BOLETÍN 1

Campionato Galego de Media Distancia MTBO

14 de Maio de 2022

Información Xeral

Organízase a **6ª Xornada da Liga Galega de Orientación en bicicleta de montaña 2022** que será **Campionato Galego de Distancia Media de MTBO 2022**.

A proba vai ser organizada polo **Club AROMON** de Pontevedra o día 14 de Maio de 2022.

É unha competición oficial, e pertence ao calendario da Federación Galega de Orientación (FEGADO). A proba vaise celebrar no concello de **Caldas de Reis**.

PROGRAMA PROVISIONAL

DOMINGO 8 DE MAIO
Remata o prazo de inscrición as 23:59. (Intranet FEGADO)

XOVES 12 DE MAIO
Publicación das horas de saída na web de FEGADO.

SÁBADO 14 DE MAIO
9:00 Apertura do Centro de Competición - Mapa Xiabre Sur. **10:00** Saída dos primeiros orientadores. **13:55** Peche de meta. **14:00** Entrega de trofeos *Nota: O peche de meta será 2h15' despois da saída do último participante

Competición

O club AROMON organiza o Campionato Galego de Media Distancia de MTBO 2022.

CENTRO DE COMPETICIÓN XIABRE SUR:

O Centro de Competición estará ubicado na pista polideportiva, nas coordenadas 42°35'49.6"N 8°41'18.5"W, con fácil acceso dende a AP-9. Na pista e nas suas proximidades atoparanse a presaída, meta e zona de lavado de bicicletas.

Haberá baños dispoñibles tanto na secretaría, situada no local da comunidade de montes, cruzando a rúa, como no edificio contiguo á pista polideportiva, "Café-Bar Centro".

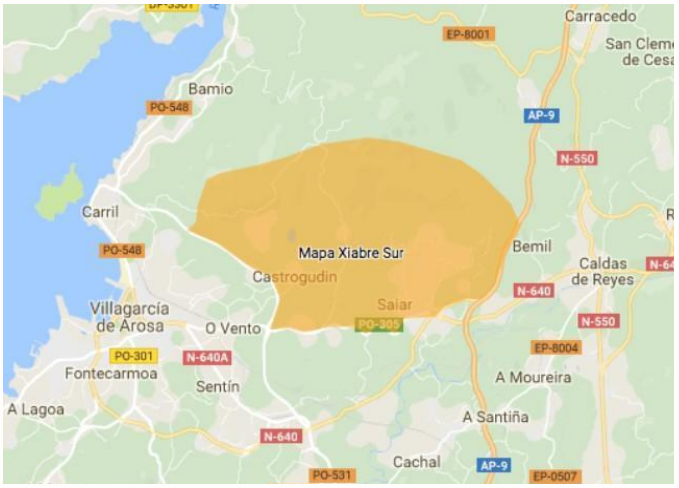
Ubicación CC: https://maps.app.goo.gl/x69cDf6mDn4DfLT68

Ubicación aparcamento: https://goo.gl/maps/77QcbedKf4eqeTqKA

Para a pernocta de caravanas rógase deixar libre o Centro de Competición, e estacionar na zona de aparcamento ubicada na pista asfaltada do Leste, sinalada no seguinte esquema:

A zona habilitada para o aparcamento é unha zona ampla e próxima ao centro de competición, polo que rogámoslle aos competidores que fagan uso dela, evitando entorpecer a circulación. Asímesmo, prohíbese o aparcamento e a circulación de vehículos na pista asfaltada do Nordeste, indicada no esquema.

Prohíbese o acceso ás zonas de competición sinaladas:



Normativa Aplicable

A competición estará regulada por:

1. Regulamento de Orientación Fegado 2022.
2. Anexos do anterior regulamento citado.
3. Normas anuais Fegado MTBO 2022.
4. A proba traballará baixo o protocolo FISICOVID-DXT GALEGO de FEGADO na súa especialidade de MTBO, validado pola Secretaría Xeral para o deporte, actualizado en febreiro de 2022.
5. Para o non contemprado aplicaranse as normas xerais de FEDO e IOF.

Categorías

Os competidores agruparanse nas seguintes categorías oficiais:

Categoría	Ano de Nacemento
M/F Cadetes (M/F - 15)	Nados en 2007 e posterior
M/F Xuvenil (M/F - 17)	Nados en 2005 e 2006
M/F Xunior (M/F -20)	Nados en 2002, 2003 e 2004
M/F Senior (M/F - Élite)	Sin límite de idade
M/F Senior 21 (M/F - 21)	Sin límite de idade
M/F Veterán A (M/F - 40)	Nados en 1982 e anterior
M/F Veterán B (M/F - 50)	Nados en 1972 e anterior
M/F Veterán C (M/F - 60)	Nados en 1962 e anterior
Absoluta Parellas	2 deportistas de calquera idade e xénero
E-Bike	Calquera idade e xénero

Comentarios e excepcións:

Os orientadores poderán participar naquelas categorías ás que teñen dereito por idade e sexo. Un orientador Junior poderá competir en Senior, e un orientador de Veteráns poderá competir en Senior, unha vez cumprimentados os requisitos administrativos respecto a tipos de licenza.

Aqueles competidores federados que desexen participar nunha categoría que non lles corresponde deberán inscribirse nunha categoría NC.

Poderán ser campións/as galegos/as todos aqueles deportistas, con licenza de tempada por un club galego, que compitan nunha das categorías oficiais que lles correspondan por idade e sexo. Ademáis, ofrécense as seguintes categorías non oficiais:

Promoción individual M/F	Calquera idade
Iniciación equipos	De 2 a 5 persoas

Promoción: Calquera idade. Individual. Orientada a ciclistas. Percorridos de orientación sinxela pero físicamente esixentes.

Iniciación por equipos: Calquera idade. Equipos de 2 a 5 persoas. Orientada a familias con nenos ou xente non iniciada neste deporte.

CRONOMETRAXE

Será obrigado o uso do **sistema de cronometraxe electrónico SportIdent** en todos os percorridos e categorías. Non válidas as SI P-Card.

As estacións estarán programadas para o uso das **tarxetas SIAC** no **modo activo AIR+**.

A organización disporá de tarxetas SIAC para todo aquel que a solicite en concepto de aluguer para favorecer a igualdade na competición.

RESULTADOS E SEGUEMENTO

Será responsabilidade e obriga dos orientadores, unha vez finalizado o percorrido, pasar polo posto de técnicos SportIdent para proceder á descarga da súa tarxeta electrónica.

O club organizador de cara a ofrecer seguemento "en vivo" da competición fará as siguientes accións:

- Publicación de resultados en tempo real en: http://liveresultat.orientering.se
- Páxinas webs: AROMON, FEGADO

EQUIPACIÓN

Deberase levar obrigatoriamente durante toda a proba un **casco** ríxido homologado. O casco deberase levar sempre amarrado cando o orientador circule sobre a sua bicicleta. Tanto en quencemento, enfriamento ou en competición.

A bicicleta será do tipo **Bicicleta de Montaña** (rodas de más de 65 cm de diámetro). A organización da competición poderá rexeitar ou aceptar outros tipos de bicicleta todo terreo, sempre e cando, reúnan condicións de seguridade polo seu deseño ou polo seu estado. É responsabilidade dos competidores que as bicicletas funcionen correctamente.

Previo á saída, e se o organizador pensa que é oportuno, pódese facer unha revisión de material. Aquel orientador que non reúna condicións de seguridade mínimas de material non poderá sair ata que o solucione.

O competidor irá dende a saída ata a meta, e entre os controis, subido na bicicleta, empurrándoa ou cargando con ela. Afastarse da bicicleta (salvo caída), está prohibido.

O **dorsal** é obrigatorio para tomar a saída, debe de ser visible e ir suxeito na parte anterior da bicicleta en todo momento.

A **tarxeta electrónica** terá que levala o corredor na súa man, dedo ou bolsillo. Non énecesario que esté unida na bicicleta por un cordón ou sistema similar.

A elección da roupa e o calzado é libre, pode existir dependendo da elección de ruta algún sendeiro con vexetación que provoque rozaduras en pernas e brazos.

É recomendable que os corredores leven o equipo de reparación e os repostos que estimen oportunos. Lembrase que está totalmente **prohibido recibir asistencia externa** unha vez comezada a competición e soamente outros competidores poden dar asistencia mecánica. É deber de todos os competidores axudar aos corredores accidentados.

Admítense todo tipo de aparatos de medida excepto GPS e teléfonos móviles nas condicións que se relatan no seguinte apartado.

TELÉFONOS MÓVILES E GPS PROHIBIDOS

O transporte e uso de teléfonos móviles, gps, así como reloxos gps con capacidade para mostrar mapas está prohibido!

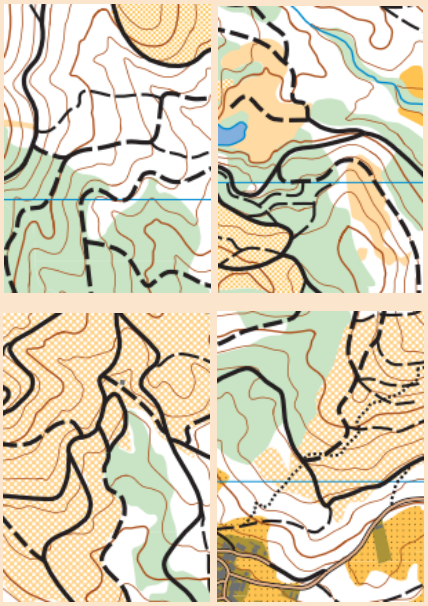
Seguindo os criterios da comisión MTBO da IOF se establecen os siguientes dispositivos como permitidos e/ou prohibidos.

A organización poderá realizar revisións de material de cara a garantir o cumprimiento de esta norma.

Información Técnica

Mapas

Campionato Galego de Media Distancia: "Xiabre Sur"



Localidade: Caldas de Reis

Cartógrafo: Ángel Álvarez Serto

Nº Rexistro FEDO: PO-2166-18

Escala: 1:15000

Equidistancia: 10 m

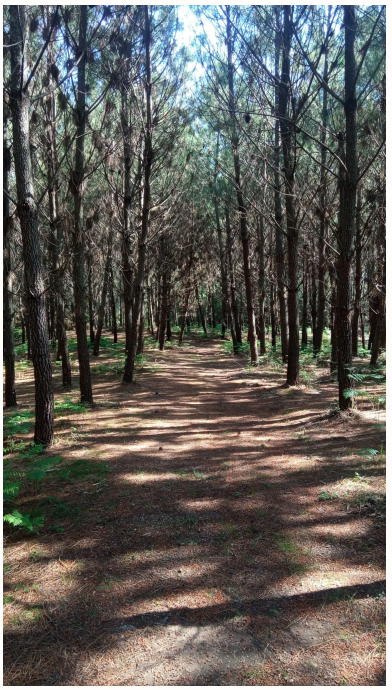
Revisión: abril 2022

Mapa da Serra do Xiabre, a zona caracterízase pola abundancia e variedade de pistas, camiños e sendas, nun entorno de bosques de pino e eucalipto, con áreas despexadas e de repoblación de gran visibilidade.

Presenza de pequenos núcleos urbanos e multitude de pistas asfaltadas. Desnivel moderado en zonas de ladeira leste.

Nalgúns dos camiños/sendas hai presenza de ramas no chan e vexetación que os pecha, o que dificulta a súa ciclabilidade. Nas seguintes imaxes podemos ver exemplos de camiños de moi dificil e intermedia ciclabilidade, debido ás ramas soltas e ao desnivel do terreo.

Tendo no último lugar un exemplo de pista rápida e monte transitable.



A información de cada unha das categorías amósase na seguinte táboa:

Categoría	Distancia	Desnivel	N° controis	Escala
ABS PAR	10,5	190	15	1:15000
E-BIKE	17,4	430	19	1:15000
F-15	6,4	120	9	1:15000
F-17	6,9	150	11	1:15000
F-20	9,9	260	15	1:15000
F-21	8,7	200	13	1:15000
F-40	11,1	290	16	1:15000
F-50	5,9	130	9	1:15000
F-60	5,6	120	9	1:15000
F-E	12,7	380	17	1:15000

M-15	6,9	150	11	1:15000
M-17	9,9	260	15	1:15000
M-20	12,7	380	17	1:15000
M-21	14,3	380	16	1:15000
M-40	15,0	390	18	1:15000
M-50	10,8	280	17	1:15000
M-60	6,9	150	11	1:15000
E	18,0	530	28	1:15000
PROM	12,2	290	16	1:15000
INI-EQ	7,4	110	11	1:15000

Establécese un tempo máximo de carreira de 2h15' para todos os competidores. Unha vez se cumpra o tempo máximo para o último competidor en tomar a saída, pecharase meta.

PRESAÍDA E SAÍDA

Non existirá presaída con chamamento, a saída estará a escasos 70m da pista polideportiva do centro de competición.
Unha vez na saída, rógase manter silencio. Haberá caixóns de saída -3,onde se chamará por dorsal,-2,-1 e se levará a cabo a saída por medio de baliza start.
No caso das saídas fora de hora, haberá un pasillo específico, sen picar baliza start, comezando a contar o tempo na súa hora de saída orixinal.

AVITUALLAMENTO

Haberá avituallamento na meta, unha vez rematada a competición, para cada participante.

PREVENCIÓN DE RISCOS

Os orientadores participan na proba baixo a sua propia responsabilidade, asumindo os riscos inherentes ás carreiras de MTBO.

No caso dos menores de idade, ademáis, os clubes respectivos ou os seus titores son os responsables de asignarlles o percorrido apropiado ao seu nivel físico e técnico, debendo —no seu caso— proceder a inscribilos en categorías de iniciación.

Queda totalmente prohibido facer lume e deixar no monte calquera tipo de lixo, especialmente plásticos e cabichas.

Queda expresamente prohibido sair dos camiños, sendas e estradas autorizadas que aparecen representados no mapa.

Precaución e respecto polas zonas prohibidas dentro do mapa. Estarán marcadas sobre o mapa con raiado de cor púrpura.

Podemos chegar a atoparnos con algún ciclista, vehículo a motor ou animais nos camiños que cruzan o mapa. É obrigado respectar as normas de circulación e respetarase ao máximo a outros usuarios das vías, tendo peons e xinetes

preferencia sobre os ciclistas. Rógase precaución para evitar accidentes, especialmente, ante a conducta imprevisible dos animais en estado salvaxe.

Aínda que os trazados están deseñados para evitar circular ao longo de estradas asfaltadas de tráfico abundante, teremos que usar nalgúns momentos do percorrido pistas asfaltadas locais, vías forestais ou de núcleos de casas que soportan moi escaso volumen de tráfico. Pero rogamos extremar a precaución e lémbrase a obrigatoriedade de respectar as normas de tráfico.

Inscricións

Prazos

Data **fin** de inscricións: 8 de maio de 2022.

Non se fixarán prazos con recargo na inscrición.

So se contemplarán peticións de saída por causa xustificada e como máximo ata a data de fin de inscricións. Solicitudes a opie@aromon.es.

Procedemento

Os deportistas federados farán a inscrición a través da web de FEGADO.

Os deportistas non federados ou federados nou pertencentes a FEGADO, farán a inscrición mediante o seguinte formulario habilitado para o evento:

Prezos

Categoría	Prezo
Federados M/F-20 e inferiores	7 €
Federados M/F-21 e superiores	10 €
Iniciación equipos	10€
Promoción	13€
Servicios extra	**Prezo**
Alquiler SIAC	0 €
Cambio nº pinza fora de prazo	2 €

Cambio nº de pinza descarga en meta	5 €
Novo dorsal	3 €

PAGO

As inscricións non se darán por formalizadas ata realizar o ingreso bancario, o cal xustificarase enviando unha copia do pago da transferencia, a dirección de correo electrónico: aromon@aromon.es

Os clubes serán responsables do pago das inscricións dos seus socios, farán un único ingreso bancario co importe total e como concepto figurará "**CGMTBO + nome do club**". Os participantes independentes deben poñer no concepto "**CGMTBO + nome do participante**"

Datos bancarios:

Beneficiario: **Club AROMON**
Banco: **CAIXA RURAL GALEGA**
IBAN: **ES27 3070 0047 9362 6495 0129**
COD. BIC/SWIFT: **BCOEESMM070**
Para solicitar factura: aromon@aromon.es.

Equipo de Organización

Organiza: Club AROMON Pontevedra
Director de la Prueba: Gonzalo Fernández Casalderrey
Director Técnico: Ángel Álvarez Serto
Director de Loxística: Manuel Beloso
Técnico SportIdent: Mónica Figueroa
Xuiz Controlador FEGADO: José Cabaleiro

CONTACTO

Director: opie@aromon.es
Secretaría Pagos: aromon@aromon.es
Teléfono: + 34 609713646 (Mércores, xoves e venres en horario 20:30-21:30)
Web: www.aromon.es

Organiza/Patrocina/Colabora