

III ROGAINE DEL BERGUEDA

CASSERRES
13 GENER 2019

6H - COPA CATALANA
CAMPIONAT IBEROGAINE

3H - POPULAR
1'5H - POPULAR

ELS BENEFICIS DE LES
MODALITATS POPULARS ES
DESTINARAN A **La Marató 3**

INSCRIPCIONS I MÉS INFORMACIÓ: COB.ORIENTACIO.CAT

ft femturisme.cat **Altió** **ZANUJ** **MOM** **Diputació Barcelona** **Generalitat de Catalunya** **esportcat** **Peralba** **UNIO de FEDERACIONS Esportives de Catalunya** **FCOG** **FEDERACIÓ DE CIBERS** **ORIENTACIÓ DE CATALUNYA**

Butlletí 1

III
Rogaine
del
Berguedà

Casserres
13/01/2019

Presentació

La tercera edició del Rogaine del Berguedà coincideix aquesta vegada amb la segona edició del Rogaine de Casserres.

Aquesta competició d'orientació a la població de Casserres, sempre vinculada a "La Marató de TV3" s'ha convertit en un clàssic del principi de temporada. Des de 2012 en què es va realitzar la primera edició, s'ha alternat les edicions en diferents modalitats (O-Peu Rogaine) i en diferents mapes.

Però aquest any es convertirà en una competició oficial de 6h, formant part de la Copa Catalana de Rogaine de la Federació de Curses d'Orientació de Catalunya i també sent prova puntuable per a la classificació de la Selecció Catalana de Rogaine. Tot això sense descuidar la vessant popular (amb dues curses més curtes de 3h i 1.5h) ni la part solidària, ja que es destinaran tots els beneficis de les curses populars a La Marató de TV3.

Per això serà una edició especial que intentarà ajuntar aquesta tradició d'orientació que es viu al poble des de ja fa 6 anys amb una competició oficial, fent així que molts esportistes puguin conèixer el poble d'una manera diferent.

Així que us hi esperem a tots, corredors experimentats però també als més novells, per gaudir d'una jornada d'orientació amb un punt solidari.

Continguts:

Programa i horaris – Diumenge 13 de Gener de 2019.....	2
Centre de competició.....	2
Informació tècnica.....	3
Notes del traçador.....	3
Inscripcions Anticipades.....	4
Inscripcions fora de termini.	4
Categories.....	5
Col·laboració Iberogaine	5
Sistema de cronometratge.....	5
Material obligatori.	5
Avituallament.....	6
Dutxes i serveis.....	6
Element especial / Curiositat.	6
Beneficis per a La Marató de TV3	7
Contacte	7
Organitza	7
Col·labora	7

Programa i horaris – Diumenge 13 de Gener de 2019

Copa Catalana de Rogaine 6h

- 8.00 Obertura del centre de competició.
- 8.30-9.15 Recollida de Braçalets per Sportident.
- 9.15-9.30 Revisió de material i entrada al Parc Tancat (Pavelló d'esports).
- 9.40 Lliurament dels mapes
- 10.00 Sortida en massa de tots els equips
- 16.00 Arribada dels equips.
- 16.30 Tancament de meta.
- 16.30-17.00 Dinar popular.
- 17.30 Entrega de premis (s'avançarà tant com sigui possible).

Popular Rogaine 3h

- 8.00 Obertura del centre de competició.
- 8.00-9.00 Últimes inscripcions (Online!)
- 8.30-9.15 Recollida de Braçalets per Sportident.
- 9.15-9.30 Revisió de material i entrada al Parc Tancat (Pavelló d'esports).
- 9.40 Lliurament dels mapes
- 10.00 Sortida en massa de tots els equips
- 13.00 Arribada dels equips.
- 13.30 Tancament de meta.

Popular Rogaine 1.5h

- 8.00 Obertura del centre de competició.
- 9.00-10.00 Últimes inscripcions (Online!)
- 9.30-10.00 Recollida de Braçalets per Sportident.
- 10.15 Lliurament dels mapes
- 10.30 Sortida en massa de tots els equips
- 12.00 Arribada dels equips.
- 12.30 Tancament de meta.

Centre de competició

Estarà ubicat al pati de [l'Escola Princesa Làscaris de Casserres](#) i inclourà el Pavelló Municipal. (Passeig Bisbe Comellas, 63, 08693 Casserres).

L'aparcament serà en els carrers del voltant i sense un espai concret. Demanem respecte a l'hora d'aparcar per als veïns del poble però tothom podrà trobar espai proper, ja que és un poble amb moltes possibilitats d'aparcament.

Informació tècnica

El mapa de Rogaine de Casserres es va estrenar el 2017 i va ser realitzat per Pau Llorens. Podeu veure un exemple del mapa utilitzat [aquí](#).



L'hivern del 2018 s'ha ampliat un 300%, arribant a una àrea total de 45 Km quadrats.

L'escala s'ha ampliat a 25.000, per poder posar tota l'àrea necessària del mapa en un format A3 vertical per a les categories de 3h i 6h, i d'A4 horitzontal per a la categoria de 1.5h. Tot en paper waterproof.

Les corbes de nivell estan fetes a 10m i hi ha una corba mestra cada 50m.

No s'han dibuixat elements de vegetació.

Està **PROHIBIT travessar els camps de cultiu**, ja que la majoria d'ells estan sembrats i per culpa de les pluges abundants dels anteriors mesos podríem generar desperfectes en els conreus. Així i tot, es poden vorejar els camps, sempre amb un respecte màxim per a qui treballa la terra.

Notes del traçador

El terreny és típic del baix berguedà, amb poc desnivell i una xarxa de camins i corriols molt extensa, que permetrà uns ritmes de competició molt elevats i obligarà als participants a parar molta atenció en el mapa per a poder interpretar-lo correctament tot i el cansament.

La penetrabilitat dels boscos és molt continua, de manera no hi ha variacions massa grans en zones petites, permetent així que es pugui preveure amb bastant seguretat si es podrà travessar el bosc o no. S'hi troba tant vegetació abundant com algunes zones més netes, però es recomana anar pels camins marcats.

El riu i les rieres, a caus de les pluges que han caigut en els últims mesos, acostumen a anar bastat plenes (depèn dels dies anteriors, però en totes hi passarà aigua) motiu pel qual es recomana tenir en compte aquest aspecte a l'hora de traçar les estratègies i buscar els passos dels camins.

Inscripcions Anticipades.

Les inscripcions es realitzaran mitjançant el [SISTEMA D'INSCRIPCIONS FCOC](#).

Per a agilitzar el tema de les llicències, **totes les inscripcions es faran a un preu únic**. Aquest preu correspon al preu de federat i amb descompte. La data límit serà el **divendres 4 de gener**.

- 6h – 22€ per persona
- 3h – 11€ per persona
- 1.5h – 6€ per persona

El divendres anterior a la cursa (dia 11) la FCOC facilitarà un llistat amb tots els federats que **ja hagin tramitat la seva llicència**, i es comprovarà quins dels inscrits necessiten llicència temporal i quins no.

D'aquesta manera, els inscrits que no s'hagin federat abans del dijous 10 de gener hauran de pagar una llicència temporal en el moment de recollir el braçalet per a col·locar l'sportident (hi haurà un llistat amb tota aquesta informació, no cal que els participants es preocupin de saber-ho). Els preus de la llicència temporal són els següents:

- 5€ per a la categoria oficial de 6h
- 1.5€ per a les categories populars de 3h i 1.5h

Per aquest funcionament "atípic" **recomanem als corredors i clubs a estar atents i realitzar la llicència federativa el màxim d'aviat possible**. La llista que el COB rebrà de la FCOC el divendres 11 serà definitiva i no es podran fer reclamacions, ja que és un tema bàsic de cobertura d'assegurança.

Inscripcions fora de termini.

Es podrà realitzar la inscripció amb el mateix sistema de la FCOC fins al dijous 10 de gener. S'assegurarà mapa per a aquests corredors però s'aplicarà un recàrrec de:

- 5€ per a la categoria oficial de 6h
- 3€ per a la categoria de 3h
- 1€ per a la categoria de 1.5h

El mateix dia de la competició es permetrà la inscripció únicament a les categories Populars (3h i 1.5h) però no es garanteix mapa per a tothom. El preu del recàrrec serà el mateix que l'anterior.

Categories

Es seguirà les categories oficials de Copa Catalana de la FCOC per al rogaine de 6h:

- HO: Engloba totes les categories d'homes.
- DO: Engloba totes les categories de dones.
- XO: Engloba totes les categories mixtes.
- HV: Homes veterans. Tots els membres de l'equip amb més de 40 anys.
- DV: Dones veteranes. Tots els membres de l'equip amb més de 40 anys.
- XV: Mixta veterans. Tots els membres de l'equip amb més de 40 anys.
- JJ: Menors de 19 anys. (Categoria única compartida amb HH/HD/DD)
- JA: Júnior/Adult. Un membre menor de 19 anys i un altre major de 19 anys. (Categoria única compartida amb HH/HD/DD)
- SV: Súper Veterans/es. Tots els membres de l'equip de més de 55 anys. (Categoria única compartida amb HH/HD/DD)

Per a les modalitats populars (3h i 1.5h) hi haurà una única classificació general per equips.

Col·laboració Iberogaine

El Rogaine no estarà dins del calendari oficial d'Iberogaine 2019 (degut al poc temps d'antelació amb que s'ha proposat aquesta competició) però s'inclourà el seu logo per a fer difusió d'aquesta associació i poder seguir promocionant l'esport de les curses d'orientació i en concret de la modalitat de Rogaine.

Sistema de cronometratge

La prova serà cronometrada per mitjà del sistema sportident. Els models de pinça autoritzats seran els SI 6, 9, 10, 11 i SIAC (tot i que el sistema Air no estarà disponible).

Qui no en disposi en podrà llogar una el mateix dia (amb comanda prèvia) a un preu de 5€ per dispositiu.

Per a aquells participants de la categoria Popular 1.5h es deixarà de forma gratuïta les targetes PCard, de màxim 20 controls de capacitat. Els participants de la categoria Popular 3h també ho podran utilitzar, tot i que hauran d'atendre's a la possibilitat d'haver d'acabar abans si s'omple tota la capacitat.

Material obligatori.

Per a la competició oficial de 6h s'utilitzarà el material obligatori que estableix la FCOC per a curses de Copa Catalana. Així i tot, des de l'organització recomanem portar roba d'abrigar per a les baixes temperatures que s'esperen durant tot el dia.

Material obligatori per participant:

- Jaqueta impermeable.
- Manta d'emergència.
- Mapa lliurat per l'organització.
- Sportident.



- Xiulet.
- Aigua.
- Menjar.
- Brúixola.

Material obligatori per equip:

- Farmaciola de socors
- Mòbil amb el número de telèfon de l'organització i precintat.

Material prohibit:

- GPS que s'hi pugui carregar mapes, altímetre.

Material recomanat:

- Retolador
- Lupa, ja que el mapa és a escala 1:25000

Per a les curses populars de 3h i 1.5h es recomana la utilització del material anteriorment descrit però no es comprovarà abans de la sortida.

Avituallament.

Àpat/Dinar: els equips de 6h se'ls donarà dinar al finalitzar la cursa, a partir de les 16.30h. Els corredors hauran de portar els seus propis utensilis per menjar (plat, gots i coberts). Hi haurà un únic menú de Mongetes seques amb Botifarra.

Avituallament a final de cursa: per a les categories de 3h i 1.5h hi haurà aigua i brou ANETO calent, que es podrà prendre amb cànir o preferiblement amb el vostre GOT reutilitzable.

Dutxes i serveis.

En el pavelló poliesportiu (en el mateix centre de competició) hi haurà dutxes disponibles per a tots els participants de totes les modalitats.

Al centre de competició també hi haurà lavabos disponibles tant abans com després de la cursa.

Element especial / Curiositat.

El Rogaine transcorrerà pel 100% del territori municipal de Casserres. Degut a aquest motiu s'ha inclòs una línia groga molt transparent que recorrerà aquest límit municipal.

No genera cap confusió amb cap element i té una transparència adequada per no molestar en la lectura del mapa, però es pot veure i resseguir si algú s'hi entreté a mirar-ho.

Beneficis per a La Marató de TV3

El 100% dels beneficis de les curses populars es destinaran a la Marató de TV3, com s'ha fet en anteriors edicions.

A més, per a que els participants de les categories oficials i tothom pugui fer la seva aportació personal a aquesta causa solidària, hi haurà una gran guardiola/fita per a poder posar les donacions que s'enviaran íntegrament a aquesta causa.

Contacte

Per qualsevol dubte ens ho podeu demanar a orientaciobergueda@gmail.com

Organitza



Col·labora



Ajuntament de
Casserres

 Peralba

MOM

 femturisme.cat

