràpida. L'objectiu serà comunicar-ho amb la màxima anticipació i permetre a tothom una bona planificació dels seus desplaçaments.

Novetat en el Butlletí 2i



El Mitja WRE (Cap de Rec)

La mitja distància es disputarà el **divendres 3 d'Abril** al matí a Cap de Rec, Lles de Cerdanya.

Cartografia: Mario Vidal y Mario Rodríguez

Traçats: Pau Llorens y Marc Serrallonga

Escala i equidistància: 1/7.500 o 10/000 - 5m

Sortida: 1,4km y 100m de desnivell per una pista forestal

S'aporta el [punt de sortida](#) perquè tothom pugui treballar en les seves hipòtesis.

No hi ha Pre-Sortida

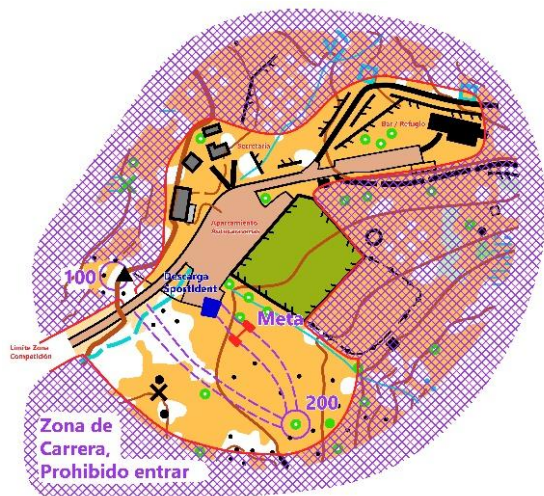
Temps màxim de cursa: 120 minuts

Notes del Traçador/a:

Per a aquesta mitja distància s'ha escollit el millor terreny possible per generar una dificultat molt alta, combinada amb trams de velocitat elevada i fins i tot alguna elecció de ruta, incloent-hi, com és evident, algun tram de baixada que pot generar diferències entre els millors.

Els esportistes han d'estar preparats per a un traçat on es necessiten diferents habilitats per aconseguir el màxim rendiment i on caldrà mantenir la concentració fins al final.

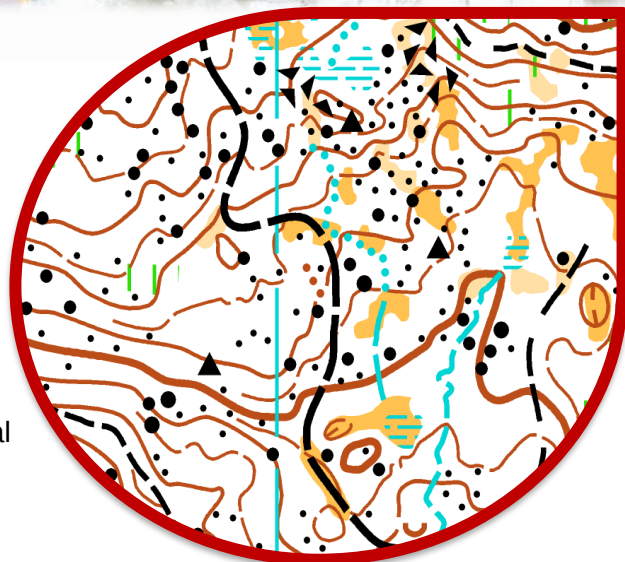
Centre de competició:



Aspectes a tenir en compte:

Totes les categories tindran dos controls amb un tram obligatori, que seran els dos darrers controls. El primer serà el control 100 i el segon el control 200. Entre ambdós controls hi haurà un recorregut marcat i obligatori, que també continua després del 200 fins a la meta.

*No s'accepten preferències d'hora de sortida per a cap categoria (encara que s'hagin sol·licitat al SICO), segons la normativa de la FEDO per als Campionats d'Espanya.



Distancias y desniveles				
Categ.	Km	m+	Contr.	Escala
ME	5,2	210	18	10.000
FE	4,2	175	14	10.000
U10	2,2	40	12	7.500
F12	2,4	45	14	7.500
F14	2,9	85	16	10.000
F16	3,1	110	13	10.000
F16-18	2,7	70	13	10.000
F18E	3,7	115	16	10.000
F20E	4,0	125	15	10.000
F21A	3,7	115	16	10.000
F21B	2,5	80	12	10.000
F35A	3,7	130	14	10.000
F35B	2,6	70	12	10.000
F40	3,4	115	13	10.000
F45	3,0	85	13	10.000
F50	2,7	65	13	10.000
F55	2,6	60	12	7.500
F60	2,4	60	11	7.500
F65	2,1	50	11	7.500
F70	2,0	45	10	7.500
F75	2,0	35	10	7.500
M12	3,0	75	13	7.500
M14	3,6	95	17	10.000
M16	3,9	125	17	10.000
M16-18	2,8	95	14	10.000
M18E	4,3	160	18	10.000
M20E	4,7	180	17	10.000
M21A	4,0	135	17	10.000
M21B	3,5	90	15	10.000
M35A	4,2	155	17	10.000
M35B	3,3	115	13	10.000
M40	4,1	145	16	10.000
M45	3,7	130	15	10.000
M50	3,4	125	13	10.000
M55	3,2	100	14	7.500
M60	2,9	80	15	7.500
M65	2,5	65	12	7.500
M70	2,4	60	11	7.500
M75	2,3	55	11	7.500
Open Amarillo	2,0	35	11	7.500
Open Naranja	2,4	50	14	7.500
Open Rojo Fem.	3,3	95	15	10.000
Open Rojo Masc.	3,3	95	15	10.000
Open Negro Fem.	4,1	145	17	10.000
Open Rojo Masc.	4,1	145	17	10.000

E2 Llarga WRE (Cap de Rec)

La llarga distancia es disputarà el **dissabte 4 d'abril**
al matí a Cap de Rec, Lles de Cerdanya.

Cartografia: Mario Vidal y Mario Rodríguez
Traçats: Pau Llorens y Annabel Valledor
Escala i equidistància: 1/15.000, 10 o 7.5 - 5m

Sortida: a 100 metres del Centre de Competició.
No hi ha Pre-Sortida

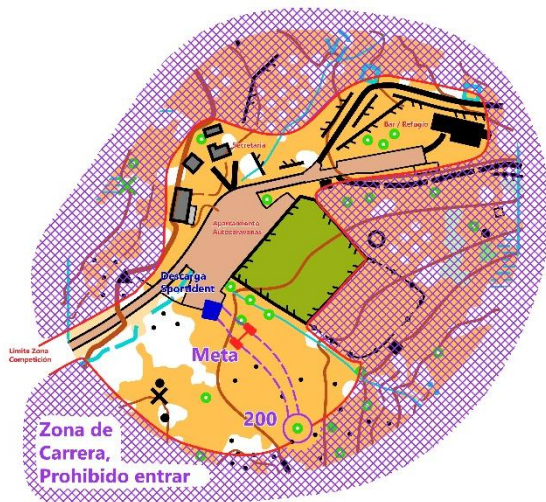
Temps màxim de carrera: 180 minuts

Notes del Traçador/a (Pau & Annabel):

La llarga serà una cursa exigent on les eleccions de ruta més llargues seran les que marcaran la diferència, tant per la distància recorreguda com per les diferents superfícies per on transcorreran, amb canvis constants, tot i que previsibles per als esportistes si interpreten correctament el mapa.

El component físic serà important, però també l'habilitat d'avançar de manera fluida pel bosc, a causa de la quantitat d'elements tant de pedra com de vegetació i d'aigua que poden alentar la cursa.

Centre de competició:

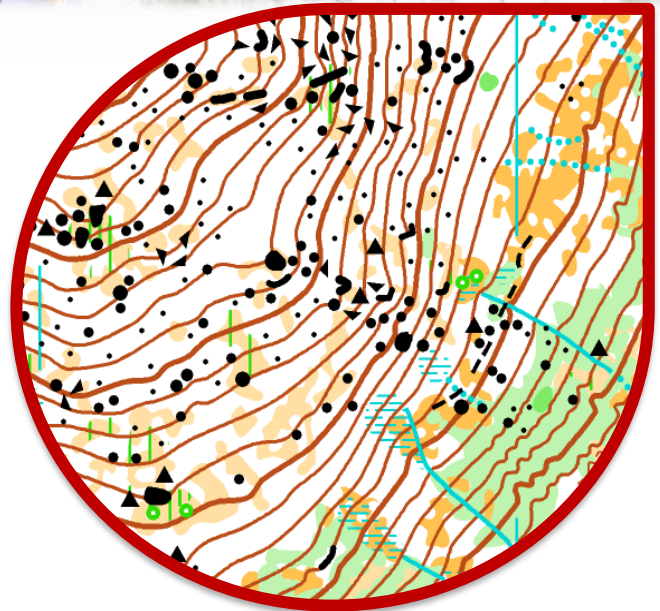


Aspectes a tenir en compte:

La dispersió s'aplica a les categories Elit per garantir l'esportivitat en el WRE entre esportistes nacionals i internacionals, seguint les indicacions de la DT de la FEDO i reduint a 2' els intervals de sortida.

*Aquest sistema de dispersió es pot aplicar a altres categories en funció del nombre d'inscrits, que es publicarà al butlletí 3 un cop finalitzades les inscripcions..

**No s'accepten preferències d'hora de sortida per a cap categoria (encara que s'hagin sol·licitat al SICO), segons la normativa de la FEDO per als Campionats d'Espanya.



Distancias y desniveles					
Categ.	Km	m+	Contr.	Escala	Dispersió
ME	11,9	655	28	15.000	Si
FE	9,5	480	23	15.000	Si
U10	1,9	100	10	7.500	No
F12	3,0	160	13	7.500	No
F14	4,8	260	14	10.000	No
F16	4,8	260	16	10.000	No
F16-18	5,7	310	15	10.000	No
F18E	6,7	375	16	15.000	No
F20E	7,7	415	16	15.000	No
F21A	7,3	385	15	15.000	No
F21B	4,4	240	17	10.000	No
F35A	7,0	405	18	10.000	No
F35B	4,8	260	16	10.000	No
F40	5,7	310	15	10.000	No
F45	4,5	245	15	10.000	*Butlletí 3
F50	3,6	195	14	10.000	No
F55	3,0	160	13	7.500	No
F60	2,7	159	14	7.500	No
F65	2,4	130	13	7.500	No
F70	2,0	110	12	7.500	No
F75	1,7	90	10	7.500	No
M12	2,4	130	13	7.500	No
M14	6,0	325	14	10.000	No
M16	6,0	325	16	10.000	No
M16-18	7,0	405	18	10.000	No
M18E	8,6	455	19	15.000	No
M20E	10,5	530	23	15.000	No
M21A	8,5	435	18	15.000	No
M21B	6,0	325	16	10.000	No
M35A	9,4	515	22	10.000	No
M35B	6,1	335	19	10.000	No
M40	8,2	445	21	10.000	No
M45	7,6	435	22	10.000	*Butlletí 3
M50	6,8	385	20	10.000	*Butlletí 3
M55	6,0	325	19	7.500	*Butlletí 3
M60	5,4	295	14	7.500	No
M65	4,8	260	13	7.500	No
M70	4,2	230	12	7.500	No
M75	3,6	195	10	7.500	No
Open Amarillo	2,4	130	12	7.500	No
Open Naranja	3,6	195	14	7.500	No
Open Rojo Masc.	3,6	195	16	10.000	No
Open Rojo Fem.	3,6	195	16	10.000	No
Open Negro Masc.	6,0	325	18	10.000	No
Open Negro Fem.	6,0	325	18	10.000	No

E3 Sprint WRE (La Seu d'Urgell)

La distància sprint es disputarà el **dissabte 4 d'abril** a la tarda a La Seu, l'Alt Urgell.

Cartografia: **club Xinoxano**

Traçats: **Pau Llorens y Marc Serrallonga**

Escala i equidistància: **1/4.000 - 2m**

Sortida 1 (elit): en el mateix Centro de Competició.

Sortida 2 (resto de categories): a 100 metres del CC.

No hi ha Pre-Sortida

Temps màxim de cursa: 50 minuts

Notes del Traçador/a (Pau & Marc):

L'esprint serà una cursa molt ràpida a causa del poc desnivell que ofereix la part antiga de la Seu d'Urgell, de manera que la velocitat serà el factor que generarà la dificultat per als esportistes a l'hora d'escollir la millor elecció de ruta.

Les tanques artificials també hi afegiran un punt extra de sorpresa i, ben segur, exigiran al màxim a tots aquells que hagin pogut estudiar el mapa antic.

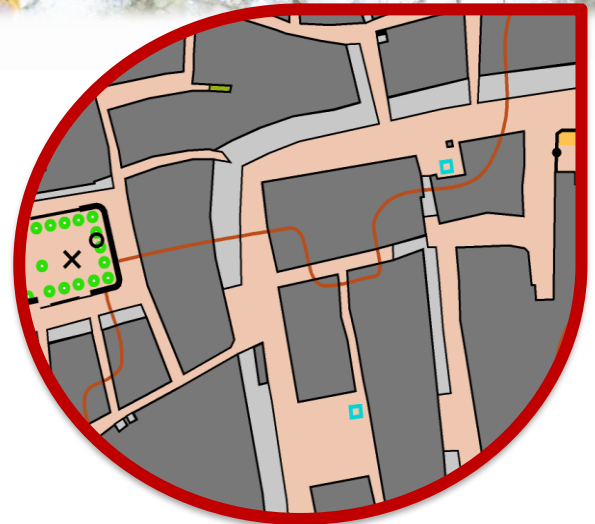


Centre de competició

Categories elit:

Per oferir el màxim espectacle i animar de prop els i les esportistes de la categoria elit, **sortiran des de la mateixa plaça** on hi ha el centre de competició. A més, a diferència de la resta de categories, **els/les Elit tindran pas per espectadors** (marcant el control 200 dues vegades), per generar una exigència màxima per als esportistes i perquè, juntament amb el nostre equip de speakers, puguem saber en tot moment com avança la competició.

* Les categories amb Map Flip es confirmaran al butlletí 3.



Distancias y desniveles

Categ.	Km	m+	Contr.	Map Flip
ME	3,8	40	19	Si
FE	3,2	40	18	Si
U10	1,4	15	12	No
F12	2,1	15	14	No
F14	2,4	15	16	No
F16	2,5	35	13	No
F16-18	2,5	35	13	No
F18E	2,8	40	16	*Butlletí 3
F20E	3,0	40	15	*Butlletí 3
F21A	2,7	40	16	*Butlletí 3
F21B	1,9	35	12	*Butlletí 3
F35A	2,7	40	14	*Butlletí 3
F35B	1,9	35	12	*Butlletí 3
F40	2,3	35	13	*Butlletí 3
F45	2,0	35	13	*Butlletí 3
F50	1,9	25	13	No
F55	1,6	15	12	No
F60	1,4	15	11	No
F65	1,1	15	11	No
F70	1,0	15	10	No
F75	0,9	15	10	No
M12	2,4	35	13	No
M14	2,7	35	17	No
M16	2,9	35	17	No
M16-18	2,7	35	14	No
M18E	3,2	40	18	*Butlletí 3
M20E	3,3	40	17	*Butlletí 3
M21A	3,0	40	17	*Butlletí 3
M21B	2,5	35	15	*Butlletí 3
M35A	3,0	40	17	*Butlletí 3
M35B	2,3	35	13	*Butlletí 3
M40	2,8	40	16	*Butlletí 3
M45	2,5	35	15	*Butlletí 3
M50	2,4	35	13	No
M55	2,1	25	14	No
M60	1,9	25	15	No
M65	1,7	15	12	No
M70	1,4	15	11	No
M75	1,1	15	11	No
Open Amarillo	0,8	15	11	No
Open Naranja	1,5	15	14	No
Open Rojo Masc.	2,3	35	15	*Boletín 3
Open Rojo Fem.	2,3	35	15	*Boletín 3
Open Negro Masc.	2,9	35	17	*Boletín 3
Open Negro Fem.	2,9	35	17	*Boletín 3

E4 Relleus Clàssics (Cap de Rec)

Els relleus clàssics es disputaran el **diumenge 5 d'abril** al matí a Cap de Rec, Lles de Cerdanya.

Cartografia: Mario Vidal y Mario Rodríguez

Traçats: Pau Llorens y Lleí Viles

Escala i equidistància: 1/7.500 o 10/000 - 5m

Sortida: en el Centre de Competició

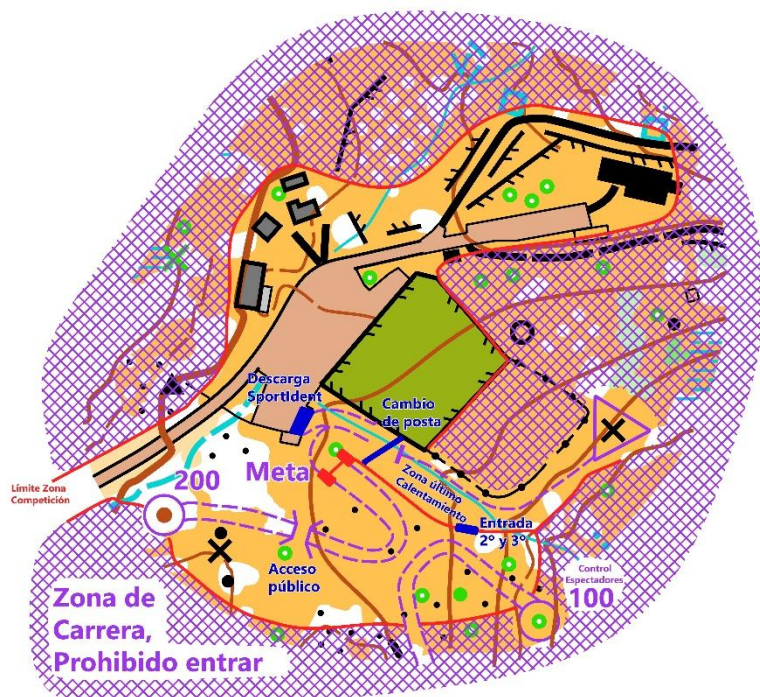
Temps màxim de cursa: 270 minuts

Notes del Traçador/a:

El relleu és la competició més emocionant i els traçats s'han dissenyat pensant que el control sigui la clau per aconseguir un bon resultat, amb controls de dificultat molt alta i on la dispersió serà evident per a tothom, combinant zones de diferent velocitat i exigència.

El pas per espectadors afegirà un punt d'emoció i caldrà estar atents a la darrera part de la cursa.

Centre de competició:



Distancias y desniveles

Categ.	Km	m+	Contr.	Escala
M-SENIOR	5,1	210	15	10.000
F-SENIOR	4,2	170	13	10.000
F-ALEVÍN	2,3	95	11	10.000
M-ALEVÍN	2,5	110	11	10.000
F-INFANTIL	2,5	110	11	10.000
M-INFANTIL	3,1	130	11	10.000
F-CADETE	3,0	120	12	10.000
M-CADETE	3,9	130	15	10.000
F-JUNIOR	3,9	140	15	10.000
M-JUNIOR	4,6	175	14	10.000
F-VETERANO A	3,9	145	15	10.000
M-VETERANO A	4,3	180	13	10.000
F-VETERANO B	3,0	110	11	10.000
M-VETERANO B	3,9	145	15	10.000
F-VETERANO C	2,5	95	10	7.500
M-VETERANO C	3,3	120	13	7.500
F-VETERANO D	2,1	50	10	7.500
M-VETERANO D	2,5	90	10	7.500

Aspectes a tenir en compte:

El control 100 és el pas per espectadors, que estarà situat al 80-85% de la cursa. El control 200 és l'últim control abans d'entrar a meta.

Ambdós controls són obligatoris per a tots els participants en totes les categories, i el temps entre els dos controls serà d'entre 3 i 5 minuts; per tant, recomanem que just després del pas pel control d'espectadors la següent posta ja entri a la zona d'espera.



Mario Vidal Triquell
mvidaltr@gmail.com



Mario Rodríguez
www.mapasorientacion.com
mapasorientacion@gmail.com

Notes del cartògraf (Mario & Mario)

El conjunt de terrenys que constitueixen els mapes que acolliran les proves de bosc del CEO 2026 discorren en un espai situat a una altitud que va dels 1.800 als 2.200 m, raó per la qual ens trobem amb unes característiques inherents a l'alta muntanya. Així, podem afirmar que **permetran desenvolupar la pràctica totalitat de les tècniques de navegació** gràcies a la riquesa que abasten pel que fa a les diferents temàtiques de l'orientació en bosc.

Orografia, vegetació, elements rocosos, elements d'aigua, etc. es distribueixen per zones dins la globalitat del mapa. Tots els elements representats tenen prou entitat per figurar-hi i les seves dimensions superen els mínims normatius, sense cap desviació en les especificacions simbòliques.

Pel que fa al **tipus de roca** present, es pot trobar en forma de roquissars alineats a diferents altures, mentre que en altres ocasions les roques apareixen individualitzades i clarament distingibles entre si; però en alguna zona la seva agrupació, fins i tot amuntegament, dona lloc a la representació de veritables caos rocosos. També hi són presents els característics rius de pedra amb vores recognoscibles.

L'aigua és present arreu en forma de zones pantanoses, de les quals s'ha intentat definir les làmines, i de torrents que transporten aigua de manera permanent.

Pel que fa a la **vegetació**, a les àrees on hi ha color verd no s'ha de menystenir, ja que representa un fre real a l'avanç. Un altre condicionant en aquest àmbit és la presència de brancatge al terra fruit de les neteges forestals, que impedeix una progressió que en altres parts és a altes velocitats, sempre que no ens hàgim d'enfrontar al fort pendent de determinades zones del mapa.

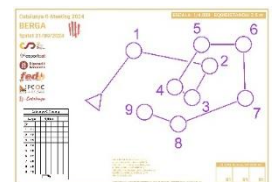
En definitiva, un mapa d'altres prestacions, amb varietat tècnica i moltes possibilitats, que estarà a l'altura de les exigències d'un Campionat d'Espanya.

Canvi de mapa (Map flip)

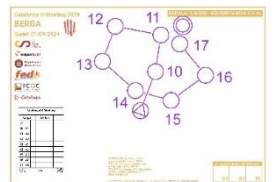
En algunes categories s'ha utilitzat aquest sistema per oferir una millor llegibilitat del mapa als/les participants. El sistema és l'anomenat «Map Flip», ja que el mapa està imprès a les dues cares del paper i l'esportista l'ha de girar.

Aquest sistema s'ha utilitzat a la cursa llarga únicament per a la categoria Elit (ME i FE) i també a l'esprint per a totes les categories amb més distància (es confirmarà en quines al butlletí 3).

CARA A



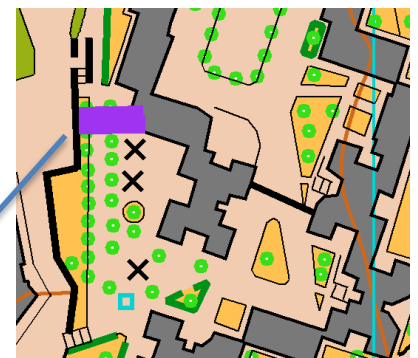
CARA B



Barreres artificials a l'Esprint

Per dificultar els recorreguts s'han col·locat barreres artificials a la cursa d'esprint. Aquestes barreres estaran marcades sobre el terreny amb una cinta de color vermell i blanc, sempre vigilades per personal de l'organització, i serà motiu de desqualificació saltar-ne o sobrepassar-ne alguna.

Aquestes barreres es representaran al mapa de manera precisa, tal com es pot veure a continuació, únicament amb el Símbol 708:



Símbolo 708

Límite de Zona Infranqueable

P1 Sprint (Bellver)

La primera cursa popular sprint es disputarà el dijous 2 d'abril a la tarda a Bellver.

Cartografia: **Sandra Rabassa y Carlos de Manuel**

Traçats: **Pau Llorens**

Escala i equidistància: **1/4.000 - 2,5m**

Sortida: a 300 metros del Centro de Competició.

No hi ha Pre-Sortida

Informació important:

L'esprint de Bellver es disputa al nucli urbà, amb un desnivell pronunciat a la seva part interior i envoltat de zones amb construccions més modernes. El Centre de Competició es troba just al costat del Suelo Duro i l'aparcament serà als carrers adjacents.

S'utilitzarà canvi de mapa a les categories amb més distància per millorar la llegibilitat del mapa i les eleccions de ruta.



Distancias y desniveles

Categ.	Km	m+	Contr.
ME - M20E	3,7	95	19
FE - F20E - M18E	3,1	85	18
M35A - M21A	2,9	80	15
F35A - F21A - Open Negro	2,7	75	15
M16 - M40 - F18E	2,5	75	14
F16 - F40 - M14 - M35B	2,3	70	15
M16-18 - M21B - M45 - Open Rojo	2,2	75	13
F14 - F16-18 - F21B - F35B	2,0	70	15
F45 - M12 - M50	1,9	65	14
F12 - F50 - M55 - Open Naranja	1,6	65	12
M65 - F55 - M60	1,4	55	12
F65 - F60 - M70 - F75 - M75 - F70	1,3	50	11
Open Amarillo - U10	1,3	45	10

P2 Sprint (Castellciutat)

La segona cursa popular sprint es disputarà el divendres 3 d'abril a la tarda a Castellciutat (La Seu).

Cartografia: **club Xinoxano**

Traçats: **Pau Llorens**

Escala i equidistància: **1/4.000 - 2,5m**

Sortida: a 500 metros del Centre de Competició

Hi haurà una Pre-Sortida de 10 minuts

Meta: a 1km del Centre de Competició

Informació important:

El petit nucli urbà de CastellCiutat conté una gran quantitat de petits carrerons i escales amb un desnivell molt pronunciat, cosa que genera un mapa de gran dificultat tècnica per a la modalitat d'esprint. Per aquest motiu s'utilitza canvi de mapa en totes les categories, fins i tot triple canvi (tots a la mateixa cara del paper) per als recorreguts més llargs, per permetre una correcta lectura del mapa.



Distancias y desniveles

Categ.	Km	m+	Contr.
ME - M20E	2,8	180	19
FE - F20E - M18E	2,4	120	18
M35A - M21A	2,2	110	15
F35A - F21A - Open Negro	2,0	100	15
M16 - M40 - F18E	2,0	100	14
F16 - F40 - M14 - M35B	1,7	85	15
M16-18 - M21B - M45 - Open Rojo	1,7	85	13
F14 - F16-18 - F21B - F35B	1,5	90	15
F45 - M12 - M50	1,5	90	14
F12 - F50 - M55 - Open Naranja	1,4	55	12
M65 - F55 - M60	1,2	40	12
F65 - F60 - M70 - F75 - M75 - F70	1,1	40	11
Open Amarillo - U10	1,0	35	10



Comitè Organitzador

Organitzador	Federació de Curses d'Orientació de Catalunya
Director de l'Event	Josep M. Santiago
Director Tècnic	Pau Llorens
Administració	Carlos de Manuel
Logística i Recursos Humans	David Tarrés
Cartografia	Mario Vidal, Mario Rodríguez
Traçats (Mitja, Llarga i Sprint)	Pau Llorens, Annabel Valledor, Marc Serrallonga
Cronometratge	Pau Comerma

Jurat Tècnic	
Controlador FEDO	Lourdes Cano (categoria) (club)
Representant dels clubs	Nom (categoria) (club)
Representant dels esportistes	Nom (categoria) (club)
Representant de l'Organització	Pau Llorens Caellas (M-E) (Club C.O.Berguedà)
Substitut	Nom (categoria) (club)

Contacte

Mail: o-catalunya@orientacio.cat

Organitzadors i Patrocinadors

