

LIGA ESPAÑOLA DE ORIENTACIÓN



29 AGO
distancia media Covaleda
sprint Covaleda

30 AGO
distancia larga Covaleda
Duruelo

25 - 26 - 27 AGO ENTRENAMIENTOS

2026





ÍNDICE

**BOLETÍN nº4 – 22AGO
FINAL**





1. PRESENTACIÓN.
2. PROGRAMA.
3. MAPA DEL EVENTO.
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.
 - ZONAS DE APARCAMIENTO.
 - DATOS TÉCNICOS (TRAZADOS).
 - INFORMACIÓN DE CARRERA.
 - ENTRENAMIENTOS.
 - CENTROS DE EVENTO.
11. ANEXOS.





XVI TROFEO INTERNACIONAL PINARES DE SORIA 2026



1-



El Club Navaleno-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 PINARES DE SORIA 2026



COVALEDA

Estimados participantes, organizadores y visitantes:

Es un verdadero honor y un orgullo para Covaleda acoger una nueva prueba de la Liga Española de Orientación. Recibir a deportistas de este nivel en nuestro entorno es la mejor manera de proyectar lo que fuimos, somos, y seremos si lo conservamos.

Nuestros montes son mucho más que un escenario deportivo: son el mayor patrimonio, pulmón y legado que nos dejaron nuestros antepasados, y los cuidamos con el firme propósito de preservarlos para las generaciones venideras. Adentrarse en los pinares de Covaleda practicando la orientación es la excusa perfecta para descubrir un paraje único, donde la exigencia técnica y física del deporte se funde con el respeto absoluto por la naturaleza. Queremos que os sintáis como en vuestra propia casa. Os invitamos a recorrer cada rincón de nuestro término municipal, a disfrutar de la hospitalidad de nuestra gente, de nuestra gastronomía y de la riqueza de nuestra comarca de Pinares.

Deseo que esta competición sea un éxito rotundo en lo deportivo, que cada equipo alcance sus metas y que vuestra estancia en Covaleda deje en vosotros una huella imborrable.

Bienvenidos a nuestro pueblo y que disfrutéis al máximo de esta gran prueba.

Jose Llorente Alonso

Alcalde de Covaleda



DURUELO DE LA SIERRA

Es un orgullo enorme para este pueblo daros la bienvenida al XVI Trofeo Internacional Pinares de Soria. Que una prueba de este nivel, valedera para la Liga Española Sprint 2026, elija nuestros montes no es un detalle menor para Duruelo, es un reconocimiento.

Correréis por los Puentes del Duero. Ese río que cruzaréis nace a pocos kilómetros de aquí, en las faldas del Urbión, y a su paso por nuestro término todavía es un río joven, estrecho y limpio. Además, es importante destacar que los pinos que os van a rodear son el resultado de generaciones de trabajo y de buena gestión forestal.

En estas fechas, más que nunca, conviene decir una cosa con claridad: un bosque así no sale solo.

La vida de Duruelo de la Sierra ha girado siempre en torno al pinar. La madera, el mueble, la resina, los pastos, los hongos y la tradicional suerte de pinos han sostenido a este pueblo durante siglos, y lo han hecho porque nuestros antepasados entendieron algo muy sencillo: del monte se vive solo si al monte se le cuida. Esa es la razón de que hoy tengamos un pinar ordenado, gestionado y sano.

Ese cuidado sigue siendo hoy la primera prioridad de este Ayuntamiento. Trabajos silvícolas, clareos, desbroces, mantenimiento de pistas forestales, prevención de incendios, señalización y vigilancia. Es un esfuerzo constante, poco vistoso y muy caro para un municipio pequeño, pero es exactamente el motivo por el que vosotros vais a poder correr por un terreno excepcional. Cuando la organización dice que la cartografía se ha ampliado un 50 %, está hablando de un monte vivo, que se trabaja y que cambia.





XVI TROFEO INTERNACIONAL PINARES DE SORIA 2026



El viernes 28 os esperamos además por las calles de nuestro casco urbano en la prueba sprint. Ahí no habrá pinos, pero encontraréis algo igual de nuestro: un pueblo de montaña que sabe recibir.

Os pido una sola cosa a cambio: llevaos el recuerdo y no dejéis nada. Respetad las zonas de regenerado, las indicaciones de la organización y las restricciones por riesgo de incendio, que en estas fechas son máximas. Este pinar es nuestra casa, nuestro trabajo y nuestro futuro.

Disfrutad de la carrera, disfrutad del bosque y disfrutad del pueblo. Y volved cuando queráis, sin dorsal y sin cronómetro. Duruelo siempre es interesante en cualquier época.

Disfrutad de la carrera, disfrutad del bosque y disfrutad del pueblo.

Mucha suerte a todos.

Cristina Rubio Blasco

Alcaldesa de Duruelo de la Sierra



2- PROGRAMA.

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





XVI TROFEO INTERNACIONAL PINARES DE SORIA 2026



3- MAPA DEL EVENTO.





XVI TROFEO INTERNACIONAL PINARES DE SORIA 2026



2- COMITÉ ORGANIZADOR.

COORDINACIÓN GENERAL

Jesús De Miguel Rey

DIRECCIÓN TÉCNICA

Mario Vidal Triquell

TRAZADORES

Eduardo Gil Marcos

David De Miguel Armisen

JEFE DE EQUIPOS DE CAMPO

Julián Gutiérrez Gutiérrez

CARTOGRAFÍA

(Larga/Media/SP) Mario Vidal

CRONOMETRADORES OFICIALES

Andreu Espinosa

Guillén Serrallonga

Jorge de Miguel Armisen

JEFE DE COORDINACIÓN LOGÍSTICA

Fernando de Miguel Rey

JEFE EQUIPO DE SALIDA Nº1

Óscar Rodríguez Sánchez

JEFE EQUIPO DE SALIDA Nº2

Rosa Casado Pérez

SECRETARÍA-INSCRIPCIONES

Marta Armisen Sáenz De Cenano

TESORERÍA

Consuelo Lopera Moreno

RESPONSABLE DE INFRAESTRUCTURA

Ricardo Lopera Moreno

AVITUALLAMIENTOS

Inmaculada Ceballos

COORDINACIÓN DE ESPACIOS

Rafael de Miguel Rey

WEB Y REDES

Ana de Miguel Ceballos

FOTOGRAFÍA Y COMUNICACIÓN

Juan Carlos Martín Tamayo

JUECES CONTROLADORES IOF/FEDO

Pilar Nieto Calvo

ENTIDADES COLABORADORAS

JUNTA DE CASTILLA y LEÓN

DIPUTACIÓN DE SORIA

AYTO,s COVALEDA/DURUELO

LA TIENDA VERDE

MALVASÍA

AROTZ

MUNDOMAP





XVI TROFEO INTERNACIONAL PINARES DE SORIA 2026



3- 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)

OPEN INCLUSIVO Recorrido ADAPTADO similar a OPEN AMARILLO.





XVI TROFEO INTERNACIONAL PINARES DE SORIA 2026



6- NORMATIVAS DE COMPETICIÓN: CARRERAS - MAPAS.

REGLAMENTOS DE ORIENTACIÓN:

- Reglamento de Orientación FEDO (versión 2026)

REGLAMENTOS DE PRUEBA:

- Reglamento del Campeonato de España 2026 FEDO
- 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 ISPRM 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".

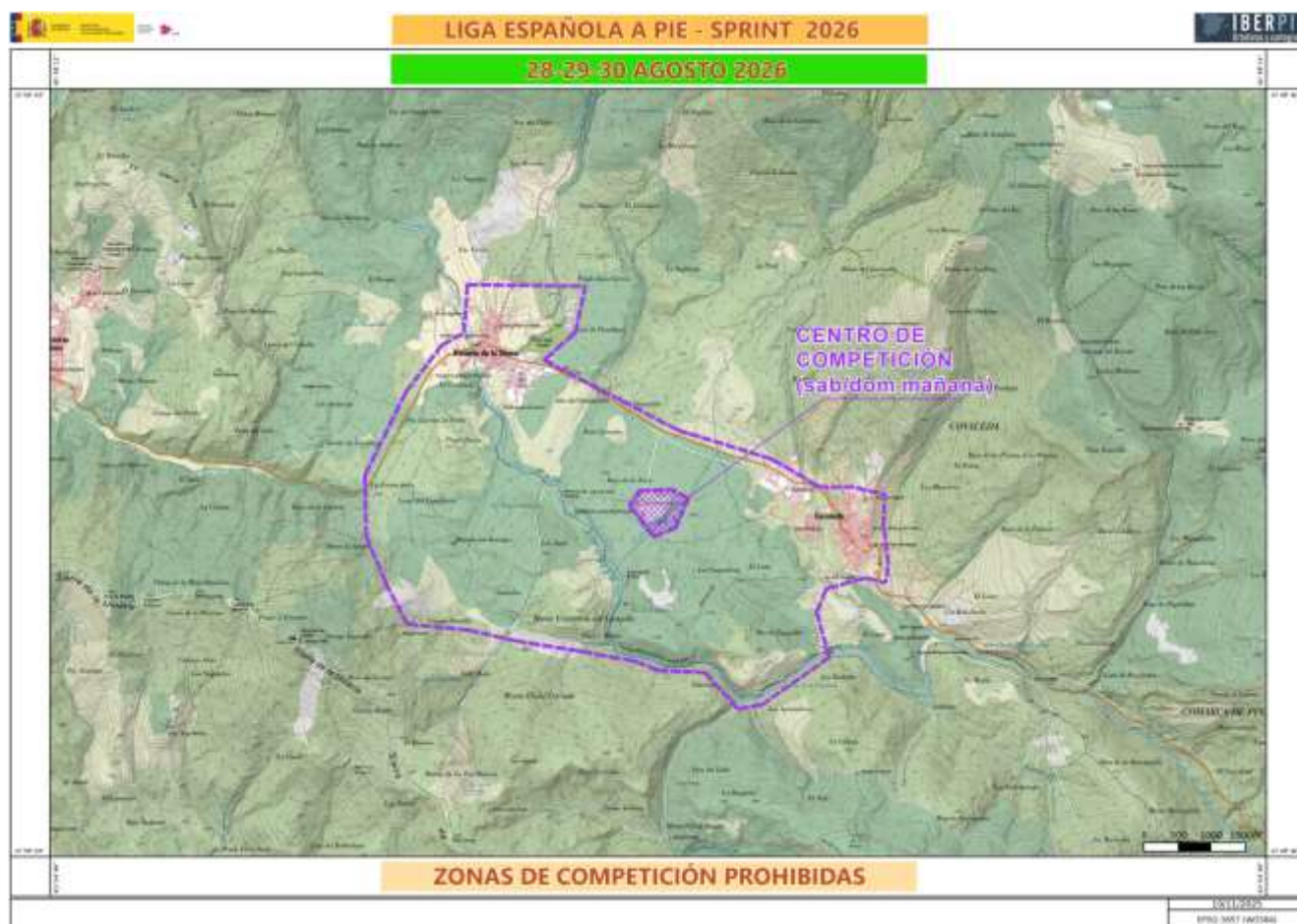




XVI TROFEO INTERNACIONAL PINARES DE SORIA 2026



7- LOCALIZACIONES Y ZONAS PROHIBIDAS.





XVI TROFEO INTERNACIONAL PINARES DE SORIA 2026



8- INSCRIPCIONES.

ESPAÑOLES/PORTUGUESES/EXTRANJEROS



Fecha INICIO inscripciones: 10 de julio de 2026

Fecha LÍMITE inscripción: 19 de agosto de 2026

CON RECARGO (3 € PARA CADA PRUEBA Y DEPORTISTA) DESDE EL 18 AGO.

Las inscripciones una vez pagadas no pueden ser modificadas.

FINALIZADO EL PLAZO DE INSCRIPCIÓN -SOLO- SE PODRÁ PARTICIPAR EN CATEGORÍAS **OPEN** SUPEDITADO A LA EXISTENCIA DE MAPAS solicitándolo a inscripciones@navaleno-o.es pendiente de la aceptación.

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 Navaleno 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 PINARES DE SORIA 2026



OTROS CONCEPTOS:

Entrenamientos	5€ /7 €	(por entrenamiento para federados/no federados)
LUDOTECA-O	5€	(por prueba -MEDIA-LARGA)
Model Event	3€	(URBANO/BOSQUE cada uno)
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 N° de Tarjeta	3€	(después del cierre de inscripciones)
Cambio de N° de Tarjeta	5€	(en competición)

9- PREMIOS y SERVICIOS.

MODEL EVENT BOSQUE/URBANO ¡ATENCIÓN!

Los mapas del Model Event de bosque se entregarán en [Oficina de Turismo de Covaleda](#) a partir de las 16:00h (viernes 28 agosto). Los del urbano en el mismo punto de aparcamiento, [Área de caravanas Duruelo de la S..](#)

CENTRO,s DE COMPETICIÓN

El VIERNES 28 a partir de las 16:00h en la Oficina de Turismo de COVALEDA.

Para las pruebas de bosque estará situado en el Campamento "RASO DE LA NAVA" de Covaleda.

Para el SPRINT en la [Pza Mayor de Covaleda](#), a partir de las 16:00h.

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

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

SE RESPETARÁN LAS NORMAS DE USO DEL LOCAL. ESTÁ PROHIBIDO HACER CUALQUIER TIPO DE FUEGO O COMIDA EN SU INTERIOR. SE REALIZARÁ EL CONTROL DE ACCESO POR PARTE DE LA ORGANIZACIÓN

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.

CARAVANAS

SOLO ESTÁ PERMITIDO LA PERNOCTA A LOS USUARIOS DE CARAVANAS, No está permitido a ningún otro tipo de medio.

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.





XVI TROFEO INTERNACIONAL PINARES DE SORIA 2026

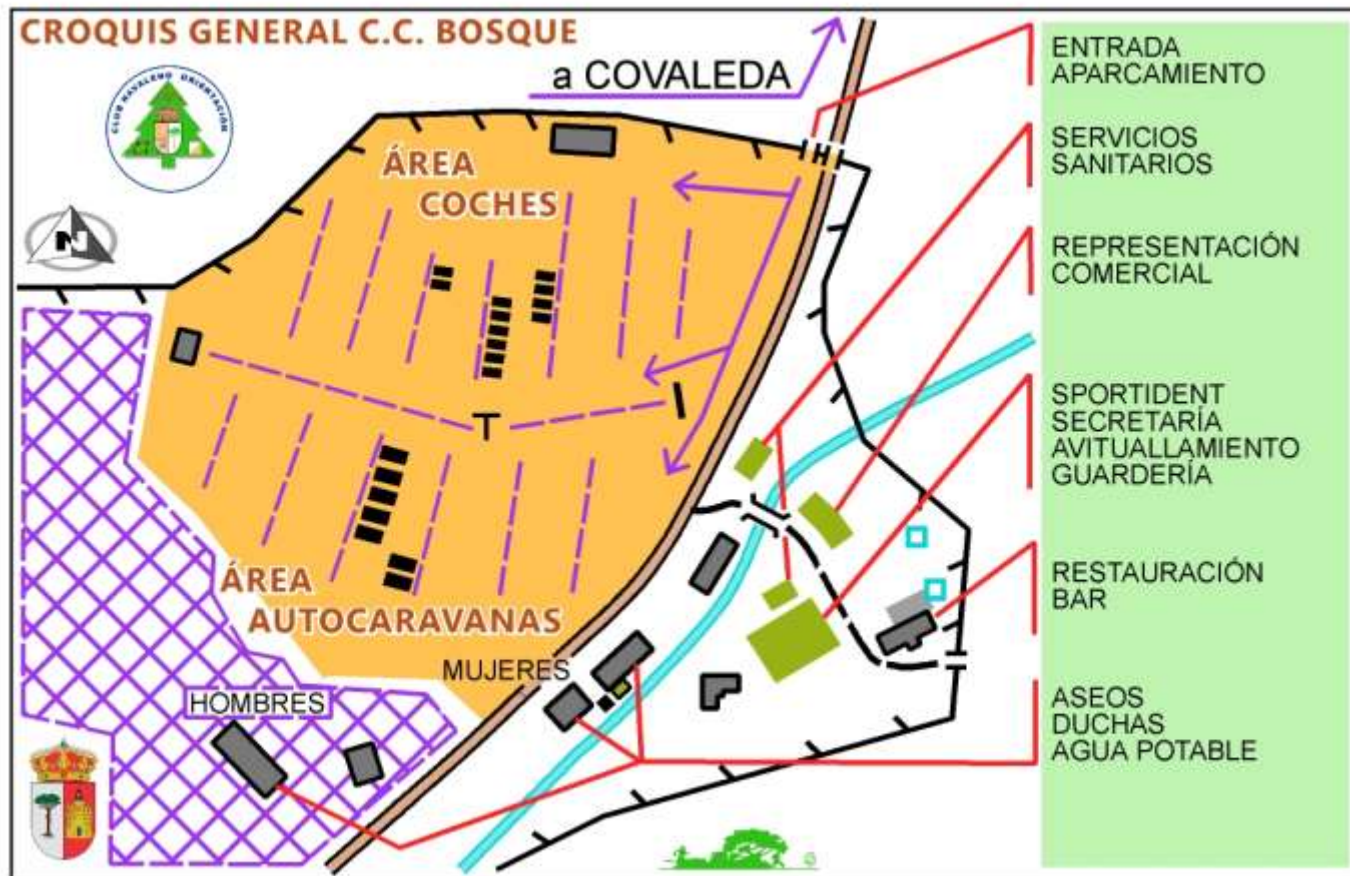


LUDETECA-O En la zona de las pruebas de Larga Distancia y Media Distancia se dispondrá de un Servicio de Ludoteca-O para los más pequeños (menores de 6 años). Seleccionar la opción al hacer la inscripción incluyendo los datos de los/as niños/as en observaciones.

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 Orientación](#) al finalizar la entrega de trofeos del domingo en Vinuesa. Es imprescindible estar presente.

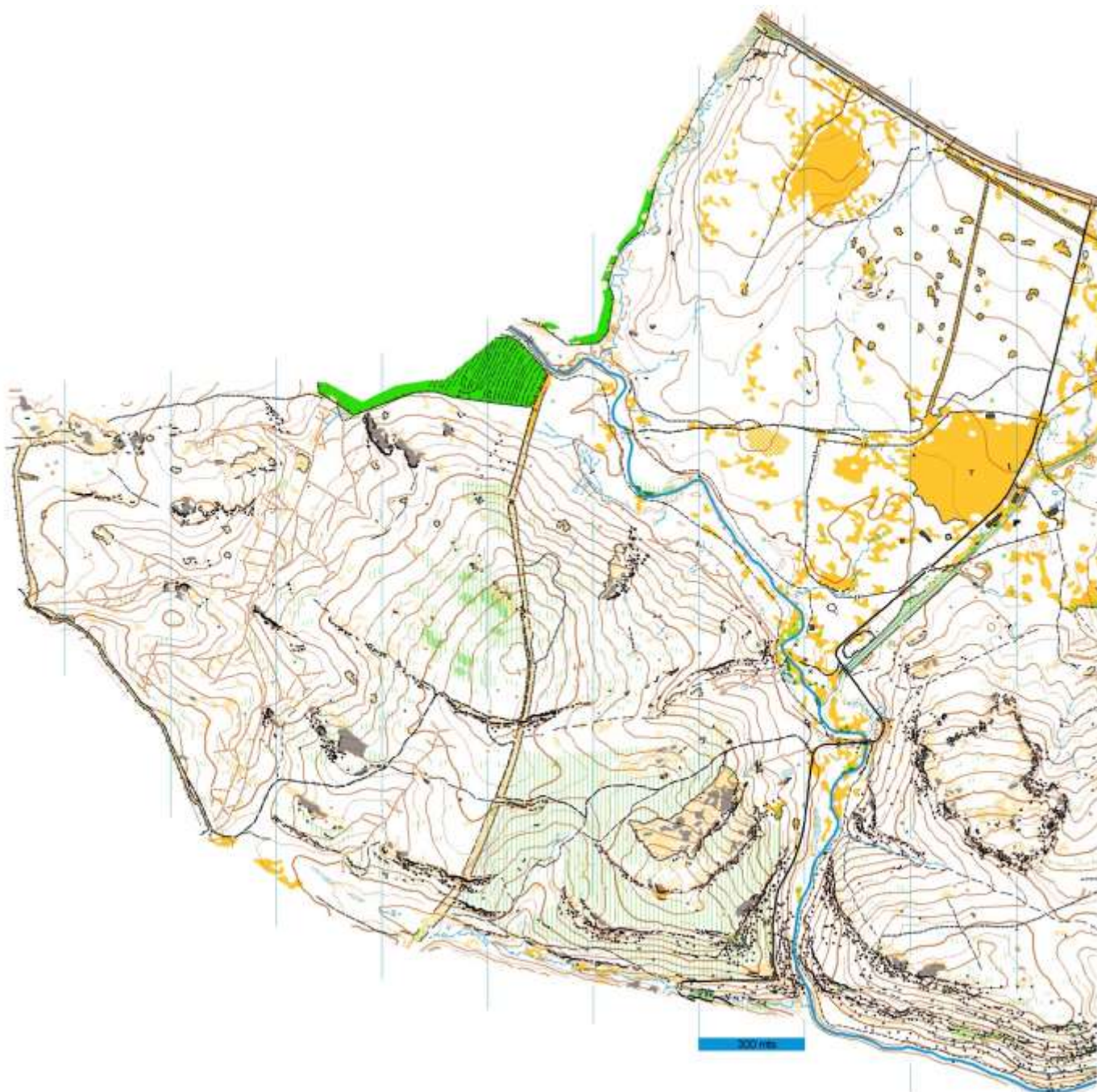
Para la categoría ÉLITE M/F se establece un PREMIO EN METÁLICO para los 3 primeros puestos en la suma total de tiempos de las tres pruebas del Trofeo PINARES 2026, con la siguiente distribución: **1º 200€ - 2º 100€ - 3º 50€**.





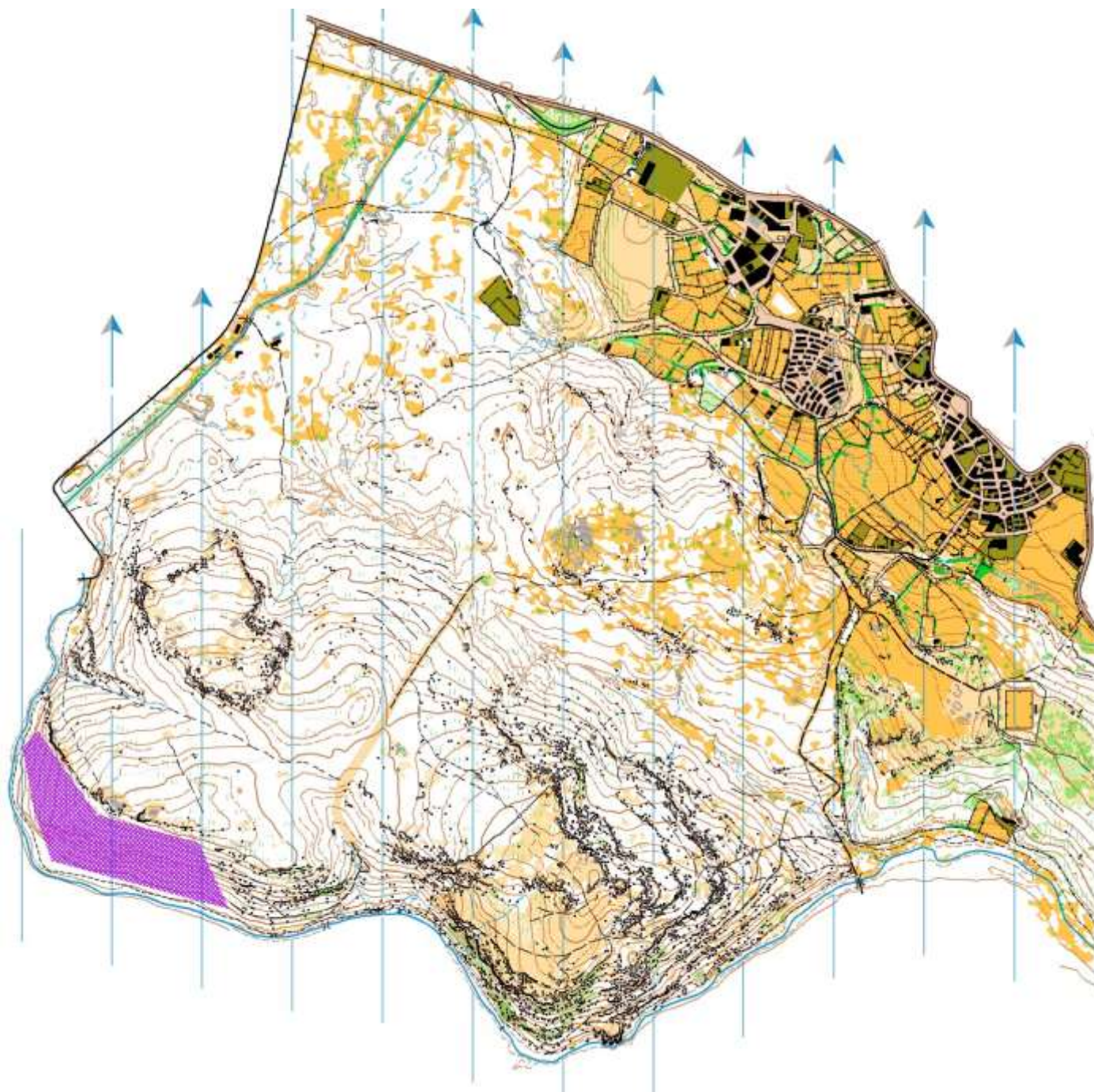
10.- INFORMACIÓN TÉCNICA:

MAPAS ANTIGUOS.





XVI TROFEO INTERNACIONAL PINARES DE SORIA 2026





XVI TROFEO INTERNACIONAL PINARES DE SORIA 2026



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 PINARES DE SORIA 2026



ZONAS DE APARCAMIENTO.

ZONAS COMPETICIÓN

ZONAS ENTRENAMIENTO

M. EVENT URBANO



M. EVENT BOSQUE



D. MEDIA



D. SPRINT



D. LARGA



APARCAMIENTOS



ENTRENAMIENTO nº1 (Sotolengo)

ENTRENAMIENTO nº2 (Embalse)

ENTRENAMIENTO nº3 (Vinuesa)

ENTRENAMIENTO nº4 (Covaleta)

ENTRENAMIENTO nº5 (Duruelo de la S.)

MODEL EVENT URBANO (Duruelo)

MODEL EVENT BOSQUE (Covaleta)



DATOS TÉCNICOS COMPETICIÓN.





XVI TROFEO INTERNACIONAL PINARES DE SORIA 2026



MEDIA DISTANCIA			29 AGO 2026	
Recorrido:	Longitud: (Km)	Desnivel: (m)	Controles:	Escala:
ME	5,5	180	18	10000
FE	5	175	16	10000
U10	2,4	35	10	7500
M12	2,9	55	10	7500
F12	2,8	45	10	7500
M14	3,4	60	13	10000
F14	3	50	10	10000
M16	4,2	120	15	10000
F16	3,6	65	13	10000
M16-18	3,4	60	11	10000
F16-18	2,9	50	11	10000
M18E	4,7	140	14	10000
F18E	3,7	105	13	10000
M20E	5	155	16	10000
F20E	4,3	140	16	10000
M21A	4,2	115	16	10000
F21A	3,8	120	13	10000
M21B	3,3	75	12	10000
F21B	3	60	13	10000
M35A	5,1	170	20	10000
F35A	4,7	135	18	10000
M35B	2,9	70	13	10000
F35B	2,8	55	13	10000
M40	4,8	155	16	10000
F40	4,1	115	14	10000
M45	4,4	135	17	10000
F45	3,7	105	16	10000
M50	4,1	120	14	10000
F50	3,5	100	13	10000
M55	3,8	110	16	7500
F55	3,1	70	12	7500
M60	3,7	95	14	7500
F60	2,7	60	13	7500
M65	3,3	80	12	7500
F65	2,6	55	11	7500
M70	2,8	60	13	7500
F70	2,2	45	12	7500
M75	2,5	50	10	7500
F75	2	40	10	7500
OPEN AMA	2,5	40	11	7500
OPEN NAR	2,9	50	12	7500
OPEN ROJ M	3,7	100	15	7500
OPEN ROJ F	3,7	100	15	7500
OPEN NEG M	4,3	130	13	7500
OPEN NEG F	4,3	130	13	7500





XVI TROFEO INTERNACIONAL PINARES DE SORIA 2026



DISTANCIA SPRINT			29 AGO 2026	
Recorrido:	Controles:	Desnivel: (m)	Controles:	Escala:
ME* cambio mapa	3,0	65	25	1 / 4.000
FE* cambio mapa	2,5	45	19	1 / 4.000
U10	1,1	10	15	1 / 4.000
M12	1,2	10	14	1 / 4.000
F12	1,2	10	14	1 / 4.000
M14	1,4	20	15	1 / 4.000
F14	1,4	20	14	1 / 4.000
F16	1,8	35	16	1 / 4.000
M16	2,3	40	18	1 / 4.000
M16/18	1,6	25	13	1 / 4.000
F16/18	1,5	25	13	1 / 4.000
F18E	2,1	40	18	1 / 4.000
M18E	2,5	45	20	1 / 4.000
M20E	2,7	55	25	1 / 4.000
F20E	2,5	45	21	1 / 4.000
M21A	2,6	50	20	1 / 4.000
F21A	2,2	35	18	1 / 4.000
M21B	1,7	30	13	1 / 4.000
F21B	1,6	30	12	1 / 4.000
M35A	2,6	45	19	1 / 4.000
F35A	2,2	40	20	1 / 4.000
M35B	1,9	35	15	1 / 4.000
F35B	1,5	25	14	1 / 4.000
M40	2,4	45	22	1 / 4.000
F40	2,1	40	19	1 / 4.000
M45	2,3	45	20	1 / 4.000
F45	1,9	35	19	1 / 4.000
M50	2,1	45	16	1 / 4.000
F50	1,8	30	14	1 / 4.000
M55	2,0	40	20	1 / 4.000
F55	1,7	30	13	1 / 4.000
M60	1,8	30	17	1 / 4.000
F60	1,4	30	13	1 / 4.000
M65	1,7	25	15	1 / 4.000
F65	1,4	30	14	1 / 4.000
M70	1,6	20	15	1 / 4.000
F70	1,2	25	11	1 / 4.000
M75	1,4	15	14	1 / 4.000
F75	1,2	15	11	1 / 4.000
OPEN AMA	1,0	10	12	1 / 4.000
OPEN NAR	1,5	25	14	1 / 4.000
OPEN ROJ M	1,7	25	13	1 / 4.000
OPEN ROJ F	1,7	25	13	1 / 4.000
OPEN NEG M	2,1	40	18	1 / 4.000
OPEN NEG F	2,1	40	18	1 / 4.000





XVI TROFEO INTERNACIONAL PINARES DE SORIA 2026



LARGA DISTANCIA				30 AGO 2026		
Recorrido:	Longitud:	Desnivel:	Controles:	Escala:	Avituallam.	% carrera
ME*cambio mapa	13,7	320	26	15000	3	30,50,90
FE* cambio mapa	10,4	225	17	15000	3	30,50,90
U10	3,4	15	13	7500	1	80
M12	4,0	30	15	7500	1	80
F12	4,1	30	15	7500	2	50,8
M14	4,4	95	15	10000	2	50,8
F14	3,8	80	11	10000	2	50,8
M16	6,8	135	12	10000	1	80
F16	5,9	105	12	10000	2	50,80
M16/18	5,1	135	11	10000	2	40,40
F16/18	4,6	115	9	10000	2	40,80
M18E	8,4	175	12	15000	2	50,90
F18E	7,1	160	13	15000	2	50,90
M20E	11,0	235	18	15000	3	30,50,90
F20E	8,1	165	14	15000	2	50,80
M21A	9,5	240	17	15000	3	30,50,90
F21A	7,1	125	14	15000	3	40,60,90
M21B	6,5	115	15	10000	1	80
F21B	4,5	105	9	10000	1	80
M35A	10,6	245	19	10000	3	40,60,90
F35A	7,9	145	14	10000	2	50,80
M35B	6,0	125	11	10000	2	50,80
F35B	4,2	90	10	10000	2	50,80
M40	8,9	195	15	10000	2	50,80
F40	6,9	135	12	10000	2	70,90
M45	7,8	160	16	10000	2	50,80
F45	5,4	120	10	10000	2	60,90
M50	7,0	140	12	10000	2	50,80
F50	5,3	110	11	10000	2	60,80
M55	6,0	115	12	7500	2	60,80
F55	5,1	110	10	7500	2	60,80
M60	5,8	110	9	7500	2	60,80
F60	4,3	105	10	7500	2	50,80
M65	4,6	85	11	7500	2	50,80
F65	3,9	75	9	7500	2	50,80
M70	4,2	85	11	7500	2	50,80
F70	3,4	50	8	7500	1	80
M75	3,6	60	7	7500	1	80
F75	3,0	50	9	7500	1	80
OPEN AMA	3,4	15	13	7500	2	30,80
OPEN NAR	4,2	40	14	7500	2	50,80
OPEN ROJ M	4,5	95	9	7500	1	80
OPEN ROJ F	4,5	95	9	7500	1	80
OPEN NEG M	6,1	130	12	7500	2	50,80
OPEN NEG F	6,1	130	12	7500	2	30,80





XVI TROFEO INTERNACIONAL PINARES DE SORIA 2026



INFORMACIÓN DE CARRERAS.

HORAS SALIDA CATEGORÍAS OPEN

Se establece como franja horaria de SALIDAS, sin sorteo, para las categorías OPEN la que va desde el inicio de cada competición hasta pasadas 2 horas para las pruebas de bosque, y 1 hora para la prueba Sprint. El intervalo de salidas dentro de las categorías OPEN será de 2 minutos.

APARCAMIENTO

Para las pruebas de bosque TODA clase de vehículos estacionarán en el recinto del Campamento “Raso de la Nava”. Para la prueba Sprint NO hay una ubicación predeterminada, se aconseja el usar la periferia del centro urbano de Covalada.

AVITUALLAMIENTOS CARRERA LARGA y MEDIA DISTANCIA

Se proporcionará agua en las SALIDAS. En Meta los **corredores deberán aportar el vaso** (fuentes). Se encontrarán 6 avituallamientos a lo largo de la zona de la carrera de Larga Distancia situados FUERA DE LOS CONTROLES. **PROHIBIDO DISEMINAR EN ENVASES EN LA ZONA DE CARRERA.**

HORAS CIERRE DE META – TIEMPO MÁXIMO DE CARRERA

- MEDIA DISTANCIA: 13:30h 120 min.
- LARGA DISTANCIA: 15:00h 180 min.
- DISTANCIA SPRINT: 20:00h 60 min.

CAMPEONATO DE ESPAÑA -BOSQUE- 2026

La prueba de MEDIA DISTANCIA es Cto. de España para la categoría **F-40**.

Esto implica que para dicha categoría **NO se podrá solicitar peticiones de hora de SALIDA.**

CLASIFICACIÓN PARA EL TROFEO PINARES 2025

Para la determinación del pódium del Trofeo Pinares de Soria 2025 se va a utilizar el sistema de suma de puntos de cada una de las tres competiciones.

OBLIGACIONES: Existe la obligación normativa de pasar por meta aun y cuando no se haya finalizado el recorrido. Todos los corredores deberán llevar el dorsal visible; en caso de no disponer de él (no podrán salir) la organización le facilitará uno.

JURADO TÉCNICO:

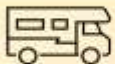
Deportista: Lourde Cano Rodriguez (J.C.)

Deportista: Abel Otero Ramirez (J.C.)

Organización: Mario Vidal Triquell

Jueza de Carrera: Pilar Nieto Calvo (J.C.)

Suplente del Jurado Técnico: Alberto García Calado (J.C.)

	DISTANCIA (mts)	LOCALIZACIÓN
 PARKING	100	MODEL EVENT URBANO
	300	MODEL EVENT BOSQUE
	100-400	C. COMPETICIÓN (BOSQUE)
	100-500	C. COMPETICIÓN (URBANO) *
 CENTROS COMPETICIÓN	1.200	PRESALIDA MEDIA DISTANCIA (29AGO)
	500	PRESALIDA SPRINT (29AGO)
	1.400	PRESALIDA LARGA DISTANCIA (30AGO)
TODAS LAS PRESALIDAS ESTARÁN A -5 MIN		





XVI TROFEO INTERNACIONAL PINARES DE SORIA 2026



CRONOGRAMA SALIDAS



ENTRENAMIENTOS.

- Se establecerán tres niveles técnicos además de los correspondientes al PNTD VERANO de la FEDO: **M20 - F20 M18 - F18 M16 - F16 - MF14** **ALTO – MEDIO – BAJO**
- Solo se darán SALIDAS entre las siguientes franjas horarias (incluido Model Event SPRINT):
MAÑANAS: 10:00h – 12:00h TARDES: 17:00h – 19:00h
- Existe la obligación de pasar por META aun cuando no se complete el circuito.





XVI TROFEO INTERNACIONAL PINARES DE SORIA 2026



- El aparcamiento se realizará en las zonas señaladas en el **Mapa Director** (pg. Nº15) 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 (MODEL EVENT SPRINT) de Duruelo de la Sierra (VIERNES 28 -11:00h/13:00h). También los asistentes al PNTD.

INFORMACIÓN DE CADA ENTRENAMIENTO:

- Nº1 SOTOLENGO (25AGO TARDE) (2200 mts A PARKING) (E:1/10.000)

TRABAJO CON CURVA DE NIVEL y CONTROL DE LA DIRECCIÓN

La base de trabajo la constituye el relieve principalmente en un terreno con una visibilidad variable, y en el que el manejo de brújula es fundamental, así como el apoyo de elemento a elemento. Una toma de contacto en un terreno que os obligará a utilizar todas las técnicas y recursos a vuestro alcance.

*Es muy importante el administrar bien la zona de aparcamiento ya que es muy limitada.

- Nº2 EMBALSE CUERDA DEL POZO (26AGO MAÑANA) (100 mts a C.C.) (E:1/7.500)

CAMBIOS DE DIRECCIÓN, SALIDA DEL CONTROL, VARIACIÓN DE RITMOS

Es un entrenamiento de cambios de dirección con tramos de diferente distancia y un par de zonas de control-picking de varias balizas muy cercanas para hacer a mayor velocidad. Terreno muy llano, con visibilidad variable y elementos de valor escaso (muros derruidos) Todos los niveles excepto el BAJO tienen escondido los muros y caminos. Se trata de un entrenamiento en mapa inédito.

*Los vehículos particulares se aparcarán en el Polígono "La Cepeda 2" cercano a Vinuesa (a 4kms del CC), y serán recogidos en transporte fletado por la organización. En la Zona de Carrera solo se podrá hacer la DESCARGA de personal SIN ESTACIONAR.

- Nº3 EL CABEZO-VINUESA (26AGO TARDE) (2000 mts desde PARKING) (E:1/10.000)

SIMULACIÓN DE RELEVOS

El entrenamiento SIMULA las salidas en masa de los corredores que se concentren en ese momentos que tendrán que llegar a la meta de cada tramo tras pasar por 3 o 4 balizas. Una vez han acabado todos el tramo, se juntan de nuevo y se desplazan a la siguiente salida donde volverán a repetir el mismo proceso en el tramo siguiente. Lo ideal es que los grupos sean de nivel físico y técnico similar. Los tramos varían de distancia entre 800 m. y 1200 m. La información del mapa es completa en las categorías MF/14 y sin caminos ni pistas en el resto.

- Nº4 LA MUELA-COVALEDA (27AGO MAÑANA) (1200 mts desde PARKING) (E:1/7.500)

ELEMENTOS LINEALES "ALARGAR EL CONTROL"





XVI TROFEO INTERNACIONAL PINARES DE SORIA 2026



El diseño del entrenamiento se basa en un recorrido de media distancia con balizas situadas en elementos lineales para que puedan ser utilizados tanto como para navegar como para atacar el control. La alta densidad de información supone un hándicap. Excepto al nivel BAJO a los demás se han suprimido los caminos.

*Del aparcamiento hay que bajar por pista al Sureste al BAR del camping Refugio de Pescadores (no dispone de capacidad de aparcamiento)

- Nº4 COVAGRANDE-DURUELO (27AGO MAÑANA) (1.800 mts desde PARKING) (E:1/10.000)

PLANIFICACIÓN DE RUTA

El objetivo en este ejercicio es ejercitar el diseño de ruta en caliente, variando el ritmo de carrera según la fase del plan en la que nos encontremos, intentando realizar simplificaciones en el diseño de la ruta y durante la progresión. Terreno altamente denso en información difícil de generalizar para una progresión rápida. El nivel bajo dispone de toda la info posible, el resto se ha ocultado vías.

CATEGORÍA DISTANCIA DESNIVEL Nº
CONTROLES

E1.	MARTES 25AGO TARDE		
M20 ENTR	6.6	130	15
F20 M18	5.6	85	13
F18 M16	5.2	75	13
F16	4.6	70	13
MF14	3.9	60	12
ALTO	6.9	130	17
MEDIO	5.3	80	15
BAJO	3.7	60	12

CATEGORÍA DISTANCIA DESNIVEL Nº
CONTROLES

E2.	MIÉRCOLES 26AGO MAÑANA		
M20 ENTR	4.4	120	24
F20 M18	4.0	110	22
F18 M16	3.5	100	21
F16	3.1	100	18
MF14	2.7	70	16
ALTO	4.5	130	25
MEDIO	3.4	95	21
BAJO	2.6	60	16

E3.	MIÉRCOLES 26AGO TARDE		
M20 ENTR	4.6	100	13
F20 M18	3.8	90	13
F18 M16 F16	3.3	60	9
M14 F14	2.3	40	9
ALTO	4.4	95	13
MEDIO	3.2	55	9
BAJO	2.2	45	9

E4.	JUEVES 27AGO MAÑANA		
M20 ENTR	4.5	130	13
F20 M18	4.1	110	13
F18 M16	3.6	90	12
F16	3.1	80	12
M14 F14	2.8	65	11
ALTO	4.4	120	13
MEDIO	3.5	90	12
BAJO	2.7	60	11





XVI TROFEO INTERNACIONAL PINARES DE SORIA 2026



E5.	JUEVES 27AGO TARDE		
M20 ENTR	4.7	120	10
F20 M18	4.0	100	9
F18 M16	3.6	85	8
F16	3.0	75	8
MF14	2.6	65	8
ALTO	4.5	125	10
MEDIO	3.4	80	9
BAJO	2.5	60	9

MODEL URBANO	VIERNES 28AGO MAÑANA		
ENTR/M20/F20/M18 ALTO	1.9	70	20
F18/M16 MEDIO	1.7	55	18
F16/M14/F14 BAJO	1.6	50	15

ANEXO: PLAN ABREVIADO DE SEGURIDAD

NOMBRE DE LA PRUEBA: XVI TROFEO INTERNACIONAL "PINARES DE SORIA"

FECHAS: 28-29 y 30 DE AGOSTO de 2026

LUGAR: COVALEDA (SORIA).

MODALIDAD DEPORTIVA: ORIENTACIÓN A PIE.

Al objeto de disponer de unas pautas de actuación de referencia ante posibles incidencias de seguridad personal de cualquier índole en el transcurso de la prueba, se enumera a continuación algunos recursos y protocolos a seguir:

1. En todo momento es preceptivo valorar los riesgos que supone para la integridad personal los riesgos inherentes a la navegación terrestre durante el transcurso de la competición, y aquellos que se derivan de la naturaleza del entorno próximo.
2. En caso de ser necesario la evacuación de las zonas de carrera y Centros de Competición se tendrá presente los siguientes aspectos: las zonas de carrera de bosque disponen de un camino forestal apto para vehículos que divide en dos el área de competición, y que desemboca en la carretera CL-117 entre los municipios de Covaleda y Duruelo de la Sierra. Para la prueba Sprint, el núcleo urbano de Covaleda se encuentra atravesado por la misma CL-117 que se podría usar como vía de evacuación en dirección norte/sur.
3. Para la prueba de larga Distancia se han diseminado 5 puntos de avituallamiento en carrera, situados estratégicamente a partir del 40% de la distancia global de cualquier recorrido. El 90% de las categorías disponen de dos puntos de avituallamiento dentro de su recorrido situados fuera de los controles. Las carreras de bosque disponen además de avituallamiento en la PRESALIDA y en la Meta.
4. Se dispondrá de WC en el en CC de bosque.
5. Los servicios médicos estarán compuestos por dos ambulancias, una de ellas SVA y la presencia de un facultativo. Se situarán en los CC de todas las pruebas.





XVI TROFEO INTERNACIONAL PINARES DE SORIA 2026



6. Organización: todo el personal de organización se encontrará convenientemente identificado por la vestimenta; se atenderá las instrucciones que este pueda impartir en el ejercicio de su cargo. En la zona de competición se encontrarán Jueces de carrera al objeto de poder acudir inmediatamente en caso de que se comunique cualquier incidencia.
7. En los mapas de competición se insertará un número de teléfono de emergencias. En todas las zonas de carrera existe cobertura telefónica de calidad.
8. Está totalmente prohibido circular, dentro del área de competición, fuera de las zonas destinadas a la circulación y al estacionamiento de vehículos. Tampoco se podrá realizar cualquier tipo de fuego, sea por el motivo que sea, y siguiendo las indicaciones de las autoridades relacionadas.
9. La organización se esforzará en minorar las circunstancias derivadas de las altas temperaturas de la época; para ello establecerá un horario de Salidas lo más acorde posible, dentro de las posibilidades de desarrollo del evento, a la climatología del momento.
10. En el entorno de las zonas de competición de bosque no se conoce la existencia de especies animales peligrosas. Existen áreas donde la presencia de ramas en el suelo puede ocasionar algún incidente. Atención a las zonas rocosas, que pueden llegar a suponer barreras naturales de más de diez metros.
11. Para la prueba SPRINT se ha emitido un bando para instar a limitar a lo imprescindible los desplazamientos auto en la población durante el transcurso de la prueba, esto junto con la disposición urbanística del entorno, hacen prever que la zona se encuentre concurrida en el momento de la Competición. Con todo se extremará la atención ante la posible salida de vehículos de zonas privadas. No podemos olvidar que la prueba se desarrollará en un periodo vacacional con gran presencia de turistas. En las avenidas principales de la zona de competición se dispondrán rótulos de aviso ante la competición en curso.
12. La asistencia entre corredores en caso de incidencia de salud en carrera es **obligatoria**.
13. La participación de menores con o sin los mínimos conocimientos de orientación queda supeditada a la autorización expresa por parte de sus adultos responsables.

Covalada (Soria), a 1 de julio de 2026.

ANEXO: DECLARACIÓN DE EXENCIÓN DE RESPONSABILIDAD DE LOS PARTICIPANTES EN LA COMPETICIÓN

NOMBRE DE LA PRUEBA: XVI TROFEO INTERNACIONAL "PINARES DE SORIA"

FECHAS: 28-29 y 30 DE AGOSTO de 2026

LUGAR: COVALEDA (SORIA).

MODALIDAD DEPORTIVA: ORIENTACIÓN A PIE.

1. Que mi inscripción a esta prueba, o la de mi representado (en el caso de menores de edad) implica la aceptación de este documento en todos sus puntos.





XVI TROFEO INTERNACIONAL PINARES DE SORIA 2026



2. Que conozco y acepto íntegramente el Reglamento y Normas reflejadas en los Boletines de la Prueba XVI Trofeo Internacional Pinares de Soria, y acepto lo establecido en los reglamentos oficiales de la IOF (Federación Internacional de Orientación), FEDO (Federación Española de Orientación) FOCyL (Federación de orientación de Castilla y León) en vigor.
3. Que me encuentro, o mi representado/a representado (en el caso de menores de edad) se encuentra, en condiciones físicas adecuadas y suficientemente entrenado/a para participar voluntariamente en esta competición de la modalidad deportiva de Orientación.
4. Que no padezco, o mi representado/a representado (en el caso de menores de edad) no padece, enfermedad, defecto físico o lesión que pueda agravarse y perjudicar gravemente la salud al participar en esta competición de la modalidad deportiva de Orientación.
5. Que, si padeciera, o mi representado/a representado (en el caso de menores de edad) padeciera, algún tipo de lesión, defecto físico o cualquier otra circunstancia que pudiera agravarse o perjudicar gravemente la salud, al participar en esta competición de la modalidad deportiva de Orientación, lo pondré en conocimiento de la Organización, aceptando las decisiones que al respecto se adopten por los/as responsables del evento.
6. Asumo los peligros y riesgos derivados de mi participación, o de mi representado/a (en el caso de menores de edad), en esta actividad deportiva, tales como, caídas; colisión con vehículos, participantes, espectadores; condiciones climáticas extremas y de humedad; estado de los viales, carretera y tráfico, (el presente enunciado tiene el carácter meramente indicativo). Respetaré en todo momento las normas de circulación como cualquier otro peatón, siendo responsable de mi propia seguridad en relación con el tráfico urbano.
7. Que me encuentro, o mi representado/a (en el caso de menores de edad) se encuentra en posesión de la licencia federativa en vigor. En caso contrario lo haré constar en el momento de la inscripción, abonando el canon correspondiente del seguro deportivo de la prueba para cada uno de los días de participación.
8. Acepto cualquier decisión que cualquier responsable de la carrera (Jueces, Médicos, ATS, Técnico de la Organización) adopte sobre mi habilidad, o la de mi representado/a, para completar esta competición de la modalidad deportiva de Orientación, con seguridad y sin riesgo para la salud.
9. Autorizo al Club Navaleno Orientación para usar cualquier fotografía, filmación, grabación o cualquier otra forma de archivo de mi participación o la de mi representado/a, en este evento, sin derecho a contraprestación económica.
- 10.- Que eximo al Club Navaleno Orientación y a cualquier persona física o jurídica vinculada con la organización de la prueba, de las responsabilidades derivadas de cualquier accidente causado tanto por motivo de hechos de la circulación, como por accidentes deportivos.





XVI TROFEO INTERNACIONAL PINARES DE SORIA 2026



11.- Que eximo a los anteriormente citados de cualquier perjuicio que, por motivos de salud, pudieran derivarse de mi participación, asumiendo personalmente el riesgo inherente para la salud que supone el esfuerzo físico requerido para la participación en esta prueba.

12.- Que eximo a los anteriormente señalados de cualquier responsabilidad que de la participación en la prueba pudiera derivarse, tal como pérdida o deterioro de objetos personales, por robo, extravíos u otras circunstancias.

13.- Que existe la posibilidad de sufrir un accidente deportivo inherente a la práctica de la carrera, asumiendo personalmente la responsabilidad de los accidentes que pudiera causar a cualquier participante de la prueba, excluyendo a la Organización de cualquier responsabilidad derivada de estos accidentes.

14.- Que ante la posibilidad de que por causas de fuerza mayor o imposición de las autoridades competentes se tenga que anular el desarrollo de la competición, la organización se reserva el derecho de trasladar a nuevas fechas el evento ofreciendo la posibilidad de reembolsar el importe de la inscripción sin asumir ninguna otra circunstancia derivada del hecho en sí mismo.

15.- Que existe la posibilidad de causar un accidente a un tercero ajeno a la prueba, asumiendo personalmente la responsabilidad íntegra de este accidente y excluyendo a la Organización de cualquier responsabilidad derivada de estos accidentes.

16.- Que declaro conocer y haber recibido información sobre los riesgos propios de la participación en esta prueba vía Boletines del evento y el Plan de Seguridad del mismo, estando satisfecho de la información recibida, pudiendo haber formulado las preguntas convenientes y aclaradas todas mis dudas.

Covaleda (Soria), a 1 de julio de 2026.

El/la participante inscrito/a





XVI TROFEO INTERNACIONAL PINARES DE SORIA 2026





PROTÉGETE DEL CALOR

MEDIDAS DE PROTECCIÓN INDIVIDUAL

 La deshidratación y el golpe de calor disminuyen el rendimiento físico y mental.
Tu seguridad depende también de ti.

ANTES DE LA ACTIVIDAD

-  Consulta con tu médico si padeces enfermedades cardiovasculares o si tomas medicación.
-  Informa a la organización de cualquier circunstancia relevante.
-  Utiliza gorra y ropa transpirable de colores claros.



DURANTE LA ACTIVIDAD

-  Hidrátate frecuentemente mediante pequeños tragos.
-  Lleva siempre agua (cinturón o chaleco de hidratación).
-  Evita esfuerzos prolongados e intensos.
-  Evita comidas copiosas.



SI NOTAS ALGUNO DE ESTOS SÍNTOMAS

 Calambres

 Mareos o vértigos

 Náuseas

 Exceso de temperatura corporal

 Aumento inusual de la frecuencia cardíaca

DETÉN INMEDIATAMENTE LA ACTIVIDAD E INFORMA A LA ORGANIZACIÓN.



TU PREVENCIÓN ES LA MEJOR PROTECCIÓN.

 **VERANO 2026**



PREVENCIÓN DE INCENDIOS

PROTEJAMOS EL ENTORNO NATURAL

 Durante el verano el riesgo de incendio es **MUY ELEVADO.**

ESTÁ PROHIBIDO

-  Hacer fuego o cocinar.
-  Fumar en el entorno natural.
-  Circular o aparcar vehículos fuera de carreteras y caminos, especialmente sobre hierba seca.
-  Abandonar residuos, especialmente cristales.



SI DETECTAS HUMO O FUEGO

 LLAMA INMEDIATAMENTE AL **112**



RECUERDA

-  Sigue siempre las indicaciones de la organización.
-  Colabora con los servicios de emergencia.



LA PREVENCIÓN DEPENDE DE TODOS. CUIDEMOS EL MEDIO NATURAL.

 **VERANO 2026**

