

III Raid ilercavó

Dossier 2 informativo – 16/03/2017

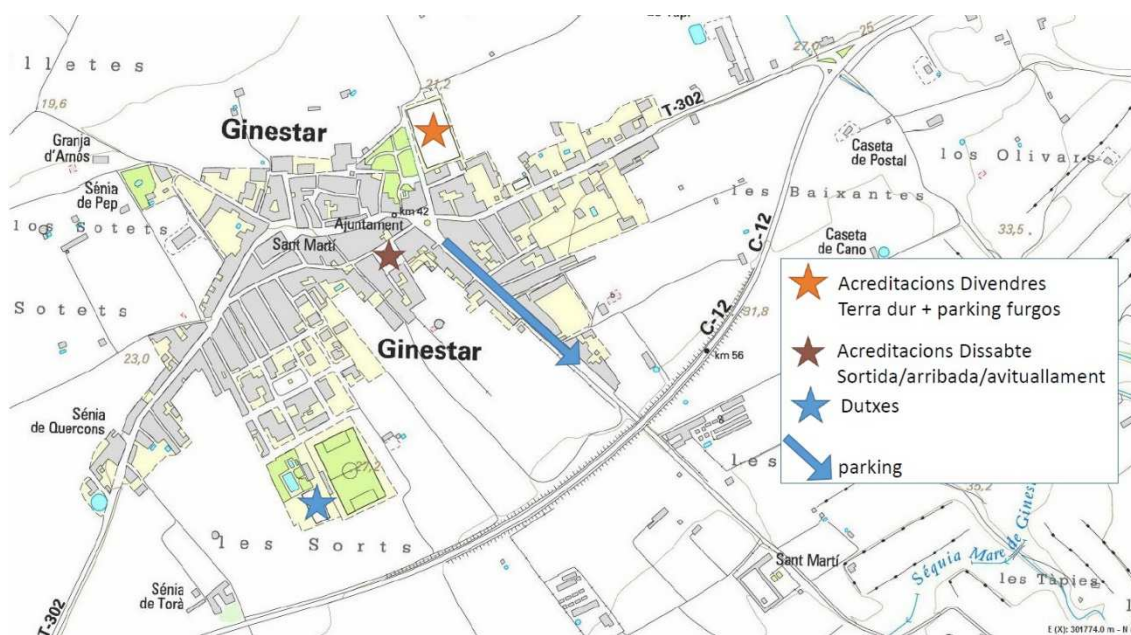
1-GENERALIDADES

El III Raid Ilercavó será el primer raid de la Copa Catalana de raids de deportes de montaña de la FEEC (Federació d'Entitats Excursionistes de Catalunya), por lo tanto se aplicará el [reglament general de la Copa Catalana](#).

2-LOCALITZACIÓ

El centro de competición del III raid ilercavó se encuentra en el municipio de Ginestar, en la comarca de la Ribera d'Ebre, donde encontrareis todos los servicios.

Tendréis espacio para parking, también un centro con WC para poder dormir cubierto en un suelo duro. La recepción de los equipos que lleguen el viernes 17 la realizaremos en el pabellón municipal, allí os podréis duchar al terminar el raid. La recepción de los equipos que se acrediten el mismo sábado 18 la realizaremos [en la Plaça de Catalunya](#) (seremos estrictos con el programa, os recomendamos madrugar)



3-CATEGORIAS

Según el reglamento genérico de la FEEC el raid tendrá 6 categorías:

- **Elit** (Equips de 2 raiders – 34h màxim)
- **Aventura** (Equips de 2 a 4 raiders – 8h màxim)
 - Femení
 - Masculí
 - Mixte
- **Iniciació** (Equips de 2 a 4 raiders – 5h màxim)
- **Familiar** (Equips de 2 a 4 raiders - 4h màxim)

Se publicarán 6 clasificaciones, atendiendo a las categorías oficiales de la FEEC, se premiará a los 3 primeros equipos de cada categoría.

En la categoría FAMILIAR podrán participar menores de 16 años con la autorización por escrito del padre/madre o tutor/a, y tendrá que ir acompañado de este

El resto de categorías todos los participantes deberán ser mayores de 16 años

Como especifica el reglamento de la FEEC los menores de 18 años que participen en el raid habrán de presentar la autorización para menores, de no ser así no podrán participar (tenéis autorizaciones en la web, y tendremos en papel el día del raid)

Los equipos mixtos de la categoría elite tendrán una bonificación en su tiempo total del raid, tal i como marca el reglamento de la FEEC:

- 1 componente femenino: Bonifica con un 4% del tempo total.
- 2 componentes femeninos: Bonifiquen con un 7% del tempo total.

Habrà una clasificación para los mejores equipos de Terres de l'Ebre, entre las categorías de aventura, iniciación y familiar.

4-INFO TECNICA

Todas las balizas tendrán una puntuación determinada, esta se especificará en el libro de ruta, entregaremos a cada equipo un libro de ruta con la descripción de las balizas de cada sector. Resultará vencedor el equipo que consiga más puntos, a igualdad de puntos ganará el equipo que termine el raid con menos tiempo.

El control de los puntos de todas las categorías se realizará mediante la típica tarjeta de control, que tendréis que marcar en cada una de las balizas conseguidas, [cuando el roadbook lo indique tendréis que entregar la tarjeta a la organización](#). La organización validará los puntos conseguidos por cada equipo. Es responsabilidad de cada equipo conservar en buen estado la tarjeta de control.

Ninguna sección será obligatoria, simplemente se perderán los puntos de dicha sección si algún equipo decide no realizarla.

A continuación, hemos separado la información técnica por categorías para facilitar su comprensión.

(Las 3 categorías de Aventura tienen el mismo circuito y las mismas disciplinas)

4.1-Categoría Elite

El raid per la categoría ELIT será lineal en formato de travesía, será necesario prestar atención a la orientación en btt, con una sección de rogaine score y con transiciones suficientes para disfrutar de un raid variado i cambiante. Se prevé que el ritmo de carrera sea alto, marcando la diferencia en un raid de más de 24h que podrán acabar todos los equipos. La categoría elite tendrá 2 tarjetas de control (una se recogerá a la mitad del raid).

| ÉLIT | ETAPA 1+2 | | | | SORTIDA | 9:00 18-mar |
|------|-----------|-------|-------|-----------------------|----------|-----------------|
| | DISTÀNCIA | DESN+ | DESN- | DISCIPLINA | ARRIBADA | 17:00 19-mar |
| S1 | 4 | 0 | 0 | O-URBANA | 00:30 | 1 CC0-CC1 |
| S2 | 17 | 0 | 0 | CAIAC | 02:00 | 2+3 CC1-CC2 |
| S3 | 22 | 400 | 300 | TRAIL+RAPEL+TIR+O-URB | 03:30 | 3+2+4 CC2-CC3 |
| S4 | 28 | 842 | 100 | BTT | 02:30 | 5+6 CC3-CC4 |
| S5 | 14 | 1050 | 1050 | ROGAINE | 03:00 | 7 CC4 - CC4 |
| S6 | 21 | 850 | 1000 | BTT + ESPELEO + BTT | 03:00 | 6+8 CC4-CC5 |
| S7 | 9 | 550 | 550 | TRAIL | 01:45 | 8 CC5-CC5 |
| S8 | 22,5 | 300 | 500 | BTT | 02:15 | 8+9 CC5-CC6 |
| S9 | 12 | 400 | 400 | COSTEARING | 01:45 | 10 CC6-CC7 |
| S10 | 10 | 0 | 0 | CAIAC | 01:45 | 10 CC7-CC8 |
| S11 | 35 | 500 | 480 | BTT | 02:45 | 9+11+5 CC8-META |

| OBSERVACIONS | |
|--------------|---|
| S1/S2/S3 | HEU DE TRANSPORTAR-VOS EL MATERIAL OBLIGATORI DEL RAPEL |
| CC2 | AVITUALLAMENT LIQUID + FRUITA |
| S3 | DINS LA S3 TENIU UNA NEUTRALITZACIÓ PUNTUAL |
| CC3 | AVITUALLAMENT LIQUID |
| CC4 | AVITUALLAMENT LIQUID + FRUITA + BOSSA EQUIP |
| S5 | MODALITAT ROGAINE - CONTROL SORTIDA I ARRIBADA - PENALITZACIÓ A LES 3hores |
| S6 | TROBAREU LA BOSSA AMB EL MATERIAL DE CORDES A LA TRANSICIÓ DE L'ESPELEO |
| CC5 | AVITUALLAMENT LIQUID |
| CC6 | AVITUALLAMENT LIQUID + FRUITA - NEUTRALITZACIÓ FINS INICI DE S9 - INICI S9 7:00 |
| CC7 | AVITUALLAMENT LIQUID |
| CC8 | AVITUALLAMENT LIQUID + FRUITA |

Espeleología

Se realizará una sección de espeleología que tendrán que hacer los 2 miembros del equipo, esta sección bonifica con puntos y no tendrá límite de tiempo. Se calcula que en menos de una hora a una velocidad prudente se puede finalizar la sección sin problemas. La entrada de la sección estará señalada, y su interior estará equipado con pasamanos donde resulte necesario. Es imprescindible seguir el recorrido de los pasamanos y asegurarse a los mismos con la cinta de anclaje.

Per realizar esta secció NO se entregará un mapa de la cueva (SOLO HACE FALTA SEGUIR LAS CINTAS I LOS PASSAMANOS)

Material Obligatorio individual:

- Arnés
- Casco (sirve el de Btt)
- 1 cinta de anclaje
- 2 Mosquetones de seguridad
- Guantes (sirven los de BTT)
- 1 frontal (con pilas de recambio)

El material obligatorio de equipo y el individual también tiene que llevarse dentro de la cueva.

Bolsa de equipo

- Os transportaremos una bolsa de máximo 50 litros al CC4, seremos estrictos con el volumen de esta bolsa. La bolsa irá en un pickup i por tanto a la intemperie, todas las bolsas de Elite irán juntas. Podéis transportar dentro bebida y comida, pero no nos hacemos responsable de los derrames, ni de que conserves sus propiedades (por supuesto evitaremos exponer las bolsas al sol) .Cuando iniciéis la S6 ya no volveréis a ver la bolsa.

Prueba especial

- Encontrareis una prueba especial de tiro, el equipo que no supere al prueba penalizará con una baliza extra que tendrá que marcar para conseguir los puntos de la prueba especial.

Rogaine

- En el CC4 se os entregará el mapa de la sección (será el único mapa que no tendréis de inicio). Con el mapa os tomaremos el tiempo de inicio de rogaine. Esta sección tiene un tiempo límite de 3 horas, partir de entonces penalizareis. Se parara vuestro tiempo cuando no deis la tarjeta de control del rogaine.
- Penalización
 - 5 puntos entre 0:01 i 5:00 minutos de retraso
 - 10 puntos entre 5:01 i 10:00 minutos de retraso
 - 15 puntos entre 10:01 i 15:00 minutos de retraso
 - 20 puntos entre 15:01 i 20:00 minutos de retraso
 - 25: puntos entre 20:01 i 25:00 minutos de retraso
 - 30 puntos entre 25:01 i 30:00 minutos de retraso
- I sucesivamente

Cayac

- Elite está obligado a utilizar cayacs dobles abiertos. Se penalizará mucho el equipo que no cumpla esta norma.
- La organización no se hace responsable de las palas particulares, ni de su transporte o custodia.
- El chaleco salvavidas es material obligatorio, se penalizará el equipo que no lo lleve debidamente ajustado

Btt

- Las secciones de btt no serán excesivamente técnicas, tendrán importantes desniveles, pero resultaran secciones rápidas si se tiene un buen nivel físico y no se cometen errores de navegación. (El porteo de la bicicleta no será necesario)

Mapas

- Se entregarán todos los mapas al principio (menos el de rogaine). tendréis 2 mapas de orientación urbana y un mapa rogaine. El resto son mapas escala 1:25.000 editados para el raid. Las balizas no están escondidas pero tendréis que prestar atención al roadbook . En los mapas hemos señalados algunas fuentes (símbolo vaso) pero estos días hemos comprobado que se han secado (en el roadbook se especificará si hay o no agua)

Tarjetas de control

- La categoría Elite tendrá 3 tarjetas de control y se entregaran todas minutos antes del briefing, 2 de ellas se recogerán en la mitas del recorrido ; FINAL SECCIÓN 5

4.2-Categoria Aventura

A la categoría AVENTURA será relevante la estrategia, ya que el tiempo para terminar todo el recorrido será muy muy justo, siendo muy difícil conseguirlo.

| | AVENTURA | | | ETAPA 1 | | SORTIDA | | 9:00 18-mar | |
|---------------------|---|-------|-------|------------------------------|-----------|---------|----------|--------------|---------------|
| | DISTÀNCI | DESN+ | DESN- | DISCIPLINA | TEMPS MIG | MAPA | ARRIBADA | 17:00 18-mar | CONTROL CANVI |
| S1 | 4 | 0 | 0 | O-URBANA | 0:30:00 | 1 | | | CC0-CC1 |
| S2 | 5 | 0 | 0 | CAIAC | 0:35:00 | 2 | | | CC1-CC2 |
| S3 | 13 | 300 | 150 | O-URBANA+TIR + RÀPEL + TRAIL | 1:30:00 | 3+2 | | | CC2-CC3 |
| S4 | 28 | 842 | 366 | BTT | 2:30:00 | 2+4 | | | CC3-CC4 |
| S5 | 14 | 1050 | 1050 | ROGAINE | 3:00:00 | 5 | | | CC4-CC4 |
| S6 | 17,4 | 90 | 570 | BTT | 1:20:00 | 4+2 | | | CC4-META |
| | 81,4 | 2282 | 2136 | | 9:25:00 | | | | |
| OBSERVACIONS | | | | | | | | | |
| S1/S2/S3 | HEU DE TRANSPORTAR-VOS EL MATERIAL OBLIGATORI DEL RAPEL -PODEU DEIXAR-LO AL TIR AMB ARC O A META | | | | | | | | |
| CC2 | AVITUALLAMENT LIQUID + FRUITA | | | | | | | | |
| S3 | DINS LA S3 TENIU UNA NEUTRALITZACIÓ PUNTUAL | | | | | | | | |
| CC3 | AVITUALLAMENT LIQUID | | | | | | | | |
| CC4 | AVITUALLAMENT LIQUID + FRUITA | | | | | | | | |
| S5 | MODALITAT ROGAINE - CONTROL SORTIDA I ARIBADA - PENALITZACIÓ A LES 3hores | | | | | | | | |

Cayac

- Los equipos de 3 **SI PODRAN** remar todos: Obligatoriamente en un cayac doble abierto + 1 simple (NO 3 SIMPLES – Se penalizará a los equipos que no respecten esta norma)
- Los equipos de aventura que no sean de 3 podrán escoger según orden de llegada Y disponibilidad, cayac doble o simple (LA PRIORIDAD DE LOS CAYACS DOBLES ES PARA ELITE Y FAMILIAR, LOS RESPONSABLES DEL EMBARCADERO OS INDICARAN LA DISPONIBILIDAD)
- La organización no se hace responsable de las palas particulares, ni de su transporte o custodia.
- El chaleco salvavidas es material obligatorio, se penalizará el equipo que no lo lleve debidamente ajustado.
- No será necesario desembarcar del cayac
- La sección de cayac será lineal y supervisada, sin balizas en la orilla.

Avituallamientos

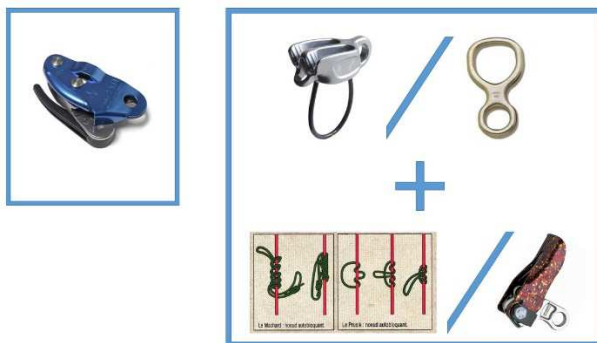
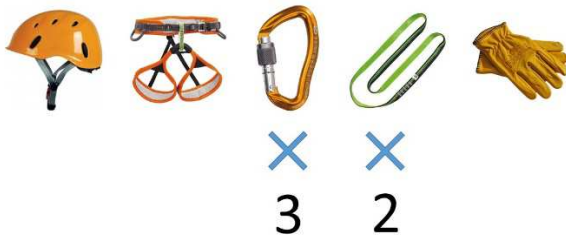
- En el cuadro resumen de info técnica veréis 2 avituallamientos líquidos + solido. En estos encontrareis: Bebida isotónica, agua, fruta (plátano + naranjas), dulces, chocolate, Frutos secos, algunas galletas saladas y gominolas.
- Los avituallamientos líquidos solo consiste en agua.

Rapel

- Sección de rapel con 2 rapels de menos de 40 metros supervisados. Encontrareis los rapels preparados. **Como mínimo dos integrantes del equipo tendrán que hacer uno de los 2 rapels.** Se respetará el orden de llegada y no se parará el tiempo durante la espera. Esta prueba bonifica con puntos y como todas no es obligatoria.

Material Obligatorio individual:

- Arnés
- Casco (sirve el de Btt)
- Descendedor: (Stop , Grigri) o (Shunt/mashard/prusic + ocho/descensor de placa)
- 2 cintas de ancoraje
- 3 Mosquetones de seguridad
- Guantes (sirven los de BTT)
- Tendréis que llevaros en la mochila el material obligatorio de rapel durante las secciones 1/2/3, importante analizarlo en el roadbook. **Una vez acabado el rapel nos PODREIS dejar el material obligatorio de rapel, junto en una sola bolsa, en el CC2 (avitallamiento),** este no lo volveréis a ver hasta llegar a meta (no dejarse el casco si usáis el de btt)



Prueba especial

- Encontrareis una prueba especial de tiro, el equipo que no supere al prueba penalizará con una baliza extra que tendrá que marcar para conseguir los puntos de la prueba especial.

Rogaine

- En el CC4 se os entregará el mapa de la sección (será el único mapa que no tendréis de inicio). Con el mapa os tomaremos el tiempo de inicio de rogaine. Esta sección tiene un tiempo límite de 3 horas, partir de entonces penalizareis. Se parara vuestro tiempo cuando no deis la tarjeta de control del rogaine.
- Penalización
 - 5 puntos entre 0:01 i 5:00 minutos de retraso
 - 10 puntos entre 5:01 i 10:00 minutos de retraso
 - 15 puntos entre 10:01 i 15:00 minutos de retraso
 - 20 puntos entre 15:01 i 20:00 minutos de retraso
 - 25: puntos entre 20:01 i 25:00 minutos de retraso
 - 30 puntos entre 25:01 i 30:00 minutos de retrasol sucesivamente

Btt

- Las secciones de btt no serán excesivamente técnicas, tendrán importantes desniveles, pero resultaran secciones rápidas si se tiene un buen nivel físico y no se cometen errores de navegación. (El porteo de la bicicleta no será casi necesario)

Mapas

- Se entregarán todos los mapas al principio (menos el de rogaine). tendréis 2 mapas de orientación urbana y un mapa rogaine. El resto son mapas escala 1:25.000 editados para el raid. Las balizas no están escondidas pero tendréis que prestar atención al roadbook . En los mapas hemos señalados algunas fuentes (símbolo vaso) pero estos días hemos comprobado que se han secado (en el roadbook se especificará si hay o no agua)

Tarjetas de control

- La categoría Aventura tendrá 2 tarjetas de control y se entregaran todas minutos antes del briefing, Una de ellas se recogerán en la mitas del recorrido ; INICIO SECCIÓN 5

4.3-Categoría Iniciación y Familiar

Las categorías de Iniciación i Familiar disfrutarán del entorno del riu Ebre y del espectáculo de colores entre los arboles fruteros, a la vez realizarán orientación urbana, así como una prueba especial de tiro en un entorno medieval.

| INICIACIÓ | | ETAPA 1 | | | SORTIDA | | 9:00 | 18-mar |
|---------------------|---|---------|-------|--------------------|-----------|------|---------------|--------|
| | | | | | ARRIBADA | | 14:00 | 18-mar |
| | DISTÀNCIA | DESN+ | DESN- | DISCIPLINA | TEMPS MIG | MAPA | CONTROL CANVI | |
| S1 | 4 | 0 | 0 | O-URBANA | 0:40:00 | 1 | CC0-CC1 | |
| S2 | 5 | 0 | 0 | CAIAC | 0:40:00 | 2 | CC1-CC2 | |
| S3 | 8,5 | 200 | 200 | O-URBANA+TIR+TRAIL | 1:40:00 | 3+2 | CC2-CC3 | |
| S4 | 20 | 250 | 250 | BTT | 1:30:00 | 2 | CC3-META | |
| OBSERVACIONS | | | | | | | | |
| CC2 | AVITUALLAMENT LIQUID + FRUITA | | | | | | | |
| S3 | DINS LA S3 TENIU UNA NEUTRALITZACIÓ PUNTUAL | | | | | | | |
| CC3 | AVITUALLAMENT LIQUID | | | | | | | |

| FAMILIAR | | ETAPA 1 | | | SORTIDA | | 9:00 | 18-mar |
|---------------------|---|---------|-------|--------------------|-----------|------|---------------|--------|
| | | | | | ARRIBADA | | 13:00 | 18-mar |
| | DISTÀNCIA | DESN+ | DESN- | DISCIPLINA | TEMPS MIG | MAPA | CONTROL CANVI | |
| S1 | 4 | 0 | 0 | O-URBANA | 0:45:00 | 1 | CC0-CC1 | |
| S2 | 5 | 0 | 0 | CAIAC | 0:45:00 | 2 | CC1-CC2 | |
| S3 | 8,5 | 200 | 200 | O-URBANA+TIR+TRAIL | 2:30:00 | 3+2 | CC2-META | |
| OBSERVACIONS | | | | | | | | |
| CC2 | AVITUALLAMENT LIQUID + FRUITA | | | | | | | |
| S3 | DINS LA S3 TENIU UNA NEUTRALITZACIÓ PUNTUAL | | | | | | | |

Cayac

Iniciación

- Los equipos de 3 **SI PODRAN** remar todos: Obligatoriamente en 1 cayac doble abierto + 1 simple (NO 3 SIMPLES – Se penalizará a los equipos que no respeten esta norma)
- Los equipos de iniciación que no sean de 3 podrán escoger según orden de llegada Y disponibilidad, cayac doble o simple (LA PRIORIDAD DE LOS CAYACS DOBLES ES PARA ELITE Y FAMILIAR, LOS RESPONSABLES DEL EMBARCADERO OS INDICARAN LA DISPONIBILIDAD)
- La organización no se hace responsable de las palas particulares, ni de su transporte o custodia.
- El chaleco salvavidas es material obligatorio, se penalizará el equipo que no lo lleve debidamente ajustado.
- No será necesario desembarcar del cayac
- La sección de cayac será lineal y supervisada, sin balizas en la orilla.

Familiar

- Aventura está obligado a utilizar cayacs dobles abiertos. Se penalizará mucho el equipo que no cumpla esta norma.
- El chaleco salvavidas es material obligatorio, se penalizará el equipo que no lo lleve debidamente ajustado

Avituallamientos

- En el cuadro resumen de info técnica veréis 1 avituallamiento líquido + sólido. En este encontrareis: Bebida isotónica, agua, fruta (plátano + naranjas), dulces, chocolate, Frutos secos, algunas galletas saladas y gominolas.
- Los avituallamientos líquidos solo consiste en agua.

Prueba especial

- Encontrareis una prueba especial de tiro, el equipo que no supere la prueba penalizará con una baliza extra que tendrá que marcar para conseguir los puntos de la prueba especial.

Btt

- La categoría de INICIACION contará con una sección de bicicleta con la orientación como protagonista.
- **La categoría Familiar NO tendrá sección de bicicleta finalmente, ya que resultaría demasiado largo y duro para los equipos.**

Mapas

- Se os entregaran todos los mapas al inicio del raid, contareis con 2 mapas de orientación urbana y un mapa cartográfico 1:25.000, editado a breve para el II raid ilercavó. En este último mapa las balizas no estarán escondidas, pero si tendréis que prestar atención a la descripción del Libro de ruta (roadbook)

5-MATERIAL

Queda extremadamente prohibido el uso de relojes gps y cualquier aparato que lleve navegador. Precintaremos los relojes a todos los que quieran guardarse la ruta.

En rojo el material que solo de pide a Elite y Aventura

Por equipo (SIEMPRE EN RUTA)

- botiquín (material mínimo: gasas, betadine, tijeras, venda i esparadrapo)
- Móvil encendido con el teléfono de la organización.
- Libro de ruta i mapas facilitados por la organización.
- Brújula.
- Funda estanca para mapas (no todos los mapas serán impermeables)
- **Un frontal de recambio per equipo (Elite y Aventura)**
- La organización facilitará los cayacs, los chalecos y las palas.

Per participante (SIEMPRE EN RUTA)

- Casco homologado para btt.
- Kit de herramientas para reparar la btt.
- Impermeable.
- Guantes (sirven los de BTT)
- Manta de emergencia.
- Frontal, solo Categorías Elite y Aventura.
- Silbato.
- Agua: mínimo 500 ml.
- Comida (mínimo 3 barras de emergencia)
- Mochila con capacidad para todo el material obligatorio y las bombas.
- Pantorrilleras (recomendable)
- Material Rapel (ver info técnica Elite y Aventura)
- Material Espeleología (ver info técnica Elite)

6-PROGRAMA

Viernes día 17 de marzo

- 19h – Recepción y acreditaciones en el CENTRO CÍVICO (VER MAPA URBANO)
- Los equipos acreditados antes de las 21h tendrán suelo duro disponible.
- Se habilitará un espacio para furgonetas y auto caravanas.

Sábado día 18 de marzo

- 7h a 8h Acreditaciones en la Plaça Catalunya VER MAPA URBANO (Pequeño almuerzo a base de dulces del pueblo)
- 8:30 Brífling para todas las categorías
- 9:00 Inicio Categorías: Elite, Aventura, iniciación y familiar
- 13:00 Cierre de meta Categoría Familiar
- 14:00 Cierre de meta Categoría Iniciación
- 15:00 Pódiums Categorías Iniciación y Familiar
- 17:00 Cierre de Categoría Aventura
- 18h Pódiums Categoría Aventura
- día 19/3 – 17h cierre categoría Elite
- 18h Pódium Categoría Elite

CERRADAS!!

NO se dará ninguna inscripción por formalizada hasta que no se reciba el resguardo de transferencia.

Indicaciones:

- *El día del raid tendremos el documento de descarga de responsabilidad y el documento de autorización para menores.*
- *El formulario de la web es individual, cada corredor tiene que rellenar el suyo e indicar el mismo nombre de equipo que su compañero.*
- *Un equipo – Un solo pago. El ingreso tiene que ser único por cada equipo, sumando la inscripción de todos sus integrantes. Tenéis que especificar el nombre del equipo en el concepto de la transferencia*
- *Los equipos que no realicen el pago antes del día 28 de febrero a las 23:59, harán la inscripción con recargo (ver cuadro).*
- *La inscripción incluye un seguro temporal, independientemente del seguro federativo de cada corredor.*
- *Para puntuar en la copa catalana FEEC (liga); como mínimo, uno de los miembros del equipo tiene que estar federado con la licencia anual de raids FEEC (ver [reglament de raids de la FEEC](#))*

Con la inscripción tenéis:

- Bolsa con obsequio para cada raider.
- Seguro personal y temporal.
- Avituallamiento durante el raid + merienda/cena de clausura.
- Premios.
- Suelo duro + zona de parking al campo de futbol para auto caravanas y furgonetas.
- Duchas y vestidores.
- Sorteo de material.
- Seguro de Responsabilidad Civil + Asistencia de ambulancia preventiva
- Mapas y libro de ruta.
- Cayacs, remos y armilla salvavidas.
- Cuerdas de la sección de rapel.