

XII CARRERA DE ORIENTACIÓN 24 HORAS DEPORTIVAS DE ISTÁN



Sábado 25 de Julio de 2026

Recepción: De 8:45 a 09:15 h. en el campo de fútbol de Istán.

Salida1: En masa, a partir de las 9:30 h. corredores categoría SENIOR (2 horas).

Salida2: En masa, a partir de las 9:45 h. resto de categorías (1 hora).

Meta: Se cerrará a las dos horas después de la salida1 (a las 11:30 h. aprox.).

Inscripciones: Gratuitas y hasta el jueves 23 de julio a las 23:59 h., rellenando el formulario que habrá disponible en la web, o el mismo día en la recepción hasta fin de existencias de mapas.

DESARROLLO DE LA CARRERA:

La carrera consistirá en un score individual con salida en masa con un tiempo máximo de 2 horas de duración para las categorías más experimentadas, que correrán con dos mapas (MAPA 1 y MAPA 2) y de 1 hora máxima de duración para el resto de categorías (que correrán sólo con el MAPA 1).

En este tiempo máximo de duración (será importante que cada corredor lleve un reloj), cada corredor con su mapa o mapas, elegirá su ruta para tratar de visitar el mayor número posible de balizas localizadas en el mapa o mapas.

Dependiendo de la categoría, en el MAPA 1 habrá distribuidas 20 ó 25 balizas y en el MAPA 2 habrá 8 balizas y una prueba especial de memoria (5 balizas más). **TODAS** las balizas tendrán una puntuación de 1 punto.

Cada minuto tarde que un corredor entre en meta, penalizará con dos puntos. Es decir, si la salida tuviese lugar por ejemplo a las 09:37:00 horas, aquel corredor que entrase en meta a las 10:37:02 teniendo como duración máxima de carrera una hora, habría llegado 2 segundos tarde, su tiempo de retraso se redondearía a 1 minuto y por lo tanto tendría 2 puntos de penalización. Otro corredor que entrase en meta a las 11:43:34 teniendo como duración máxima de carrera dos horas, habría llegado 6 minutos 34 segundos tarde, su tiempo de retraso se redondearía a 7 minutos y tendría 14 puntos de penalización.

Todo corredor que exceda su tiempo máximo de carrera en 10 minutos, quedará descalificado, por lo que ***¡la planificación de la carrera y la gestión del tiempo es muy importante!***

Gana la prueba aquel corredor que obtenga más puntos. En caso de empate a puntos, aquel que los haya obtenido en menor tiempo.

INFORMACIÓN TÉCNICA:

MAPA 1:

Se realizará en un mapa semi-urbano, hecho con simbología ISSOM-2007 para carreras sprint. Se hace especialmente importante la lectura de mapa para la elección de ruta, ya que encontraremos muchos elementos infranqueables tanto a nivel áreas (verdes) que son totalmente inaccesibles, como a nivel de líneas, prestar especial atención a las líneas de muro infranqueable, no confundir con caminos, que estarán dibujados siempre con líneas discontinuas.

Encontraremos una serie de acequias, que irán acompañadas de pequeños senderos muy útiles a la hora de la elección de ruta.

MAPA 2:

Se usará un mapa de orientación elaborado a partir de MAPANT en julio de 2025 por Félix Gil de la Vega y con revisión de campo por parte de Miguel Ángel Santos Morales. Pese a la mejora más que considerable del mapa usado hasta entonces en esta sección (Mapa de BTT), se sigue **RECOMENDANDO** el uso de caminos y carriles para acceder a cada uno de los puntos de control, así como a la prueba especial de memoria.



NOTA: La prueba especial de memoria se podrá empezar a hacer desde dos ubicaciones distintas. Por lo que en este MAPA2, encontraremos dos cuadrados con el mismo nombre (P.E.1).

En ambas ubicaciones encontraremos un mapa fijo (que NO nos podremos llevar con nosotros, de ahí lo de memoria) que nos indicarán dónde se encuentran las nuevas balizas a buscar.

CATEGORÍAS 24 HORAS DEPORTIVAS DE ISTÁN:

Habrà ocho categorías (Masculina y Femenina):

NOMBRE	DESCRIPCIÓN	N.º DE BALIZAS	TIEMPO MÁX.
NIÑOS (M y F)	hasta 11 años inclusive, nacidos 2015 o posterior.	20	1 HORA
INICIACIÓN (M y F)	hasta 17 años inclusive, nacidos 2009 o posterior.	20	1 HORA
“PROMESAS” (M y F)	Adultos	25	1 HORA
SENIOR (M y F)	Adultos “con más ganas de Correr”	38 (33 + 5 P.E.)	2 HORAS

INFORMACIÓN ADICIONAL:

Los tres primeros clasificados de la XII Carrera de Orientación 24 horas deportivas de Istán en cada una de las cuatro categorías tanto masculina como femenina, obtendrán un trofeo.

Tras la carrera, se entregarán a los ganadores los trofeos y habrá para todos los corredores:

- avituallamiento.
- posibilidad de darse una ducha en las instalaciones deportivas.
- posibilidad de acceder a la piscina municipal hasta completar aforo.

Todo ello por gentileza del **Excmo. Ayuntamiento de Istán**.

TRAZADOS: Félix Gil y Miguel A. Santos.

Para la categoría SENIOR, debido a la época del año en la que nos encontramos y que por una gran parte de su recorrido (50% aprox.) no habrá agua, es muy recomendable que cada corredor porte consigo algún sistema de hidratación (botella de agua, bolsa de hidratación, cantimplora, petaca, etc ...). Para el resto de categorías no es tan necesario debido a que en su recorrido habrá numerosas fuentes de las cuales podrán beber.

También, informar a la categoría SENIOR y PROMESAS, que el 100% del recorrido se puede hacer por pistas, calles y senderos, habiendo la posibilidad en alguna ocasión (5% del recorrido total) de algún atroche, en los cuales podría ser necesario polainas. Para el resto de categorías no serán necesarias las polainas.

SISTEMA DE CONTROL: Tarjeta tradicional.

COMO LLEGAR:

El centro de Competición se ubicará en el Campo de Fútbol:

Calle Calvario 44 (junto polideportivo y piscina municipal)

Coordenadas: **36°34'45.8"N 4°56'42.8"W**

Google maps: <https://goo.gl/maps/NMLeQUea5Vvv8Lyv7>