



# CAMPIONAT DE CATALUNYA D'ESQUÍ-ORIENTACIÓ 2026

14 i 15 de febrer | Guils-Fontanera



Aquest 2026 el club Xinoxano fa tornar la modalitat d'Esquí-Orientació a Catalunya! De la mà de l'estació municipal de Guils-Fontanera s'oferirà un cap de setmana per gaudir d'aquesta modalitat tan poc practicada i que esperem que siguin unes jornades divertides aprofitant la quantitat de neu que tenim enguany!

La modalitat d'esquí-orientació té el mateix objectiu que la resta de modalitats d'Orientació: realitzar en el menor temps possible un recorregut passant per tots els controls del circuit amb l'única 'ajuda d'un mapa i la brúixola. Aquí podeu veure un vídeo curt de la Federació Internacional d'Orientació que mostra algunes imatges espectaculars de la modalitat.

## VIDEO IOF

I un altre video una mica més llarg amb introducció molt ràpida a l'orientació amb esquís. Potser especialment interessant pels que no esteu acostumats a fer cap altra modalitat d'Orientació.

## VIDEO LOPPET FOUNDATION

### Programa

El programa del cap de setmana inclou dues curses d'esquí-orientació: llarga i esprint. Totes dues són individuals, amb sortida esglaonada i circuit lineal.

Els horaris encara són aproximats i es definiran finalment en funció del nombre de participants.

	DISSABTE	DIUMENGE
<b>Obertura del Centre de Competició</b>	9:30	9:30
<b>Inici de sortides</b>	10:30	10:30
<b>Tancament de meta</b>	13:30	12:30
<b>Lliurament de premis</b>		13:00

## Circuits

Hi ha cinc circuits per a cadascuna de les curses. Els quatre primers pensats per a les categories oficials amb un nivell d'orientació de mig a alt i un nivell d'esquí suficient per desplaçar-se amb fluïdesa. El cinquè, BLANC, serà molt més fàcil d'orientació i amb una ruta amb menys girs, baixades, etc. per a petits o adults no acostumats a esquiar o a fer orientació.

A continuació teniu els millors temps esperats de cada circuit.

	DISSABTE	DIUMENGE
NEGRE	70'	25'
VERMELL	60'	25'
BLAU	60'	20'
VERD	50'	20'
BLANC	30'	20'

Els dies abans de la cursa i en funció de l'estat de la neu, quantitat, etc. es publicaran les distàncies definitives, temps més acurats, etc.

## Categories

Les categories s'han reduït respecte a les habituals d'altres modalitats individuals. A més, de manera similar al nou sistema en la Copa Catalana O-Peu, la inscripció és lliure a qualsevol circuit i només qui participi en el circuit de la seva categoria podrà optar als podis.

	DONES	HOMES
Sènior	NEGRE	NEGRE
Veterans A (>=40)	BLAU	VERMELL
Veterans B (>=55)	VERD	BLAU
Júnior (<=20)	BLAU	VERMELL
Cadet (<=14)	VERD	VERD

El circuit BLANC no correspon a cap categoria oficial, és el circuit per a no iniciats.

Si teniu dominat les tècniques d'esquí de fons qualsevol circuit us pot anar bé, però el més llarg es pot fer una mica massa perquè cal estar concentrat una bona estona. Per tant el Vermell, Blau o Verd poden ser bones opcions.

Si sabeu orientar però és dels primers cops que esquieu el verd o el blanc poden ser les millors opcions.

## Inscripcions

La inscripció es pot realitzar mitjançant el sistema d'inscripcions de la FCOC. Per a cada cursa s'ha de fer una inscripció. Un cop fet el pagament rebreu un missatge de confirmació.

**ENLLAÇ A  
INSCRIPCIONS.ORIENTACIO.CAT**

A més de la inscripció a la cursa hi ha l'opció de llogar la pinça Sportident (obligatòria per al cronometratge i control de la cursa) i si és possible s'acordarà un preu i gestió especial per al lloguer de material d'esquí per a qui no tingui.

El termini d'inscripcions acaba el dimecres abans de la prova a les 23:59.

Inscripció a una cursa	Lloguer xip SportIdent	Descompte federats FCOC i FCEH
19 € Sènior i endavant 12 € Júnior i menors	5 €	5 € Sènior i endavant 2.5 € Júnior i menors

*Per als federats de la FCEH trobaran que no poden obtenir el descompte al sistema d'inscripcions ja que no us reconeixerà. Indiqueu que teniu llicència i el club i es retornarà l'import corresponent.*

En cas de no poder dur a terme les proves per manca de neu es mantindrà la inscripció i es buscarà una data nova. Es podran afegir noves inscripcions fins al nou tancament d'inscripcions. Si alguna persona inscrita per a la data original no pot o vol participar amb les noves dates podrà demanar la devolució. L'import de la inscripció es retornarà després de la prova i només a aquells que ho hagin demanat abans del nou tancament d'inscripcions.

## Com arribar-hi a Guils Fontanera

A la imatge a continuació teniu un enllaç de la ubicació de l'aparcament de l'estació a Google Maps. L'únic aparcament autoritzat per a la prova és l'aparcament de l'estació.



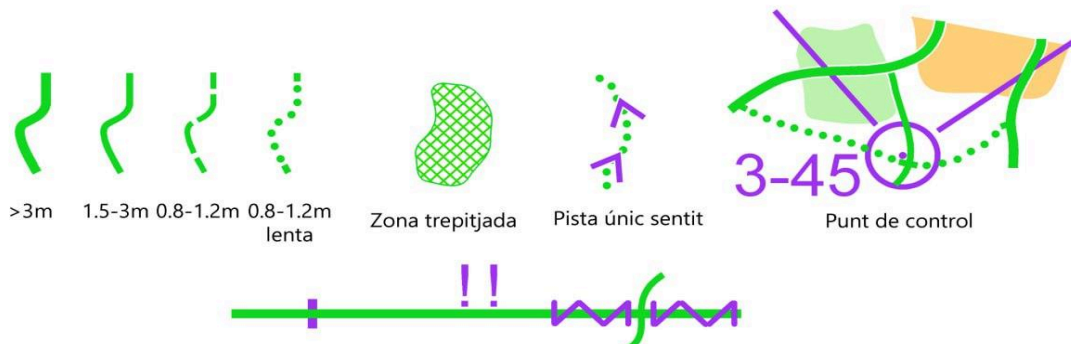
Abans de pujar recordeu mirar l'estat de la carretera, ja que en cas de neu recent pot ser necessari anar equipats amb cadenes o equivalents. A més, teniu en compte la normativa local d'aparcament, pernocta, etc. Hi ha senyals tant a l'inici de la carretera d'accés com a l'aparcament.

## Normativa Esquí-O i particularitats

De manera general s'aplica la normativa IOF publicada a la seva web ([enllaç](#)). S'establiran algunes desviacions que s'explicaran al darrer butlletí.

A més, s'inclou un resum de les principals diferències quant a simbologia respecte als mapes d'O-Peu.

Totes les zones preparades per esquiar es marquen en verd. Hi ha tres colors per a la vegetació: blanc, verd i groc que vol dir bosc net, bosc dens i terreny obert. A més hi ha símbols tècnics específics per avisar d'obstacles, zones d'especial dificultat o prohibits.



## Preguntes freqüents

*Puc participar amb esquís de muntanya o de backcountry?*

No, només es pot participar amb equipament específic d'esquí de fons.

*Hi ha cursa per a raquetes?*

No, per a fer raquetes teniu disponibles els circuits marcats de l'estació.

*Hi ha algun estil obligatori (patinador o clàssic)?*

No, es pot fer tant un estil com l'altre. Pot haver-hi zones on la pista no sigui prou ampla per fer patinador amb normalitat.

*Com porto el mapa?*

Existeixen uns porta-mapes específics per a esquí-O que es diuen de pit, ja que va enganxat al pit i es pot mirar sense deixar de fer servir les mans i els bastons. Com a alternativa, es pot portar una funda penjada al coll, tot i que no és tan eficient serveix igualment.

*On aconseguixo el material d'esquí?*

Si no en tens, l'estació té servei de lloguer molt assequible per a tot l'equip. Pots fer servir les teves malles d'orientació i potser una mica d'abric al tronc.

*Si estic federat a la FCEH puc participar?*

Pots participar sense problemes però no pots optar a podi del Campionat. Donat que s'ha establert un conveni per les assegurances no cal pagar llicència de dia.

