



C/ Rambla Guipúscoa, 23-25 4 C. 08018 Barcelona. Tel i Fax 93 303 30 29

ESPECIFICACIONS PER A COMPETICIONS MTB-O

FCOC - TEMPORADA 2025

Índex de contingut

1. FINALITATS I ÀMBIT D'APLICACIÓ D'AQUESTES ESPECIFICACIONS	2
2. CALENDARI – COPA CATALANA MTB-O 2025	2
3. CATEGORIES COPA CATALANA I CAMPIONAT DE CATALUNYA 2025.	2
4. CARACTERÍSTIQUES DE LES PROVES DE COPA CATALANA I DEL CAMPIONAT DE CATALUNYA	3
5. SISTEMA DE PUNTUACIÓ DE COPA CATALANA	4
6. CAMPIONATS DE CATALUNYA	5
7. CATEGORIES POPULARS	5
8. L·LICENCIES FEDERATIVES I QUOTES D'INSCRIPCIÓ.	6
9. ORGANITZADORS	6
10. ALTRES RECOMANACIONS ORGANITZATIVES	6
11. CONTROL DE VERSIONS	6

1. FINALITATS I ÀMBIT D'APLICACIÓ D'AQUESTES ESPECIFICACIONS

Aquestes especificacions estan basades en les normes recollides en el reglament de competicions MTB-O de la FCOC i regulen detalls concrets de les competicions del calendari oficial 2025 de la FCOC.

Totes les persones organitzadores, participants i cada una de les persones relacionades amb tota competició hauran de conèixer les presents especificacions i, davant de qualsevol problema, reclamació o infracció, no s'acceptarà la seva ignorància com a disculpa.

2. CALENDARI – COPA CATALANA MTB-O 2025

Data	Lloc	Club organitzador
15/02/2025	Tallada d'Empordà	Aligots
06/02/2025	Sant Jordi Desvalls, Campionat de Catalunya Mitja distància	Aligots
01/03/2025	Casserres	COB
08/11/2025	Albons	Farra-O

Per tal de disputar-se una Copa Catalana, hi ha d'haver un mínim de 3 proves.

Per incrementar el calendari, pot arribar-se a acords amb els organitzadors d'altres proves territorials, per tal que els corredors catalans puguin beneficiar-se de l'oferta dels calendaris.

Si existeix coincidència amb la lliga espanyola, les normes d'aquesta prevaldran per sobre les de la FCOC.

3. CATEGORIES COPA CATALANA I CAMPIONAT DE CATALUNYA 2025.

CATEGORIES OFICIALS:

Homes/Dones Elit: categoria absoluta. Categoria oberta.

Homes/Dones 21: Per sèniors de primer any o sense gaire pràctica de MTB. Categoria oberta

Homes/Dones 40: persones competidores de 40 anys o més.

Homes/Dones 50: persones competidores de 50 anys o més.

Homes/Dones 20: persones competidores de 20 anys o menys.

Homes/Dones 17: persones competidores de 17 anys o menys.

Homes/Dones 15: persones competidores de 15 anys o menys.

NOTA: En cas de menys de 3 inscrits, es consideraran categories desertes. La participació amb bicicletes elèctriques estarà permesa dins la categoria que pertorqui però fora de competició.

CATEGORIES NO OFICIALS: Es poden fer en grups

Open Negre: Per persones habituades a la pràctica de la btt, amb experiència en curses d'orientació però no federades.

Open vermell: Per persones habituades a la pràctica de la btt però amb poca experiència en curses d'orientació.

Open Taronja: Per persones poc habituades a la pràctica de la btt ni de les curses d'orientació.

Open Groc: Opcional per l'organització, circuit molt fàcil per nens i nenes.

4. CARACTERÍSTIQUES DE LES PROVES DE COPA CATALANA I DEL CAMPIONAT DE CATALUNYA

Quadre resum de les categories i relació Tècnica-Física dels competidors per categoria Oficial

	Nivell físic	Nivell tècnic	Nivell orientació
H-Elit	Alt	Alt	Alt
D-Elit	Mitjà-Alt	Mitjà-Alt	Alt
H-21	Mitjà-Alt	Mitjà-Alt	Mitjà-Alt
D-21	Mitjà	Mitjà	Mitjà-Alt
H40	Mitjà	Mitjà	Alt
D40	Mitjà-Baix	Mitjà	Alt
H50	Mitjà	Mitjà	Alt
D50	Mitjà-Baix	Mitjà	Alt
H20	Mitjà	Mitjà	Mitjà-Alt
D20	Mitjà-Baix	Mitjà	Mitjà-Alt
H17	Mitjà-Baix	Mitjà-Baix	Mitjà
D17	Mitjà-Baix	Mitjà-Baix	Mitjà
H15	Baix	Baix	Mitjà-baix
D15	Baix	Baix	Mitjà-baix

Nivell físic:

- **Alt:** El nivell físic alt, vol dir que aquest circuit ha de tenir més d'una pujada dura i / o intensa. Que la distància a recórrer ha de ser elevada
- **Mitjà:** El nivell físic mitjà, vol dir que aquest circuit ha de tenir alguna pujada dura i/o intensa. La distància a recórrer ha de ser una mica inferior al circuit amb una condició física alta.
- **Baix:** El nivell físic baix, vol dir que aquest circuit ha d'intentar evitar les pujades molt dures i/o intenses. La llargada del circuit ha de ser assequible

Nivell tècnic:

- **Alt:** El nivell tècnic alt no ha d'evitar trialeres, senderons i corriols. En algun moment es pot arribar a carregar la bici a les espatlles tant de baixada como de pujada, tot i això no vol dir que formi part de la ruta òptima.

- **Mitjà:** El nivell tècnic mitjà pot tenir alguna trialera, senderó o corriol. Poden haver-hi passos que requereixin posar peu a terra per superar-los. No es recomana que sigui tònica habitual.
- **Baix:** El nivell tècnic baix, ha de passar per camins amples i sense molts obstacles en ells, pot haver-hi algun pas una mica tècnic.

Nivell d'orientació:

- **Alt:** El nivell d'orientació alt, ha de significar eleccions d'itinerari en tots els trams i que les rutes òptimes no siguin evidents
- **Mitjà:** El nivell d'orientació mitjà, ha tenir eleccions d'itinerari i algunes d'elles poden ser evidents o més fàcils d'interpretar
- **Baix:** El nivell d'orientació baix, ha de significar que les eleccions de ruta siguin evidents o senzilles de prendre.

5. SISTEMA DE PUNTUACIÓ DE COPA CATALANA

5.1. Sistema de puntuació INDIVIDUAL

Per poder estar inclòs a les classificacions i al rànquing, cal tenir el carnet de lleure Catalunya Orientació, la llicència FEDO de la temporada vigent (tramitada per un club afiliat a la FCOC) o disposar de la llicència FCC de la temporada vigent.

En cas de no existir la COPA CATALANA per no arribar al mínim de proves, es pot organitzar un Open Català, amb el màxim de proves disponibles i que serà la suma de totes les proves realitzades.

5.2. La classificació final per a cada categoria es calcularà mitjançant la suma de les puntuacions segons el quadre següent (amb un mínim de 3, en tots els casos):

Curses Copa	Curses Puntuables
De 1 a 3	Totes
De 4 a 5	Totes -1
De 6 a 8	Totes -2

Els corredors de totes les categories se'ls assignarà la puntuació de la següent manera:

- Guanyador = 100 punts.
- Resta de corredors = $100 \times \text{temps del guanyador} / \text{temps del corredor}$.

Cada corredor podrà sumar els punts corresponents a una organització, aquests seran iguals a la puntuació màxima en una cursa que obtingui aquell corredor en aquella temporada.

Tot corredor que prengui la sortida en una prova de la Copa Catalana tindrà garantits 10 punts, malgrat no acabi la cursa per un abandó o una fita mal marcada.

La desqualificació per incomplir alguna norma del reglament (creuar passos prohibits, embrutar l'entorn, etc) no implica rebre la bonificació d'aquests 10 punts.

En les proves de la lliga nacional que coincideixen amb Copa Catalana és recomanable que els corredors mantinguin la categoria per obtenir els punts de la cursa, en cas de córrer en categories diferents, no puntuaran en aquella categoria que corren habitualment Copa Catalana.

Es prendrà la categoria d'un corredor segons la seva llicència. Si vol canviar, cal que ho assenyali prèviament al Comitè de MTB-O o no se li comptaran els punts.

Per evitar igualtat a punts a final de temporada, es tindran en compte el numero de primers llocs, segons, etc. Si al final segueix la igualtat a punts, guanyarà qui tingui millor resultat a l'última prova.

Els inscrits a categories per parelles puntuaran a nivell de Copa individualment i no per equip. Això permet anar canviant de parella durant l'any.

5.3. Sistema de puntuació per CLUBS

Es farà una classificació per clubs per a cada cursa. Al final de la temporada es proclamaran els clubs guanyadors amb la suma de totes les competicions oficials de la temporada .

Durant la temporada, el rànquing de clubs s'anirà actualitzant de manera contínua

Per l'elaboració de la puntuació de clubs en cada prova, se sumaran les 3 millors puntuacions de corredors de cada club. Aquests corredors poden pertànyer a qualsevol categoria. La puntuació aportada al club serà igual a la seva puntuació individual.

Quan un club organitzi una cursa, el club sumarà 270 punts (un 90% aproximadament dels punts màxims possibles), si així ho desitja.

Les parelles puntuen com equip, a nivell de puntuació de Clubs (una única puntuació).

6. CAMPIONATS DE CATALUNYA

Podran guanyar el títol de Campió/ona de Catalunya aquells participants amb llicència federativa de la FEDO o carnet de lleure Catalunya Orientació, ambdós tramitats a través d'un club d'orientació català, i que compleixin UN dels dos requisits següents:

- Haver nascut a Catalunya
- Disposar d'un certificat oficial de veïnatge català (tramitat per un registre civil de Catalunya)

7. CATEGORIES POPULARS

Les categories populars son categories no oficials de caràcter no competitiu, en les que no s'establirà una puntuació per a una classificació específica per a Copa.

No es diferenciaren categories per sexes, únicament s'establirà una classificació per circuit.

Els circuits open es poden realitzar de forma individual, per parelles o trios indistintament i no es farà cap distinció en la classificació per aquest motiu.

Els circuits proposats seran 4: Open negre, vermell, taronja i groc. No seran obligatoris, però sí seran recomanats en la seva inclusió en les proves de Copa Catalana.

7.1. Característiques dels circuits de la PEDALADA:

	Nivell físic	Nivell tècnic	Nivell lectura mapa
Open Negre	Alt	Alt	Alt
O. vermell	Alt	Mitjà	Mitjà
O. taronja	Mitjà	Mitjà	Baix
O. groc	Baix	Baix	Baix

7.2. Altres especificacions circuits populars:

- En la mesura del possible s'hauria d'aplicar sortida lliure amb "base de sortida"
- El circuit no hauria d'excedir dels 15 punts de control, la tarja de control recomanada és del tipus SI plana.

- El circuit Llarg, pot ser el mateix que el Parelles (oficial), encara que llavors s'ha de tenir en compte:
- El número de fites del circuit Parelles, s'ha de poder realitzar amb tarja plana.
- Els participants al C.Llarg tindran hores de sortida assignades.
- El circuit Curt, ha de ser apte per ser realitzat per un menor acompanyat d'un adult i es recomana que coincideixi amb el de la categoria Infantil. En aquesta categoria però caldrà que el menor la faci tot sol.
 - En les informacions tècniques s'hauria d'indicar el *IBP** aproximat de cada circuit. Els valors indicats a la taula són merament orientatius, de forma que cada organitzador és el responsable d'assignar els Índexs que cregui oportuns, sempre pensant en les característiques del circuit.

8. LLICÈNCIES FEDERATIVES I QUOTES D'INSCRIPCIÓ.

Consultar web FCOC: www.orientacio.cat

Apartat Llicències i Quotes:

[Llicències](#)

[preus inscripcions curses](#)

9. ORGANITZADORS

Els clubs organitzadors que no estiguin afiliats a la FCOC, hauran de presentar el contracte de Responsabilitat Civil que els cobreix davant de qualsevol imprevist. Hauran de signar un contracte d'organització amb la FCOC per tal de formalitzar la cessió de la organització.

Així mateix hauran d'abonar el cànon organitzatiu corresponents i tramitar les llicències temporals amb la FCOC. Podran sol·licitar la subvenció corresponent si compleixen els requisits.

El director tècnic de la prova ha de tenir tramitada la llicència federativa vigent amb la FEDO o el carnet associatiu català.

10. ALTRES RECOMANACIONS ORGANITZATIVES

10.1. Sortides:

Es aconsellable, muntar 2 sortides el suficientment espaiades entre les categories Oficials i No-Oficials. En les categories populars, al funcionar amb "base de sortida" es recomana fer una explicació personalitzada del funcionament de la prova previ a la sortida.

11. CONTROL DE VERSIONS

Versió	Data	Descripció
0.0	16.12.2013	Revisió 2014
1.0	03.02.2014	Aprovació Junta
1.0	09.02.2014	Publicació del document.
1.1	24.02.2014	Eliminació prova Vidreres i publicació
1.2	08.02.2015	Adaptacions 2015
1.3	14/01/2017	Adaptacions 2017
1.4	16/05/2017	Adaptacions 2018
1.5	19/03/2019	Adaptacions 2019
1.6	30/03/2021	Adaptacions 2021
1.7	14/03/2022	Adaptacions 2022
1.8	08/02/2022	Adaptacions 2022
1.9	23/01/2025	Adaptacions 2025