

3ª Prueba Popular de Orientación 2025

13 de abril de 2025, domingo. Sangüesa



BOLETÍN 0

Organiza:



Colabora:



Lugar y fecha

El **13 de abril de 2025, domingo**, se celebrará en el **Sangüesa** la 3ª Prueba de la Liga Popular de Orientación Navarra 2025.

Localización

Centro de competición: Polideportivo Municipal de Sangüesa

<https://maps.app.goo.gl/vGGEPRu4KEYmsmQa6>

¿Sabías que...?

...El paisaje que nos rodea forma parte de nuestra cultura, es testigo de la historia y fuente de riqueza para el desarrollo de las comunidades cercanas.

...Sangüesa cuenta con importantes bienes que forman el Patrimonio Cultural de Navarra, [edificios religiosos](#) como las iglesias de Santa María y de San Salvador, [edificios civiles](#), como los palacios de Ongay - Vallesantoro o el palacio - castillo de Príncipe de Viana, ejemplo del papel fundamental que tuvo esta localidad en la Edad Media y Moderna, así como punto de paso del [Camino de Santiago](#) aragonés.

... En el alto del monte por donde transcurrirá esta prueba quedan los restos de un antiguo castillo defensivo, conocido como el Castellón de Sangüesa. Aquí tenéis más información sobre él: [Artículo castillo medieval de Sangüesa](#)

...Los parajes naturales que nos rodean han formado parte de la vida de las comunidades. En Sangüesa contamos con los [senderos de Uñesa](#), testimonio de los usos del monte y las comunicaciones con las localidades vecinas. Parte de esta ruta transcurre por el terreno que os ofrecemos para esta prueba.

Programa

- 10:00 h: Apertura del centro de competición.
- 10:30 h: Primeras salidas de open NEGRO.
- 11:00 h: Primeras salidas RESTO DE CATEGORÍAS.
- 12:30 h: Últimas salidas.
- 14:00 h: Cierre de meta.
- 14:00h: Entrega de premios Liga Popular Navarra 2025.

Las salidas se realizarán de forma escalonada cada 2 minutos y un máximo de 3 participantes simultáneamente (uno por categoría).

No habrá asignación previa de horas de salida.

Categorías

- **Open Amarillo individual masculino / individual femenino / equipo:**
 - Categoría de iniciación infantil y grupos familiares
 - Distancia aproximada: inferior a 3 km
- **Open Naranja individual masculino / individual femenino / equipo:**
 - Categoría de iniciación para adultos y grupos familiares
 - Distancia aproximada: 3.0 - 4.0 km
- **Open Rojo individual masculino / individual femenino / equipo:**
 - Categoría de nivel medio para adultos.
 - Distancia aproximada: 4,5 km
- **Open Negro individual masculino / individual femenino / equipo:**
 - Categoría de nivel alto para adultos.
 - Distancia aproximada: 5 - 6 km.

La participación suele ser **individual**, recomendada para personas que tengan nociones de orientación. Para el resto de participantes, se ofrece la posibilidad de participar **en grupo o parejas**.

Información técnica

Perímetro del mapa:

<https://www.google.com/maps/d/edit?mid=1hQme1rqgpT05iaqMjzimabE6V0ITibE&usp=sharing>



Cartógrafo: Roberto Pascual

Escala 1:7500

Trazador: Aimar Urquizu

La descripción de los controles está en el propio mapa.

Recorridos y distancias (en próximo boletín)

CATEGORÍA	DISTANCIA (km.)	DESNIVEL (m.)	NÚM. BALIZAS
OPEN AMARILLO			
OPEN NARANJA			
OPEN ROJO			
OPEN NEGRO			

Sistema de cronometraje

Todas las categorías utilizarán el SPORTident.

El corredor que no finalice su recorrido o se retire, debe pasar por la zona de descarga de SPORTident para que la organización sepa que se ha retirado.

Los participantes que no dispongan de tarjeta SPORTident podrán alquilarla a través del formulario de inscripción por un importe de 3 euros, dejando en depósito el DNI. En el caso de que se pierda o deteriore la tarjeta, se deberá abonar un importe adicional de 30 euros.

Presentación de resultados

Los resultados de cada una de las pruebas y la clasificación final se publicarán en la página web del [Club Deportivo Navarra](#) y en Liveresultat.

Inscripciones

Todos los participantes deben estar inscritos en la prueba. La organización no asegura la posibilidad de participación para aquellas personas que no se hayan inscrito previamente. Las personas interesadas en participar en la carrera popular, deberán hacerlo a través del formulario de inscripción habilitado en las siguientes direcciones:

Equipos: <https://forms.gle/wxfHx5jp3WkHuWH87>

Individuales: <https://forms.gle/qQGPjfzxc2LJShr8>

ES OBLIGATORIO PARA TODAS LAS PERSONAS MAYORES DE 14 AÑOS SIN SEGURO INDICAR EL DNI EN LA INSCRIPCIÓN.

El plazo finaliza el **miércoles 9 de abril, a las 23:59 horas**.

Los precios serán los siguientes:

- Personas nacidas entre 2022-2025: 0€
- Personas nacidas entre 2012-2021: 3€
- Personas nacidas en 2011 y anteriores: 6€
- Personas asociadas al CDN/NKE: 1€ (salvo los nacidos en 2022-2025, 0€)

Seguro de prueba obligatorio a no federados (Orientación / Montaña): +2€/persona
Alquiler de Sportident: +3€ (socios CDN/NKE: +0€).

La inscripción por cada equipo incluye 2 mapas. En caso de querer más mapas, se solicitarán a través del formulario de inscripción por equipos, con un coste de +1€ por mapa extra.

El pago se realizará mediante transferencia a la cuenta de la Sección de Orientación del CDN/NKE. Adjuntar justificante de transferencia a la cuenta del club con el coste de vuestra inscripción.

En el concepto indicad:

SANGÜESA + NOMBRE DEL EQUIPO/ PARTICIPANTE.

Recordad la cuenta del club para ingresar:

Entidad: Laboral Kutxa

Nº de cuenta (IBAN): ES54 3035 0058 3605 8011 6766

Enviar el justificante de pago a la dirección: inscripcion.o.cdn@gmail.com

Para dudas y aclaraciones, podéis escribir al mismo correo.

Material necesario y buenas prácticas

Se aconseja el uso de ropa de deporte y zapatillas adecuadas, mejor con algo de taco, tipo trekking o trail. Es conveniente el uso de polainas o calcetas. Además de ropa de abrigo o chubasquero dependiendo de la meteorología.

Es recomendable el uso de brújula durante la carrera. Tenemos brújulas disponibles para prestar hasta agotar existencias. En caso de pérdida de la brújula se abonará 10 €.

Como principio de sostenibilidad y buenas prácticas a la hora de salir al monte, el avituallamiento será autogestionado, para evitar el uso de plásticos. El deporte de Orientación ha demostrado siempre ser muy respetuoso con el medio donde se practica, queremos que siga siendo así. ¡Os agradecemos vuestra colaboración!