



CAMPIONATO DE ESPAÑA DE RAIDS DE AVENTURA

«VI TROFEO PEÑA GUARA»

2º BOLETÍN



ORGANIZA:





CAMPIONATO DE ESPAÑA DE RAIDS DE AVENTURA

«VI TROFEO PEÑA GUARA »

INFORMACIÓN XERAL:

O Clube de montaña **Peña Guara** ten o pracer de organizar de novo o Campionato de España de Raids de Aventura os próximos **30 y 31 de Maio de 2015**.

A proba terá lugar no fermoso escenario do **Reino dos Mallos** o epicentro do cal, os **Mallos de Riglos**, son un paraíso mundial da escalada clásica, con paredes, sendeiros, barrancos e camiños que farán disfrutar a tódolos equipos dunha aventura única.

O **CERA 2015** é a proba de referencia no calendario nacional de raids de aventura, un fin de semana de aventura e orientación no medio natural, cun grande nivel competitivo e unha oferta adaptada, con diferentes distancias e niveis de dificultade.

A proba estruturarase en bucles, reducindo os desprazamentos de material e achegando vistosidade extra á proba, o público poderá velos corredores durante máis tempo sen ter que desprazarse.





PROGRAMA:

VENRES 15 DE MAIO

- Último día do primeiro prazo de inscricións para as categorías Aventura e Elite

VENRES 22 DE MAIO

- Último día de inscricións en tódalas categorías.

VENRES 29 DE MAIO

- De 18h a 23h: Entrega de dorsais e control probas especiais
- 22h: Reunión Técnica

SÁBADO 30 DE MAIO

- De 07h a 08:30h: Entrega de dorsais e control probas especiais
- De 08:30h a 08:55h: Entrada á zona de saída e reunión técnica
- 09h: Saída categorías Elite e Aventura

DOMINGO 31 DE MAIO

- 03h: Peche de Meta Etapa 1 para as categorías Aventura
- 07:30h a 08:30h: Entrega de dorsais categoría Promoción
- 08:30h a 08:55h: Entrada á zona de saída categoría Promoción e Etapa 2 Aventura
- 09h: Saída categoría Promoción e Etapa 2 Aventura
- 13h a 16h: Comida Final do Raid no Refuxio de Riglos
- 14h: Peche de Meta para tódalas categorías.
- 14:30h: Entrega de Premios e Sorteo de Agasallos

ALOXAMENTO:

- Chan duro con duchas e baños no **Refuxio de Riglos** (3€/persoa - reservar coa inscrición)
- Habitacións de 8 persoas no **Refuxio de Riglos** (www.refugioderiglos.es/) (10€/persoa - reservar coa inscrición - 80 camas dispoñibles)
 - Aloxamentos en **Murillo de Gállego** (a 10km de Riglos) (turismo.murillodegallego.es/)
 - Aloxamentos en **Ayerbe** (a 14,5km de Riglos) (<http://www.ayerbe.es/>)
 - Aloxamentos en **Agüero** (a 15,5km de Riglos) (<http://www.aguero.es/>)

Contacto:

Peña Guara
C/Vicente Campo 9 Bajos
22002 Huesca
Tfno: 974212450
Email: p-guara@p-guara.com

UBICACIÓN:

Google Maps : <https://goo.gl/maps/mE71q>



INFORMACIÓN TÉCNICA:

DISCIPLINAS:

As seccións combinarán BTT e Trekking con probas especiais que sumarán puntos na clasificación. As probas especiais serán:

- **KAIK**
- **VÍA FERRATA**
- **ESCALADA**
- **CIRCUITO DE CORDAS**
- **DESCENSO DE BARRANCO**
- **TIRO LÁSER**

Durante as seccións tamén se faran probas especiais de orientación como probas de memorización, e/ou probas onde se poderá separar aos compoñentes do equipo para medilas cualidades individuais.

SECCIÓNS

- Elite:

- 4 seccións de BTT
- 3 seccións de Trekking
- 2 seccións de Orientación a Pé con mapa específico
- 1 sección de Kaiak
- 1 Barranco
- 1 Vía Ferrata
- 1 Circuito de Cordas
- 1 Proba de Escalada
- 1 Proba de Tiro Láser

- Aventura (Masculino-Mixto-Feminino):

Etapa 1

- 3 seccións de BTT
- 2 seccións de Trekking
- 1 sección de Kaiak
- 1 sección de Orientación a Pé con mapa específico
- 1 Vía Ferrata
- 1 Circuito de Cordas





Etapa 2

- 1 sección de BTT
- 1 sección de Trekking
- 1 Proba de Escalada
- 1 Proba de Tiro Láser

- Promoción:

- 1 sección de BTT
- 1 sección de Trekking
- 1 Proba de Escalada
- 1 Proba de Tiro Láser



SISTEMA DE CRONOMETRAXE:

Para o control de tempos da carreira utilizarase o sistema SPORTident. Precisarase unha tarxeta SI por corredor nas categorías Elite e Aventura, mentres que en Promoción só se precisará unha tarxeta SI por equipo. Os corredores que dispoñan da súa propia tarxeta SI terán que indicalo número no formulario de inscricións, o corredor que non conte cunha tarxeta SI terá que alquilarlla á organización cun custe de 3€.

EQUIPO TÉCNICO DA PROBA:

- DIRECTOR DA PROBA: Manuel Bara Alós
- DIRECTOR TÉCNICO: Jorge García Pardos
- XUIZ CONTROLADOR FEDO : Óscar Barberá García
- RESPONSABLE DE CARTOGRAFÍA: José Ramón García Pardos
- RESPONSABLE DE COMUNICACIÓNS: Antonio Gros Sanagustín
- RESPONSABLE DE PROBAS ESPECIAIS: Lorenzo Ortas Pont
- RESPONSABLE DE SERVICIOS MÉDICOS: Manuel Avellanas Chavala
- DESEÑO, DIFUSIÓN E REDES SOCIAIS: Sara Guérin Bonet y Adriana Bara Arruebo
- EQUIPO DE TRAZADOS: Carlos Ciria Blasco , Javier Ara Tesa, Miguel Lacarda, Antonio Lacarda, Jorge García Pardos, José Ramón García Pardos, Sara Guérin Bonet y Adriana Bara Arruebo.

Ademáis de contar coa axuda inestimable dun equipo de arredor de 60-80 voluntarios do Clube.



INSCRICIÓN:

As inscricións están abertas mediante un formulario na páxina web (<http://cera2015.pguara.com/inscripciones/>)

Haberá un límite de 100 prazas para os equipos das categorías de Elite e Aventura.

Os participantes no **CERA 2015- VIº Trofeo Peña Guara de Raids de Aventura** deberán tela licenza federativa de Raids FEDO. No caso de non tela licenza federativa terán que contratar unha licenza de fin de semana que suporá un custe a maiores de 12€ por participante nas categorías Elite e Aventura, e de 2€ por participante na categoría Promoción.

Ademáis, cada corredor que non teña tarxeta electrónica Sportident terá que lla alquilar á organización cun custe de 3€.

- 1º prazo: **ata o 15 de Maio** 120€/equipo Categoría Elite ou Aventura - 30€/persoa Categoría Promoción
- 2º prazo: **do 16 ao 22 de Maio** 140€/equipo Categoría Elite ou Aventura - 30€/persoa Categoría Promoción
- Licenza de proba para non federados en raids de aventura FEDO: 12€ (Elite e Aventura) - 2€ (Promoción)
- Alquiler de tarxeta SI: 3€

CATEGORÍAS:

- ÉLITE: Equipos de 3 corredores sempre na carreira, máis asistencia. Farán a proba en formato NON STOP.
- AVENTURA MASCULINA: Equipos de 2-3 corredores masculinos onde sempre 2 están na carreira. A duración da proba será menor, dividirase polo menos en 2 etapas, unha longa o sábado e outra máis curta o domingo.
- AVENTURA MIXTA: Equipos de 2-3 corredores (polo menos unha delas muller) onde sempre 2 están na carreira. A duración da proba será similar a Aventura Masculina e dividirase polo menos en 2 etapas, unha longa o sábado e outra máis curta o domingo.
- FEMININA: Equipos de 2-3 corredoras femininas onde sempre 2 están na carreira. A duración da proba será menor que Aventura segundo normativa FEDO.
- PROMOCIÓN: Equipos de 2-5 corredores sempre na carreira. Categoría de iniciación aos Raids de Aventura. Farán a proba nun só día (o domingo), cunha duración de 4 a 5 horas.

Coa inclusión destas tres categorías, a proba chega a todo tipo de públicos, dende equipos con moita experiencia neste tipo de competicións ata os que queren probar a vivir unha nova aventura.



CAMPIONATO DE ESPAÑA:

Só obterán o título de "Campión de España" os equipos gañadores nas categorías Elite e Aventura que cumpran os requisitos de contar polo menos cun membro do sexo feminino (equipos mixtos) e que tódolos membros teñan a licenza anual de Raids da FEDO.

MATERIAL OBRIGADO

O material obrigado para cada sección e disciplina especificarase no libro de ruta.

Categorías Elite e Aventura

Por equipo:

- Botiquín que conteña elementos básicos: vendas, gasas, pomada antiinflamatoria, povidona iodada, analxésicos e antirroaduras
- Teléfono móbil apagado e cargado co pin escrito na parte posterior
- Brúxula
- Kit de ferramentas de btt
- Funda portamapas estanca
- Frontal con pilas de reposto

Por corredor:

- Dorsal-peto (cedido pola organización)
- Mochila de polo menos 10 litros de capacidade (haberá que cargalo material de cordas)
- Asubío
- Recipiente de polo menos 1L de auga
- Comida enerxética
- Manta térmica
- Forro polar ou camiseta térmica de manga longa
- Chaqueta impermeábel
- Gorro ou prenda tipo Buff
- Mallas ou culotte longo (para seccións nocturnas)
- Casco BTT homologado
- BTT
- Luz frontal con pilas de reposto
- Chaleco reflectinte
- Luz traseira para BTT + Pilas de reposto
- Neopreno longo completo (grosor mínimo 3mm) (Só categoría ELITE)*
- Arnés homologado UIAA*
- Casco homologado UIAA*
- Mosquetón+descensor simple tipo 8 ou reverso*
- Kit de ferratas con dobre anclaxe e disipador*



* Estos artigos poderanse alquilar á organización no caso de non dispoñer deles.

**Os kaiaks, pas e chalecos proporcionaraos a organización (os corredores que queiran usalos seus chalecos e/ou pas poderán facelo).

**En categoría aventura só son necesarios 2 xogos de material obrigado por corredor ao estar en carreira só dous corredores.

Categoría Promoción

Por equipo:

- Botiquín que conteña elementos básicos: vendas, gasas, pomada antiinflamatoria, povidona iodada, analxésicos e antirroaduras
- Teléfono móbil apagado e cargado co pin escrito na parte posterior
- Brújula
- Kit de ferramentas de btt
- Funda portamapas estanca
- Frontal con pilas de reposto

Por corredor:

- Dorsal-peto
- Mochila
- Asubío
- Recipiente de polo menos 1L de auga
- Comida enerxética
- Manta térmica
- Forro polar ou camiseta térmica de manga longa
- Chaqueta impermeábel
- Gorro ou prenda tipo Buff
- Casco BTT homologado
- BTT

MATERIAL RECOMENDADO:

- Bolsa ou bidón estanco (para Kaiak e Barranco)
- Guantes (para Barranco e Ferrata)
- Pés de gato (para Escalada, só feita por un membro do equipo)
- Escarpíns de neopreno (para Kaiak e Barranco)

MATERIAL PROHIBIDO

- Equipos de comunicación (teléfonos móbiles, radios, walkie talkie...)
- Sistemas electrónicos de navegación (GPS). O feito de levar un GPS enriba, úsese ou non, será motivo de descalificación. Están permitidos os GPS "cegos" nos que non se poida visualizar un mapa.
- Calquera mapa da zona de carreira diferente dos proporcionados pola organización.



PREMIOS

- Inscripción de balde ao [Raid in France](#) (proba das World Series) para o campión do CERA en Elite*
- Inscripción de balde ao [Czech AR](#) (proba das Euro Series) para o gañador do VIº Trofeo Peña Guara na categoría Elite (no caso de selo mesmo equipo que gañe o CERA pasará ao 2º clasificado)**
- Inscripción de balde ao [Raidarán](#) (proba das Euro Series) na categoría Promoción para o gañador do VIº Trofeo Peña Guara na categoría Aventura Mixto**
- Inscripción de balde ao [Raid VTT de Francia](#) para o gañador do VIº Trofeo Peña Guara na categoría Aventura Masculino**
- Inscripción de balde ao **VIIº Trofeo Peña Guara** de Raids de Aventura para o gañador do VIº Trofeo Peña Guara na categoría Aventura Feminino**

*Só poderán acadar este premio os equipos que cumpran as normas para participar no CERA, é dicir, equipos mixtos, os compoñentes dos cales teñan a licenza anual de raids FEDO e a participación nese raid estará suxeita á Normativa FEDO.

**Poderán acadar este premio tódolos equipos inscritos no Raid.

SEGUIMIENTO GPS DA PROBA CON TRACKTHERACE.COM

As novas tecnoloxías seguen avanzando e os raids adáptanse a elas para melloralas vistosidade das probas e a seguridade das mesmas. Grazas á empresa galega Tracktherace.com poderemos disfrutar do seguemento online con GPS do CERA 2015.



Descubre tódalas novidades do CERA 2015:

<http://cera2015.p-guara.com/>

<https://www.facebook.com/Cera2015> - <https://twitter.com/CERA2015>



COLABORADORES:

Ayto. Riglos



Ayto. Loarre



Ayto. Agüero

Murillo de Gállego

