


BOLETÍN FINAL

 **3ª PROBA LIGA GALEGA
SPRINT URBANA – CTO XUNTA
DE GALICIA SPRINT**

 **2ª PROBA LIGA GALEGA
TRAIL-O**

 **2ª PROBA LIGA GALEGA
SPRINT BOSQUE**

30 de Maio, 2026

**2º PROBA LIGA GALEGA SPRINT
2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O
3ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT**



IMPORTANTE:

Como se informou no Boletín 2, lembre que por necesidades organizativas e de coordinación co Concello de Oleiros, modificáronse a orde e os horarios das probas SPRINT de O-PIE



3ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT URBANO // CTO. XUNTA DE GALICIA SPRINT

<u>HORARI</u> <u>O</u>	<u>EVENTO</u>	<u>LOCALIZATIONS</u>
	SPRINT URBANO	APARCADOIRO XENERAL
09:00	APERTURA SECRETARIA	https://maps.app.goo.gl/iysw9R4HfaL1AmA
09:30	INICIO CUARENTENA	A7
10:20	CIERRE CUARENTENA	
10:30	SAÍDA 1º CORREDOR (PRESAÍDA -5´)	CUARENTENA Y SECRETARIA
10:40	SAÍDA INI	https://maps.app.goo.gl/CA2vpRAnrfKSk7AY
12:00	ÚLTIMA SAÍDA INI	9
13:00	RECOLLIDA BALIZADO	
19:00	ENTREGA PREMIO CTO. XUNTA SPRINT (BOSQUE XAZ)	

Esta proba é o Campionato Xunta de Galicia de Distancia Sprint 2026. A cerimonia de entrega de premios terá lugar na zona de meta da Bosques de Xaz Sprint, unha vez concluída a proba da tarde.

Lémbrese que todos os participantes deben estar na zona de corentena á hora de peche (10:20). Se algún competidor se presentase máis tarde, poderá participar na carreira pero fóra de competición, coa autorización previa do Xuíz.

Na zona de corentena, habilitarase un espazo para o almacenamento de mochilas persoais durante a competición.

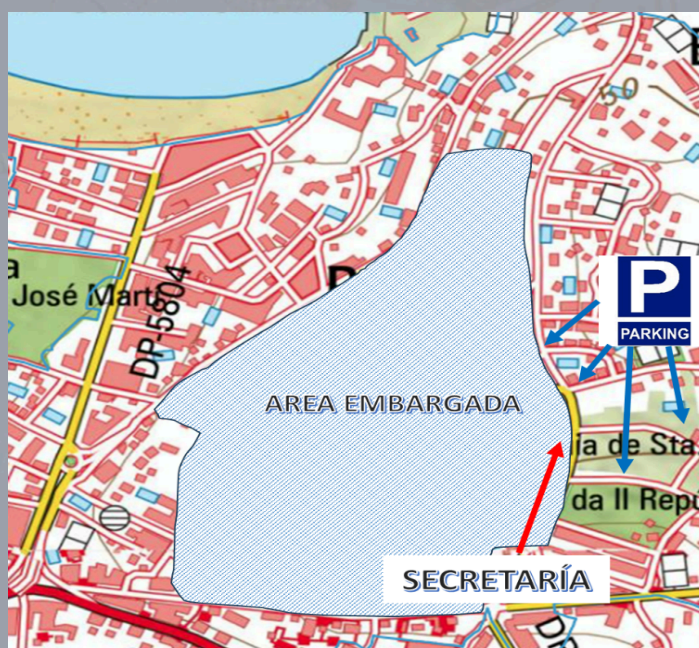
2º PROBA LIGA GALEGA SPRINT
2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O
3ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT



Recoméndase calzado con boa adherencia; prohíbese o uso de zapatillas con calvos.

Lémbrese que existirán algúns puntos de paso obrigatorios, que estarán indicados no mapa xunto coa prohibición de atravesar dita rúa en perpendicular. Si estará permitido avanzar pola súa beirarrúa. Se controlarán ditos puntos cós colaboradores de carreira.

CENTRO DE COMPETIÇÃO E APARCADOIRO



DISTANCIAS E DESNIVELES

CATEGORÍAS	CONTROIS	DISTANCIA	Desnivel	ESCALA	CATEGORÍAS	CONTROIS	DISTANCIA	Desnivel	ESCALA
F-12	19	2000	40	1:3000	M-12	19	2000	40	1:3000
F-14	20	2200	45	1:3000	M-14	20	2200	45	1:3000
F-16	21	2300	45	1:3000	M-16	21	2500	50	1:3000
F-18	21	2500	50	1:3000	M-18	23	2900	75	1:3000
F-21	23	2900	75	1:3000	M-21	24	3100	80	1:3000
F-35	24	3100	80	1:3000	M-35	23	3100	80	1:3000
F-45	21	2600	65	1:3000	M-45	23	2900	70	1:3000
F-55	21	2300	45	1:3000	M-55	23	2400	50	1:3000
F-65	20	2200	45	1:3000	M-65	21	2300	45	1:3000
SENIOR F	23	3100	80	1:3000	SENIOR M	24	3200	80	1:3000
INI LARGA	20	3000	60	1:3000	INI CORTA	19	2000	40	1:3000



2º PROBA LIGA GALEGA SPRINT
2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O
3ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT



CRONOMETRAXE

Para a cronometraxe da proba empregárase o sistema electrónico Sportident en todas as categorías, para o que os participantes requiren tarxeta electrónica. Os que non teñan carné poden alugalo para a proba.

Os resultados da proba pódense consultar en:

O-replay:

TROFEO OLEIROS
30/5/2026

<https://www.oreplay.es/competitions/b39ee741-778a-45e3-9f87-53cca29d0a56>



E2

2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O

<u>HORARIO</u>	<u>EVENTO</u>	<u>LOCALIZACIONS</u>
12:00 12:30 14:00	TRAIL-O APERTURA SECRETARIA SAÍDA 1º CORREDOR ÚLTIMA SAÍDA	CENTRO DE COMPETICIÓN <u>43° 20' 29.4684" N 8° 21' 8.3592" W</u> Distancia Centro Competición a Salida: 600m

MAPA: Javier Arufe; ISSPROM19 1:3000, Eq. 2m ABR26

Registro FEDO, Nº: C-4040-26

TRAZADORES TRAIL-O: Iván Somoza e Anxo Somoza

MODALIDADE: Proba en formato Sprint-O.

Sprint-O: 24 puntos, 330 metros, desnivel 5m. **Tempo límite: OPEN-ELITE 35 min;** clase PARALÍMPICO coef. 0,8 (cadeiras de rodas manuais 44), 0,9 (resto clase P 39). Penalización de 1 punto por cada minuto ou fracción excedido do tempo máximo.

INICIACIÓN: Non penalizará o tempo.

Peche de meta: 60 minutos despois da saída do último competidor.

CENTRO DE COMPETICIÓN E APARCADOIRO

O Centro de Competición estará ubicado xunto ao Hotel Attica21 As Galeras: <https://maps.app.goo.gl/SmaL25eLD5kWrebt9>.

O aparcamento recomendado será na rúa Galeras xunto ao Centro de Competición e de forma máis ampla no aparcamento das pistas de INEF



2º PROBA LIGA GALEGA SPRINT
2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O
3ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT

<https://maps.app.goo.gl/QkTFDdpYZi7aCtzBA>. **Estará prohibida a circulación e o aparcamento para os participantes pola rúa Fieito e Bastiagueiro Pequeno, como se indica no croquis da fotografía.** A presaída estará situada a 600m do Centro de Competición e estará prebalizada. Tódolos participantes deben realizar este percorrido para chegar á presaída; unha parte deste percorrido vai por unha carreteira con tráfico aberto sen arcén pero con moi pouca densidade de tráfico, debe transitarse pola dereita e con precaución. A distancia dende a meta ao Centro de competición e zona de descarga será de 600m, e tamén estará prebalizada.



HORAS DE SAÍDA

Non haberá horas de saída; a saída estará aberta dende as 12.30h ata as 14.00h (recomendamos non deixar para a última hora a saída pola posible acumulación de participantes e a posibilidade de sufrir retrasos); establecerase un intervalo de tempo entre os participantes que vaian



chegando á presaída. Tódolos participantes deben pasar pola Secretaría do Centro de Competición a recoller as tarxetas P-Card que se utilizarán na proba; e serán devoltas ao terminar a proba trala súa descarga.

INFORMACIÓN TERREO

A competición disputarase no “Parque das 13 Rosas”. Trátase dun mapa de parque que combina zoas de bosque máis ou menos pechado, con amplas zoas de arboleda dispersa e outras de campo aberto. O camiño da proba transcurrirá por un camiño pavimentado,, a maior parte chá (agás 15 metros en pendente moderada) en bo estado.



CRONOMETRAXE

Na primeira proba de liga, que tivo lugar en Abadín (Lugo), utilizouse o sistema ToePunch (Guía de uso na seguinte ligazón: https://vilafranca2025.fedocv.org/wp-content/uploads/2025/01/ES_ToePunch-Competitors.pdf). Esta segunda proba xestionarase co sistema Sportident, pero cun formato de utilización similar ao ToePunch. Cada competidor utilizará un xogo de tarxetas P-Card, as cales serán subministradas pola organización no Centro de Competición.

Se a cobertura o permite, os resultados serán transmitidos en tempo real e proporcionarase unha ligazón desde a páxina web FEGADO:

<https://jaruori.es/prevista.jsp?cLang=es>

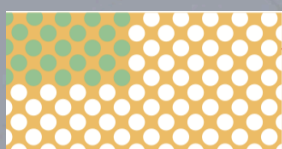
Lembramos que na categoría OPEN-ÉLITE é obrigatorio o uso do dorsal oficial da FEGADO.

2º PROBA LIGA GALEGA SPRINT
2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O
3ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT



INFORMACIÓN CARTOGRAFÍA

Para a cartografía empregouse o estándar ISSPROM2019. Como dato salientable, dado o gran número de árbores e arbustos dispersos e para facer a lectura máis interesante, decidiuse empregar o elemento 402 cando a densidade destes elementos era maior (tanto no seu formato de campo aberto con árbores dispersas “puntos brancos”, como no de arbustos/árbores pequenas dispersas “puntos verdes”).



Elemento 402.

INFORMACIÓN TÉCNICA

O formato de sprint require unha toma de decisións rápida, baseada na lectura do mapa, na identificación de elementos importantes e na toma dunha decisión. O cálculo de distancias ou as triangulacións non adoitan ser as técnicas máis recomendadas. O mapa é moi detallado e preciso, pero tamén se deben seguir os principios cartográficos para garantir unha boa lexibilidade, como a esaxeración, a simplificación gráfica ou o desprazamento. Para cada punto de control, hai unha baliza no terreo. Se a baliza está na localización correcta, estará no punto marcado polo centro do círculo ou xunto ao elemento puntual do centro do círculo (A). Se a baliza non está na localización indicada, a resposta será (Z).

O resultado calcúlase por puntos. Súmase 1 punto por cada desafío acertado. O erro na resposta non penaliza. Lémbrese que, ao ser unha proba de Sprint, no caso de empate a puntos desempátase co tempo total empregado. O tempo total será o estipulado nas indicacións previas. Recoméndase levar un reloxo con cronómetro para poder contar o tempo efectivo de carreira.

Recordamos que por normativa a competición debe realizarse en silencio sen interactuar con outros competidores nin molestalos, tanto nos tramos cronometrados como nos tramos neutralizados.

Prégase que os competidores da categoría INICIACIÓN fagan a carreira en solitario sempre que sexa posible, e en caso de ir en parella prégase non

2º PROBA LIGA GALEGA SPRINT
2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O
3ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT



Obstaculizar nin molestar falando alto aos competidores da categoría OPEN-ELITE.

A carreira dividirase en 3 tramos, é dicir, existirán dous puntos neutralizados no percorrido para avanzar dunha zona de competición a outra sen que conte o tempo entre elas (nestes tramos neutralizados o competidor debe percorrelo sen deterse). Ao comezo de cada tramo haberá unha estación start e ao final unha estación de finish, para poder computar o tempo de cada tramo. O competidor non debe traspasar as cintas no chan que limitan cada tramo ata que non pique o finish de ese tramo (haberá xuíces auxiliares na zona). Haberá un cambio de mapa para o terceiro tramo.

O primeiro tramo será nunha esplanada onde estarán os puntos de decisión das balizas de este tramo. Tras picar o finish do primeiro tramo, o competidor se dirixirá sen deterse ata o seguinte triángulo de saída presente no mapa. Cando acabe o segundo tramo se dirixirá sen deterse ata o terceiro triángulo presente no mapa seguindo a sinalización. Nese terceiro triángulo se lle dará un novo mapa para realizar o terceiro tramo de carreira.

Aínda que as bases sportident (sistemas de marcado de respostas) estarán colocadas por orden, non é obrigatorio picalas nese orden. Non haberá puntos de observación marcados no chan. Cada base Sportident estará situada nun punto dende o cal é visible a baliza.

TOLERANCIA ZERO: Tolerancia de 4 metros: se hai una baliza a menos de 4 metros da localización correcta, a resposta NON será Zero. En calquera caso, isto só se aplica ao competidor, non ao organizador, que sempre colocará as balizas na localización correcta (cando corresponda). A única excepción posible sería se a baliza situada a menos de 4 metros de distancia se coloca nun punto diferente debuxado no mapa. Para os controis situados en áreas ou elementos lineais sen referencias próximas, a tolerancia será claramente superior a 4 metros.

REGULAMENTO

REGULAMENTO FEGADO ORIENTACIÓN 2026 O-PÉ | O-PÉ Sprint | MTBO | Trail-O [695abb3587-rev05-reglamento-fegado-orientacion-2026_v0.pdf](#)
NORMAS ANUAIS FEGADO VI LIGA GALEGA DE TRAIL-O [695abe2e27-rev04-normas_anuais-fegado-trail-o-2026_v0.pdf](#)



E3

2º PROBA LIGA GALEGA SPRINT BOSQUE

HORARIO	EVENTO	LOCALIZATIONS
16:00	SPRINT BOSQUE	SECRETARIA:
16:45	APERTURA SECRETARIA SAÍDA 1º CORREDOR (PRESAÍDA -5`)	https://maps.app.goo.gl/g4NjB2ULr4ECS9tG6
17:00	SAÍDA INI	APARCADOIRO 1 XENERAL
18:00	ÚLTIMA SAÍDA INI	https://maps.app.goo.gl/TNyt6Z3EYxsoLNu1A
19:00	PECHE CARREIRA E ENTREGA PREMIOS CTO.GALEGO SPRINT	APARCADOIRO 2 XENERAL https://maps.app.goo.gl/fpZy9koTKYk6kC9t5

CENTRO DE COMPETICIÓN E APARCADOIRO



2º PROBA LIGA GALEGA SPRINT
2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O
3ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT





INFORMACIÓN TÉCNICA

Debido ás choivas de finais de maio e ao aumento das temperaturas, ao monte está máis sucio do previsto inicialmente, polo que a velocidade de desprazamento reducirase e os tempos calculados dos gañadores aumentarán lixeiramente.

Recoméndase o uso de polainas e zapatillas co clavos.

DISTANCIAS E DESNIVELES

CATEGORÍAS	CONTROIS	DISTANCIA	Desnivel	ESCALA	CATEGORÍAS	CONTROIS	DISTANCIA	Desnivel	ESCALA
F-12	13	1700	80	1:4000	M-12	13	1700	80	1:4000
F-14	14	1900	90	1:4000	M-14	14	1900	90	1:4000
F-16	13	2000	95	1:4000	M-16	15	2200	100	1:4000
F-18	15	2200	100	1:4000	M-18	17	2400	120	1:4000
F-21	17	2400	120	1:4000	M-21	15	2600	120	1:4000
F-35	15	2600	120	1:4000	M-35	18	2700	120	1:4000
F-45	14	2300	95	1:4000	M-45	16	2500	110	1:4000
F-55	13	1800	80	1:4000	M-55	13	2200	110	1:4000
F-65	13	1700	70	1:4000	M-65	14	1800	80	1:4000
SENIOR F	18	2700	120	1:4000	SENIOR M	18	2900	130	1:4000
INI LARGA	16	2100	100	1:4000	INI CORTA	13	1700	75	1:4000

CRONOMETRAXE

Para a cronometraxe da proba empregárase o sistema electrónico Sportident en todas as categorías, para o que os participantes requiren tarxeta electrónica. Os que non teñan carné poden alugalo para a proba.

Os resultados da proba pódense consultar en: O-replay:

TROFEO OLEIROS
 30/5/2026

<https://www.oreplay.es/competitions/b39ee741-778a-45e3-9f87-53cca29d0a56>



ALIMENTACIÓN

O concello de Oleiros ofrece unha ampla selección de bares e restaurantes onde se pode comer entre eventos.

Os seguintes establecementos están situados preto das zonas de competición:

Apartahotel Attica (Galeras):

<https://maps.app.goo.gl/kCkDW3OaGHtR7zxk9>

Varadero (Praia Bastagueiro):

<https://maps.app.goo.gl/Gr8R5wvFgiMXNQto8>

Casa Rafa:

<https://maps.app.goo.gl/mfdTRVCcqvumV4XV9>

Cambalache:

<https://maps.app.goo.gl/NkgL9pNPk82Qb36XA>

Casa Tribisqueira:

<https://maps.app.goo.gl/26FZd2M6zA97frmD7>

Telepizza Santa Cruz:

<https://maps.app.goo.gl/V6J4cMNxNo6XcFr59>

Restaurante Cervecería Lord:

<https://maps.app.goo.gl/t5EyX2gC6Dr4JhHW8>

Restaurante El Cotarro:

<https://maps.app.goo.gl/ZmoyF4CAeqoEaNBE8>

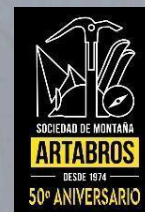
La Dama:

<https://maps.app.goo.gl/4X9b2LCbGt41JKtz6>

El Preludio:

<https://maps.app.goo.gl/7Z1DzubLYn9RR6ue8>

ORGANIZA



COLABORAN



2º PROBA LIGA GALEGA SPRINT
2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O
3ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT



2º PROBA LIGA GALEGA SPRINT
2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O
3ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT

