

LIGA ESPAÑOLA DE ORIENTACIÓN

BOLETÍN nº1 JUL26



29 AGO

distancia media Covaleda

sprint Covaleda

30 AGO

distancia larga

**Covaleda
Duruelo**

25 - 26 - 27 AGO ENTRENAMIENTOS

2026



Consejo
Superior
de Deportes

Junta de
Castilla y León

Soria puro
Oxígeno
Diputación de Soria

AYUNTAMIENTO
de Soria

Diputación
de Soria

fedo
Federación Española de Orientación

LIGA
FO
CYL



tienda de
orientación

arotz
desde 1960

MALVASIA
— FINE GRAS ALTA EXPRESIÓN —
Soria





0- ÍNDICE

1. PRESENTACIÓN.

2. MAPA DEL EVENTO.

3. PROGRAMA.

4. COMITÉ ORGANIZADOR – COLABORACIONES.

5. CATEGORÍAS.

6. NORMATIVAS (CARRERAS – MAPAS)

7. LOCALIZACIONES y ZONAS PROHIBIDAS.

8. INSCRIPCIONES.

9. PREMIOS y SERVICIOS.

10. INFORMACIÓN TÉCNICA.

- MAPAS.
- RESEÑAS TERRENOS.
- ENTRENAMIENTOS.
- TRAZADOS. (PRÓXIMAMENTE)
- DATOS TÉCNICOS COMPETICIÓN. (PRÓXIMAMENTE)
- CENTROS DE EVENTO. (PRÓXIMAMENTE)
- PRESTART CARRERAS. (PRÓXIMAMENTE)
- CAPACIDADES TÉCNICAS. (PRÓXIMAMENTE)

11. ENTORNO GEOGRÁFICO





XVI TROFEO INTERNACIONAL



1- PRESENTACIÓN.



El Club Navaleño-O se complace en presentaros una nueva edición del Trofeo Internacional Pinares de Soria, que en esta ocasión alcanza su XVI edición.

Nos hemos trasladado a los municipios pinariegos de **Covaleda** y **Duruelo de la Sierra** para ofreceros un evento de máximo nivel en un entorno espectacular; con unos terrenos rodeados por las cumbres del Urbión y a lo largo de los primeros pasos del Río Duero. Junto al programa oficial que se compondrá de dos eventos de orientación en bosque se unirá una prueba valedera para la Liga Española Sprint 2026 que en esta ocasión, y de manera singular, se ha diseñado en entorno boscoso.

Además, el programa extenso nos traerá una serie de entrenamientos y concentraciones de selecciones que tendrán lugar durante toda la semana de la competición. Y que decir sobre toda la oferta de ocio y naturaleza que nos ofrece la comarca de Pinares. Será sin duda un espectacular final de vacaciones que **NO OS LO PODEIS PERDER.**

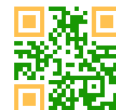




XVI TROFEO INTERNACIONAL



2- MAPA DEL EVENTO.





XVI TROFEO INTERNACIONAL

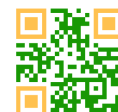


3- PROGRAMA.

FECHA	DIA	PRUEBA	HORARIO
25 agosto	MARTES	ENTRENAMIENTO nº1 (Sotolengo)	17:00-20:00
26 agosto	MIÉRCOLES	ENTRENAMIENTO nº2 (Embalse)	10:00-13:00
	MIÉRCOLES	ENTRENAMIENTO nº3 (Vinuesa)	17:00-20:00
27 agosto	JUEVES	ENTRENAMIENTO nº4 (Covaleda)	10:00-13:00
	JUEVES	ENTRENAMIENTO nº5 (Duruelo de la S.)	17:00-20:00
28 agosto	VIERNES	CARRERA SPRINT (Duruelo URBANA)	11:00-13:00
	VIERNES	MODEL EVENT	16:00-20:00
29 agosto	SÁBADO	CARRERA MEDIA	09:00-13:30
	SÁBADO	CARRERA SPRINT	17:00-20:00
30 agosto	DOMINGO	CARRERA LARGA	09:00-14:00
30 agosto	DOMINGO	CLAUSURA	14:00-14:30



4- COMITÉ ORGANIZADOR.





XVI TROFEO INTERNACIONAL



COORDINACIÓN GENERAL

DIRECCIÓN TÉCNICA

TRAZADORES

JEFE DE EQUIPOS DE CAMPO

CARTOGRAFÍA

CRONOMETRADORES OFICIALES

JEFE DE COORDINACIÓN LOGÍSTICA

JEFE EQUIPO DE SALIDA Nº1

JEFE EQUIPO DE SALIDA Nº2

SECRETARÍA-INSCRIPCIONES

TESORERÍA

RESPONSABLE DE INFRAESTRUCTURA

AVITUALLAMIENTOS

COORDINACIÓN DE ESPACIOS

WEB Y REDES

FOTOGRAFÍA Y COMUNICACIÓN

JUECES CONTROLADORES IOF/FEDO

ENTIDADES COLABORADORAS

Jesús De Miguel Rey

Mario Vidal Triquell

Eduardo Gil Marcos

David De Miguel Armisen

Julián Gutiérrez Gutiérrez

(Larga/Media/SP) Mario Vidal

Andreu Espinosa

Guillén Serrallonga

Jorge de Miguel Armisen

Fernando de Miguel Rey

Óscar Rodríguez Sánchez

Rosa Casado Pérez

Marta Armisen Saenz De Cenzano

Consuelo Lopera Moreno

Ricardo Lopera Moreno

Inmaculada Ceballos

Rafael de Miguel Rey

Ana de Miguel Ceballos

Juan Carlos Martín Tamayo

Pilar Nieto Calvo

JUNTA DE CASTILLA y LEÓN

DIPUTACIÓN DE SORIA

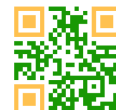
AYTO,s COVALEDA/DURUELO

LA TIENDA VERDE

MALVASÍA

AROTZ

MUNDOMAP





5- CATEGORÍAS DE PARTICIPACIÓN.

Sub-20

U-10	Cumplen 10 años o menos en 2026 (categoría mixta)
M/F-12	Cumplen 12 años o menos en 2026
M/F-14	Cumplen 14 años o menos en 2026
M/F-16	Cumplen 16 años o menos en 2026
M/F-16/18	Cumplen 16 años o menos en 2026
M/F-18E	Cumplen 18 años o menos en 2026
M/F-20E	Cumplen 20 años o menos en 2026
M/F-21A	Cumplen 21 años o más en 2026
M/F-21B	Cumplen 21 años o más en 2026

Senior

M/F-E	Élite, categorías absolutas. Sin límite de edad.
-------	--

Veteranos

M/F-35A	Cumplen 35 años o más en 2026
M/F-35B	Cumplen 35 años o más en 2026
M/F-40	Cumplen 40 años o más en 2026
M/F-45	Cumplen 45 años o más en 2026
M/F-50	Cumplen 50 años o más en 2026
M/F-55	Cumplen 55 años o más en 2026
M/F-60	Cumplen 60 años o más en 2026
M/F-65	Cumplen 65 años o más en 2026
M/F-70	Cumplen 70 años o más en 2026
M/F-75	Cumplen 75 años o más en 2026

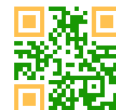
CATEGORÍAS NO PUNTUABLES EN LIGA ESPAÑOLA (MEDIA, LARGA Y SPRINT)

OPEN AMARILLO Prueba de Iniciación para niños.

OPEN NARANJA Prueba para adultos, Nivel I (Nivel Bajo – Distancia Media)

OPEN ROJO M/F Prueba para adultos, Nivel II (Nivel Medio en Técnica y Distancia)

OPEN NEGRO M/F Prueba para adultos, Nivel III (Nivel Medio – Distancia Larga)





6- NORMATIVAS DE COMPETICIÓN: CARRERAS - MAPAS.

REGLAMENTOS DE ORIENTACIÓN:

- Reglamento de Orientación FEDO (versión 2026)

REGLAMENTOS DE PRUEBA:

- Liga Española de Orientación A PIE 2026 FEDO
- Liga Española de Orientación SPRINT 2026 FEDO
- Especificaciones Internacionales para DESCRIPCIÓN DE CONTROLES versión 2024 IOF

NORMAS CARTOGRÁFICAS:

- Especificaciones Internacionales para Mapas de Orientación a Pie ISOM 2017 (actualización 2024) IOF
- Especificaciones Internacionales para Mapas de Orientación Sprint ISFROM 2019 (actualización 2024) IOF



"Cuida y respeta la naturaleza, y no dejes basura ni desperdicios en la zona, si no encuentras un contenedor o bolsa de basura cerca pregunta a la Organización para que te facilite uno".

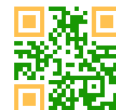
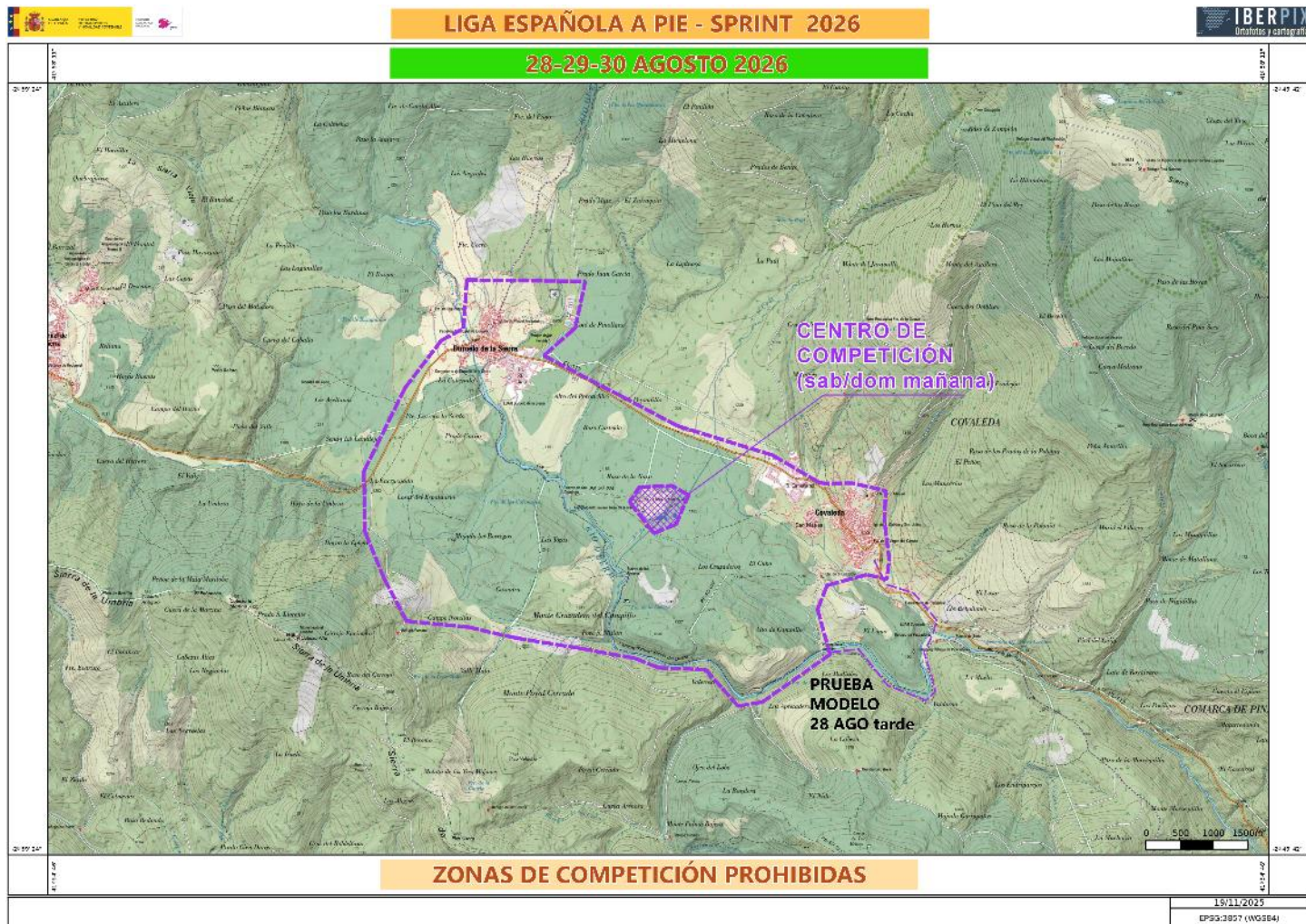




XVI TROFEO INTERNACIONAL



7- LOCALIZACIONES Y ZONAS PROHIBIDAS.





XVI TROFEO INTERNACIONAL



8- INSCRIPCIONES.

ESPAÑOLES/PORTUGUESES/EXTRANJEROS



Fecha INICIO inscripciones: 10 de julio de 2026

Fecha LÍMITE inscripción: 18 de agosto de 2026

CON RECARGO (3 € PARA CADA PRUEBA Y DEPORTISTA) HASTA EL 20 AGO.

Las inscripciones una vez pagadas no pueden ser modificadas.

Las categorías Open son las únicas en las que pueden participar los orientadores sin licencia FEDO, salvo los pertenecientes a clubes extranjeros.

INGRESOS Y DATOS BANCARIOS

Las inscripciones no se considerarán formalizadas hasta realizar el ingreso bancario, el cual se acreditará enviando una copia del **justificante de la transferencia junto con el Nº de PEDIDO**, a la dirección de correo electrónico: tesoreria@navaleno-o.es (NO SE PODRÁ PARTICIPAR SI EL PAGO DE LA INSCRIPCIÓN NO ESTÁ ACREDITADO)

Beneficiario: Club Navaleño de Orientación

Banco: IBERCAJA

C/C: 2085 0165 1203 3092 7531

IBAN: ES56 2085 0165 1203 3092 7531

CUOTAS DE INSCRIPCIÓN (por deportista)

ORIENTADORES CON LICENCIA FEDO/FPO

CATEGORÍA	LARGA	SPRINT	MEDIA
U10, MF12 a MF20, OPEN AMARILLO	9€	9€	9€
MF21 a MF75, OPEN NARANJA, OPEN ROJO, OPEN NEGRO	14€	9€	14€

ORIENTADORES SIN LICENCIA FEDO/FPO

CATEGORÍA	LARGA	SPRINT	MEDIA
OPEN AMARILLO	13€	13€	13€
OPEN NARANJA, OPEN ROJO, OPEN NEGRO	18€	13€	18€

EXTRANJEROS (CLUB IOF)

CATEGORÍA	LARGA	SPRINT	MEDIA
U10, MF12 a MF20, OPEN AMARILLO	15€	15€	15€
MF21 a MF75, OPEN NARANJA, OPEN ROJO, OPEN NEGRO	20€	15€	20€





XVI TROFEO INTERNACIONAL



OTROS CONCEPTOS:

Entrenamientos

5€ /7 € (por entrenamiento para federados/no federados)

LUDOTECA-O

5€ (por prueba -MEDIA-LARGA)

Model Event

3€

Suelo Duro

ENTRENAMIENTOS (Navaleno/San Leonardo martes a domingo) (6€ día)

LEOP (Covaleda viernes/domingo) (6€ día)

Alquiler de tarjetas SIAC

3€ (por prueba)

Cambio de nº de Tarjeta

3€ (después del cierre de inscripciones)

Cambio de nº de Tarjeta

5€ (en competición)

9- PREMIOS y SERVICIOS.

MODEL EVENT

Los mapas del Model Event se entregarán en **Oficina de Turismo de Covaleda** a partir de las 16:00h (viernes 28 agosto)

SUELO DURO

Navaleno y San Leonardo (POLIDEPORTIVO) (martes a domingo)

Covaleda (POLIDEPORTIVO) (**viernes a domingo**), (las plazas se adjudicarán por orden de petición)

DUCHAS AGUA CALIENTE y ASEOS

El Centro de Competición dispone para todos los participantes de un servicio de duchas de agua caliente y aseos separados por sexos. Dicho servicio se proporcionará únicamente durante los días de competición.

CORRELÍN

Para los más pequeños (menores de 10 años acompañados) se dispondrá de un CORRELÍN a partir de las 12 horas de la mañana del domingo, durante la celebración de la prueba de Larga Distancia (CAMPAMENTO) en Covaleda. Solicitarlo en la Inscripción.



LUDOTECA-O

En la zona de las pruebas de Larga Distancia y Media Distancia se dispondrá de un Servicio de Ludoteca-O para los más pequeños (menores de 6 años). Seleccionar la opción al hacer la inscripción incluyendo los datos de los/as niños/as en observaciones.

SERVICIO DE BAR

Los participantes tendrán a su disposición un Servicio de bar con comidas y refrescos durante los dos días del evento (Larga y Media) en el campamento Centro de Competición de Covaleda.

SORTEOS y PREMIOS DEL TROFEO PINARES

Para los inscritos en las tres competiciones se realizará un sorteo por valor de **CINCO** vales de **100 euros** de [La Tienda de Orientacion](#) al finalizar la entrega de trofeos del domingo en Vinuesa. Es imprescindible estar presente.

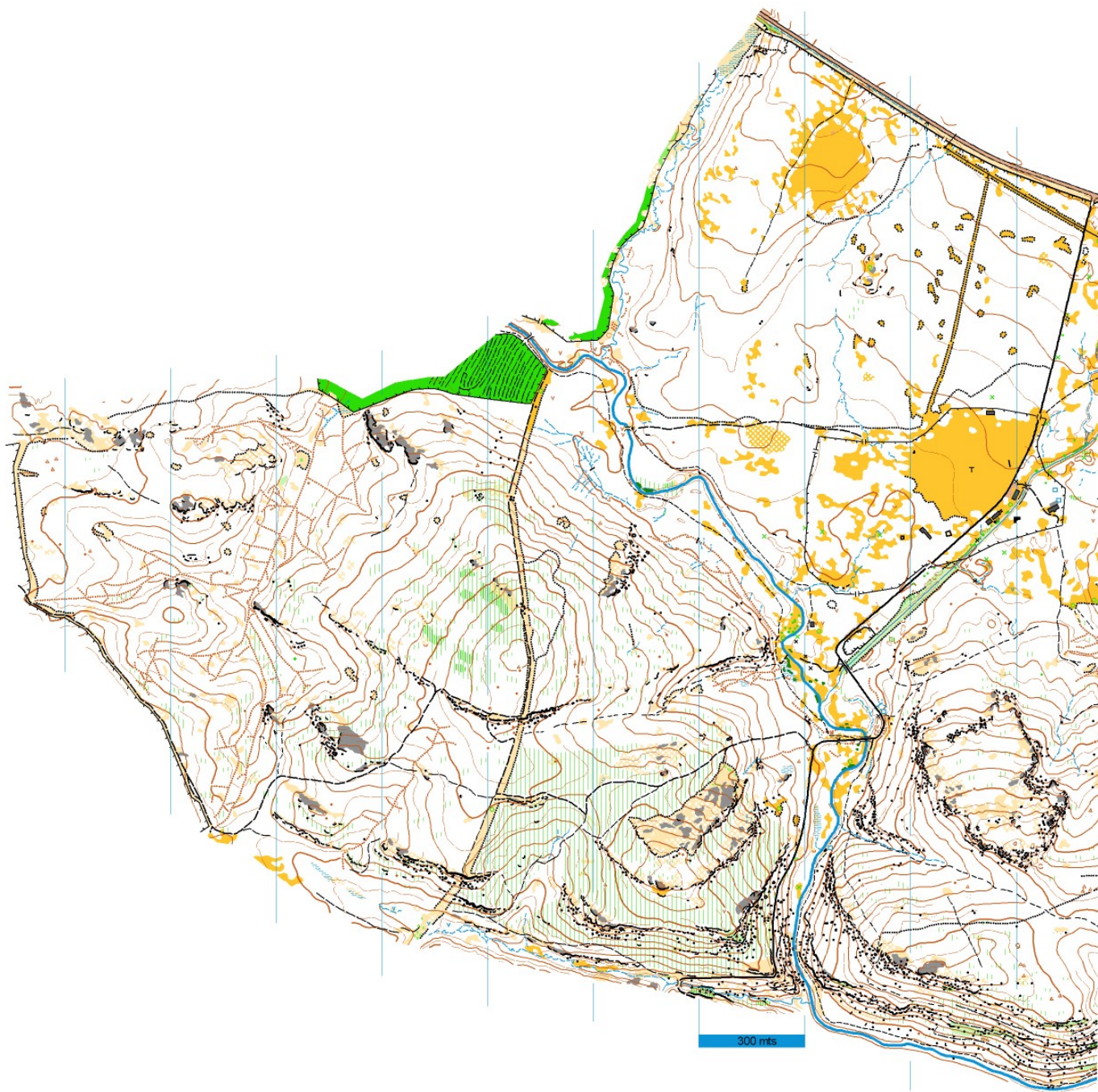
Para la categoría ÉLITE M/F se establece un PREMIO EN METÁLICO para los 3 primeros puestos en la suma total de tiempos de las tres pruebas del Trofeo PINARES 2026, con la siguiente distribución: **1º 200€ - 2º 100€ - 3º 50€.**





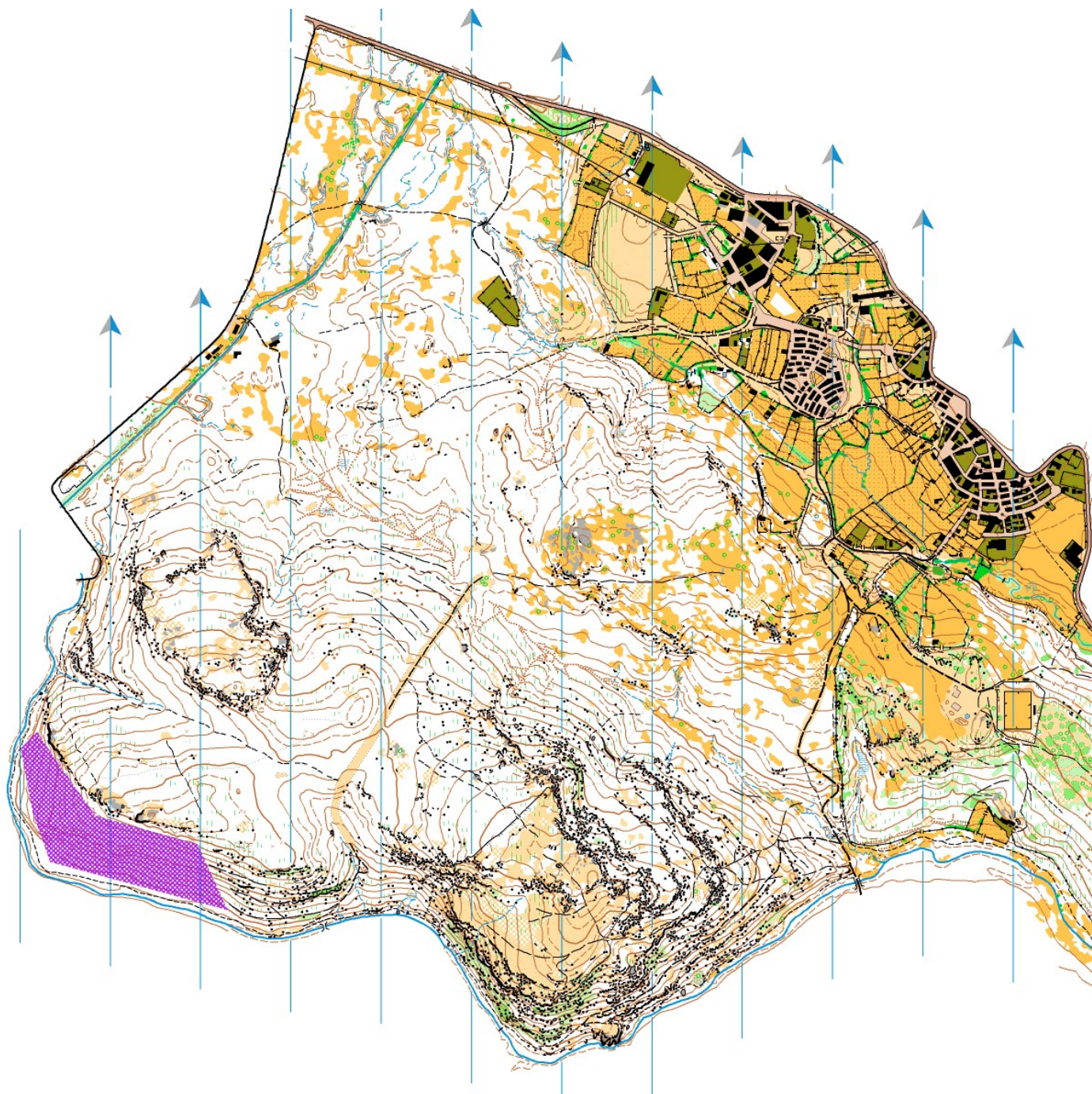
10.- INFORMACIÓN TÉCNICA:

MAPAS ANTIGUOS.





XVI TROFEO INTERNACIONAL





XVI TROFEO INTERNACIONAL



RESEÑAS TERRENOS.

ETAPA -1. (MEDIA DISTANCIA)

LOS CRUZADEROS -COVALEDA-. El espacio destinado a la prueba de Media Distancia posee cartografía nueva y guarda continuidad a los terrenos de la Larga Distancia, constituyendo formaciones de alineamientos rocosos con caída en su vertiente, y zonas de roca disgregada de proporciones medias y grandes. La topografía es sencilla aunque existen detalles de erosión. La vegetación por su parte presenta grandes zonas despejadas y otras donde el melojo y el roble frenan en avance y la visibilidad.



ETAPA -2. DISTANCIA SPRINT

COVALEDA -URBANO-. Como muchos pueblos castellanos Covaleda se asienta sobre una ladera que cae suavemente y dibuja una arquitectura en piedra de calles asimétricas y plazas irregulares. La zona de carrera también incluye las inmediaciones de la población, lo que dibuja con todo una zona de carrera de altas posibilidades técnicas.



ETAPA -3. (LARGA DISTANCIA)

PUENTES DEL DUERO -DURUELO DE LA SIERRA-. Se trata de un bosque cartografiado también de nueva versión ampliado en un 50% en el que se alterna el bosque de repoblación con áreas de pino Albar de gran belleza. Surcado por el joven río Duero y sus puentes centenarios. Una zona de gran belleza, visibilidad y suelo blando y agradable de correr. Los desniveles son muy suaves y la roca se presenta distribuida en rincones, siendo los elementos de grandes proporciones. Actualmente se están realizando trabajos forestales en diversas localizaciones.





XVI TROFEO INTERNACIONAL



ENTRENAMIENTOS.

SE AMPLIARÁ LA INFORMACIÓN EN POSTERIORES BOLETINES.

- Se establecerán tres niveles técnicos además de los correspondientes al PNTD VERANO de la FEDO: **M20 - F20 M18 - F18 M16 - F16 - MF14** **LARGO – MEDIO - CORTO**
- Solo se darán SALIDAS entre las siguientes franjas horarias:
MAÑANAS: 10:00h – 12:00h **TARDES: 17:00h – 19:00h**
- Existe la obligación de pasar por META aun cuanto no se complete el circuito.
- El aparcamiento se realizará en las zonas señaladas en el **Mapa Director** sin obstaculizar el acceso a ningún camino/pista forestal. El aparcar fuera de las zonas señaladas supone el riesgo de denuncia por parte de las autoridades medioambientales.
- Los inscritos a todos los entrenamientos tendrán **GRATIS** el entrenamiento URBANO de Duruelo de la Sierra (VIERNES 28 -11:00h/13:00h). También los asistentes al PNTD.

COMENTARIOS SOBRE LOS OBJETIVOS DE LOS ENTRENAMIENTOS:

- **TRABAJO CON CURVA DE NIVEL**
Sobre un terreno con orografía muy sinuosa se pretende trabajar el estudio del relieve y sus formas complejas en un terreno de ladera con buena visibilidad. Para focalizar este tipo de técnica se ha suprimido todos los elementos a excepción del roquedo y la curva de nivel.
- **PLANIFICACIÓN DE RUTA**
Empleando tramos de media distancia se pretende valorar la información existente para alcanzar el control, usando diferentes técnicas de navegación. Mapa clásico con distintos tipos de barreras naturales, principalmente verdes y roquedos impasables.
- **USO DE BRÚJULA**
Se pretende insistir en el manejo de brújula para correr sobre rumbos en un mapa al que se le han realizado diferentes ventanas de ocultación. La existencia de abundantes zonas verdes va a suponer un hándicap para mantener la dirección de marcha.
- **SIMPLIFICACIÓN**
Esta práctica que se desarrolla sobre un terreno con grandes zonas homogéneas pretende que ejercitemos la elección de elementos de navegación, principalmente de elementos lineales o sus formas complejas.
- **BAJADAS**
Se busca ejercitar la lectura del mapa y el control de nivelación a altas velocidades de carrera. Para ello se ha escogido un mapa/terreno muy rápido y de buena penetrabilidad en el que se han incluido ventanas en blanco en forma de pasillo.





XVI TROFEO INTERNACIONAL

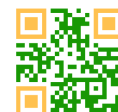
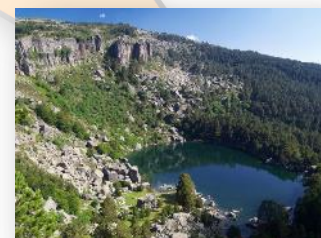


11.- ENTORNO GEOGRÁFICO.

Covaleda, está situada en una espectacular zona de pinares, inmersa en un entorno natural de ensueño en pleno corazón de la Sierra de Urbión, muestra un espectacular paisaje de montaña con lagunas de origen glaciar e impresionantes desfiladeros. Las vistas panorámicas desde cualquier punto del monte de Covaleda son impresionantes ya que se nos abre a nuestros ojos una de las masas más importantes de pino silvestre de toda Europa.



Duruelo de la Sierra, es el último municipio de la provincia de Soria en dirección Burgos; se halla a los pies del macizo de Urbión, del que ofrece unas vistas majestuosas. Atravesado por el río Duero que nace en su término municipal, encontramos la iglesia parroquial de la localidad, también llamada iglesia de la Natividad de Nuestra Señora fue declarada **Monumento Histórico Artístico**.





XVI TROFEO INTERNACIONAL



Molinos de Duero. Es uno de los pueblos más bellos y señoriales, centro destacado de la Real Cabaña de Carretería de lo que dan fe sus casonas de mampostería y piedra. La localidad se halla en un marco natural incomparable, a los pies de los Picos de Urbión que albergan la sobrecogedora Laguna Negra, y a orillas del Duero y del embalse de la Cuerda del Pozo. Dispone de un Museo (de los Carreteros) muy singular.



Navaleno, población que pertenece a la **Comarca de Pinares,** situada en la N-234 a una distancia de 48,7 kms de Soria. Su economía proviene principalmente de la industria maderera. Cuenta con uno de los principales hábitats micológicos de la zona y su **Centro Micológico** alberga una exposición permanente sobre el mundo de las setas.



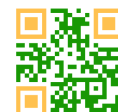
Soria es una capital muy activa gracias a la industria del **turismo,** conserva su carácter histórico y medieval, sus rincones rezuman una magia que ha seducido a los viajeros de todos los tiempos. Entró en la historia con los romanos, pero en el actual cerro del Castillo se han descubierto restos de un asentamiento más antiguo, seguramente supeditado a la existencia de Numancia.



Abejar, Villa denominada como "La Puerta de Pinares" ya que abre paso a los **Pinares de Urbión** y la cuenca inicial del río Duero. Situada a 28 kilómetros de Soria, cuenta con parajes de gran belleza como el Río de la Dehesa y sus praderas, el mirador de la Atalaya, desde donde contemplar las sierras de Urbión y Cebollera, las extensas masas forestales, o el pantano de la Cuerda del Pozo, importante centro de interés turístico y lugar ideal para la práctica de deportes náuticos.



Embalse de la Cuerda del Pozo, situado a 45 kilómetros de Soria, hermoso paraje situado entre montañas, pinares y pueblos con sabor se trata de un "mar de agua dulce" donde podemos encontrar lugares de gran belleza como **Playa Pita** y otras pequeñas playas de arena. Sus aguas son aptas para practicar los deportes náuticos y la pesca.





XVI TROFEO INTERNACIONAL



Vinuesa, se sitúa en el Este de la comarca de Pinares, al pie de los Picos de Urbión y de la sierra de La Cebollera, con una altitud de 1.107 m. a 35 km de la capital. Las sierras de Urbión y de la Cebollera la cubren por el lado norte y en ellas se halla **la Laguna Negra** que pasó a la literatura de manos de Antonio Machado en su obra Los hijos de Alvargonzález. El Impresionante paisaje de la serranía y de esta laguna glacial hace que sea uno de los lugares con más atractivo turístico del interior de la península.



Salduero, Es un municipio pequeño en cuanto a sus límites y población se refiere, pero presenta, sin embargo, un marcado interés geográfico, por pertenecer a una zona de personalidad muy definida dentro de la provincia de Soria, que recibe el nombre de Pinares o comarca de Pinares. Su playa fluvial del río Duero es muy conocida.



Cabrejas del Pinar, en una depresión de la Sierra Frentes o Sierra de Cabrejas. Verdadero balcón de Urbión, Cebollera y Moncayo y hacia el Sur el famoso portillo de Cabrejas. La Virgen de la Blanca es una fiesta que se celebra en julio en la Ermita de la Blanca a la que acuden los llamados pueblos de la concordia. Podemos encontrar bellos parajes escondidos en lugares insospechados. El monte de sabinas llamado "El enebro" de inestimable valor ecológico, incluido en la mayor masa forestal de esta especie a nivel mundial.



San Leonardo, es un pueblo de la comarca de Pinares, situado en la N-234 a 53,7 kms. de Soria. Su población se dedica a la industria maderera y la alimentaria, principalmente. Parte de su término municipal pertenece al **Parque Natural del Cañón del Río Lobos**. Destaca el Castillo construido en 1563 por Juan Manrique de Lara, Arco Medieval que es una de las tres puertas que componía el recinto amurallado del pueblo y las Casas de los Ferrones, arquitectura tradicional del s. XVIII-XIX

