



VIII WO&MAN RAID

VIVE IBERIA ORIENTACIÓN GUADALIX DE LA SIERRA



INSCRIPCIÓN GRATUITA de las primeras 80 mujeres subvencionada por el CSD*

Categorías de Iniciación y Aventura

Horario de carrera: de 10.00 h a 15.00

* ver condiciones en Boletín

El 8 de junio de 2024

en Madrid

¡¡¡No te lo pierdas, te esperamos!!!

ÍNDICE

[PRESENTACIÓN](#)

[¿QUÉ ES UN RAID?](#)

[¿QUIERES SABER MÁS?](#)

[PROGRAMA](#)

[CÓMO LLEGAR](#)

[TRADICIONES Y FIESTAS](#)

[INSCRIPCIONES](#)

[CATEGORÍAS](#)

[CUOTAS](#)

[SISTEMA DE CONTROL](#)

[PROTOCOLO DE SALIDAS Y META](#)

[MATERIAL OBLIGATORIO](#)

[INFORMACIÓN TÉCNICA](#)

[IMPORTANTE](#)

[TROFEOS Y PREMIOS](#)

[RESULTADOS](#)

[ORGANIZACIÓN Y CONTACTO](#)

[MEDIO AMBIENTE](#)

[AGRADECIMIENTOS](#)

VIII WO&MAN RAID VIVE IBERIA ORIENTACIÓN
GUADALIX DE LA SIERRA
2024

Presentación

Gracias al apoyo del **Ayuntamiento de Guadalix de la Sierra** y de las **Federaciones Española y Madrileña de Orientación (FEDO, FEMADO)**, el **Club Vive IBERIA Orientación** presenta el **VIII WO&MAN RAID VIVE IBERIA ORIENTACIÓN**

Además, **El Consejo Superior de Deportes* CSD**, dentro del programa **Mujer y Deporte**, **subvencionará hasta 30 € la inscripción de las 80 primeras mujeres.**

**Pendiente de resolución.*



Importante:

- La subvención es por corredora inscrita dentro de las primeras 80, es decir, aunque se haya inscrito una de las componentes del equipo dentro de las 80 primeras inscripciones esto no implicará que todo el equipo disfrute de la subvención, el resto de componentes deberán inscribirse antes de cubrir las 80 plazas.
- Una vez resuelta la Subvención del CSD, programa Mujer y Deporte, y sólo si se concede la Subvención a esta prueba, se procederá a devolver el importe de las inscripciones a las primeras 80 mujeres que finalmente hayan participado en la prueba.

¿Qué es un Raid?

El **VIII WO&MAN RAID VIVE IBERIA ORIENTACIÓN** es un Raid de aventura diseñado para promocionar y dar a conocer este magnífico y completo deporte, normalmente minoritario en participación de mujeres.

Queremos ofrecer una carrera divertida, para pasar un gran día en contacto con la naturaleza, realizando distintas disciplinas deportivas en equipo, con ayuda de brújula y mapa.

Con esta iniciativa queremos:

- Fomentar la participación femenina en los raids de aventura.
- Promover la composición de equipos íntegramente femeninos en las pruebas de raid.
- Iniciar a las mujeres en el deporte de la orientación y los raids de aventura.
- Integrar la participación de mujeres y hombres en los raids de aventura desde una perspectiva igualitaria tanto técnica como físicamente.

VIII WO&MAN RAID VIVE IBERIA ORIENTACIÓN
GUADALIX DE LA SIERRA
2024

¿Quieres saber más?

- El **VIII WO&MAN RAID VIVE IBERIA ORIENTACIÓN** consistirá en ir superando distintas secciones (btt, trekking, orientación específica, kayak...) y divertidas pruebas especiales (tiro con arco, puntería, orientación a ciegas, orientación de memoria, laberinto, escalada...) en equipo de dos o tres personas en autosuficiencia, realizando la máxima puntuación en el menor tiempo posible, encontrando balizas en el mapa con ayuda de la brújula.



- La carrera durará 5 horas siendo la salida en masa a las 10 de la mañana y finalizando a las 15 horas. Se irán descontando puntos por cada minuto que se llegue tarde. No es necesario que estés en carrera las 5 horas, el equipo es libre de terminar su carrera cuando lo decida. Gana el equipo que haya conseguido más puntos en el menor tiempo posible.

VIII WO&MAN RAID VIVE IBERIA ORIENTACIÓN
GUADALIX DE LA SIERRA
2024

Programa

Miércoles, 15 de mayo de 2024

08:00 h Apertura de inscripciones

Miércoles, 22 de mayo de 2024

Charla para empleadas de IBERIA en Sala Madrid, Edificio NEO

15.30 h Comienzo de Charla

17:30 h Fin de Charla

Domingo, 2 de junio de 2024

23:59 h Cierre de Inscripciones

No se admitirán inscripciones fuera de plazo ni cambios de equipos.

Sábado, 8 de junio de 2024

Día de celebración de la prueba

08:30 h Apertura del Centro de Competición y Secretaría.

Entrega de dorsales y apertura de boxes para bicicletas.

Todos y todas las participantes tienen que pasar por secretaría, con DNI para comprobación de identidad y para recoger sus dorsales y material de la organización

09:15 h A esta hora **todos y todas las participantes han de haber pasado por Secretaría.**

09:30 h Acreditación y comprobación de material en la Plaza del Ayuntamiento.

09:45 h Entrada al recinto de salida y explicación de la prueba.

10:00 h **Salida en masa desde la Plaza del Ayuntamiento**

11:00 h Apertura de Correlín para los más pequeños

15:00 h **Cierre de Meta y Recogida de Balizas.**

15:30 h Entrega de Trofeos y Premios y Sorteo de Material.

** El programa puede sufrir modificaciones, se publicará el programa definitivo en el último boletín.*

VIII WO&MAN RAID VIVE IBERIA ORIENTACIÓN
GUADALIX DE LA SIERRA
2024

Cómo llegar

El **Centro de Competición** (en adelante CC) estará en las inmediaciones del CEIP Alejandro Rubio, Guadalix de la Sierra, Madrid.

La **zona de aparcamiento** serán las calles aledañas y la explanada de tierra cercana al CC y la explanada de tierra pegada al polideportivo José Antonio Fernández . No usar la zona asfaltada ya que ahí estará ubicado el mercadillo de todos los sábados.



Al **Centro de Competición** se puede llegar desde Madrid:

- En **coche** desde Madrid, tomando la M-607 hasta Colmenar Viejo y luego tomando la M-625 hasta Guadalix de la Sierra. También desde la N-I, tomando la M-608.
- En **transporte público** desde el Intercambiador de Plaza de Castilla con el Bus 726.
- Recomendamos el uso de **transporte compartido**.

Tradiciones y fiestas



Guadalix de la Sierra celebra todos los años sus **Fiestas Patronales** en honor a la Virgen del Espinar, del 7 al 12 de septiembre. Música, verbena, toros, deportes y actos religiosos, entre otras actividades, se ofrecen a vecinos y visitantes que se quieran unir a esta celebración.

Fiesta de San Juan Bautista, el día 24 de Junio, se celebra una procesión en honor al patrón del municipio y titular de la Parroquia, San Juan Bautista, renovando el sacramento del Bautismo aquellas personas que así lo deseen.

Día de la Tortilla. El martes anterior al Miércoles de Ceniza, se celebra esta fiesta local donde sus habitantes salen al campo a comer exquisitas tortillas de patata. Al anochecer se celebra el Carnaval, donde los vecinos del municipio se disfrazan para despedir a Don Carnal y se preparan para recibir a Doña Cuaresma.

Fiesta de San Isidro, el 15 de Mayo, en honor a San Isidro Labrador, aún hoy, recordando sus orígenes eminentemente agrícolas y ganaderos, los habitantes del municipio salen a la calle con sus tractores y caballos para acompañar al Santo en Procesión.

Fiesta del Mayo, siguiendo la tradición, los que anteriormente eran los quintos del pueblo, salían la madrugada del 1 de mayo a cortar el árbol más alto y recto que había en los alrededores del pueblo. Una vez cortado se trasladaba al pueblo a hombros de los jóvenes. En la plaza del pueblo se procedía a limpiar bien el tronco eliminando todas las ramas excepto las de la parte más alta, donde se dejaba un “penacho” que se engalanaba y se enriquecía con cintas, flores y otros adornos. Una vez plantado el árbol, los mozos rondaban a las mozas.

Inscripciones

PARA FEDERADOS Y NO FEDERADOS:

Usando el sistema de inscripciones SICO FEDO pulsando **AQUÍ**

NOTA:

Si no tienes cuenta en [SICO FEDO](#) puedes darte de alta siguiendo los siguientes pasos:

- Entra en [SICO FEDO](#)
- Date de alta en SICO como individual
- Recibirás confirmación de tu usuario y contraseña en tu correo electrónico
- Accede a [SICO FEDO](#) con tu usuario y contraseña (recuerda siempre acceder como individual)
- Busca nuestra carrera
- Ya puedes inscribirte, dentro de tu categoría, recuerda marcar casilla de préstamo de pinza [SPORTident](#) si la necesitas

SÓLO PARA NO FEDERADOS Y SIN CUENTA EN SICO FEDO

- Si no tienes cuenta en SICO FEDO también puedes inscribirte mediante la siguiente **plantilla** (se habilitará vínculo una vez abiertas las inscripciones). Una vez relleno nos lo tienes que hacer llegar a inscripcionorientaiberia@gmail.com junto con el justificante del pago.
- Si te inscribes utilizando este formulario se te asignará un número de tarjeta SPORTident, por lo que a la hora de hacer el pago no te olvides de sumar 4 € por este concepto.

**VIII WO&MAN RAID VIVE IBERIA ORIENTACIÓN
GUADALIX DE LA SIERRA
2024**

La Organización dispondrá para **alquilar 50 pinzas SPORTident** a un precio de 4 € (previo depósito de 50 € o DNI) y **20 brújulas** que ser reservarán por orden de petición. ***¡No te olvides de marcarlo a la hora de inscribirte!***

Todos los equipos participantes estarán cubiertos por un seguro de accidentes tramitado por la **Federación Española de Orientación FEDO**. Más información **AQUÍ**.

El **plazo de inscripción** termina el **martes, 4 de junio de 2024 a las 23:59 h**. **Pasado este plazo no se admitirán nuevas inscripciones ni cambios de equipos.**

VIII WO&MAN RAID VIVE IBERIA ORIENTACIÓN
GUADALIX DE LA SIERRA
2024

Categorías

ELITE Femenina

- Equipos formados por 2 chicas siempre en carrera.
- Categoría diseñada para participantes en buen estado de forma física y con buenos conocimientos de orientación.

AVENTURA Femenina o Mixta

- Equipos de 2 o 3 componentes.
- Equipos femeninos.
- Equipos mixtos: mínimo una mujer por equipo.
- Categoría recomendada para principiantes en orientación y con menos preparación física.

CORRELÍN

- Tendremos nuestro tradicional Correlín para los más pequeños, siempre acompañados por un adulto
- No hace falta inscribirse previamente, habrá mapas para compartir disponibles en la Plaza del Ayuntamiento
- Gratuito

NOTA:

- **Para poder participar es requisito indispensable cumplir como mínimo 14 años en el año 2024.**
- **Participantes en el Raid con edades comprendidas entre los 14 y 18 cumplidos en el año 2024 tendrán que hacer la prueba formando parte de un equipo con al menos con un adulto.**
- **Participantes en el Raid con edades comprendidas entre los 14 y 18 cumplidos en el año 2024 tendrán que presentar un ESCRITO DE AUTORIZACIÓN firmado por su tutor o tutora responsable.**

VIII WO&MAN RAID VIVE IBERIA ORIENTACIÓN
GUADALIX DE LA SIERRA
2024

Cuotas

- **35 euros por persona**
- Si eres **socia/o del Club Vive Iberia**, o eres beneficiaria/o y siempre previa acreditación a la organización, la inscripción es de **30 euros por persona**
- Si eres **empadronado en Guadalix de la Sierra** la inscripción es de **30 euros por persona**

NOTA: Precios aplicables por persona para equipos de 2 personas, una tercera persona en el equipo paga **15 euros**, sea o no del Club Vive Iberia o de Guadalix de la Sierra.

El pago se hará:

- exclusivamente mediante tarjeta si tu inscripción es a través de SICO FEDO
- por transferencia o BIZUM si te has inscrito usando el formulario, en este caso no te olvides de incluir en concepto: **WomanRaid 24, tu nombre y tu nombre de equipo.**

Abanca Club Vive Iberia Orientacion
ES3920801213763040036148
Bizum 689850296

Todas las participantes, independientemente de que tengan su inscripción subvencionada o no por el CSD, deberán hacer el pago de la inscripción.

- Una vez cerrado el plazo de inscripción se publicará un listado con las participantes a las que se les aplicará la subvención.
- Y una vez resuelta la Concesión de la Subvención, se procederá a la devolución de la cuota subvencionada a las participantes de dicho listado **que hayan participado en la prueba** o inmediatamente a las siguientes por orden de inscripción en caso de que queden vacantes.

VIII WO&MAN RAID VIVE IBERIA ORIENTACIÓN
GUADALIX DE LA SIERRA
2024

Sistema de Control

La prueba se cronometrará utilizando el **SISTEMA SPORTident**.

El sistema AIR+ de las estaciones NO estará activado por lo que los que dispongan de tarjeta SIAC podrán apagar su tarjeta tras pasar por el "Check" y así no gastar batería durante la prueba.



Las participantes deberán proveerse de la correspondiente pinza electrónica de este sistema y facilitar su número a la organización en el momento de realizar la inscripción.

La organización dispondrá de 50 pinzas electrónicas de alquiler a un precio de 4 € para quienes no dispongan de ella. Por favor solicítala al hacer la inscripción marcando la casilla correspondiente. La podrás recoger el mismo día de la carrera en Secretaría entregando en depósito el DNI o 50 €.

Las pinzas electrónicas SPORTident se pueden comprar en La Tienda de Orientación.



Protocolo de Salidas y Meta

Todas las participantes deben comprobar en los listados de salida que el número de pinza electrónica asignado es el correcto.

En la zona de Salida habrá estaciones para «limpiar» y «comprobar». La primera de esas estaciones borra los datos de carreras anteriores y la segunda comprueba que la pinza está vacía de datos.

Es obligatorio limpiar y comprobar todas las pinzas SPORTident antes de iniciar la carrera. Cada participante es responsable de la correcta realización de este protocolo.



A la hora asignada, todos los equipos pasarán al recinto de Salidas para proceder a la charla explicativa de la prueba.

La descarga de pinza SPORTident se realizará en zona de META.

¡¡Todos los equipos tienen que pasar por meta y descargar, aunque no hayan completado el recorrido!!

Y, quien haya alquilado Pinza SPORTident, tiene que pasar por Secretaría para hacer la devolución y retirar depósito.

Material Obligatorio

Por persona:

- Pinza electrónica SPORTident (se podrá alquilar mientras haya disponibles), irá precintada a la muñeca.
- Agua, mínimo dos litros por persona
- Alimentación energética para toda la carrera ya que es en autosuficiencia, sales, barritas, bocadillo etc...
- Gorra, ropa de abrigo e impermeable obligatorio
- Mochila
- Silbato
- **En Sección BTT:** Bici todo terreno en perfecto estado con repuestos para pinchazos y herramientas básicas de bici, luz roja trasera, recomendamos portamapas específico para bici. **Si usas calas de bicicleta tienes que cambiarte a zapatillas para la Sección de Kayak o Trekking.**
- **Cada Bicicleta llevará un dorsal con el número asignado a cada corredora y que será el mismo que el del precinto de la pinza SPORTident de la muñeca. Se solicitará ese número para retirar la bici de los boxes.**
- **En Prueba Especial ESCALADA:** Casco, obligatorio en bici y en escalada, vale el de bici para ambas modalidades

NOTA:

*Previo aviso a la Organización se puede participar con **bicicleta eléctrica**, pero fuera de competición y sin optar a trofeos.*

Por equipo:

- Botiquín de emergencia que contenga: silbato, espejo ligero, vendas, gasas, antiinflamatorio, antiséptico, analgésicos...

**VIII WO&MAN RAID VIVE IBERIA ORIENTACIÓN
GUADALIX DE LA SIERRA
2024**

- Teléfono móvil con carga completa y con los números de emergencia de la organización y con una funda impermeable y estanca.
- Brújula, al menos una por equipo, aunque recomendamos una por persona
- Manta térmica

PROHIBIDO GPS, WALKIE TALKIE O LLAMADAS DE MÓVIL QUE NO SEAN POR EMERGENCIA

VIII WO&MAN RAID VIVE IBERIA ORIENTACIÓN
GUADALIX DE LA SIERRA
2024

Información Técnica

SECCIÓN		PRUEBA		DISTANCIA	DESNIVEL	MEJOR TIEMPO
SECCIÓN 1	a pie	Orientación SCORE Urbana	OBLIGATORIA			20 minutos
SECCIÓN 2	BTT	BTT Largo	OPCIONAL			120 minutos
SECCIÓN 3	BTT	BTT Corto + Kayak +Trekking	OPCIONAL			120 minutos
	a pie	Trekking + Kayak +Trekking				
SECCIÓN 4	a pie	Trekking Urbano	OPCIONAL			40 minutos

SECCIONES

- Sólo es obligatoria la primera Sección, el resto son opcionales y orden a seguir según estrategia de cada equipo.
- No es necesario estar en carrera las 5 horas, el equipo es libre de terminar su carrera cuando lo decida.
- El equipo ganador será aquel que consiga mayor número de puntos. En caso de empatar a puntos será el que los haya realizado en menos tiempo.
- Aquellos equipos que lleguen a meta pasadas las 5 horas penalizarán 1 punto por cada 5 minutos de retraso. Si el retraso es superior a 30 minutos se descontarán todos los puntos obtenidos.

PRUEBAS ESPECIALES

- Estarán incluidas dentro de las secciones principales y se conocerán el mismo día de la carrera.
- Las pruebas especiales no serán obligatorias, pero sí puntuarán bastante, es interesante que las tengas en cuenta a la hora de diseñar tu estrategia de carrera.
- Las pruebas especiales vendrán representadas en el mapa por un cuadrado y las letras PE.
- El material para la realización de estas será proporcionado por la organización.
- Habrá entre otras (pendiente de confirmación en el último boletín):
 - Kayak, Tiro con arco, Puntería, Orientación a ciegas, Orientación de memoria, MAZE-O, Escalada fácil en rockódromo, Tirachinas gigante

VIII WO&MAN RAID VIVE IBERIA ORIENTACIÓN
GUADALIX DE LA SIERRA
2024

Importante

Cualquier actualización de información se publicará en sucesivos boletines y en nuestra página WEB. Rogamos estar atentos los días previos a la prueba por si hubiera alguna comunicación urgente.

El participar en la prueba supone aceptar las condiciones estipuladas en este boletín.

Todos y todas las participantes confirman que tienen aptitudes suficientes para participar en la prueba, que saben nadar.

Todos y todas las participantes aceptan que la Organización pueda hacer uso de las imágenes tomadas el día de la prueba para su difusión en redes sociales y otros medios que ésta considere.

Las carreteras prohibidas sólo se podrán atravesar por los **pasos subterráneos** marcados por la Organización. Si se ve a algún miembro del equipo circulando por zona prohibida el equipo podrá ser descalificado.

NO SE CORTARÁ EL TRÁFICO por lo que se ruega a las participantes **máxima atención y precaución durante la carrera**, se respetarán en todo momento las normas de circulación. Muchos de los caminos usados en la competición son abiertos al tráfico

Trofeos y Premios

El Ayuntamiento de Guadalix de la Sierra aportará los **Premios y Trofeos del VIII WO&MAN RAID** repartidos de la siguiente manera:

- ELITE SOLO FEMENINO (primeras, segundas y terceras)
- AVENTURA FEMENINO (primeras, segundas, terceras)
- AVENTURA MIXTO (primeras, segundas, terceras)

- FAMILIAS: tiene que haber al menos un miembro de entre 14 y 16 años ya cumplidos, siempre con autorización de sus tutoras/es. Trofeo sólo para la primera familia clasificada.
- EMPADRONADOS EN GUADALIX DE LA SIERRA, trofeo sólo para el primer equipo clasificado
- SOCIAS DEL CLUB IBERIA, trofeo sólo para el primer equipo clasificado

¡¡¡Quédate al sorteo que se celebrará al finalizar la entrega de trofeos!!!

VIII WO&MAN RAID VIVE IBERIA ORIENTACIÓN
GUADALIX DE LA SIERRA
2024

Resultados

Pinchando [AQUÍ](#) podrás ver los resultados una vez acabada la carrera.

VIII WO&MAN RAID VIVE IBERIA ORIENTACIÓN
GUADALIX DE LA SIERRA
2024

Organización y Contacto

- Dirección de Carrera: Susana Torres
- Cartógrafo: Carolina Llop y Pablo Alonso
- Secretaría: Susana Torres
- Trazados: Carolina Llop y Pablo Alonso
- Responsable salidas: Club Vive IBERIA
- Responsable meta: Club Vive IBERIA
- Técnico de Cronometraje: Adrián Ureta

Pulsando **AQUÍ** puedes acceder a la web del **Club Vive Iberia Orientación**.

Para consultas relativas a inscripciones: inscripcionorientaiberia@gmail.com



Medio Ambiente

La práctica de la Orientación va ligada al cuidado y respeto por el Medio Natural y los parques.

Si bien los orientadores somos amantes de la Naturaleza, no está nunca de más recordar la importancia de seguir teniendo buenos hábitos medioambientales. El futuro del Planeta depende en gran medida de todos y cada uno de nosotros.



La organización proporcionará lugares indicados para residuos.

Os dejamos un enlace del **PROYECTO LIBERA** y la basuraleza y os animamos a que algún día os hagáis **ecovoluntarios**.

VIII WO&MAN RAID VIVE IBERIA ORIENTACIÓN
GUADALIX DE LA SIERRA
2024

Agradecimientos



- Especialmente a **Alexis Ortega**, concejal de Deportes de **Guadalix de la Sierra** por todas las facilidades y aportación de **Trofeos y Premios**.
- A **IBERIA** y al **Club Vive IBERIA**.
- A la **Federación Española de Orientación FEDO**
- A la **Federación Madrileña de Orientación FEMADO**.
- Al **Consejo Superior de Deportes, Programa Mujer y Deporte**
- Al **Club Náutico Guadalix de la Sierra** por cesión de Kayaks.
- A todo el **equipo de voluntariado** de la organización.
- A todos los equipos **participantes**, por participar.
- A nuestros [patrocinadores](#), por su aportación a la bolsa del corredor:



¡Nos vemos pronto!