



**A.D.O.L**



ASOCIACION DEPORTIVA  
DE ORIENTACION  
"LINCE" (Sevilla)

# **CIRCUITO OTOÑO DE ORIENTACIÓN 2009**

**!! Ven a disfrutar de una nueva manera de hacer deporte!!**



# **CIRCUITO OTOÑO DE ORIENTACIÓN** **EN LA NATURALEZA 2009**

¡¡¡PIENSA Y CORRE!!!

Este calendario de actividades tiene un carácter trimestral (Octubre-Diciembre 2009) y su objetivo principal es promocionar el deporte de Orientación en Sevilla mediante la realización de recorridos/entrenamientos para deportistas y/o interesados. Estos entrenamientos son organizados por el Club ADOL y la Delegación Sevilla de la F.A.D.O

- No es necesaria tener experiencia previa.
- Recorridos adaptados a todos los niveles.
- Vente a disfrutar de los mapas de orientación existentes en la provincia y a descubrir nuevos entornos naturales.
- Conoce a los entusiastas de nuestro deporte y a gente que le gusta la práctica de actividad física en la naturaleza.
- Promocionar el deporte de orientación invitando a amigos e interesados/as a realizar recorridos sencillos.

Está abierto a todos los socios de clubes de orientación de la provincia, así como a cualquier interesado/a.

## **1. CALENDARIO:**

Pueden ser entre semana por las tardes (a veces recorrido nocturno!!!) o en fines de semana por la mañana desde el mes de octubre a diciembre 2009. La hora de comienzo la especificará el organizador de la prueba publicándolo en la web de ADOL [www.adolince.net](http://www.adolince.net) y/o via e-mails de contacto.

<b>Nº</b>	<b>LUGAR</b>	<b>RECORRIDO</b>	<b>FECHA</b>	<b>ORGANIZADORES</b> <b>Email confirmación</b>
<b>1ª</b>	<b>El Berrocal</b> (Almadén de la Plata)	One-man-relay (Relevos individuales)	<b>18-10-09</b> (domingo)	ADOL (Sema) <a href="mailto:entrenosadol@gmail.com">entrenosadol@gmail.com</a>
<b>2ª</b>	<b>Tomares</b>	Curvas de Nivel	<b>27-10-09</b> (Martes)	ADOL (Pedro Pasi) <a href="mailto:entrenosadol@gmail.com">entrenosadol@gmail.com</a>
<b>3ª</b>	<b>Parque de Mª Luisa</b> (Sevilla)	Recorrido físico- cultural	<b>05-11-09</b> (Jueves)	ADOL (Santiago) <a href="mailto:entrenosadol@gmail.com">entrenosadol@gmail.com</a>
<b>4ª</b>	<b>La Corchuela</b> (Dos Hermanas)	Circuito Provincial	<b>14-11-09</b> (sábado)	ADOL (Pedro Senior) <a href="http://www.adolince.net">www.adolince.net</a>
<b>5ª</b>	<b>Pinares de Aznalcazar</b>	Distancia larga	<b>22-11-09</b> (Domingo)	ADOL (Carlos/Lobera) <a href="mailto:entrenosadol@gmail.com">entrenosadol@gmail.com</a>
<b>6ª</b>	<b>Parque de Mª Luisa</b> (Sevilla)	Score	<b>26-11-09</b> (Jueves)	ADOL (Santiago) <a href="mailto:entrenosadol@gmail.com">entrenosadol@gmail.com</a>
<b>7ª</b>	<b>La Atalaya</b> (Coria del Río)	Distancia Media	<b>12-12-09</b> (Sábado)	ADOL ( Antonio) <a href="mailto:entrenosadol@gmail.com">entrenosadol@gmail.com</a>

NOTA:

Ante la posibilidad de que en alguna zona escogida no sea posible hacer la actividad se buscarán alternativas en los demás mapas disponibles.

## **2. PAGO DE MAPAS:**

- Socios club ADOL: GRATIS
- Resto participantes: 1 EURO

## **3. RECORRIDOS:**

Urbanos, en parques, en bosques, de distancia media, sprint, culturales,  
DE TODOS LO COLORES!!!

Con el fin de facilitar la tarea a los organizadores, se establecen tres tipos de recorridos, siendo el criterio técnico el que los determina:

- ***Iniciación:*** para participantes sin experiencia, idónea para aquellos que deseen iniciarse por primera vez.
- ***Avanzado:*** para aquellos participantes con cierta experiencia, idóneo para aquellos que practican orientación eventualmente y/o participantes federados
- ***Correlín (bajo criterio del organizador y si el lugar lo permite):*** recorridos para niños/as de 3-8 años siempre acompañados por el padre/madre y/o responsable legal.

## **4. CONFIRMACIONES AL ENTRENAMIENTO:**

- Por e-mail al organizador de la actividad hasta ***dos días antes de*** celebración de esta.
- El dinero del pago de mapas se depositará en la “huchita” del club, la cual irá rotando entre organizadores y se destinará para pagar gastos de impresión de mapas y financiación de las escuelas deportivas de ADOL.

## **5. INFORMACIÓN Y TIEMPOS.**

- Tanto la información previa como los tiempos de los entrenamientos (si el organizador lo considera) se publicarán en la página web del club [www.adolince.net](http://www.adolince.net).

## **6. COORDINACIÓN:**

- Cada organizador debe funcionar de forma autónoma.
- Si falla algún organizador, se suspende la actividad de esa semana y se espera a adjudicarle otra fecha.

## **7. CONDICIONES DE PARTICIPACIÓN**

- Estas actividades no tienen ni carácter oficial ni oficioso, no siendo competiciones regladas y si ***entrenamientos libres*** en los que la participación implica la aceptación de las condiciones. El club ADOL proporciona un mapa con un recorrido que cada participante realiza de forma libre.

- La participación en la realización de cualquier recorrido del circuito Otoño 2009 supone asumir la responsabilidad propia ante cualquier percance o accidente, eximiendo a los organizadores del Club ADOL de cualquier accidente o percance que pueda suceder.
- Los participantes que carezcan de seguro deportivo de orientación deberán firmar un documento de aceptación de las condiciones del circuito primavera 2009.

## **8. TAREAS DE LOS ORGANIZADORES:**

- Diseñar recorridos y colocar balizas.
- Pedir los permisos, si el lugar lo requiere.
- Controlar tiempos y tarjetas.
- Recoger el material (balizas y demás materiales el miércoles de la prueba anterior).
- Enviar los resultados al responsable de la web ADOL, [www.adolince.net](http://www.adolince.net), para que sean publicados.