



CLUB MONTSANT  
D'ORIENTACIÓ  
TARRAGONA

# MÉS I MÉS CURSES D'ORIENTACIÓ!



Control amb grans vistes!!!

ANEM A  
UTIEL I A  
COSTA  
CALIDA

CRÒNICA DE LA 1A COPA  
CATALANA AL PARC CRETACI

ENTREVISTEM A EDUARD VIZCAYA

# COPA ESPANYOLA A TOPE!

## UTIEL (VALÈNCIA)

Els dies 9, 10, 11 i 12 de Març es va disputa el V trofeu ciutat de Utiel a la Comunitat Valenciana. Alguns montsants hi varem anar i vam gaudir d'una gran experiència de l'orientació!

El viatge va ser molt llarg, sobretot per al cotxe de Gemma. De Tgn fins Utiel 7 hores de cotxe, la culpa de qui? Del copilot Enric i de la conductora Gemma. Total que al final vam arribar tots al lloc on dormíem al costat d'un gran llac.

El primer dia es va disputar la cursa llarga, passada per aigua. No perquè plogués, sinó perquè el terreny estava mullat del dia abans i tela al sprint!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!

L'sprint era una autèntica bassa de fang, on costava moltíssim córrer i per mala sort la Judit hi va caure de ple.

La cursa llarga es va donar a terme per bosc de carrasca i pi, i també alguna zona urabana. Els resultats no van ser excelents, però enriquidors per a tothom.

Per la tarda es va donar a terme un cata de vins on alguns montsants van assistir-hi i d'altres van preferir quedar-se jugant o estudiant resignats l'examen de la setmana següent a l'apartament.

El segon dia es va aixecar assolellat i tothom ja estava preparat per a córrer

la mitja distància que els esperava.

Aquella cursa era un autèntic traçat tèncic de categoria i alguns que s'estrnaven en categoria en van sortir un mica massa malparats. Tot i així tothom s'ho va passar molt

bé i varem disfrutar d'un cap de setmana al final de la setmana blanca fent el que més ens agrada, orientant-nos. Esperem poder repetir una experiència tan bona com aquesta. Va ser realment fantàstic i molt divertit!



TROFEO INTERNACIONAL DE ORIENTACIÓN  
CIUDAD DE UTIEL



## COSTA CÁLIDA (MÚRCIA) DE SEBASTIÁN

Divendres a les 16h hem quedat 4 components del Montsant, frikis de l'orientació, ja que marxem a Cehegín (Murcia) a córrer el Costa Cálida. Un puja baixada (div-diu) que ens farà córrer 3 curses. Sortim amb una mica de retràs i amb el gps mental carregat, ruta alternativa semi-antipeatges cap a València i a 110 per la nacional!

Aturada logística a mig camí on provem la coca que porta Teresa del seu poble, ai mare, demà correrem més i millor!

Dissabte tenim la llarga distància, mapa Coto de las Maravillas, terrenys de mapa blanc i oberts, amb molt detall de relleu i fondalades, desnivells moderats. Cursa amb bastant de

desnivell i una zona central de cims aprofitada per buscar l'elecció d'itinerari. Així l'Edu amb cansanci acumulat, la noche me confunde, no realitza una bona cursa i es retira, recordem que la categoria HE tenia canvi de mapa. 21a posició per Teresa a D21A, no molt contenta de la seva cursa. 47a posició per Eloi a H35A, que tampoc va acabar content, però com a mínim es va trobar el dinar fet, ostia si et va venir bé eh! Top ten per mi, 10a posició amb una cursa amb alguns errors però bona lectura de mapa.

A la tarda, com a frikis, no vam faltar a l'sprint. Puja-des i baixades, sortida amb espectadors i mapa amb alguns detallets no molt correctes van fer que l'sp-

l'sprint fos una petita festa per passar-ho bé. 21a posició per Teresa (Dsenior), 21a per Edu, 24a per mi i 52a per l'Eloi a HSenior.

Després de l'sprint passejada pel poble, soparet i a dormir aviat que demà tenim la mitja.

Mitja en el mateix mapa, canvis de direcció, elecció d'itinerari, fita d'espectador i sortida a la caça. I que és això?, us preguntareu... doncs el primer del dia anterior surt primer, i la resta surten amb la diferència de temps amb que van arribar el dia anterior, es a dir, si el primer va fer 1h02m26s, el segon 1h03m59s

(+1m33s) i el tercer 1h04m00s (+1m34s) doncs diumenge es sortia, el primer a les 10:00:00 del matí, el segon a les 10:01:33 i el tercer a les 10:01:34. Així el primer que arriba a la meta és el guanyador del Trofeo Costa Cálida. Amb aquestes cosetes, a més del bon ambient del centre de competició, parking, senyalització, tres curses un cap de setmana, etc. es veu l'experiència que tenen a Murcia organitzant i fent bé les coses. Tornavem sense copes però pujant al club a la primera posició de la 3a categoria FEDO... como es la vida!! Un cap de setmana on vam riure molt.....

# I COPA CATALANA

## A FIGUEROLA D'ORCAU

El passat 27 de Maç es va disputar al Parc Cretaci de Figuerola d'Orcau la primera copa catalana de la temporada. Molts socis ens vam animar a participar-hi i varem pujar el dia abans. Aquest grupet ens varem allotjar a Guàrdia de Noguera concretament a una casa rural anomenada ca la Perdiu. Altres socis varen pujar el mateix diumenge de la cursa. Ens vam despertar amb el felicitats Alfred!! El terreny de la cursa no era de gaire bosc. Tot era una extensa zona de conreu i després havia una zona més tècnica amb xaragalls i monts fets per l'aigua. Les prediccions meteo-

rològiques predeien pluja, però el dia no es va aixecar amb ganes de ploure i amb poc temps va sortir el sol. Mica en mica el parquing es va anar omplint fins que tots els monstans van arribar. Primer uns, després uns altres van anar sortint. El mapa de la cursa era un Dina-3 sense funda amb un paper impermeable que dificultava bastant doblegar-lo.

A part d'això va ser una cursa més aviat física que no pas tècnica, tot i així cal recordar que l'última part era una mica més tècnica.

A partir de la una, mes o menys va començar l'entrega de premis.



Paisatge dels camps de conreu al Parc cretaci.

Els resultats generals per clubs, mostren que el Montsant va quedar en desena posició a només 6 punts del club Farra-O.

Cal destacar la primera posició de Eduard Vizcaya com a H-uni A. També la 4a posició de Enric Bertran, la 2a po-

sició de Teresa Bolaño a D-21A, la 2a posició de Joan Borràs a H-35.

També felicitar a tots els altres corredors que de ben segur que ho van fer estupendament. Així eu ens veiem a la següent copa catalana aquest Abril!

## PASSATEMPS

3		4	2	9	1			6
	1	7		8			9	2
9	2				5	1		4
1	6	2		5		3		8
		5		2	8		6	7
			6		4	2		
	9	3	5			6	7	
2			8	1	9		5	
	4		3		6	8		

FÀCIL

## EL RACÓ DEL JUNIOR TEAM

### CAMPIONATS DE CATALUNYA ESCOLARS.

El passat 9 d'Abril els nens del junior team vam anar a Malgat de Mar al CCE.

Van ser curses tècnicament normals y més aviat curtes.

Va ser una bona experiència per a tots ja que podiem classificar-nos per al Campionat escolar d'Espanya, pero alguns (com jo) en vam sortit molt malparats (error sportident)

Els resultats van ser: Enric 4t, Alfred i Gerard error, Núria 4a, Adrià 9è i Magí 11è.

La Núria i l'Enric tenen possibilitats de anar al CEE (campionat espanya escolar) a Extremadura.



# ENTREVISTA A EDUARD VIZCAYA

**-Hola, Eduard! Quan fa que fas orientació?**

La meua primera cursa d'orientació la vaig córrer a l'any 2001 (encara conservo el mapa).

**-Perquè t'agrada l'orientació?**

No hi ha res que em satisfaci més que donar el màxim de mi mateix. Córrer curses d'orientació requereix habilitat i fortalesa física i mental.

També considero, en molts aspectes, un esport de gran valor educatiu.

**-Com vas conèixer el club Montsant?**

La descoberta del Club i les curses d'orientació va ser llavors un pack (2x1). A la Universitat, quan començava a competir en BTT, buscava inscriure'm als campionats universitaris vaig veure aquesta modalitat esportiva i no vaig dubtar en inscriure'm

**-Perquè orientació i no un altre esport?**

No sóc esportista d'una sola modalitat. M'agrada practicar la majoria d'esports. Però actualment, durant un temps, he decidit centrar-me en les curses d'orientació per especialitzar-me i trobar rendiment. Ja sabeu la dita: "Quien mucho abarca, poco aprieta".

**-Aquest 2011, correràs a copa catalana?**

Faré una selecció de curses de Copa amb l'objectiu de donar el màxim en aquelles que hi participi tot gaudint dels entrenaments i descansant el que correspongui. A les competicions importants intentaré no fallar d'assistència: Campionats de Catalunya i Espanya.

**-Quin és el lloc més llunyà on hagis practicat l'orientació?**

No gaire lluny: "Passo Cereda" Itàlia.



EDUARD VIZCAYA ROLDÁN

**-Com et consideres, com a corredor d'orientació**

**a) Menys físic però més tècnic.**

**b) Més físic però menys tècnic.**

El Subcampionat d'Espanya H21A aconseguit l'any 2006 va ser gràcies al meu encert tècnic (en un terreny molt tècnic i poc físic). Al Campionat de Catalunya Universitari aconseguit aquest any va

ser determinant el factor físic (en un terreny molt físic i poc tècnic). Fa temps que intento classificar-me en una d'aquestes dues tipologies. Sóc més tècnic o més físic? M'interessa saber-ho per millorar! He acabat per saltar-me aquest etiquetatge i passar a analitzar directament quines son les meves mancances...

## PRÒXIMES CURSES...

- 16 i 17 d'Abril: Segona copa catalana a la Pobla de L'Illet.

- 30 abril/1 maig: copa de btt-o a Manlleu

- CEO 2011 (22-23-24 d'Abril)

## EN LA PROXIMA REVISTA:

\*MÉS CRÒNOQUES ( Pobla lillet, CEO...)

\*MÉS DIVERSIÓ

## UNA GRAN SORPRESA!!!!

no us la perdeu! :)

## REVISTA DEL CLUB, DADES:

**Creador:** Alfred Figueras Anton

**Fonts:**-Club montsant.

-Federació catalana d'orientació .

-Socis: Eduard Vizcaya

Sebastián Ordoñez

**Copyright:** Abril 2011

**Idea original:** Alfred Figueras Anton

