

JORNADAS DE TECNIFICACIÓN MTB-O

Geoparque Granada

BENALUA 31 MAYO / 1 JUNIO 2025.

PRESENTACIÓN

Las primeras **JORNADAS DE DIFUSIÓN Y TECNIFICACIÓN MTBO** es una propuesta deportiva del club Veleta que tendrá lugar en el término municipal de Benalúa, donde hace unos años se celebró el Raid de Geoparque. Ahora se convierte en sede de estas jornadas de convivencia y tecnificación, compartiendo experiencias en unos entrenamientos cronometrados con el objeto de promocionar esta modalidad de la orientación, así como para la mejora tanto física como técnicamente de los deportistas que lo practican.

Pretendemos dar a conocer esta modalidad a todos los deportistas que puedan estar interesados.

Estas jornadas de tecnificación se incluyen en el calendario de concentraciones FADO y estarán subvencionadas a todos los participantes sub 20 federados, y también en un porcentaje a los demás federados.

El lugar elegido sería el Geoparque de Granada en la localidad de Benalúa de Guadix, donde hay una buena red de pistas, caminos y senderos adecuados para la práctica de esta modalidad.

OBJETIVOS DE LAS JORNADAS

1. Mejorar la técnica de manejo de la bicicleta de montaña: Control de frenado, manejo del desarrollo y postura en la conducción.
2. Profundizar en el conocimiento e interpretación de la simbología específica en la MTB-O
3. Mejorar en la lectura y orientación precisa de los caminos. Gestión de las intersecciones.
4. Uso de rumbo para confirmar la dirección.
5. Comprobación de la ubicación correcta del control.
6. Mejorar en las tomas de decisiones de las elecciones de ruta.

PROGRAMA

Martes 20 mayo. 17:00h. Cierre de Reservas del alojamiento en el albergue Kabila Geopark

Miércoles 28 de mayo: 17:00 h cierre de inscripciones.

Sábado 31 de Mayo:

09:30h Charla informativa, inicio de las jornadas. Punto de encuentro cementerio Benalúa.

10:00h Comienzo del entreno Larga distancia (mapa Benalúa bosque). Lectura y orientación precisa de los caminos.

13:30h Finalización entreno.

14:00h Entrada albergue cueva Kabila Geopark. Comida (picnic)

17:30h Comienzo del 2º entreno. Simulación en el manejo de intersecciones, seguido de sprint (mapa urbano Benalúa).

19:30h Charlas técnicas y finalización.

21:00h Cena.

Domingo 1 Junio:

08:00h Desayuno

09:30 h Comienzo del entreno Media Distancia. Trabajo multiescalas.

12:30 h Retorno punto de encuentro.

13:00 Intercambio de experiencias despedida de las Jornadas.

INSCRIPCIONES

La inscripción para **los tres entrenamientos** de las jornadas se realizará en un único pago. Serían de **20€ a los federados y 25 € a los no federados**.

Con la aplicación de las subvenciones de FADO :

Se subvencionará el 100% a los sub 20 federados y el 50% a los federados andaluces.

Las tarifas quedarían de la siguiente manera.

Deportistas	Cuotas de inscripción
Sub20 Federados andaluces	0 €
Federados FADO	10 €
Resto Federados FEDO	20 €
No federados	25 €

Las inscripciones se realizarán a través del siguiente [Formulario](#)

Todas las inscripciones se harán en formato individual para cada participante.

Existe la posibilidad de alquilar portamapas por 5€ los dos días.

Los **NO Federados** deberán indicar el número de DNI y la fecha de nacimiento para la gestión del seguro deportivo.

El plazo de inscripciones finalizará a las **17:00 h del miércoles 28 de Mayo**

El pago puedes realizarlo mediante transferencia bancaria a la cuenta del **Club Veleta**:

ES52 0073 0100 53 0505074886

Se deberá subir el justificante de pago bancario en el apartado correspondiente del formulario de inscripciones habilitado para las jornadas.

La inscripción no se considera formalizada hasta no recibir dicho justificante de pago.

CATEGORÍAS

No existirán categorías por edades, se realizaran tres niveles (Inicial, Medio y Avanzado) según la experiencia y la forma física de los participantes en cada entrenamiento.

INICIACIÓN	Niños (acompañados obligatoriamente de un adulto). Adultos sin experiencia previa en MTBO.
MEDIO	Jóvenes y adultos con nociones de MTBO y media capacidad física y técnica.
AVANZADO	Orientadores con experiencias previas en MTBO y buenas capacidades físicas y técnicas.

LOCALIZACIONES

El alojamiento se realizará en el albergue cueva “**Kabila Geopark**” siendo estas las tarifas acordadas por día.

Alojamiento y desayuno	18 €
Comida Picnic: Bocado, fruta y zumo/agua	5 €
Cena: Ensalada y un plato (albóndigas, carne en salsa...) con una consumición	11€

Solo el caso de federados andaluces sub20 se subvencionará el 100%, igualmente deben indicar si van a hacer uso del alojamiento.

El resto de participantes estén federados o no deberán abonarlas íntegramente.

Ubicación.

<https://maps.app.goo.gl/i5CUrTqQGHCZq1gT8>

MATERIAL OBLIGATORIO

Bicicleta de montaña, casco, gafas, guantes, bidón o mochila de agua, brújula y Portamapas (se puede alquilar en caso de no disponer de uno).

MATERIAL RECOMENDABLE

Multiherramientas, bomba de inflado, cámara de repuesto, desmontables, pequeño botiquín.

SEGURIDAD

Se dispondrá de la colaboración de la protección civil en la zona de entrenamientos, para atención de posibles lesiones.

ENTRENAMIENTOS

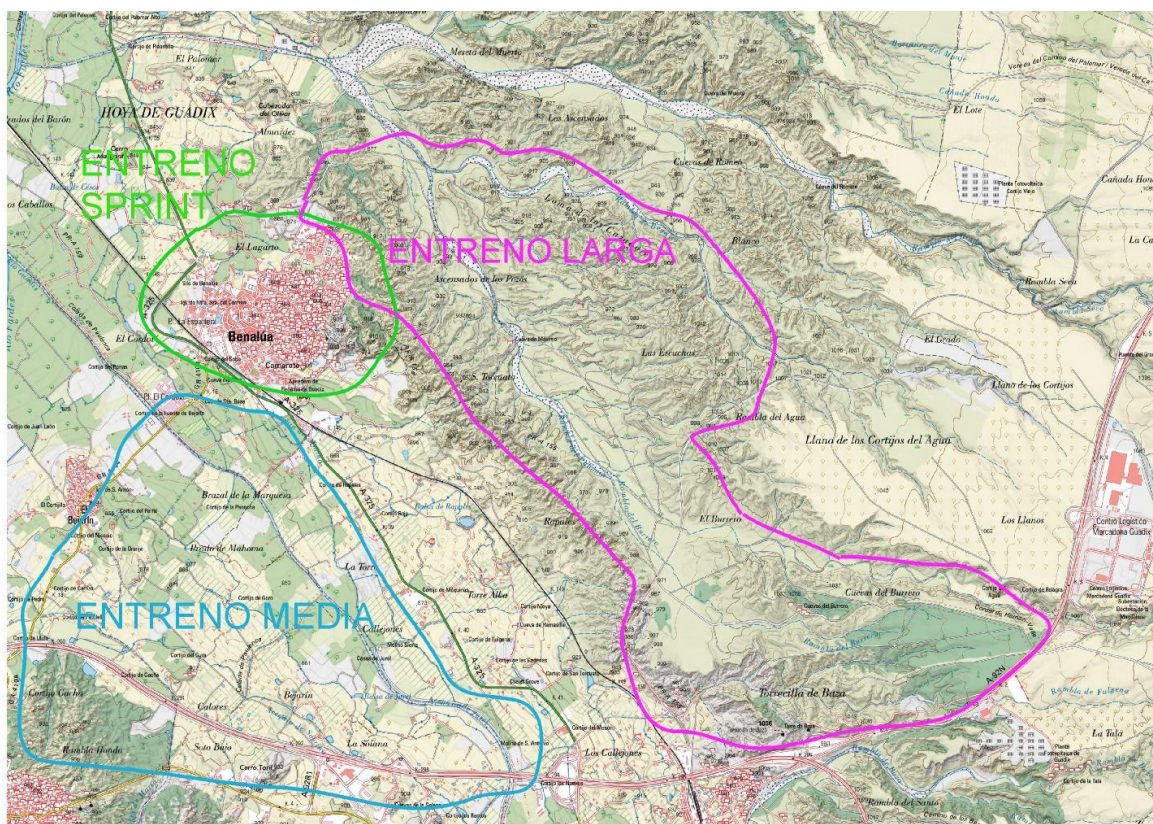
La zona que vamos a recorrer en el **entrenamiento de larga distancia** fue usada para el Raid del Geoparque del 2019, el mapa está siendo actualizado sobre el Mapant con la actual ISMTBOM 2022.

Mapa Benalúa Rambla del Agua y Burreros. Presenta zonas poco boscosas en general, aunque podemos encontrar zonas de pinar de repoblación de pinar joven. En la zona disponemos de una amplia red de carriles y sendas.

Vamos alternando zonas con desniveles de moderados a fuertes y poca vegetación con otras más llanas en las que encontraremos pinares de repoblación.

La zona elegida para los **entrenamientos del domingo de media distancia**, es un mapa nuevo localizado en las inmediaciones del Bejarín y Purullena, también está siendo actualizado sobre el Mapant con la actual ISMTBOM 2022. Con relieve suave más acentuado en la zona de Purullena y con un denso entramado de caminos se

localiza entre propiedades privadas y plantaciones de álamos, siendo atravesado por el Río Guadix.



CRONOMETRAJE

Información próximo boletín.

INFORMACIÓN TÉCNICA:

Información próximo boletín.

ORGANIGRAMA

Directora: Paloma Rodríguez

Trazados: Lucas Moriana

Colaboradores: Jesús Puertas, Lucas Moriana, Antonio Jiménez, Noel Espigares.

ORGANIZA



COLABORAN

