

**3^a Carrera de
la Liga de
Madrid MTBO**



CABANILLAS DE LA SIERRA
23 DE NOVIEMBRE 2025



Ayuntamiento de Cabanillas

BOLETÍN 2

23 De Noviembre de 2025

3ª Carrera de la Liga de Madrid MTBO

Desde el club Sotobosque os damos la bienvenida a la 3ª prueba puntuable para la Liga de la Comunidad de Madrid de Orientación en Bicicleta de Montaña.

La prueba se celebrará el domingo 23 de noviembre en Cabanillas de la Sierra, mapa completamente nuevo, realizado en octubre de 2025, con gran variedad de caminos y sendas, donde las elecciones de ruta serán muy importantes.

PROGRAMA

Martes 11 de noviembre: Apertura de inscripciones

Miércoles 19 de noviembre: Cierre de Inscripciones a las 23h59.

DOMINGO 23 DE NOVIEMBRE

- 09h00: Apertura Secretaría, zona de aparcamiento (Av. De los Arrieros)
- 10:00: Inicio salidas (Con baliza star)
- 11h30: Cierre de salidas
- 13h30: Cierre de meta

Tipo de carrera: MTBO distancia media

Mapa: Cabanillas de la Sierra

Cronometraje: Sistema Sport Ident Air+

Organización y contacto: Club Sotobosque

Director de la prueba: José Luis Morcillo

Datos de contacto:

E-mail: clubsotobosque@gmail.com

Tlf: 677288336

BOLETIN 3ª liga MTBO



Ayuntamiento de Cabanillas

LOCALIZACIONES:

Desde Madrid, N-1 dirección Burgos, salida km 50, dirección Venturada y Cabanillas de la Sierra. (Atención, Radar entrada Venturada). Continuamos por la antigua N-1 sin entrar en Cabanillas, y la 3^a rotonda (tras la primera entrada al pueblo de Cabanillas, sin cogerla) tomamos la 2^a salida, y el parking está en la esplanada de la izquierda junto a la rotonda.

Desde la sierra oeste en coche: desde Collado Villalba, la M-608 hasta la salida de Venturada.

En transporte público desde Madrid: autobús 192 Madrid-Buitrago del Lozoya.

CC, SECRETARIA Y APARCAMIENTO: <https://maps.app.goo.gl/Wyb7UeVLz5yUvqVv5>

DISTANCIA DEL APARCAMIENTO A LA SALIDA: 1.6 Km.



BOLETIN 3^a liga MTBO



Ayuntamiento de Cabanillas

CATEGORÍAS:

FEDERADOS	MASCULINAS	FEMENINAS	NO FEDERADOS		
Cumplen 17 o menos en 2025	M-17	F-17		Mixto	E-BIKE
Cumplen 20 o menos en 2025	M-20	F-20		Hombres	M-PROMO
Cualquier edad	M-21 y M-E	F-21 y F-E		Mujeres	F-PROMO
Cumplen 40 o más en 2025	M-40	F-40		Mixto, dos personas	PAREJAS
Cumplen 50 o más en 2025	M-50	F-50		Sencillo, técnica y físicamente	INICIACIÓN

INFORMACIÓN TÉCNICA:

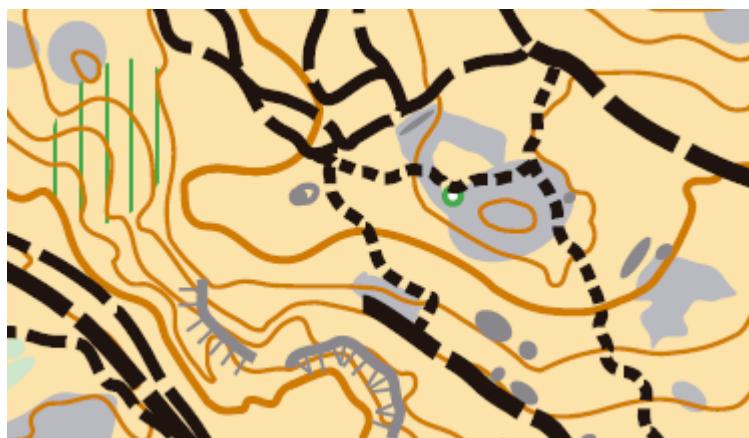
- **Modalidad:** Distancia Media
- **Terreno:** La prueba se disputará en un mapa nuevo, "Cabanillas".
En general el mapa tiene muchos caminos que darán juego a elecciones de ruta.
- **Queda prohibido el uso de las carreteras que delimitan el plano durante la prueba.**
- **Trazados:**
 - José Luis Morcillo
- **Mapa:**
 - ISMTBOM 2022; Escala 1/15.000, Equidistancia 5m.
 - Mapa nuevo 100%, cartógrafo José Luis Morcillo, octubre 2025
- **Juez Controlador FEMADO:** Vanesa Pons Grau
- **Salida:** En la salida se organizará con cajones de -3, -2 y -1 minuto. En este último cajón se encontrarán los mapas. Es responsabilidad del corredor coger el mapa que le corresponda por categoría y colocarlo en su portamapas. Transcurrido este minuto el corredor deberá picar la baliza start y abandonar la zona de salida.



Ayuntamiento de Cabanillas

MAPA:

Mapa nuevo con vegetación baja, tipo jara, no hay mucho arbolado. Tiene bastantes sendas que requerirán habilidad técnica y buen dominio de la bici. No tiene mucho desnivel. Combinación de zonas con mucha red de caminos con otras de caminos largos y menos opciones. Algunos caminos y sendas cruzan lanchas de granito, hay que tener especial precaución si estos están húmedos o mojados, resultan muy resbaladizos.



RECORRIDOS Y CATEGORÍAS:

De acuerdo con la normativa de la Liga de Madrid de Orientación MTBO:

RECORRIDO	CATEGORIA	BALIZ	DIST. L	DIST. R	DESNIVEL
R1	M-ELITE	17	12.130 m	15,8 km.	240
R2	M-40, E-BIKE	11	9.590 m	14,5 km.	220
R3	F-ELITE, M-21, M PROMO	11	10.110 m	14,8 km.	210
R4	M-50, M20	10	8.470 m	12,3 Km.	190
R5	F-21, F-40, F PROMO	9	7.730 m	11,3 km.	190
R6	F50, F20, M17, F17, PAREJAS	8	6.670 m	9,9 km.	170
R7	INICIACIÓN	7	6.510 m	9,1 km.	140

BOLETIN 3^a liga MTBO



Ayuntamiento de Cabanillas

INSCRIPCIONES:

La inscripción se realizará en la plataforma de inscripciones **SICO**, (tanto para federados, como para no federados y extranjeros)

Corredores **no** federados (sin licencia de temporada FEDO):

Si no se está dado de alta en el sistema de inscripciones SICO se deben seguir los siguientes pasos:

1. Darse de alta en SICO como usuario individual. Para ello ir a la página web sico.fedo.org, hacer clic consecutivamente en "Acceder" y "Darme de Alta". Seguir las instrucciones para darse de alta, se recibirá confirmación en el correo electrónico del usuario y contraseña.
2. Volver a la web de SICO, identificarse, elegir la carrera e inscribirse. Al no tener licencia federativa anual, el sistema solo dejará inscribirse en las categorías abiertas a no federados.

CATEGORÍAS Y CUOTAS	CON LICENCIA	SIN LICENCIA
CATEGORIAS OFICIALES M/F ≥ 20	9€	No aplica
CATEGORIAS OFICIALES M/F < 20	4€	No aplica
(M Y F) PROMOCION, INICIACION, PAREJAS, E-BIKE	9€	14€
ALQUILER DE PINZA ELECTRÓNICA		3 €

CATEGORIA	EDAD
Femenino Promoción	Cualquier edad. Se podrá realizar acompañado de otro corredor.
Iniciación	Cualquier edad. Categoría de iniciación se podrá realizar de forma individual o por grupos de varias personas inscritas. Orientada a familias con niños o gente no iniciada en este deporte. Categoría no competitiva.
Masculino Promoción	Cualquier edad. Categoría individual orientada a aquellos corredores/as que ya se sientan algo iniciados y deseen realizar un recorrido más complicado.



Ayuntamiento de Cabanillas

Para aquellos interesados en alquilar un portamapas el día de la prueba, habrá disponibles doce unidades. Los interesados deben mandar un correo lo antes posible (se asignarán a los doce primeros en solicitarlo) a la dirección (inscripcionessotobosque@gmail.com). Aquellos que están entre los doce primeros recibirán un correo de confirmación. El precio del alquiler son 2€ que deberán ser pagados en secretaría el día de la prueba.

SISTEMA DE CONTROL DE TIEMPOS:

La organización contará con Tarjetas SI a disposición de los corredores que carezcan de ella para su alquiler o adquisición.

El precio del alquiler de cada Tarjeta SI será de 3€. Para alquilar la Tarjeta SI se deberá solicitar y pagar por el SICO (al realizar la inscripción, para poder garantizar la disponibilidad) y, el día de la prueba en la Secretaría del Evento, depositar una fianza (50€ o el DNI) que se reintegrará una vez devuelta la Tarjeta SI.

PAGOS:

El pago preferiblemente será con tarjeta TPV. El pago por transferencia se reserva a los clubes. El número de cuenta bancaria está en SICO.

La inscripción no se considerará formalizada hasta que se haya realizado el ingreso bancario y se reciba el justificante de transferencia al siguiente email:

inscripcionessotobosque@gmail.com

NORMATIVA:

Esta carrera estará regulada por el [Reglamento y la Normativa MTBO FEDO 2025](#), así como por la normativa de la [Liga de Madrid de Orientación MTBO](#).



Ayuntamiento de Cabanillas

OTRAS NORMAS:

- Desde la publicación de este boletín queda prohibida cualquier actividad relacionada con la orientación en la zona de competición, apelamos al juego limpio.
- Aunque no se complete el recorrido, es **OBLIGATORIO** pasar por meta y descargar la tarjeta Sportident, para así poder tener un seguimiento de aquellos corredores que aún estén en carrera.
- Es obligatorio el uso de casco: no se podrá salir sin él.
- Está prohibido salirse de los caminos y atajar, siendo motivo de descalificación no respetar esta norma.
- Una vez cruzada la línea de meta ningún participante podrá 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, nuevamente 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 accidentados: todo competidor que incumpla el reglamento o se beneficie de su incumplimiento será descalificado.
- Se espera de los corredores el máximo respeto y cuidado del medio ambiente



Ayuntamiento de Cabanillas

EQUIPO ORGANIZADOR:

DIRECCIÓN DE LA PRUEBA	JOSE LUIS MORCILLO
JUEZ CONTROLADOR FEDO	VANESA PONS GRAU
VOCAL 1 JURADO TÉCNICO	
VOCAL 2 JURADO TÉCNICO	
CARTÓGRAFO	JOSE LUIS MORCILLO
TRAZADOR	JOSE LUIS MORCILLO
EQUIPO BALIZAS	JULIAN AMORES, SUSANA ARROYO, CARLOS TREJO
LOGÍSTICA	CONCEPCIÓN UREÑA
SECRETARÍA E INSCRIPCIONES	MAGDALENA MORCILLO, JOSE ANTONIO SERRANO
JUECES CRONOMETRAJE	
EQUIPO SALIDA	FERNANDO SAZ
EQUIPO META	CONCEPCIÓN UREÑA

BOLETIN 3^a liga MTBO