



NORMAS LIGA NORTE

2022

CALENDARIO 2022:

24-04-22	1ª Liga Norte. Liencres (Cantabria)	ALTAI	Mapa Usado
15-05-22	2ª Liga Norte. Burgohondo (Ávila)	ULTRA MAXIMUS	Mapa Usado
30/31-07-22	3ª y 4ª Liga Norte. Navaleno & San Leonardo (So)	NAVALENO-O	Mapa Usado/Nuevo
06/07-08-22	5ª y 6ª Liga Norte. Urbasa (Navarra)	CDN	Mapa Usado/Nuevo
04-09-22	7ª Liga Norte. Palencia	ORCA	Mapa Nuevo
18-09-22	8ª Liga Norte. Salas de los Infantes (Burgos)	TJALVE	Mapa Nuevo
12/13-11-22	Cto. Relevos Mixtos Liga Norte (9ª) y 10ª Liga Norte. Vizcaya	COBI	Mapa Usado/Nuevo

1. Participantes.

Participan los socios de los siguientes clubes miembros de la FEDO:

ASTURIAS:

- **ASTUR EXTREM** (Asturias)
- **NORDESTE-O** (Asturias)
- **PILONÑA** (Asturias)

CANTABRIA:

- **ALTAI** (Cantabria)
- **GALITIUS** (Cantabria)

CASTILLA Y LEÓN:

- **ALCON** (León)
- **CDPO** (Portillo / Valladolid)
- **CORZO** (Aranda de Duero / Burgos)
- **COV** (Valladolid)
- **CRO** (Ciudad Rodrigo / Salamanca)
- **NAVALENO-O** (Navaleno / Soria)
- **ORCA** (Palencia)
- **O.S.L.** (Valladolid)
- **OX** (Ciudad Rodrigo / Salamanca)
- **TJALVE** (Burgos)
- **ULTRA MÁXIMUS** (Burgohondo / Ávila)

LA RIOJA:

- **CRON** (Logroño / La Rioja)
- **RIOJA-O** (Logroño / La Rioja)

NAVARRA:

- **CDN** (Pamplona / Navarra)

PAÍS VASCO:

- **COA** (Vitoria / Álava)
- **COBI** (Bilbao / Vizcaya)
- **GOT** (San Sebastián / Guipúzcoa)

2. Categorías.

Las categorías en la vigente temporada son:

- F/M-12:** Nacidos/as en 2010 y posteriores. **Categoría Mixta.**
M-14 / F-14: Nacidos/as en 2008 y 2009.
M-16 / F-16: Nacidos/as en 2006 y 2007.
M-18 / F-18: Nacidos/as en 2004 y 2005.
M-20 / F-20: Nacidos/as en 2002 y 2003.
M-21 / F-21: Nacidos/as en 2001 y anteriores.
M-E / F-E: Élite *
M-AK / F-AK: **
M-35 / F-35: Nacidos/as entre 1978 y 1987 ambos inclusive.
M-45 / F-45: Nacidos/as entre 1968 y 1977 ambos inclusive.
M-55 / F-55: Nacidos/as en 1967 y anteriores.

* Categorías Élite, cerrada en el caso de M-E (ver normas en el apartado 2.1) y abierta en el caso femenino.

** Categorías destinadas a la gente de M-21 y F/M-35 que se les hace dura esta categoría, y como paso intermedio a la gente nueva que tras pasar por Open no quiere dar el salto a M-21 y F/M-35.

En cada carrera deberán existir también 3 categorías que no cuentan para el Ranking de Liga Norte:

- **OPEN AMARILLO:** Recorrido de Iniciación para niños
- **OPEN NARANJA:** Recorrido de Iniciación para adultos.
- **OPEN ROJO:** Recorrido de nivel medio para adultos.

INFORMACIÓN MUY IMPORTANTE A TENER EN CUENTA:

- **Solo los participantes con licencia FEDO podrán aparecer en el ranking.**
- **Las 3 categorías Open son las únicas en las que pueden participar los participantes sin licencia FEDO, salvo participantes de clubes extranjeros.**
- **Todos los participantes deben participar con un seguro, así los que no tengan licencia FEDO deberán hacerlo con la licencia de prueba.**

Las distintas categorías se distribuirán del siguiente modo:

- Recorrido 1:** M-E.
Recorrido 2: M-21.
Recorrido 3: F-E, M-20, M-35.
Recorrido 4: F-21, M-45, M-AK.
Recorrido 5: F-20, F-35, M-18, M-55.
Recorrido 6: F-45, F-AK, Open Rojo.
Recorrido 7: F-18, F-55, M-16.
Recorrido 8: F-16, Open naranja.
Recorrido 9: F-14, M-14.
Recorrido 10: F/M-12, Open Amarillo

2.1. Categoría M-E

La categoría M-E es cerrada, a continuación se explican las normas de acceso a esta categoría para la presente temporada.

Para hacerlo más comprensible se explica con el caso real (color azul) de los que han adquirido este derecho para la temporada 2022.

PARTICIPARÁN EN LA CATEGORÍA M-E EN 2022:

- Todos los deportistas que acaben entre los **20 primeros del ranking de Liga Norte** en la categoría **M-E** en la temporada 2021.

- Roberto Pascual Orcajo	CDN
- Juan Cornejo García	ALCON
- Antonio Hernández Fernández	ALCON
- Ibon Goikoetxea Retegi	GOT
- Unax Galarraga López	GOT
- Ianko Intxaurrendieta Martín	COBI
- Gaizka Intxaurrendieta Martín	COBI
- Mikel Monasterio Campillo	COBI
- Borja Del Estal Oyarzabal	GOT
- Zigor García Gorrotxategi	COBI
- Asier Ipiña Moja	COBI
- Roberto Castillo Del Valle	COBI
- Alfonso Bustillo Ruiz	CRON
- Pablo Bustillo Ruiz	CRON
- Cesar Torrejón Rubio	TJALVE
- Alberto Conejo Garrote	CDPO
- Abel Herrero Gómez	ORCA
- Eduardo Gil Marcos	TJALVE
- Diego Lázaro De Juan	ULTRA MÁXIMUS
- Jorge Urquizu Barasoain	CDN

- Todos los deportistas que se clasifiquen **entre los 5 primeros en al menos 3 carreras en la categoría M-E de Liga Norte** en la temporada 2021, y no cumplan ninguno de los requisitos anteriores.

No hay

- Los deportistas que acaben **entre los 3 primeros del ranking de Liga Norte** en la categoría **M-21** en la temporada 2021. Para el **1º será obligatorio** el ascenso y para el **2º y el 3º opcional**.

- Eder Cañas Benito	COBI	
- Jon Bengoetxea Gorritxategi	COBI	(Opcional)
- César Salgado Ríoz	ALTAI	(Opcional)

- Todos los deportistas que consigan **al menos 3 victorias en la categoría M-21 de Liga Norte** en la temporada 2021 y no logren clasificarse entre los 3 primeros del ranking final.

No hay

- El deportista que acabe **1º del ranking de Liga Norte** en la categoría **M-35** en la temporada 2021. **Esto es opcional, ya que aunque se tenga el derecho adquirido será el deportista el que tenga la última palabra**, en cualquier caso este deberá comunicar su decisión con suficiente antelación a la celebración de la primera carrera.

- Carlos Lazcano Fuentes	COBI	(Opcional)
--------------------------	------	------------

- Todos los deportistas de Liga Norte con **participación en Liga nacional en M-E** la temporada 2021, que no entren por las condiciones anteriores.

No hay

- Todos los deportistas de Liga Norte que acaben entre los **10 primeros del ranking nacional** en la categoría **M-21A** en la temporada 2021, que no entren por las condiciones anteriores.

- *Emilio Negro Sacristán* *ORCA*
- *Ángel Frontela Mucientes* *COV*

- Todos los deportistas de Liga Norte que no estando entre los 10 primeros del ranking nacional en la categoría **M-21A** en la temporada 2021 **tengan en la media más de 85 puntos**, que no entren por las condiciones anteriores.

- *Kimetz Galarraga López* *GOT*

- Todos los deportistas de Liga Norte que acaben entre los **10 primeros del ranking nacional** en la categoría **M-35A** en la temporada 2021, que no entren por las condiciones anteriores.

No hay

- Todos los deportistas de Liga Norte que no estando entre los 10 primeros del ranking nacional en la categoría **M-35A** en la temporada 2021 **tengan en la media más de 85 puntos**, que no entren por las condiciones anteriores.

No hay

- Todos los deportistas de Liga Norte que acaben entre los **10 primeros del ranking nacional** en la categoría **M-20E** en la temporada 2021.

No hay

- Todos los deportistas de Liga Norte que no estando entre los 10 primeros del ranking nacional en la categoría **M-20E** en la temporada 2021 **tengan en la media más de 85 puntos**, que no entren por las condiciones anteriores.

No hay

- Todos los deportistas de Liga Norte que no cumpliendo ninguno de los requisitos anteriores, **hayan clasificado entre los 8 mejores de M-E en alguna de las 3 últimas temporadas** (2021, 2020 y 2019). En estos casos **será opcional debiendo elegir si hacen uso de ello o no los casos que se den.**

- *José M^a Mediavilla Ruiz* *ORCA*
- *Jorge García Sanz* *TJALVE*

- También **podrán tener un representante** en la categoría si lo estiman conveniente, todos **los clubes de Liga Norte que no tengan ninguno** por las condiciones anteriores.

- *ASTUR EXTREM*
- *COA*
- *CORZO*
- *CRO*
- *GALITIUS*
- *NAVALENO-O*
- *NORDESTE-O*
- *O.S.L.*

- OX
- PILOÑA
- RIOJA-O

- Por último, el Coordinador de Liga Norte tendrá la última palabra para aceptar o no en la categoría a los deportistas pertenecientes a clubes de Liga Norte que no habiendo ganado este derecho pidan su participación por escrito acreditando suficientes méritos, deportistas foráneos que recalen en nuestra liga, o cualquier otro caso que pudiera surgir. Siempre con el máximo de objetividad y rigurosidad.

No hay

Los deportistas que tienen el derecho adquirido a participar en la categoría M-E no podrán renunciar y participar en la categorías M-21 y M-AK. Si renuncian solo podrán participar en la categoría de veteranos (M-35, M-45 ó M-55) o de menores de 21 años (M-20, M-18, ...), que les corresponda por edad.

Solo se hace la excepción de que puedan permanecer en M-21 y no ascender, a pesar de que tengan el derecho adquirido, los menores de 21 años que así lo deseen.

En cuanto a los deportistas de clubes no pertenecientes a la Liga Norte, podrán tomar parte en esta categoría (sin aparecer en el Ranking) siempre y cuando participen en las competiciones Nacionales en la categoría M-E

LISTADO PARTICIPANTES M-E LIGA NORTE 2022:

Este es el listado de deportistas con derecho a participar la temporada que viene en la categoría M-E en Liga Norte.

- Juan Cornejo García	ALCON	
- Antonio Hernández Fernández	ALCON	
- César Salgado Rioz	ALTAI	(Opcional)
- Roberto Pascual Orcajo	CDN	
- Jorge Urquizu Barasoain	CDN	
- Alberto Conejo Garrote	CDPO	
- Jon Bengoetxea Gorritxategi	COBI	(Opcional)
- Eder Cañas Benito	COBI	
- Roberto Castillo Del Valle	COBI	
- Zigor García Gorrotxategi	COBI	
- Gaizka Intxaurrendieta Martín	COBI	
- Ianko Intxaurrendieta Martín	COBI	
- Asier Ipiña Moja	COBI	
- Carlos Lazcano Fuentes	COBI	(Opcional)
- Mikel Monasterio Campillo	COBI	
- Ángel Frontela Mucientes	COV	
- Alfonso Bustillo Ruiz	CRON	
- Pablo Bustillo Ruiz	CRON	
- Borja Del Estal Oyarzabal	GOT	
- Kimetz Galarraga López	GOT	
- Unax Galarraga López	GOT	
- Ibon Goikoetxea Retegi	GOT	
- Abel Herrero Gómez	ORCA	
- José M ^a Mediavilla Ruiz	ORCA	
- Emilio Negro Sacristán	ORCA	

- Jorge García Sanz
- Eduardo Gil Marcos
- Cesar Torrejón Rubio
- Diego Lázaro De Juan

TJALVE
TJALVE
TJALVE
ULTRA MÁXIMUS

2.2. Normas de Ascenso y Descenso M-E temporada 2022.

Estos son los requisitos que marcarán la continuación en la categoría M-E para la temporada 2022, y sus posibles ascensos o descensos.

PARTICIPARÁN EN LA CATEGORÍA M-E:

- Todos los deportistas que acaben entre los **20 primeros del ranking de Liga Norte** en la categoría **M-E** en la temporada 2021.
- Todos los deportistas que se clasifiquen **entre los 5 primeros en al menos 3 carreras en la categoría M-E de Liga Norte** en la temporada 2021, y no cumplan ninguno de los requisitos anteriores.
- Los deportistas que acaben **entre los 3 primeros del ranking de Liga Norte** en la categoría **M-21** en la temporada 2021. Para el **1º será obligatorio** el ascenso y para el **2º y el 3º opcional**.
- Todos los deportistas que consigan **al menos 3 victorias en la categoría M-21 de Liga Norte** en la temporada 2021 y no logren clasificarse entre los 3 primeros del ranking final.
- El deportista que acabe **1º del ranking de Liga Norte** en la categoría **M-35** en la temporada 2021. **Esto es opcional, ya que aunque se tenga el derecho adquirido será el deportista el que tenga la última palabra**, en cualquier caso este deberá comunicar su decisión con suficiente antelación a la celebración de la primera carrera.
- Todos los deportistas de Liga Norte con **participación en Liga nacional en M-E** la temporada 2021.
- Todos los deportistas de Liga Norte que acaben entre los **10 primeros del ranking nacional** en la categoría **M-21A** en la temporada 2021.
- Todos los deportistas de Liga Norte que no estando entre los 10 primeros del ranking nacional en la categoría **M-21A** en la temporada 2021, **tengan en la media más de 85 puntos**.
- Todos los deportistas de Liga Norte que acaben entre los **10 primeros del ranking nacional** en la categoría **M-35A** en la temporada 2021.
- Todos los deportistas de Liga Norte que no estando entre los 10 primeros del ranking nacional en la categoría **M-35A** en la temporada 2021, **tengan en la media más de 85 puntos**.
- Todos los deportistas de Liga Norte que acaben entre los **10 primeros del ranking nacional** en la categoría **M-20A** en la temporada 2021.

- Todos los deportistas de Liga Norte que no estando entre los 10 primeros del ranking nacional en la categoría **M-20A** en la temporada 2021, **tengan en la media más de 85 puntos**.
- Todos los deportistas de Liga Norte que no cumpliendo ninguno de los requisitos anteriores, **hayan clasificado entre los 8 mejores de M-E en alguna de las 3 últimas temporadas** (2021, 2020 y 2019). En estos casos **será opcional debiendo elegir si hacen uso de ello o no los casos que se den**.
- También **podrán tener un representante** en la categoría si lo estiman conveniente, todos **los clubes de Liga Norte que no tengan ninguno** por las condiciones anteriores.
- Por último, el Coordinador de Liga Norte tendrá la última palabra para aceptar o no en la categoría a los deportistas pertenecientes a clubes de Liga Norte que no habiendo ganado este derecho pidan su participación por escrito acreditando suficientes méritos, deportistas foráneos que recalen en nuestra liga, o cualquier otro caso que pudiera surgir. Siempre con el máximo de objetividad y rigurosidad.

Los deportistas que “desciendan” de la categoría M-E por no cumplir ninguno de los requisitos anteriores, podrán participar en la temporada siguiente en la categoría M-21 o la que le les corresponda por edad (M-35, M-20, ...).

Los deportistas que tienen el derecho adquirido a participar en la categoría M-E sólo podrán renunciar comunicándoselo al coordinador de Liga Norte y en cualquier caso no podrán participar en la categorías M-21 y M-AK. Si renuncian solo podrán participar en la categoría de veteranos (M-35, M-45, ...) o de menores de 21 años (M-20, M-18, ...), que les corresponda por edad.

Solo se hace la excepción de que puedan permanecer en M-21 y no ascender, a pesar de que tengan el derecho adquirido, los menores de 21 años que así lo deseen.

En cuanto a los deportistas de clubes no pertenecientes a la Liga Norte, podrán tomar parte en esta categoría (sin aparecer en el Ranking), siempre y cuando participen en las competiciones Nacionales en la categoría M-E.

3. Puntuaciones.

El sistema de puntuación será el siguiente:

PUESTO	Mapa Nuevo	Mapa Usado
1º	55	50
2º	53	48
3º	51	46
4º	50	45
5º	49	44
6º	48	43
7º	47	42
8º	46	41
9º	45	40
10º	44	39
.....

- Se considera **Mapa nuevo** al mapa cartografiado sobre terreno inédito o mapa distinto (extendido sobre el mismo terreno sobre el que se extiende un mapa ya registrado y que por criterios cartográficos requiere de una nueva representación que conlleva coste económico elevado).
- Se considera **Mapa usado** al mapa ya usado con anterioridad que ha de ser revisado y actualizado para la organización de la prueba.

4. Organización.

El número máximo de organizadores en una prueba es de 25 y es a estos a los que se les tendrá en cuenta la puntuación por organización. Por causas excepcionales se podrá superar este número, pero siempre justificadas.

Cuando se manden las clasificaciones al responsable del ranking se tiene que indicar los organizadores y la categoría en la que participan.

Sólo se tendrán en cuenta para el Ranking de Liga Norte un máximo de 2 puntuaciones en concepto de organización.

Quien organice una prueba obtendrá, al final de la temporada, una puntuación para su 1ª organización:

- **Media de sus 2 mejores carreras en mapa nuevo, si organiza en mapa nuevo.**
- **Media de sus 2 mejores carreras en mapa usado, si organiza en mapa usado.**

La 2ª organización puntuará como la media de las **6** mejores carreras (o las que tenga si no llega a 6), sin distinción de mapas nuevos o usados.

A un organizador en mapa nuevo le contara la media de mapa usado si esta es mejor que su media en mapa nuevo.

A un organizador en mapa usado siempre le contará su media en mapa usado, y si no tuviese ningún resultado en mapa usado perderá esta puntuación.

Si los organizadores no llegan a 2 carreras en mapa nuevo o usado, se hará la media con las que tengan.

5. Jurado Técnico

En todas las carreras se nombrará un Jurado Técnico que será el encargado de tomar las decisiones pertinentes en cada carrera, como las posibles reclamaciones de corredores.

El Jurado Técnico estará formado por:

- **El Director Técnico de la prueba** (Miembro de la organización), **sin derecho a voto.**
- **El Presidente del club** (o en su defecto un representante de su club) **que organice la siguiente carrera.**
- **Un deportista participante designado por sorteo.** Debe ser mayor de 20 años, tener experiencia en nuestro deporte y pertenecer a un club de una comunidad autónoma diferente a la del club organizador, pero dentro de la Liga Norte.
- **El Coordinador de la Liga Norte.**

Este jurado será designado en los días previos a la carrera, y se les debe comunicar a los componentes con suficiente antelación.

6. Suspensión de una prueba.

Si por algún motivo se ha de suspender o anular una carrera cuando los participantes están ya en el lugar de la prueba, se les asignará a los afectados por el hecho una puntuación igual que si hubiera organizado esa carrera.

Esta puntuación si se puede acumular al posible máximo de organizaciones que pueda tener ya algún participante.

7. Resultados.

El club organizador de la carrera enviará los resultados y la lista de organizadores (indicando la categoría en que participan) al responsable del ranking de Liga Norte **el mismo día de la carrera**, mediante correo electrónico a la dirección:

hergomsoft@gmail.com

Asimismo el club organizador enviará los resultados al resto de clubes integrantes de la Liga Norte, el responsable del Ranking solo se encargará de la elaboración de este y de su publicación en la página web.

8. Publicación del Ranking.

Será posible consultar en Internet las clasificaciones del Ranking a través de la página web de la Liga Norte:

www.liganorteorientacion.org

9. Reclamaciones.

Las reclamaciones por posibles errores deberán dirigirse al responsable del ranking, siempre a través del club del reclamante.

Si es por un error en la clasificación de una carrera, se dirigirá en primer lugar al club organizador para que este indique los cambios al responsable del ranking.

10. Clasificación Final.

A efectos del ranking final de Liga Norte **se tendrá en cuenta las 6 mejores carreras, de las 10 que consta la liga**, para cada participante, no siendo obligatorio un mínimo de carreras para entrar en la clasificación. Puede darse el caso que alguien con cinco carreras haya obtenido una suma superior que otro con seis, y por lo tanto estar por encima en la clasificación.

La categoría donde cada deportista participe en la primera carrera de la Liga tendrá que mantenerse durante toda la temporada.

11. Clasificación por clubes.

- **Sólo puntuarán los deportistas con licencia FEDO de los clubes integrantes de la Liga Norte.**
- Para puntuar los deportistas deben participar en la categoría que les corresponda o en una categoría superior, nunca en una inferior. Por ejemplo:
 - Un deportista de M-35 puede correr en M-21 y no en M-45.
 - Un deportista de M-16 puede correr en M-18 y no en M-14.
- Siguiendo el Reglamento de la IOF: las mujeres pueden competir en las categorías masculinas (a la inversa no), siempre que participen en su categoría por edad o una superior.

- La puntuación será:

	ME	FE/M21	F21/F35/M35	F18/F20/F-45/M18/M20/M45	F16/F55/M16/M55	FM12/F14/FAK/M14/MAK
1º	10	7	5	4	3	2
2º	9	6	4	3	2	1
3º	8	5	3	2	1	
4º	7	4	2	1		
5º	6	3	1			
6º	5	2				
7º	4	1				
8º	3					
9º	2					
10º	1					

- Cada club obtendrá también 0'2 puntos por cada deportista que acabe una carrera, no puntuando los descalificados ni los retirados.
- Todo lo anterior es válido para la clasificación por clubes en carreras distintas a la organizadas, en ese caso **la puntuación del club organizador será:**
 - Media de sus 3 mejores carreras (clasificación de clubes) a lo largo de la temporada.
 - Club Organizador Cto. Relevos Mixtos Sprint: Media de la puntuación obtenida por los 3 mejores clubes en esa carrera.
 - Club Organizador Cto. Relevos: Media de la puntuación obtenida por los 3 mejores clubes en esa carrera.

12. Entrega de trofeos.

Se realizará en la primera carrera de la temporada siguiente y de la siguiente forma:

- Al 1º si en la categoría hay entre 1 y 3 deportistas con al menos 3 carreras.
- Al 1º y 2º si en la categoría hay entre 4 y 8 deportistas con al menos 3 carreras.
- Al 1º, 2º y 3º si en la categoría hay 9 ó más deportistas con al menos 3 carreras.

13. Envío de resultados al responsable del ranking.

- **Los resultados se deben mandar por correo electrónico el mismo día de celebración de la carrera al encargado del ranking (hergomsoft@gmail.com).** Y será también el club organizador el que los publique y/o envíe al resto de clubes.
- Se han de enviar los resultados tanto en formato **PDF** como en formato **CSV exportado desde OE con la configuración por defecto**. También es importante que figure el número de licencia federativa, en el caso de los corredores federados, en el campo **Num1** del programa OE. Se pide a los clubes organizadores que a la hora de recibir las inscripciones para sus pruebas, recuerden que tienen que proporcionar dicho número de licencia. La plataforma SICO de la FEDO (<https://sico.fedo.org>) ya incorpora dicho campo por defecto, para mayor comodidad de todos.
- **Hay que enviar también la lista de organizadores de la prueba (máximo 25) y la categoría en la que participan.**

14 Cuotas y Subvenciones.

El precio máximo de las inscripciones queda de la siguiente forma:

- **M/F-21 y mayores:**
 - 10 € en Mapa Nuevo
 - 8 € en Mapa Usado
- **M/F-20 e inferiores:**
 - 7 € en Mapa Nuevo
 - 5 € en Mapa Usado
- **Relevos Mixtos:**
 - 6 €/participante en Senior y Veteranos
 - 5 €/participante en Juvenil
- ~~Relevos Clásicos: según sea en mapa nuevo o en mapa usado.~~
- **Categorías Open:** no hay precio máximo, a decisión del organizador.

Desde la Liga Norte se dan las siguientes subvenciones a los clubes organizadores de los 2 Relevos:

- **300 €** al club organizador de los **Relevos Mixtos.**
- ~~600 €~~ al club organizador de los ~~Relevos Clásicos.~~

15 Recomendaciones.

Recomendaciones importantes a tener en cuenta por los organizadores:

- Es **muy conveniente la presencia de una ambulancia en la carrera** que pueda atender los posibles accidentes, percances o evacuaciones si fueran necesarias.
- Según decisión de la Reunión de Clubes de 2019: **Se prohíbe participar con perros** y estar con ellos en la zona por donde discurran los recorridos.
- También se recomienda en la medida de lo posible la **existencia en la zona de meta de servicios sanitarios**, bien sea en algún edificio o mediante inodoros químicos. Esto se deberá tener más en cuenta si cabe en las zonas que tengan una mayor protección ambiental.
- Se recomienda que los clubes en la medida de lo posible trabajen en la separación de residuos plásticos y en la reducción de estos en el avituallamiento, así como en unos avituallamientos saludables.

ANEXO I: NORMAS CTO. DE RELEVOS MIXTOS SPRINT DE LIGA NORTE 2022

1. Participantes.

Participan oficialmente (de cara al campeonato) los socios de los siguientes clubes miembros de la FEDO:

ASTURIAS:

- **ASTUR EXTREM** (Asturias)
- **NORDESTE-O** (Asturias)
- **PILONA** (Asturias)

CANTABRIA:

- **ALTAI** (Cantabria)
- **GALITIUS** (Cantabria)

CASTILLA Y LEÓN:

- **ALCON** (León)
- **CDPO** (Portillo / Valladolid)
- **CORZO** (Aranda de Duero / Burgos)
- **COV** (Valladolid)
- **CRO** (Ciudad Rodrigo / Salamanca)
- **NAVALENO-O** (Navaleno / Soria)
- **ORCA** (Palencia)
- **O.S.L.** (Valladolid)
- **OX** (Ciudad Rodrigo / Salamanca)
- **TJALVE** (Burgos)
- **ULTRA MÁXIMUS** (Burgohondo / Ávila)

LA RIOJA:

- **CRON** (Logroño / La Rioja)
- **RIOJA-O** (Logroño / La Rioja)

NAVARRA:

- **CDN** (Pamplona / Navarra)

PAÍS VASCO:

- **COA** (Vitoria / Álava)
- **COBI** (Bilbao / Vizcaya)
- **GOT** (San Sebastián / Guipúzcoa)

2. Categorías.

Las categorías en esta competición serán:

Juvenil	Nacidos/as en 2005 y posteriores.
Senior	Nacidos/as entre 1983 y 2004.
Veteranos	Nacidos/as en 1982 y anteriores.
Open	Deportistas de cualquier categoría, y los sin licencia FEDO. Sin distinción de sexos.

- **Los equipos estarán formados por 3 integrantes de un mismo club en todas las categorías. Todos con licencia por el mismo club**
- **En todas las categorías el orden de las postas será: Hombre – Mujer – Hombre. En la categoría Open el orden y composición de los equipos es libre.**
- **Todos los deportistas deben participar con un seguro, así que los que no tengan licencia FEDO deberán hacerlo con la licencia de prueba y solo en la categoría “Open”.**
- **Todo equipo que no cumpla las condiciones de ser todos del mismo club, tener todos licencia FEDO, o las de edad, participarán “fuera de categoría”.**
- **Un equipo formado por deportistas de un club no perteneciente a Liga Norte, podrá participar en su categoría correspondiente pero sin poder obtener trofeo, solo podrán optar a ello los equipos de clubes pertenecientes a esta liga.**

La categoría **Open**, se crea manteniendo lo acordado para la Liga Norte, que los **deportistas que no tengan licencia FEDO** deberán participar obligatoriamente en esta categoría, y en ella no habrá distinción de sexos.

Para entrar en la clasificación en cualquier categoría tendrán que ser equipos formados totalmente por socios de un mismo club, con licencia FEDO y cumpliendo con las edades correspondientes a cada categoría, con 2 salvedades:

- Un deportista puede participar en una categoría superior, nunca en una inferior. Ejemplos:
 - Un deportista Juvenil puede correr en categoría Senior.
 - Una deportista Veterana puede correr en categoría Senior.
 - Un deportista Juvenil **NO** puede correr en categoría Veteranos
- **Siguiendo el Reglamento de la IOF: LAS MUJERES PUEDEN COMPETIR EN LAS POSTAS MASCULINAS** (a la inversa no), siempre que lo hagan en su categoría por edad o una superior. Por esto en las categorías oficiales el número máximo de hombres por equipo es de 2, no ocurriendo lo mismo con las mujeres que podrían sustituir a los hombres pudiendo haber equipos con incluso 2 ó 3 mujeres.

3. Recorridos.

Las distintas categorías se distribuirán del siguiente modo:

- **Rec. 1: Senior.**
- **Rec. 2: Veteranos**
- **Rec. 3: Juvenil y Open.**

4. Puntuaciones Ranking.

El Campeonato de Relevos Mixtos de Liga Norte puntuará para el Ranking de clubes de la siguiente forma:

- **Equipo vencedor** de la categoría **Senior**: **40 puntos**
- **Equipos vencedores** de las categorías **Juvenil y Veteranos**: **30 puntos**
- **Restantes equipos: Tiempo ganador / Tiempo equipo x (40 ó 30 puntos)**

Ejemplo: Imaginando que en la categoría Veteranos el equipo ganador ha hecho 58:30 para calcular la puntuación de un equipo que ha hecho 1:01:15, su puntuación sería:

$$0:58:30 / 1:01:15 \times 30 \text{ ptos.} = \mathbf{28,65306^*} \quad \text{Redondeando a un decimal} = \mathbf{28,7}$$

* Esta puntuación se redondeará para que quede solo con un decimal.

- En caso de que un club tenga varios equipos en una categoría, solo contará para el Ranking de clubes la mejor puntuación de esa categoría.

- **La categoría Open no puntúa para el Ranking de clubes.**

Esta carrera será puntuable también para el ranking individual, así todo aquel que participe y termine su recorrido obtendrá una puntuación en su categoría habitual igual a la **media de sus 5 mejores carreras** (o las que tenga si no llega a este número), sin distinción de mapas nuevos o usados.

ANEXO II: NORMAS CTO. DE RELEVOS DE LIGA NORTE 2022

1. General.

El Campeonato de Relevos de Liga Norte es una prueba anual organizada alternativamente por un club cada año.

Si no hubiese ningún club que solicitase su organización, este se designará entre los clubes que hayan pedido prueba doble o mediante sorteo entre los clubes que no lo hayan organizado nunca.

En caso de que hubiese más de un club candidato a la organización del campeonato en el momento de elaborar el calendario, se establecerá un periodo para la explicación de su candidatura (lugar, fecha, terreno, apoyos, ...) y la posterior votación del resto de clubes para la elección del club organizador

2. Participantes.

Participan oficialmente (de cara al campeonato) los socios de los siguientes clubes miembros de la FEDO:

ASTURIAS: ~~ASTUR EXTREM~~ (Asturias)

~~NORDESTE-O~~ (Asturias)

~~PILONA~~ (Asturias)

CANTABRIA: ~~ALTAI~~ (Cantabria)

~~GALITIUS~~ (Cantabria)

CASTILLA Y LEÓN: ~~ALCON~~ (León)

~~CDPO~~ (Portillo / Valladolid)

~~CORZO~~ (Aranda de Duero / Burgos)

~~COV~~ (Valladolid)

~~CRO~~ (Ciudad Rodrigo / Salamanca)

~~NAVALENO-O~~ (Navaleno / Soria)

~~ORCA~~ (Palencia)

~~O.S.L.~~ (Valladolid)

~~OX~~ (Ciudad Rodrigo / Salamanca)

~~TJALVE~~ (Burgos)

~~ULTRA MÁXIMUS~~ (Burgohondo / Ávila)

LA RIOJA: ~~CRON~~ (Logroño / La Rioja)

~~RIOJA-O~~ (Logroño / La Rioja)

NAVARRA: ~~CDN~~ (Pamplona / Navarra)

PAÍS VASCO: ~~COA~~ (Vitoria / Álava)

~~COBI~~ (Bilbao / Vizcaya)

~~GOT~~ (San Sebastián / Guipúzcoa)

3. Categorías.

Las categorías en esta competición serán:

FM-Cadete	Nacidos/as en 2005 y posteriores (Deportistas de las categorías F16, F14, M16, M14 y FM12). Categoría Mixta.
F-Junior/Veteranas	Nacidas entre 2001 y 2004, y en 1986 y anteriores (Deportistas de las categorías F55, F45, F35, F20 y F18).
M-Junior	Nacidos entre 2001 y 2004 (Deportistas de las categorías M20 y M18).
F-Senior	Nacidas entre 1987 y 2000 (Deportistas de las categorías FE, F21 y FAK).
M-Senior	Nacidos entre 1987 y 2000 (Deportistas de las categorías ME, M21 y MAK).
M-Veteranos "A"	Nacidos entre 1977 y 1986 (Deportistas de la categoría M35).
M-Veteranos "B"	Nacidos en 1976 y anteriores (Deportistas de las categorías M 45 y M 55).
Open	Deportistas de cualquier edad o categoría, y los sin licencia FEDO. Sin distinción de sexos.

~~Los equipos estarán formados por 3 integrantes de un mismo club con licencia FEDO.~~

~~Todos los participantes deben participar con un seguro, así que los que no tengan licencia FEDO deberán hacerlo con la licencia de prueba y solo en la categoría "Open".~~

~~Todo equipo que no cumpla las condiciones de ser todos del mismo club, tener todos licencia FEDO, o las de edad, participarán "fuera de categoría".~~

~~Un equipo formado por deportistas de un club no perteneciente a Liga Norte podrá participar en su categoría correspondiente pero sin poder obtener trofeo, solo podrán optar a ello los equipos de clubes pertenecientes a esta liga.~~

~~La categoría **Open**, se crea manteniendo lo acordado para la Liga Norte, que los **participantes que no tengan licencia FEDO** deberán participar obligatoriamente en esta categoría, y en ella no habrá distinción de sexos.~~

~~Para entrar en la clasificación en cualquier categoría tendrán que ser equipos formados totalmente por socios de un mismo club, con licencia FEDO y cumpliendo con las edades correspondientes a cada categoría, con 2 salvedades:~~

- ~~▪ Un deportista puede participar en una categoría superior, nunca en una inferior.
Ejemplos:
 - Un deportista Junior puede correr en categoría Senior.
 - Una deportista Veterana puede correr en categoría Senior.~~
- ~~▪ Siguiendo el Reglamento de la IOF: las mujeres pueden competir en las categorías masculinas (a la inversa no), siempre que corran en su categoría por edad o una superior.~~

4. Recorridos.

Las distintas categorías se distribuirán del siguiente modo:

- ~~Rec. 1: M-Senior.~~
- ~~Rec. 2: F-Senior // M-Veteranos "A" // M-Júnior.~~
- ~~Rec. 3: F-Júnior/Veteranas // M-Veteranos "B" //~~
- ~~Rec. 4: FM-Cadete // Open.~~

5. Puntuaciones Ranking.

El Campeonato de Liga Norte de Relevos puntuará para el Ranking de clubes de la siguiente forma:

- ~~Equipo vencedor~~ de la categoría ~~M-Senior~~: ~~40~~ puntos
- ~~Equipo vencedor~~ de la categoría ~~F-Senior~~: ~~30~~ puntos
- ~~Equipo vencedor del resto de categorías~~: ~~25~~ puntos

- ~~Restantes equipos: Tiempo ganador / Tiempo equipo x (40, 30 ó 25 puntos)~~

Ejemplo: Imaginando que en la categoría M Veteranos el equipo ganador ha hecho 1:23:30 para calcular la puntuación de un equipo que ha hecho 1:35:00, su puntuación sería:

$$1:23:30 / 1:35:00 \times 25 \text{ pto.} = 21,9736^* \text{ Redondeando a un decimal} = 22,0$$

*-Esta puntuación se redondeará para que quede solo con un decimal.

- ~~En caso de que un club tenga varios equipos en una categoría, solo contará para el Ranking de clubes la mejor puntuación de esa categoría.~~

- ~~La categoría Open no puntúa para el Ranking de clubes.~~

~~Esta carrera será puntuable también para el ranking individual. Así todo aquel que participe y termine su recorrido obtendrá una puntuación en su categoría habitual, igual que la que obtienen los organizadores de las carreras de Liga Norte en mapa nuevo.~~

ANEXO III: NORMAS PARA LA ELABORACIÓN DEL CALENDARIO

Estas normas para establecer el calendario de pruebas de Liga Norte se basan en la elaboración de un calendario con todas las fechas posibles, atendiendo al calendario nacional y con las siguientes premisas:

- ❑ No coincidir con pruebas de la Liga Nacional de orientación a pie.
- ❑ Que no coincidan en ningún caso con cualquier prueba de carácter nacional de cualquiera de las otras modalidades de orientación amparadas por la FEDO (Bicicleta de montaña, Raids, ...), que estén organizadas por un club de Liga Norte.
- ❑ Procurar una distancia mínima de 2 semanas entre cada prueba.

Para este proceso es mejor si hay más fechas posibles que número de carreras, para que haya más donde elegir.

Una vez hecho esto, se establece un orden entre los clubes a la hora de elegir fecha tal y como sigue:

- **El primer club en elegir fecha será aquel que en esa temporada organice carrera de Liga Nacional.**
Si hubiese más de uno se establecería un sorteo entre los clubes para establecer el orden de elección.
- **Seguidamente el club que elegirá será aquel que organice el Campeonato de Relevos de Liga Norte.**
- El club que organice el “Campeonato de Relevos Sprint Mixtos de la Liga Norte” será el primero en elegir dentro del grupo en el que se englobe por su 2ª carrera (mapa nuevo o usado).
- **Posteriormente elegirán fecha los clubes que vayan a organizar Liga Norte en mapa nuevo.**
Si hubiese más de uno se establecería un sorteo entre los clubes para establecer el orden de elección.
En el caso que haya algún club que finalmente no organice en mapa nuevo, habiéndolo dicho al pedir fecha, al año siguiente será el último en el orden de elección.
- **Por último, elegirán los clubes que vayan a organizar Liga Norte en mapa usado.**
Si hubiese más de uno se establecería un sorteo entre los clubes para establecer el orden de elección.
- Si un club entra a formar parte de la Liga Norte será el último en elegir (durante su primer año y solo por delante del hipotético caso de que haya algún club “sancionado” por no organizar finalmente en mapa nuevo), dentro del primer, tercer o cuarto de los casos anteriores en que se englobe.
- Si un club no se encuentra en el momento de elaborar el calendario (pudiendo delegar en alguna persona, sino puede acudir nadie del club), pasará al último lugar del “orden de elección” (incluso por detrás de un hipotético club nuevo o de aquel club “sancionado” por no organizar finalmente en mapa nuevo).

En todo caso si 2 clubes se ponen de acuerdo en intercambiarse la fecha entre si, siempre con el visto bueno de los clubes que hay entre medias de estos en el “orden de elección” (ya que se pueden poner de acuerdo 2 clubes, pero estar interesado en esa fecha otro que esta por delante en dicho orden), no habrá problema para aplicarlo.

Ejemplo: Tenemos 5 clubes y el “A” y el “E” se ponen de acuerdo en intercambiar sus fechas. Esto se llevaría a cabo mientras los clubes que hay entre medias en el “orden de elección” (“B”, “C” y “D”) no tengan impedimento.