

6ª Liga MTBO FEMADO

Parque del Humedal

 **COSLADA**

 **DOMINGO
13 SEPTIEMBRE**

 **SALIDAS 10:00 a 12:00
CIERRE DE META 13:30**

BOLETIN FINAL

ORGANIZA:



COLABORAN:



FEMADO

FEDERACIÓN
MADRILEÑA DE
ORIENTACIÓN



AGRADECIMIENTO ESPECIAL



**Ayuntamiento
de Coslada**

INDICE

1. PRESENTACIÓN	3
2. PROGRAMA	4
3. LOCALIZACIÓN	4
A) CÓMO LLEGAR	5
B) CENTRO DE COMPETICIÓN	6
C) APARCAMIENTO	6
D) RECOMENDACIONES PARTICULARES GP FORMULA 1...	6
E) MAPA DE LOCALIZACIONES	6
F) SALIDA	7
G) META	7
H) AVITUALLAMIENTO	7
I) ZONA CALENTAMIENTO y ZONA EMBARGADA	7
4. CATEGORIAS	8
5. INFORMACIÓN TÉCNICA y COMENTARIOS DEL TRAZADOR ...	9
6. HORAS DE SALIDA	11
7. PROTOCOLO DE SALIDAS	11
8. CRONOMETRAJE	12
A) ALQUILER	12
B) ABANDONOS	12
C) SEGUIMIENTO DE LA PRUEBA Y CLASIFICACIÓN	12
9. INSCRIPCIONES.....	13
A) PRECIOS	13
B) PAGOS.....	14
10. NORMATIVA.....	14
11. COMITÉ ORGANIZADOR Y CONTACTO.....	15

1. PRESENTACIÓN

Esta temporada, el Club GOCAN junto con el equipo de aventura Saltamontes, organiza una prueba de MTBO de liga regional con el apoyo de la FEMADO.

Sin salir del entorno del corredor del Henares, cuna y casa de nuestro Club, nuestro equipo técnico ha apostado por mapear y trazar uno de los Parques emblemáticos de Coslada. El Parque del Humedal es el espacio verde más importante y principal pulmón natural de este municipio madrileño.

Qué es y dónde está

- **Ubicación:** Se sitúa en la zona suroeste de [Coslada](#).
- **Origen:** Ocupa más de 70 hectáreas en lo que antes era la antigua Laguna del Esparragal y parte del entorno del arroyo Ambroz.
- **Extensión:** Cuenta con unos 8 kilómetros de caminos y senderos ideales para pasear, correr o ir en bicicleta.

Naturaleza y Biodiversidad

- **Flora:** Destacan zonas de pastizal arcilloso, juncos y varias plantaciones de árboles.
- **Fauna:** Es un refugio clave para aves como abubillas, vencejos, mirlos, verderones y perdices, además de pequeños mamíferos como conejos.
- **Cajas nido:** Se han instalado cajas nido para fomentar la biodiversidad y proteger a las especies locales en colaboración con voluntarios y asociaciones.

El Naturalario

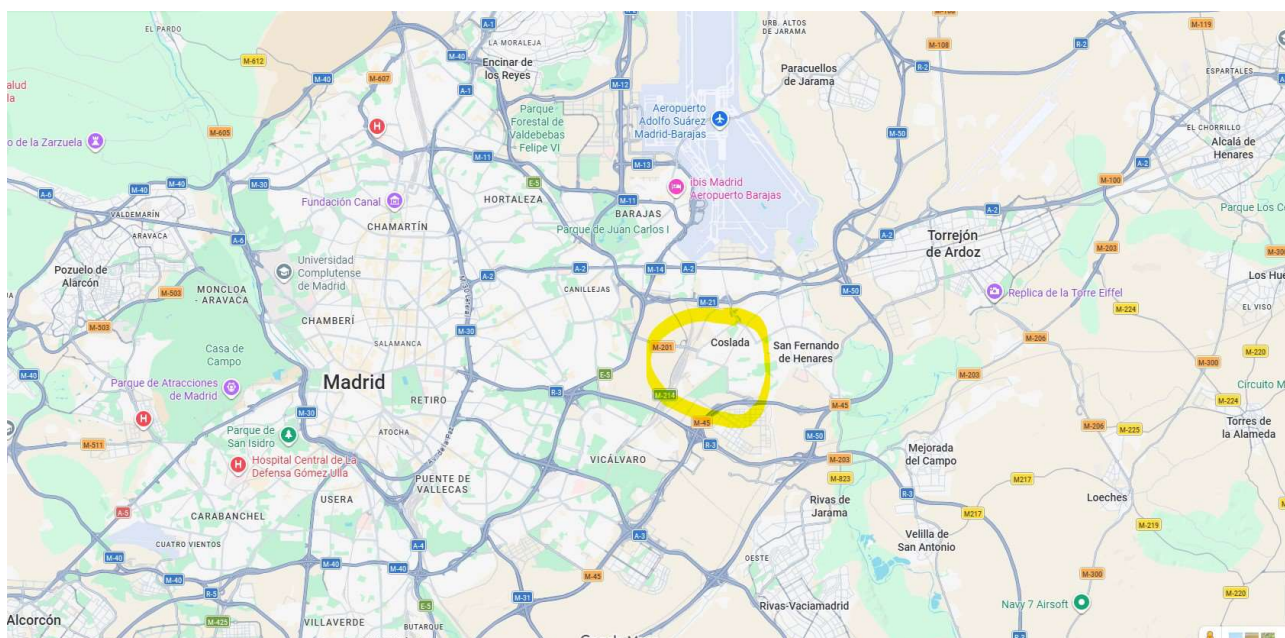
- El parque incluye el **Centro de Educación Ambiental Naturalario**, un espacio dedicado a la enseñanza sobre el entorno natural, los ecosistemas locales y la sostenibilidad.
- Ofrece talleres, charlas y actividades de concienciación ambiental abiertas a centros educativos y al público general.

2. PROGRAMA

- | | | |
|-----------------------------|-------|----------------------|
| • Miércoles 9 de Septiembre | 23:59 | Cierre Inscripciones |
| • Domingo 13 de Septiembre | 9:30 | Apertura Secretaría |
| | 10:00 | Inicio Salidas |
| | 12:00 | Fin Salidas |
| | 13:30 | Cierre de Meta |

3. LOCALIZACIÓN

Entre el barrio de Vicalvaro y San Fernando de Henares, en la zona perimetral
Este de la capital



A) CÓMO LLEGAR

- M-40 desde Norte, Salida 9B "Avenida de Arcentales" **(EVITAR OPCIÓN)**



- M-40 desde Sur, Salida 10 "Av de Arcentales - COSLADA"



- M-45 desde Norte, Salida 25 "COSLADA - El Cañaveral"



- M-45 desde Sur, Salida 22 "El Cañaveral - COSLADA"



METRO L7

Barrio del Puerto 5min a CC

CERCANIAS C2 y C7

COSLADA Central 7min a CC

B) CENTRO DE COMPETICIÓN

El Centro de Competición está situado entre los campos de fútbol del CD Samper y la empresa Bebidas Peñuelas [40.417326, -3.576837](#)

C) APARCAMIENTO

Hay bastante aparcamiento en torno al Centro de competición, pero recomendamos sean llenadas las plazas de la Calle Mar Mediterraneo y el aparcamiento aledaño entre ITV y Bebidas Peñuela. (Zona azul marcada en [MAPA DE LOCALIZACIONES](#))

No ir al aparcamiento cercano a la Salida, se deberá reservar para los usuarios de los campos de fútbol, a parte de estar en zona embargada.

D) RECOMENDACIONES PARTICULARES GP F1 **IMPORTANTE!!!**

Como muchos sabréis, en esta fecha también se celebra en la zona **IFEMA/VALDEBEBAS** el Gran Premio de España de Formula 1, en la que se esperan entre 250 y 300mil asistentes.

Por ello, invitamos a plantear el desplazamiento evitando la circulación en la M40 por dicha zona, a no ser que sea imprescindible.

CONSULTAR GOOGLE MAPS para que nos de una alternativa a la hora de salir de casa. Y si en circunstancias normales, esa sería la ruta elegida... plantea también salir un poco antes.

E) MAPA DE LOCALIZACIONES

En el siguiente enlace podrás consultar el Mapa de las localizaciones más importantes (Parking, Secretaría, Salida...etc)

[MAPA DE LOCALIZACIONES](#)

F) SALIDA

Desde CC vamos por la Calle Puerto de Bilbao dirección Sur pegados a los campos de fútbol hasta cruzar el paso de peatones a la altura de la rotonda al final de la calle. (Ver línea amarilla en el [MAPA DE LOCALIZACIONES](#))

G) META

Cuando llegues a ella, lo descubrirás. Habrá indicaciones para ir a Descargas.

H) AVITUALLAMIENTO

Junto a la descarga podéis rellenar vuestros bidones con avituallamiento líquido y también encontrareis algo para picar.

No habrá vasos, todos deberíamos llevar al menos un bidón.

I) ZONA DE CALENTAMIENTO / ZONA EMBARGADA

Solicitamos a todos los corredores que solo accedan a la zona de salida en el momento que realmente hayan terminado su calentamiento y se dirijan a iniciar la prueba.

No invadir la zona embagada marcada en el [MAPA DE LOCALIZACIONES](#).
Se ha marcado como zona de calentamiento la zona comprendida entre las calles Mar Cantábrico y Mar Mediterráneo. Juego limpio!

4. CATEGORIAS

Según la normativa 2026, se consideran las siguientes categorías oficiales:

EDAD Referida al año en vigor	CATEGORÍA MASCULINA	CATEGORÍA FEMENINA
Cualquier edad	M-Élite, M21	F-Élite, F21
Igual o mayor de 40 años	M40	F40
Igual o mayor de 50 años	M50	F50
Igual o mayor de 60 años	M60	F60
Igual o mayor de 70 años	M70	F70
Igual o menor de 20 años	M20	F20
Igual o menor de 17 años	M17	F17
Igual o menor de 15 años	M15	F15

A parte habrá las siguientes categorías NO OFICIALES:

- OPEN ROJO
- OPEN NARANJA
- OPEN AMARILLO
- E-BIKE

5. INFO TÉCNICA y COMENTARIOS DEL TRAZADOR

Mapa Nuevo (Agosto 2026) Cartografía y Maquetado: Jose M. Rivas

Registro FEDO Nº: M-4131-26 Club: GOCAN

ESCALA: 1:5000 Eq.5m

A continuación la tabla con los detalles por recorrido:

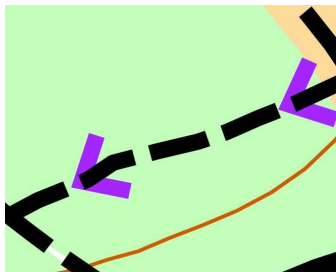
	CATEGORÍAS	DIFICULTAD TECNICA	DIFICULTAD FISICA	DIST. IDEAL* (Desnivel) (nºControles)	TAMAÑO MAPA
R1	ME	ALTA	ALTA	14,9Km (130m / 36ctrols)	A3 (2 CARAS)
R2	FE M20 M40 E-BIKE	ALTA	MED-ALTA	14,1Km (110m / 33ctrols)	A3
R3	M21 M50 F20 F40	ALTA	MEDIA	12,5Km (100m / 28ctrols)	A3
R4	M17 M60 F21 F50 ROJO	MED-ALTA	MEDIA	11,1Km (90m / 25ctrols)	A3
R5	M15 M70 F17 F60 NARANJ	MEDIA	MED-BAJA	8,5Km (70m/22ctrols)	A3
R6	F15 F70 AMARILLO	BAJA	BAJA	7,5Km (60m/17ctrols)	A3

Se ha utilizado la simbología ISMTBOM-2022, por la cuál se establecen las **zonas únicamente ciclables** y su descripción:

SIMBOLOGÍA CICLABLE ISMTBOM 2022

	Pista ancha. Ciclabilidad rápida		Senda. Ciclabilidad rápida
	Pista ancha. Ciclabilidad media		Senda. Ciclabilidad media
	Pista ancha. Ciclabilidad lenta		Senda. Ciclabilidad lenta
	Pista ancha. Ciclabilidad muy lenta		Senda. Ciclabilidad muy lenta
	Carretera o camino asfaltado		Escaleras
	Rastro lineal ciclable rápido		Terreno abierto. Permitido ciclar
	Rastro lineal ciclable medio		Bosque. Permitido ciclar
	Rastro lineal ciclable lento		Terreno abierto abrupto. Permitido ciclar
	Rastro lineal ciclable muy lento		

También se ha hecho uso del simbolo 841. Senda Unidireccional. Este camino o senda “solo podrá recorrerse en el sentido de las flechas magentas”:



El trazado donde la rapidez de lectura y la anticipación van a ser claves. Será como hacer un Sprint más largo de lo habitual. Tramos cortos y rápidos.

La característica fundamental de este mapa se encuentra en la buena ciclabilidad que tiene el bosque que ocupa un 40% del terreno mapeado. Esto nos obligará a decidir si navegar a rumbo por él o seguir las referencias lineales por los caminos de su interior. **Pero OJO!!!** Se ha intentado representar los caminos que se intuyen entre la pinocha. Reconocemos que alguno se intuye mejor que otro. Y allí dónde ya no hay un rastro claro, el camino ya no es representado en el mapa.

Recomendamos proteger los ojos con gafas claras o fotocromáticas, aunque el bosque está muy limpio en el suelo, hay algunas ramas que quedan a la altura de la cabeza.

Otra gran parte del terreno de juego será en zona muy abierta. Rogamos respetar la simbología y no atrochar fuera de los caminos representados en el mapa, ya que en esta época hay poca vegetación y ésta no genera mucho impedimento en hacer campo a través. **Estaremos vigilando.**

Y por último habrá zona de parque urbano y puentes donde podemos encontrar más peatones. Estremar la precaución y...si tienes timbre, úsalo y dar los buenos días.

6. HORAS DE SALIDA

No habrá horas de salida. Entre las 10:00 y las 12:00 se hará uso de baliza START.

Si no tienes mucha experiencia, no esperes a última hora, el cierre de la Meta será a las 13:30.

7. PROTOCOLO DE SALIDAS

El proceso minuto a minuto (Cajones de salida)

- **Minuto -3 (Entrada a la Caja 1):** El ciclista accede a la primera zona cuando el reloj de salidas muestra su hora programada menos tres minutos. Aquí los jueces **verifican el equipamiento obligatorio** (casco rígido abrochado, dorsal en la bici y número de tarjeta electrónica). Además, se realiza el proceso de **"Clear" (Borrar) y "Check" (Comprobar)** introduciendo la pinza electrónica en las estaciones correspondientes para limpiar la memoria de carreras anteriores. El corredor será responsable de completar esta acción.
- **Minuto -2 (Paso a la Caja 2):** El corredor avanza a la siguiente zona. Aquí se realiza la comprobación final de la tarjeta electrónica SIAC mediante una lectura a distancia sobre la base SIAC TEST.
- **Minuto -1 (Paso a la Caja 3 - Toma del mapa):** El participante entra al último cajón. Frente a él se encuentran los mapas impresos bocabajo (o clasificados en casilleros por categorías). **Solo cuando falta exactamente un minuto para la salida**, el corredor puede coger el mapa de su categoría. Dispone de esos 60 segundos finales para colocarlo rápidamente en el portamapas de la bicicleta, ajustar el rumbo y planificar el ataque hacia la primera baliza.
- **Minuto 0 (La Salida):** Suena una señal acústica (un pitido largo o bocina). El ciclista inicia la marcha pedaleando hacia el **punto de salida**, el cual está representado en el terreno por una baliza y en el mapa por un triángulo equilátero. El tiempo de carrera oficial empieza a contar exactamente en este instante.

8. CRONOMETRAJE

Se empleará el sistema SportIdent con la tecnología AIR+ de detección a distancia. En caso de tener una pinza electrónica sin esta tecnología, se podrá seguir usando la pinza introduciéndola en la base. A tener en cuenta el número máximo de picadas que admite tu tarjeta SI con el número de controles que hay en tu recorrido.

A) ALQUILER

Ponemos a disposición el alquiler de Tarjetas SIAC gracias a la colaboración de la FEMADO. Podrás solicitarla a la hora de hacer la inscripción marcando la casilla correspondiente, lo que incrementará el coste de la inscripción en +3€.

El día de la prueba se dejará en Secretaría el DNI como fianza. No olvides traerlo.

B) ABANDONOS

Todo corredor que decida abandonar deberá, siempre y cuando sea posible, pasar por META y realizar la descarga de su pinza electrónica con el fin de hacer seguimiento de los corredores que aún puedan seguir en carrera.

C) SEGUIMIENTO DE LA PRUEBA Y RESULTADOS

Los resultados en directo podrán ser seguidos mediante la plataforma OREPLAY. Os dejamos el enlace, pero también dispondréis de un QR impreso en el Mapa. [RESULTADOS EN DIRECTO](#)

9. INSCRIPCIONES

Toda la gestión de inscripciones se realizará mediante la plataforma SICO FEDO. A continuación el enlace a la inscripción de la prueba:

[ACCESO INSCRIPCIÓN en SICO](#)

PLAZO LÍMITE: Miércoles 9 a las 23:59

INSCRIPCIONES FUERA DE PLAZO: Consultar por email la disponibilidad de mapas (club-gocan@htomail.com). Bajo coste extra de 3€

A) PRECIOS

CATEGORIAS	CON LICENCIA CLUB FEMADO	CON LICENCIA CLUB NO FEMADO	SIN LICENCIA
OFICIALES (Mayores o igual de 21 años)	9,00 €	11,00 €	N/A
OFICIALES (Menor de 21 años)	4,00 €	6,00 €	N/A
OPEN AMARILLO	4,00 €	6,00 €	7,00 €
OPEN NARANJA	7,00 €	9,00 €	13,00 €
OPEN ROJO – EBIKE	9,00 €	11,00 €	16,00 €
ALQUILER SPORTIDENT	3,00 €	3,00 €	3,00 €
ALQUILER PORTAMAPAS	2,00 €	2,00 €	2,00 €

Tanto para el alquiler de pinzas SportIdent , como de portamapas. Se requerirá dejar la fianza el DNI a la recogida de la misma.

B) PAGOS

El pago se podrá realizar a través SICO mediante pago por tarjeta de credito. O bien se podrá realizar una transferencia a la cuenta del club y mandar el justificante al correo electrónico: club_gocan@hotmail.com

OPENBANK BENEFICIARIO: Club GOCAN

IBAN: ES1300730100500504996583

10. NORMATIVA

La prueba se regirá por los Reglamentos y las Normas vigentes aplicables. Entre dichos Reglamentos y Normas están los siguientes:

[NORMATIVAS FEMADO 2026](#)

Los participantes deben seguir en todo momento las instrucciones de los jueces y personal de la organización.

Una vez cruzada la línea de meta ningún participante puede volver a entrar en la zona de competición, ni ayudar a otros competidores que no hayan finalizado.

Aquellos corredores que finalicen su recorrido no deberán mostrar el mapa a los corredores que todavía no hayan tomado la salida, ya que no se recogerá el mapa. Apelamos al juego limpio.

Los competidores deben permanecer en silencio durante la prueba, no está permitido el seguimiento a otros competidores, y excepto en caso de accidente o peligro está prohibido ayudar o recibir ayuda de otros competidores. Es un deber de todos ayudar a los competidores accidentados: todo competidor que incumpla el reglamento o se beneficie de su incumplimiento será descalificado.

11. COMITÉ ORGANIZADOR

Dirección de prueba: Jose Manuel Rivas

Trazador: Jose Manuel Rivas

Juez Controlador: Vanessa Pons

Técnico Sportident: Antonio Robles y Miguel Blanco

Coordinador Centro Competición: Carlos Prado

Responsable Salidas: Club GOCAN

Responsable equipo de campo: Jose Manuel Rivas

Responsable Meta: Club GOCAN

Logística: Jose Manuel Rivas y Carlos Prado

CONTACTOS:

Telf: 638889090 Jose Manuel Rivas

Email: club_gocan@hotmail.com