

Memoria Club Ibón Julio-Agosto 2017

Mes de Junio:

EL CLUB IBÓN ADQUIERE MATERIAL CLUB:

Estos dos meses de Julio y Agosto aunque son más para descansar y tomarse unas vacaciones, el Club sigue vivo y no se dejan de realizar acciones.

Continuando con la buena labor realizada por la anterior Junta, nos dejaron encomendado y ese fue nuestro compromiso, cumplir con los acuerdos tomados en la última Junta del Club, y había varios asuntos pendientes que por tiempo no se pudieron realizar; fueron la adquisición para el club de la licencia de Sportident O-Escore, y con esa licencia ya pudimos realizar la carrera de O-BTT en Torrijo de la Cañada, que como ya indicamos en el anterior boletín fue todo un éxito. Y otro de los compromisos adquiridos era la compra de 100 farolillos nuevos para el club. Con estas adquisiciones vamos completando nuestro inventario, el cuál ya estaba un poco deteriorado con tantas pruebas en tantos años, decir que con motivo de las pruebas que el club está realizando, así como las diferentes pruebas de mayor emvergadura, como la O-pyrene y la prueba de Liga Nacional de Cariñena, estamos comprando otro material que no teníamos y creemos que es necesario que tengamos, como mesas, megafonía, grupo electrógeno, carpas, caballetes, etc.

Con todo este inventario de material se confeccionará un catálogo y estará a disposición de todos los miembros del club para lo que necesite.

RANKING ACTUAL DEL CLUB EN LIGA NACIONAL:

División 0:

Orden	Club	Division	Total	Media	CB1	CB2	CC1	CC2	MK1	MK2	Av1	Av2	CEOL	CEOM	SL1	SL2	IbF1	IbF2	IbM1	IbM2	Bu1	Bu2	Ca1	Ca2	Bi1	Bi2	CR1	CR2
1	COLIVENC	0	18350.91	1310.78	1328.8	1448.75	1401.13	1418.39	1224.07	1203.89	1163.44	1338.67	1571.98	1502.0	1407.23	1219.75	1066.43	1056.38	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
2	TOLEDO-O	0	16540.01	1181.43	1225.59	1220.23	1105.08	1113.81	1142.09	1107.94	1227.34	1250.72	1282.01	1290.39	1222.39	1187.87	1128.87	1035.68	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3	GODIH	0	16442.82	1174.49	1208.59	1217.39	1365.97	1220.8	1239.46	1118.53	889.4	1015.91	1263.16	1281.81	1111.24	1202.34	1178.95	1129.27	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
4	LORCA-O	0	15593.93	1113.85	1234.31	1169.08	1229.29	1263.98	1046.58	1068.8	946.1	973.43	1289.12	1222.32	1133.16	1160.93	972.67	884.16	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
5	COMA	0	13963.7	997.41	988.8	997.77	862.61	920.24	688.7	692.09	1059.51	772.77	1371.95	1368.15	1067.42	1099.21	1038.52	1015.36	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
6	COC	0	13381.92	955.85	1039.6	1180.54	1036.95	1056.9	1108.59	1103.34	312.89	252.08	1378.11	1354.8	1020.2	1105.7	652.65	779.57	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
7	TOTANA-O	0	13016.68	929.76	1150.71	1120.08	950.38	1080.45	855.97	779.0	860.61	748.43	1013.27	1004.21	916.2	842.33	866.01	829.03	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
8	VALENCIA-O	0	12463.77	890.27	991.0	947.26	968.97	909.73	911.35	868.27	885.65	952.43	1027.47	1012.92	790.64	723.89	713.72	760.47	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
9	UNIVERSIDAD ALICANTE	0	11399.09	814.22	922.19	977.32	762.0	1056.6	730.13	652.22	714.47	520.24	978.42	1010.67	734.46	674.36	844.59	821.42	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
10	COV	0	10778.9	769.92	63.86	68.53	267.51	129.85	1127.05	1011.17	902.9	979.4	1234.38	1225.23	1059.55	952.13	910.82	846.52	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
11	CDP-O	0	10630.51	759.32	604.43	560.74	665.93	737.12	796.81	871.59	760.92	869.2	1013.41	922.49	729.61	619.3	762.26	716.7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
12	VILLENA-O	0	10466.22	747.59	946.52	844.99	771.04	782.3	630.86	614.05	787.86	939.16	798.73	759.88	522.78	478.98	823.13	765.94	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
13	MANZANARES-O	0	10296.21	735.44	608.38	537.81	567.48	448.59	877.79	869.18	594.45	688.45	884.9	1014.94	958.46	705.02	788.0	752.76	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
14	IMPERDIBLE	0	9969.65	702.09	567.45	554.09	476.69	543.56	741.93	717.77	677.21	788.72	997.06	896.67	Or	Or	767.68	696.22	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
15	ADOL	0	9860.47	704.32	329.07	353.89	651.07	717.52	755.2	727.81	778.82	765.19	973.34	923.91	660.56	659.8	777.2	787.09	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
16	IBÓN	0	9300.94	664.35	734.51	684.19	603.45	621.7	738.12	788.83	310.44	301.57	1102.01	1064.0	723.89	661.16	485.93	481.14	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
17	CODAN EXTREMADURA	0	9131.04	652.22	79.87	73.68	331.29	364.08	833.37	744.99	750.32	882.54	1000.69	950.27	739.55	618.67	945.61	816.11	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
18	SANT JOAN	0	8906.0	636.14	772.58	634.08	1075.9	874.85	661.52	603.31	361.15	399.57	963.79	944.7	606.72	438.45	304.06	265.32	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
19	ORIENTA-GETAFE	0	8727.78	623.41	581.26	572.08	547.34	647.16	651.39	715.18	514.66	600.88	742.33	742.34	752.06	626.59	489.26	545.25	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
20	NAVALCAN-O	0	8599.26	614.23	129.94	130.35	0.0	0.0	687.38	756.17	867.9	925.95	835.56	819.99	794.72	725.96	992.09	933.25	-	-	-	-	-	-	-	-	-	

El Club ocupa el puesto 16 de 25, si entre todos hacemos un pequeño esfuerzo, estamos seguros que un año más estaremos en División de Honor, y ya serán tres años consecutivos, nunca conseguido hasta la fecha. Os animamos y el club apoyará siempre a sus corredores, para que entre todos nos animemos a salir más a pruebas nacionales, el esfuerzo creemos y estamos convencidos que vales la pena.

PARTICIPACIÓN DE NUESTROS DEPORTISTAS EN PNTD2017:



PARTICIPACIÓN DE NUESTROS DEPORTISTAS EN EL SOC2017:

En la última semana de agosto un veintena de orientadores del club se desplazó a la Serranía Conquense para participar en los entrenamientos allí programados por la Federación de Castilla La Mancha.

A partir del lunes 21 ya hubo representación aragonesa en la zona porque algunos chicos y chicas de categorías infantiles estaban apuntados al Programa de Tecnificación de la FEDO que se desarrolló en esa zona, combinando los entrenamientos con los que ofrecía la organización del SOC.

Las propuestas fueron de gran calidad técnica y tuvimos oportunidad de disfrutar de los magníficos terrenos que ofrece la Sierra de Cuenca. Cómo os podéis imaginar no faltaron los pasillos de rocas y los laberintos al más puro estilo de la Ciudad Encantada. Se combinaron entrenamientos específicos de curvas de nivel, vegetación, rumbos, pasillos, relevos... con análisis técnicos y charlas muy interesantes con ponentes que nos aportaron su experiencia.

La semana culminó con una carrera que estaba incluida en el circuito de Castilla La Mancha y que fue amenizada con un gran espectáculo de luz y sonido (rayos y truenos a mansalva).

En los pocos tiempos que quedaron libres pudimos aprovechar para realizar turismo por la zona, que ofrece rincones realmente espectaculares.

Ha sido una buena manera de calentar motores antes de comenzar con este otoño que se nos presenta con una gran cantidad de carreras y con el monte bien regado.





10 RAZONES PARA REALIZAR ORIENTACIÓN:

Cuando vea la palabra Orientación, ¿qué le viene a la mente? ¿Divertidas banderas rojas y blancas? ¿Perderse en los bosques húmedos? ¿Gente extraña vestida como salida de una fiesta de pijamas psicodélicos de la década de 1980? (Así viste uno cuando va a un evento de cierto nivel)

Sería el primero en admitir que puede parecer un deporte de locos. Básicamente se necesita: una brújula, tarjeta Sportident y un mapa, que para los no iniciados se ve algo como una impresión artística del mapa del casco antiguo de Londres cubierto con jeroglíficos. Y probablemente tiene cierto sentido.

El primer vistazo es un golpe al cerebro. Pero con un poco de paciencia y buen sentido del humor, lo que en principio está confuso se transforma en un encantador rompecabezas. No hay ningún otro deporte que pone a prueba la mente y el cuerpo por igual. Es como tratar de resolver un rompecabezas de sudoku de nivel cuatro mientras que disputas al mismo tiempo una carrera de obstáculos y echas una partida en un juego de carreras de coches de realidad virtual.

¿Estás convencido ya? Si no es así, entonces sigue leyendo las diez grandes razones por las que deberías practicar Orientación desde hoy.

1. La orientación es un deporte para toda la vida

Literalmente, tan pronto como se es capaz de dar los primeros pasos, los padres intentan transmitir a sus hijos su pasión por este deporte. En los grandes acontecimientos hay grupos de edad para corredores desde los diez años hasta los noventa, y todo el mundo comparte la misma línea de meta. No hay muchos deportes en los que puedan participar tal diferencia de edad en la misma prueba.

2. No es todo correr

Pero tienes que ser un súper corredor para orientación... es probablemente una de las excusas más comunes que se escuchan para no probar este deporte. Y la respuesta es un no rotundo. Desde luego, si quieres ganar eventos entonces ayuda ser un corredor decente, los corredores élite son algunos de los más rápidos pero no por ello son los que mejor se orientan. Mucha gente camina alrededor de sus puntos, y si estas empezando esto puede ser una buena idea mientras que mejora tu orientación.

Además, realmente hay cuatro disciplinas de orientación: a pie, bicicleta de montaña, esquí y trail orienteering (diseñado para personas discapacitadas). Existe algo para todo el mundo.

3. Cada evento es diferente

¿Aburrido de correr por los viejos trazados de entrenamiento? Caminando por las mismas calles, semana tras semana. Sí, yo también. Por esta razón que correr es ABURRIDO, la orientación es DIVERTIDO. Casi puedo garantizar que en orientación, nunca utilizará el mismo recorrido dos veces. Lo que significa que siempre existe algún elemento que puede cambiar. La variedad es el ingrediente principal del mundo de la orientación.

4. La orientación es un deporte de amigos

A los amantes de la orientación les encantan introducir nueva gente al deporte. Siempre que asista a algún evento encontrará nuevas caras dispuestos a pelearse con su mapa y reconocer los accidentes del terreno. Cada vez más clubes de orientación tienen eventos específicos dirigidos a principiantes o familias jóvenes, además de las sesiones de entrenamiento donde coger práctica en las técnicas básicas de navegación.

Muchos clubes tienen actividades a parte de la orientación y en los eventos más grandes, los miembros se congregan en las tiendas del club. Pasear después de que has terminado y comentar con alguien el mapa valorando cual es la ruta óptima.

5. Siempre hay espacio para mejorar

Rara vez una carrera de orientación es perfecta. Incluso en tu mejor día, siempre se han de lamentar los dos segundos que desperdiciaste subiendo una loma, si hubieras ganado un minuto tomando una ruta ligeramente diferente. No me malinterpreten, puede ser increíblemente frustrante cuando se analiza la carrera. Y aún más frustrante si te empeñas en refunfuñar durante dos horas con tu compañero camino de casa. Pero es que siempre hay algo en se puede trabajar y alguna manera de mejorar.

6. La orientación te lleva a lugares que nunca irías

Muchos eventos de orientación se llevan a cabo en terrenos privados donde el organizador tiene que obtener permiso especial de los propietarios para celebrar el evento. Para llegar a explorar bosques, montañas y valles donde nunca normalmente irías, o dónde poca gente puede acceder.

7. Es un entrenamiento de cuerpo completo

Orientación no es sólo Off-Road, también es fuera de camino. Más allá de las rutas más fáciles de principiantes, los trazados están diseñados para evitar los caminos tanto como sea posible. Dependiendo de la zona, el terreno puede variar desde bosques de pinos perfectamente, puedes terminar saltando a través de arroyos, saltando árboles caídos o luchar a través de matorrales de árboles (generalmente solamente si te pierdes).

Por esta razón las carreras de orientación son más cortas. Pero no es comparable correr una competición de running de 7km con una de orientación de la misma distancia, al día siguiente te duele todo.

8. Pero no todo se corre sobre barro

Aunque la orientación es tradicionalmente asociada con montaña, bosques y parques, una nueva iniciativa de orientación ha surgido en pueblos y ciudades de todo el país. Orientación urbana, combina la rápida navegación con la velocidad del running. Muchos clubes realizan eventos mensuales nocturnos urbanos o incluso semanales, particularmente durante los meses de invierno. La navegación y los mapas tienden a ser mucho más simples, estos pueden ser una gran introducción a orientación para principiantes. Además suelen empezar y terminar en un bar. Es importante rehidratar... ya sabes.

9. Puede competir en todo el mundo (sin ser un deportista de elite)

No hay muchos deportes que se puedan competir en 70 países, cualquiera que sea su nivel de conocimientos. Una vez que hayas aprendido los símbolos del mapa de orientación básica, el lenguaje es el mismo donde quiera que vayas. Si usted estas buscando eventos internacionales, el calendario mundial de orientación es un buen lugar para empezar.

10. Da habilidades para el día a día

Me gustaría ver a alguien tratar de negar que las habilidades de Orientación no son importantes. Incluso en este mundo moderno de iPhones, Google maps y relojes GPS. A veces me pregunto por qué otras personas luchan para recordar direcciones, parecen no tener absolutamente ningún sentido de la orientación y no saben sostener un mapa. Entonces recuerdo que estas personas probablemente no fueron enviadas a un bosque oscuro para perderse desde la tierna edad de diez años. (Gracias a mi padre que me llevó de pequeño).

Así que la moraleja de la historia es...:

¡¡Padres, lleven a sus hijos a carreras de Orientación! ¡Que salgan y se pierdan!...les enseñaré a ser independientes y aventureros. Algún día seguro que se lo agradecerán...

¡¡ PRACTICA CARRERAS DE ORIENTACIÓN !!

Nos vemos en el bosque...