

COB.ORIENTACIO.CAT

Alguns consells per utilitzar el mapa:

Apreneu a orientar aquest mapa:

Això us permetrà situar-vos i saber on us dirigiu. És essencial saber orientar-lo i fer-ho de manera regular durant el recorregut. Això vol dir que el mapa ha d'anar girant en el sentit de la progressió i no s'ha de quedar sempre en la mateixa posició, com si llegíssiu el text. Per exemple, si marxeu cap a un sentit, heu de col·locar el mapa de manera que la direcció del sentit del mapa es correspongui amb la direcció del sentit del terreny.

Per orientar-lo bé, només heu d'utilitzar com a referència els elements del terreny (carrers, riu, arbres, etc.). Cada vegada que marqueu el mapa, feu-lo pivotar de manera que els elements del terreny coincideixin amb els elements que hi apareixen. Així, el mapa està ben orientat en comparació amb la vostra posició, i els elements situats a la dreta a la realitat són a la dreta sobre el mapa, etc.

Abans de sortir:

Examineu el mapa.

Consulteu-ne, també, la llegenda. Situeu-vos sobre el mapa i orienteu-lo.

Examineu el lloc on preteneu anar i identifiqueu-hi els elements successius que us ajudaran a elaborar l'itinerari per trobar la primera fita.

Hi ha gairebé sempre més d'un camí per anar d'una fita a una altra. I a vegades els camins més ràpids no són en línia recta.

Avanceu a velocitat lenta: és millor anar en bona direcció que no pas córrer molt però en la direcció equivocada.

Només aquells que no van al bosc no s'hi perden mai... Que gaudiu de l'orientació!

Propostes de circuits:

En el mapa podreu veure que hi ha un total de 23 fites, que podeu fer en l'ordre que vulgueu. Les podeu fer totes o només unes quantes.

Si ho preferiu, us proposem tres circuits (curt, mitjà i llarg), que hem dissenyat pensant en els diferents nivells tècnics i físics que pugueu tenir.

Utilització de l'APP de Microsprints:

Aquest circuit permanent està preparat perquè l'utilitzeu amb el telèfon mòbil amb l'aplicació iOrienteering, que trobareu a Google Play i a App Store. Descarregueu-la i seguiu els passos que us demana.

- Escolliu un dels tres circuits proposats (curt, mitjà o llarg), o feu totes les fites (rogaine). Per fer-ho, heu d'escanejar (scan) el codi QR que teniu a sota i tot seguit se us carregarà la informació del circuit que hàgiu escollit.

- Per començar us heu de dirigir a l'inici (triangle). En el triangle heu d'escanejar el codi QR que hi trobareu. A partir d'aquí començarà a comptar el temps.

- Us heu de dirigir a la fita que us indica l'aplicació, i cada vegada que hi arribeu, heu d'escanejar el codi QR que hi trobareu.

- A l'arribada se us parlarà el temps i podreu veure si les heu fet totes correctament.

Un cop acabada la cursa, podeu pujar el vostre resultat a la classificació general i veure els dels altres. Qui haurà anat més ràpid?



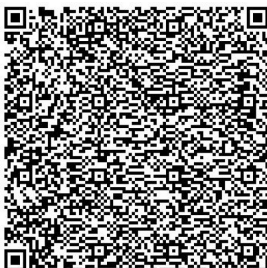
Circuit curt



Circuit mitjà



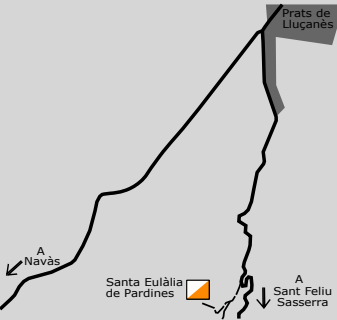
Circuit llarg



Rogaine

Plànol d'aproximació

Els circuits comencen a Santa Eulàlia de Pardines, a 2,5 km de Prats de Lluçanès (UTMs: x=418900.9 - y=4648710.3). Per arribar-hi s'ha d'agafar la carretera B-431 direcció Sant Feliu Sasserra, i al km 69,7 (en una corba pronunciada) agafar una pista forestal a mà dreta. A 300 m trobarem l'església.



- Si us plau, NO trepitgeu els camps conreats.
- Deixeu l'entorn tal com us agradaria trobar-lo. Emporteu-vos les deixalles.
- Respecteu les propietats privades i els fils elèctrics.
- Els dijous, els dissabtes, els diumenges i els festius del setembre al març pot haver-hi caçadors.



Descarregueu-vos al mòbil l'aplicació iOrienteering, registreu-vos i gaudiu del circuit permanent d'una manera diferent.

CIRCUIT LLARG



102

103

105

108

109

110

113

118

121

120

122

123

119

112

111

114

116



101

102

117

103

105

108

110

111

119

118

113

115

116

