

# BELO RAID

III EDICION = BELORADO = 18 Y 20 DE JUNIO






CAMPEONATO DE ESPAÑA DE RAID DE AVENTURA 2010

Publicado 24/05/2010

## 1. Campeonato de España de Raid de Aventura 2010

Los días 18 y 19 de junio, la localidad burgalesa de Belorado acogerá la organización del **Campeonato de España de Raid de Aventura 2010** (CERA 2010), la competición de carácter oficial más importante celebrada en España, organizada al amparo de la FEDO (Federación Española de Orientación) y el CSD (Consejo Superior de Deportes).

El **CERA 2010** a su vez será puntuable para la:

-  III Beloraid
-  VI Liga Española de Raid de Aventura
-  VI Liga Portuguesa de Raid de Aventura



# BELORAIID

III EDICION = BELORADO = 19 Y 20 DE JUNIO



CAMPEONATO DE ESPAÑA DE RAID DE AVENTURA 2010

## 2. Competición.

El CERA 2010 se organiza en cumplimiento a la normativa deportiva vigente:

- ✚ Reglamento de Raid de Aventura
- ✚ Normas del Campeonato de España de Raid de Aventura 2010
- ✚ Normas de la Liga Española de Raid e Aventura 2010

La normativa puede descargarse en la página web oficial de la Sección de Raid de Aventura de la FEDO:

<http://www.raids.fedo.org/normativa.htm>

Se ha diseñado un trazado accesible para la mayoría de los equipos y adaptado a las novedades de las **Normas de la Liga Española de Raid de Aventura 2010**. El recorrido será el mismo para Élite y Aventura, distribuido en dos etapas, y fraccionado en siete secciones deportivas, cinco el sábado y dos el domingo.



# BELO RAID

III EDICION = BELORADO = 19 Y 20 DE JUNIO




CAMPEONATO DE ESPAÑA DE RAID DE AVENTURA 2010

Los equipos inscritos en categoría Aventura, a diferencia de los de Élite, no realizarán alguna de las pruebas técnicas, como la ascensión con puños bloqueadores, y disputarán la competición en la modalidad 2 + 1, dos competidores siempre en carrera y un tercer relevista, que podrá sustituir a cualquiera de sus compañeros al principio de una sección.

Para clasificar en el ranking no será obligatorio haber completado todo el recorrido. Los equipos podrán decidir libremente no visitar uno o varios puntos de control. Cada control tiene asignada una puntuación, determinada por el tiempo requerido para su consecución, a razón de un punto por cada fracción de 10 minutos.

Los puntos de control son optativos:

 Visitarlos sumará su valor en puntos.



# BELO RAID

III EDICION = BELORADO = 19 Y 20 DE JUNIO



CAMPEONATO DE ESPAÑA DE RAID DE AVENTURA 2010

NO visitarlos no sumará puntos.

En igualdad de puntos, quedará por delante el equipo con menor tiempo registrado.

	Distancia (Km)	Ascensión	Descenso
<b>TOTAL</b>	◀ 123,30 ▶	▲ 3391 m	▼ 3522 m
BTT	◀ 82,50 ▶	▲ 1907 m	▼ 2519 m
CARRERA	◀ 31,80 ▶	▲ 1484 m	▼ 1003 m
PIRAGUA	◀ 9,00 ▶	▲ 0 m	▼ 0 m



# BELO RAID

III EDICION = BELORADO = 19 Y 20 DE JUNIO



CAMPEONATO DE ESPAÑA DE RAID DE AVENTURA 2010

### 3. Recogida de dorsales y acreditaciones:

TEATRO REINA SOFÍA – Detrás del Ayuntamiento

**947 580 226** (Disponible sólo el viernes entre las 19:00 y 23:30)

#### Horario

VIERNES: De 19:00 a 23:30 Horas

SÁBADO: De 08:00 a 09:00 Horas

Para retirar los dorsales será obligatorio:

- Presentar el DNI o documento oficial acreditativo
- Disponer de la licencia en vigor para Raid de Aventura de la FEDO, o en su defecto, haber suscrito con la organización antes del martes 15 de junio, la licencia temporal de prueba **20 €/Raider\***

*(\*) Según establecen las Normas de la Liga Española de Raid de Aventura 2010 en su "Artículo 7. Requisitos generales". Para participar en los raids oficiales es imprescindible ser mayor de edad y estar en posesión de la Licencia de Raid de la FEDO (Anual o de prueba).*

Durante la retirada de dorsales los equipos deberán:



# BELORAIID

III EDICION = BELORADO = 19 Y 20 DE JUNIO



CAMPEONATO DE ESPAÑA DE RAID DE AVENTURA 2010

- ✚ En concepto de prestación del material facilitado por la organización, depositar una fianza de 100 € en metálico, cuya devolución se efectuará una vez finalizado el raid y comprobado que el material prestado no ha sufrido ningún desperfecto. (No rajar los chalecos del dorsal)
- ✚ Firmar el documento de aptitudes físicas y técnicas establecido por las Normas de la LERA 2010
- ✚ Confirmar el código SPORTident de cada uno de los participantes. Quienes no dispongan podrán alquilarlo a la organización por importe de 3 €
- ✚ Recoger el siguiente material:
  - Chaleco dorsal (3 Unidades)
  - Camiseta oficial (4 Élite y 3 Aventura)
  - Ticket entrada "Cocktail Lunch Domingo"
  - Libro de ruta y mapa de asistencias



# BELO RAID









III EDICION = BELORADO = 19 Y 20 DE JUNIO



CAMPEONATO DE ESPAÑA DE RAID DE AVENTURA 2010

## 4. Disciplinas deportivas:

Todas las disciplinas deportivas se disputan bajo el marco de la orientación topográfica sobre escala 1:25000 Únicamente están permitidos el uso de la brújula y el altímetro. Están prohibidos bajo pena de descalificación el GPS o cualquier otra herramienta de posicionamiento por satélite. Las disciplinas deportivas son:

-  Orientación topográfica
-  Trekking de montaña y carrera a pie
-  Bicicleta de montaña
-  Piragüismo en kayak dobles autovaciables
-  Natación (Obligatorio usar los salvavidas proporcionados por la organización)
-  Escalada en roca (Asegurados por la organización)
-  Espeleología (Cuevas progresión horizontal)
-  Espeleología\* (Sima progresión vertical)






# BELO RAID

III EDICION = BELORADO = 19 Y 20 DE JUNIO





CAMPEONATO DE ESPAÑA DE RAID DE AVENTURA 2010

-  Rappel (Descenso)
-  Ascensión con bloqueadores\*
-  Pruebas nocturnas (Cualquier actividad podrá disputarse de noche)

\*Sólo equipos ÉLITE

## 5. Material técnico obligatorio:

El material técnico obligatorio se clasifica de acuerdo a su utilización en:

-  **E**mergencia (E)
-  **PR**ogresión (PR)
-  **PreV**ención (PV)
-  **S**eguridad (S)



# BELO RAID

III EDICION = BELORADO = 19 Y 20 DE JUNIO



CAMPEONATO DE ESPAÑA DE RAID DE AVENTURA 2010

## Equipo:

- Vehículo de asistencia. Con capacidad para transportar el material de equipo, incluyendo las BTT. El transporte de las piraguas será responsabilidad de la organización.
- Útiles de campamento. La organización facilitará un Polideportivo para que los equipos pasen la noche del viernes y del sábado.
- Comida y avituallamiento de los equipos.
- Botiquín de primeros auxilios (E):
  - Esparadrapo: Inmovilizaciones y sujeciones (2,5 Metros)
  - Compresas y/o apósitos: Cortes, hemorragias, erosiones (5 Unid)
  - Vendas: Cortes, hemorragias, erosiones (3 Metros)
  - Antiséptico: Desinfección (50 MI)
  - Analgésicos: Calmar dolores (4 Unid)
  - Antiinflamatorios: Control inflamación (4 Unid)
- Linterna con pila nueva. Señales nocturnas.
- Silbato: Señales diurnas y nocturnas (2 Unid)
- Teléfono móvil apagado: Aviso emergencias. El PIN y el número de la organización deberán ir escritos en el exterior.



# BELO RAID

III EDICION = BELORADO = 19 Y 20 DE JUNIO



CAMPEONATO DE ESPAÑA DE RAID DE AVENTURA 2010

- Raciones energéticas: Debilidad aguda. 9 barras o 600 gramos de comida energética.
- Suero o sales minerales: Debilidad aguda.
- 1 Brújula (PV)
- 1 Funda estanca porta mapas (PV)
- 1 Kit reparaciones BTT (PV)
- Cámaras de repuesto (PV)

## Individual:

- 1 Manta térmica (E): Hipotermias y protección solar
- 1 Chaqueta cortavientos impermeable (PV)
- 1 Forro polar mínimo 200 gramos (PV)
- 1 Bidón, camelback capacidad mínima 1000 ml (PV)
- 1 Buff, gorro, gorra o equivalente (PV)
- 1 Frontal + pilas recamb. (S). Obligatorio en las secciones nocturnas
- Ropa reflectante (S). Obligatoria en las secciones nocturnas



# BELO RAID

III EDICION = BELORADO = 19 Y 20 DE JUNIO



## CAMPEONATO DE ESPAÑA DE RAID DE AVENTURA 2010

- 1 Bicicleta de montaña (PR)
- 1 Casco BTT homologado (S)
- 1 Luz roja trasera destellante BTT (S)
- 1 Saco estanco para mantener seco el material durante la natación
- 1 Arnés de cintura homologado UIA (S)
- 2 Anillos de cinta cosidos (No anudados) o бага de anclaje
- 3 Mosquetones de seguro homologados UIA (S)
- 1 Par de guantos largos de piel (S)
- 1 Sistema de descenso a elegir entre:
  - Descendedor simple (8, ATC, reverso) + Nudo autobloqueante
  - Descendedor simple (8, ATC, reverso) + Bloqueado tipo shunt
  - Descendedor autobloqueante (Stop...)



# BELORAIID

III EDICION = BELORADO = 19 Y 20 DE JUNIO



CAMPEONATO DE ESPAÑA DE RAID DE AVENTURA 2010

## Individual ELITE (Dos por equipo, sólo para 2 Raider):

- 1 Sistema de ascenso:
  - Puño bloqueador
  - Bloqueador de pecho y fijación
  - Pedal regulable

## Individual recomendado:

- Pies de gato (Escalada)
- Traje de neopreno (Natación y piragüismo)

