

ENTRENAMIENTOS DE DEPORTE DE ORIENTACIÓN

PRIMER TRIMESTRE - VALENCIA 2012

18/01/2012 VALENCIA
25/01/2012 EL SALER
01/02/2012 VALENCIA
08/02/2012 PATERNA
15/02/2012 VALENCIA
22/02/2012 VALENCIA
25/02/2012 UTIEL
29/02/2012 VALENCIA
07/03/2012 SERRA
14/03/2012 BÉTERA
21/03/2012 VALENCIA
28/03/2012 LLÍRIA

¿QUÉ ES LA ORIENTACION?

ES UNA MODALIDAD DEPORTIVA
EN LA QUE EL OBJETIVO
DEL PARTICIPANTE ES REALIZAR
EN EL MENOR TIEMPO POSIBLE
UN RECORRIDO MARCADO
EN UN PLANO Y SOBRE EL TERRENO
POR PUNTOS DE CONTROL.

¡VEN Y PARTICIPA
EN NUESTROS
ENTRENAMIENTOS
SEMANALES!



Semana	FECHA	MAPA	POBLACIÓN	HORARIO	TIPO
1	18/01/2012	VIVEROS Y CAUCE RIO	Valencia	16.15-18:00	DIURNA
2	25/01/2012	EL SALER	El Saler	Desde las 19:00 h.	NOCTURNA
3	01/02/2012	RIO TRAMOS CIUDAD DE LAS ARTES Y LAS CIENCIAS	Valencia	16.15-18:00	DIURNA
4	08/02/2012	LA VALLESA	Paterna	Desde las 19:00 h.	NOCTURNA
5	15/02/2012	CANALETA – CABECERA	Valencia	16.15-18:00	DIURNA
6	22/02/2012	TRAMOS RIO VI-VII-VIII-IX	Valencia	Desde las 19:00 h.	NOCTURNA
7	25/02/2012	CASAS MEDINA	Utiel	Por la mañana	DIURNA
8	29/02/2012	CAMPUS TARONGERS	Valencia	Desde las 19:00 h.	NOCTURNA
9	07/03/2012	PORTACOELI	Serra	16.15-18:00	DIURNA
10	14/03/2012	ELS PINARS	Bétera	Desde las 19:00 h.	NOCTURNA
11	21/03/2012	CAMPUS UPV	Valencia	16:15-21:30	DIURNA-NOCTURNA
12	28/03/2012	CAÑADA DE CANSALI	Llíria	17.30-19:00	DIURNA

CUOTAS DE PARTICIPACIÓN:

- Pago de cuota el mismo día del entrenamiento. EXCEPTO BONO ENTRENAMIENTOS (ingreso en cuenta).
- MIEMBROS GRUPO TECNIFICACIÓN / NIÑOS (Menores o igual de 16 años) CON LICENCIA ESCOLAR, FEDO O FEDOCV TRAMITADA - GRATUITO.
- FEDERADOS FEDO, FEDOCV (Mayores o igual de 17 años) - 2€.
- NO FEDERADOS 3€ (SEGURO DEPORTIVO INCLUIDO).
- BONO de 12 entrenamientos - 16 € - (federados) ingresar cuota hasta el día 17/01/2011 a la cuenta La CAIXA nº 2100 2736 42 02 00051551 Titular FEDOCV enviar justificante de pago a entrenamientos.valencia@fedocv.org.
- BONO de 12 entrenamientos - 24 € - (no federados- seguro incluido) ingresar cuota hasta el día 17/01/2011 a la cuenta La CAIXA nº 2100 2736 42 02 00051551 Titular FEDOCV enviar justificante de pago a entrenamientos.valencia@fedocv.org.
- Grupos con un número mayor de 20 personas consultar precio a entrenamientos.valencia@fedocv.org.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD:

- **INICIADOS:** La actividad está dirigida principalmente a interesados en conocer y aprender el deporte de orientación. Iniciados que nunca han participado o iniciados que ya han participado en alguna de las pruebas de orientación pero quieren aprender más sobre este deporte. El recorrido diseñado para ellos consiste en completar un recorrido de iniciación y ejercicios básicos de aprendizaje de orientación (concepto mapa, brújula, técnicas básicas etc.).

A los niños que forman parte de las escuelas deportivas municipales se considerará como práctica.

- **TÉCNICO:** En cada sesión de entrenamiento habrá otro recorrido que estará dirigido a orientadores con experiencia, federados o no federados que participan en carreras de orientación con frecuencia y quieren perfeccionar sus conocimientos o simplemente entrenar. La actividad consiste en completar un recorrido técnico y ejercicios técnicos.

La información sobre el lugar de encuentro y características técnicas de cada entrenamiento se distribuirá a los inscritos al entrenamiento elegido, mediante correo electrónico y en el grupo de Facebook: [Entrenamientos Orientación Valencia 2012](#).

INSCRIPCIÓN:

Para poder participar en la actividad es obligatorio realizar la inscripción previamente, hasta el martes (día anterior al entrenamiento) a las 22.00 horas, mediante el [formulario](#) que se encuentra en la pagina web de la FEDOCV: www.fedocv.org.

Más información: entrenamientos.valencia@fedocv.org, en la web www.fedocv.org o al teléfono: 695 41 92 53.

ORGANIZA: Federación del Deporte de Orientación de la Comunidad Valenciana con la colaboración de clubes de orientación de la Provincia de Valencia.

