



ANEXOS TÉCNICOS DE LA LIGA THE NORTH FACE DE RAID DE AVENTURA

▶ Número:	3
▶ Publicación:	25 Mayo 2004
▶ Evento:	RAID VILLALBA DE LA SIERRA
▶ Lugar:	Serranía Conquense (CUENCA)
▶ Fecha:	12-13 Junio 2004

ETAPAS: Distancia en Kilómetros

	1ª ETAPA	2ª ETAPA	3ª ETAPA	TOTAL
CARRERA	18	11	10	39 (30%)
CICLISMO	36	12	23	71 (54%)
PIRAGUISMO	10	--	11	21 (16%)
	64	23	44	131

ETAPAS: Información general

	1ª ETAPA	2ª ETAPA	3ª ETAPA	TOTAL
ASCENSO	1.467 m	627 m	866 m	2.960 m
DESCENSO	1.284 m	416 m	909 m	2.609 m
Cota MÁXIMA	1.490 m	1.496 m	1.362 m	1.496 m
Cota MÍNIMA	970 m	1.135 m	920 m	920 m
SECCIONES	5	2	3	10
Número P.C.	15	8	9	32
ESTIMACIÓN	8 Horas (Tiempo Primeros)	3 Horas (Tiempo Primeros)	4 Horas (Tiempo Primeros)	16 Horas



• **RECOGIDA DE DORSALES Y CREDENCIALES.**

RESTAURANTE NELIA
VILLALBA DE LA SIERRA
(Cuenca)
www.villalbadelasierra.org

De 17:00 a 23:30 HORAS

El **Restaurante Nelia** se encuentra ubicado en la carretera **CM-2105** dentro del casco urbano de **Villalba de la Sierra**.

Para retirar los dorsales deberá presentarse la siguiente documentación:

1. Resguardo original del ingreso de 200 € en concepto de la cuota de inscripción.
2. Documento de Aptitudes Físicas y Técnicas firmado por todos los componentes del equipo. (Este documento podrá retirarse al inscribirse en www.aventur.es).
3. Documento del Depósito de la Fianza de 100 € en concepto de la prestación del material facilitado por la organización, firmado por el capitán del equipo. (Al retirar los dorsales).
4. Depósito de los 100 € en concepto de fianza. (Al retirar los dorsales).

• **ÁREA DE ACAMPADA Y DUCHAS. Horarios y plano de acceso**

ZONA DE ACAMPADA DEL SALTO DE VILLALBA DE LA SIERRA

La organización ha habilitado una zona de acampada al aire libre en las inmediaciones del **Salto Hidroeléctrico de Villalba de la Sierra**. El lugar dispone de servicios sanitarios, y lavabos. Se utilizarán las duchas de las Piscinas Municipales.

Advertencia. Respetar y cuidar las instalaciones de la zona de acampada. Las basuras y desperdicios deberán depositarse dentro de los contenedores de basura.



● **DISCIPLINAS DEPORTIVAS. Especificaciones técnicas y material obligatorio.**

Material Obligatorio por equipo (Siempre en carrera):

- Brújula y altímetro.
- Funda porta mapas estanca.
- Botiquín primeros auxilios*.
- Teléfono móvil emergencias.
- Teléfono móvil asistencia.

(*) 3 mantas térmicas, 2 vendas, 2 gasas, esparadrapo, tiritas, desinfectantes, analgésicos, antiinflamatorio, protector solar, tijeras, pinzas, crema protectora para los labios, crema repelente de insectos, aspirinas.

**Material Obligatorio por corredor
(Secciones nocturnas, o en previsión de que anochezca):**

- Linterna frontal y pilas de repuesto.
- Lámpara de luz roja destellante y pilas de repuesto.

1. **Orientación topográfica.** Escala 1:25.000 / Equidistancia 10 metros. Todas las secciones de la competición estarán orientadas topográficamente.

a) Material obligatorio equipo.

- Brújula y altímetro.
- Funda porta mapas estanca.

2. **Ciclismo de montaña.** Las secciones de bicicleta de montaña se disputarán en terreno ciclable.

a) Material obligatorio equipo.

- Kit de reparaciones BTT.
Cámaras de repuesto, tronchacadenas, herramientas, bomba de inflado, etc.

b) Material obligatorio por corredor.

- Bicicleta de montaña.
- Casco homologado para la BTT.

3. **Trekking.** Altura máxima 1.500 metros sobre el nivel del mar. Bosques de pino terreno penetrable en su mayoría.

4. **Rappel.** Sobre paredes verticales de roca de altura superior a los 50 metros. Los equipos que no dispongan del material técnico obligatorio no podrán disputar las secciones de rappel. Para completar la clasificación, se les asignará el peor tiempo registrado por el equipo que completó el rappel, más una hora de penalización. Todos los integrantes del equipo deberán realizar un rappel de 30 metros transportando la bicicleta de montaña en la espalda, sujeta por cintas planas.



a) Material obligatorio por corredor.

- Arnés de cintura (Homologado UIA).
- Casco de escalada (Homologado UIA).
- 2 mosquetones de seguridad.
- 1 Cabo de anclaje. (Mosquetones incluidos).
- Descendedor tipo ocho, con autoseguro tipo shunt, ó descendedor autofrenante tipo stop.
- Guantes de piel.
- Para el rappel con la BTT. 1,5 metros de cinta plana.

5. Descenso de barrancos.

a) Material obligatorio por equipo.

- Bolsa o bidón estanco para transportar el material de equipo obligatorio.

b) Material obligatorio por corredor.

- Traje de neopreno.
- Arnés de cintura (Homologado UIA).
- Casco de escalada (Homologado UIA).
- 2 mosquetones de seguridad.
- 1 Cabo de anclaje. (Mosquetones incluidos).
- Descendedor tipo ocho, con autoseguro tipo shunt, ó descendedor autofrenante tipo stop. **Advertencia:** El bloqueador sólo será utilizado en un rappel volado, de una altura de 60 metros, de entrada al barranco.
- Guantes de piel.

6. Espeleología. En cuevas horizontales acuáticas. A la cueva se accede y sale por el mismo orificio. Los equipos podrán dejar en el exterior de la cueva el material que no quieran mojar.

a) Material obligatorio por equipo.

- Bolsa o bidón estanco para transportar el material de equipo obligatorio.

b) Material obligatorio por corredor.

- Traje de neopreno.
- Casco de escalada (Homologado UIA).
- Linterna frontal. Advertencia: La cueva es acuática, y en algunos lugares será necesario nadar. Utilizar lámparas frontales estancas, o sellar los frontales con cinta americana para evitar que entre agua.



7. **Natación.** Distancia de 1 kilómetro en pantano, que deberán cubrir los tres miembros del equipo, mediando una distancia mínima entre ellos. Será libre el uso del traje de neopreno.

a) Material obligatorio por equipo.

- Bolsa o bidón estanco para transportar el material de equipo obligatorio.
- Boya hinchable de las utilizadas en submarinismo, que los equipos deberán arrastrar en el agua, para utilizarla en caso de seguridad.

8. **Piragüismo en aguas rápidas.** Descenso de río de aguas rápidas en embarcación rígida autovaciable para dos personas facilitada por la organización.

a) Material obligatorio por equipo.

- Bidón o bolsa estanca.

b) Material obligatorio por corredor (2 Raider).

- Traje de neopreno.
- Casco. Preferible el de escalada o aguas bravas.

9. **Piragüismo en aguas tranquilas.** Piragüismo en embalses de la zona.

a) Material obligatorio por equipo.

- Bidón o bolsa estanca.