



Pruebas de Acceso Específicas 2020/2021



Felo Monzón
Grau-Bassas

Colaboran:



Enseñanzas Deportivas
Técnico Deportivo Media Montaña
y Barrancos

Federación Canaria
De Montañismo



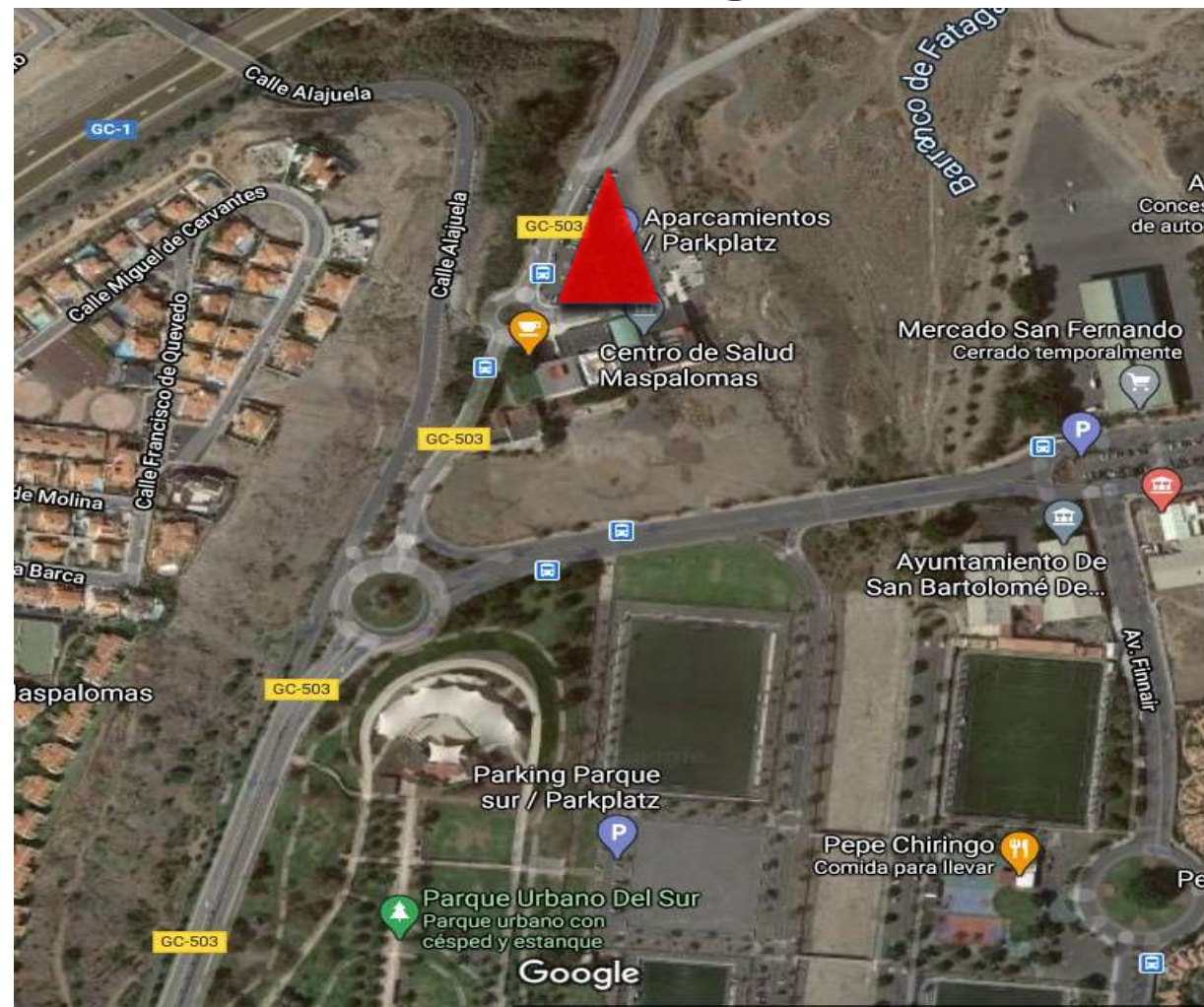
Gobierno de Canarias
Consejería de Educación,
Universidades y Sostenibilidad

Federación Gran Canaria
De Montañismo



PRUEBA DE ORIENTACIÓN. NIVEL 2 DE MEDIA MONTAÑA

- Fecha: Lunes 14 de septiembre
- Hora: 8:30 h.
- Lugar de encuentro:
<https://goo.gl/maps/gPaw18trVTrM6PrJ7>



NORMAS GENERALES Y PROTOCOLO COVID-19

- En caso de abandono, se debe acudir a cualquier miembro de la organización y notificarlo entregando el dorsal y el chip.
- Si alguien necesita ayuda durante la prueba, debemos atenderle adoptando las medidas adecuada de distanciamiento(si es posible), uso de mascarilla y guantes y comunicarlo a la organización en el teléfono de seguridad
- A parte de las descritas en este apartado, todas las que se detallen en el briefing de la prueba.
- Durante la espera para tomar la salida debemos usar mascarilla y/o mantener una distancia mínima de 1,5 m. entre los participantes.
- En caso de adelantar a un participante en el recorrido se debe avisar con antelación y guardar una distancia de 2 m en paralelo siempre que sea posible o parar, el que es adelantado, y dejar pasar mirando hacia lado contrario.



MATERIAL OBLIGATORIO Y RECOMENDABLE PARA LA PRUEBA

OBLIGATORIO

- Calzado adecuado para la prueba (se recomienda calzado específico de montaña con buena protección de tobillos).
- Mochila para transportar los 10 kg de peso.
- Manta térmica y silbato.
- Móvil cargado y con saldo.
- **Aparato para controlar el tiempo de realización de la prueba.**
- Prohibido el uso de GPS u otro dispositivo con geolocalización
- Comida y mínimo 1 l. de agua suficiente para la prueba (se recomienda entre 1,5 y 2 litros de agua).
- DNI o pasaporte (en todo momento con el aspirante) y dorsal bien atado en lugar visible
- 1 Mascarilla (recomendable 2 tipo quirúrgica)
- 1 Par de guantes de latex
- 1 bote 10 ml (mínimo) solución hidro-alcohólica



RECOMENDABLE

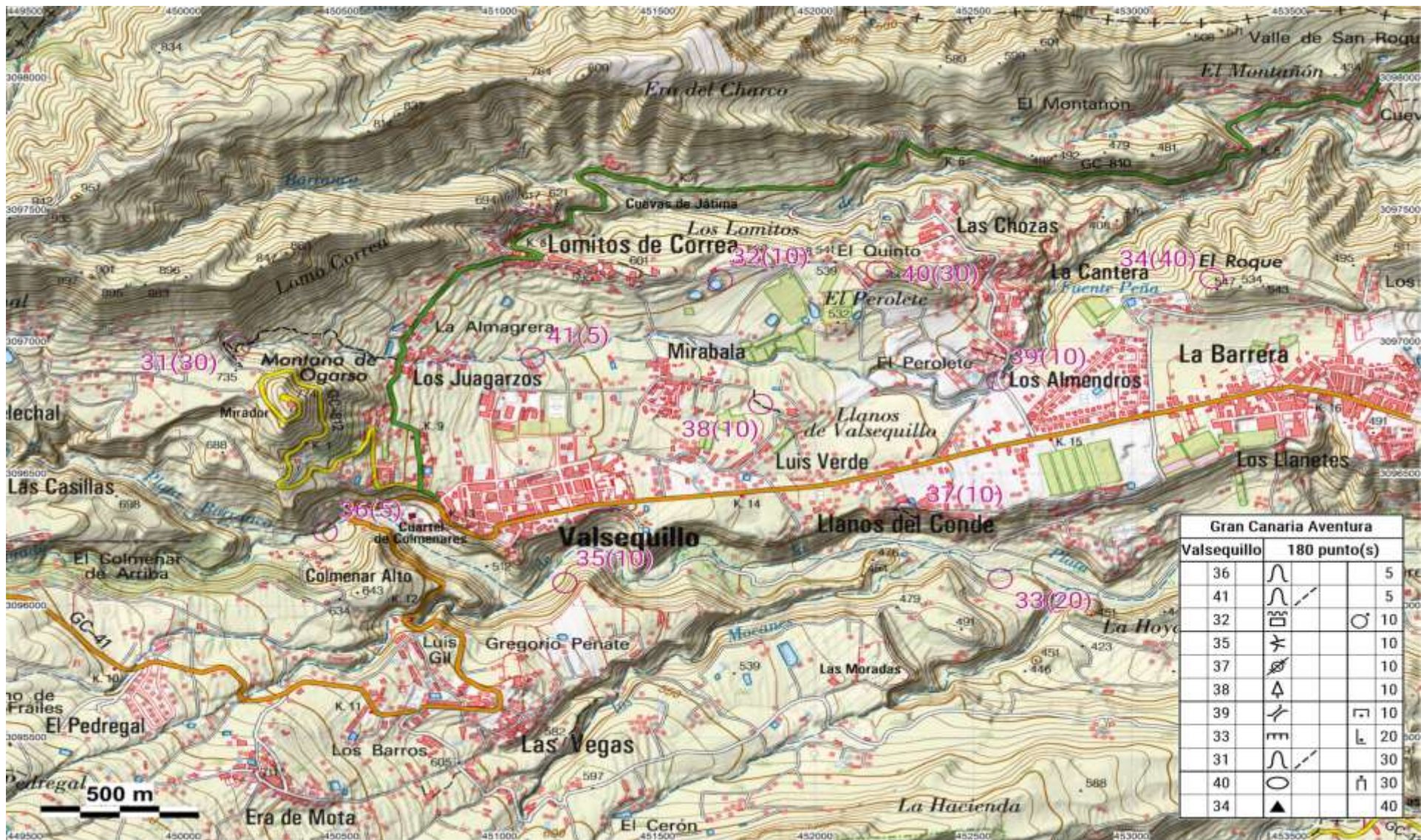
- Protección solar y gafas, gorro/gorra. (recomendable)
- Ropa técnica y adecuada al tipo de actividad, recorrido y época del año (transpirable, térmica, impermeable...).
- Polainas de orientación
- Botiquín básico de curas (recomendable).
- Brújula.



FICHA TÉCNICA DE LA PRUEBA

- Mapa: Topográfico a escala 1:20.000
- Equidistancia: **10 m**
- Distancia: mínima de 6 km
- Nº Balizas: Mínimo 6 balizas.
- Modalidad de la prueba: **SCORE.**
- Salidas: En grupos de 4-5 personas.
- Descripción de la prueba: Se debe localizar un número mínimo de balizas para completar **xxx** puntos en un tiempo máximo de **xxx** minutos. Cada 2 minutos de exceso en el tiempo restará 10 puntos.
- Cada baliza tendrá una puntuación (10, 20, 30... puntos), según su dificultad física y técnica. Dicha puntuación vendrá entre paréntesis a continuación del número de la baliza. Pe: 1(10), 31(20), 37(30),...





SISTEMA DE CONTROL Y CRONOMETRAJE

Para el control y seguimiento se utilizará el sistema sportident (Sistema de cronometraje homologado).



Cada baliza estará constituida por una baliza de orientación de 30 x 30 cm, que se encontrará a 0,5 m. mínimo del suelo.

El control del tiempo de ejecución es responsabilidad de cada participante, debiendo utilizar la estrategia que estime oportuna para entrar en tiempo con los puntos mínimos exigidos.

La prueba se considera superada cuando se entra en tiempo con la suma de puntos mínima.



NORMAS ESPECÍFICAS DE LA PRUEBA

- La prueba es de carácter individual, por lo que está prohibido seguir a otro participante.
- Si en algún momento se coincide con otra persona en la misma dirección y sentido debe facilitarse el paso del que vaya más rápido (si no hay posibilidad de distanciamiento mayor de 2 m).
- Se debe evitar realizar el seguimiento de otro corredor. En caso de reincidencia tras llamada de atención es motivo de descalificación.
- Cualquier miembro de la organización puede neutralizar a corredores susceptibles de seguirse.
- La mochila debe ser cargada en todo momento salvo con ocasión de beber líquido o coger comida.
- Es motivo de descalificación automática el uso de aparatos o aplicaciones con geolocalización.
- Cualquier miembro de la organización podrá tomar nota de las conductas incorrectas (uso de móvil u otro dispositivo, hablar entre participantes, dañar o mover de sitio una baliza,...) para su posterior penalización.

