



6ª proba Liga Local de Promoción da Orientación de Porto do Son – Portosn (3 setembro 2023) INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA – PERCORRIDOS – ÚLTIMAS RECOMENDACIÓNS

- A **Secretaría** estará situada na **Praza do Curro de Portosín** sita a carón da zona portuaria no casco urbano -> Enlace [Google Maps](#).

- **Aparcamento:** Soe haber pola zona portuaria e na Praia de Coira.

- **Recomendamos:**

- Chegar á Secretaría uns 15 minutos antes da hora de saída para poder prepararse con tranquilidade: recoller as tarxetas, aclarar dúbidas, gardar roupa e outras pertenzas,...

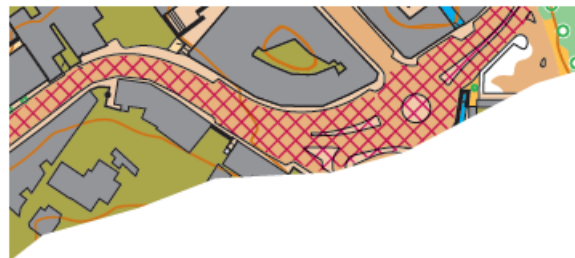


- Recoméndase traer calzado e roupa cómoda para andar. Non se precisa una protección especial por ser unha proba urbana.

- **Previsión meteorolóxica** con nubes e claros e posibilidade de choiva miúda nalgún momento da mañá -> [Consultar](#).

- **Seguridade:**

- **Estrada AC-550 (Ribeira – Noia):** Ningunha categoría ten que cruzar esta estrada posto que non hai ningún control na zona leste do pobo, quedando desclasificado calquera que o faga. No mapa aparecerá toda a estrada cuberta co símbolo **709 (área prohibida)**. Esta estrada soporta bastante tráfico e pode resultar perigoso facelo.



- A estrada AC-550 conta con **beirarrúas ó longo de case todo o seu percorrido**

polas que si está permitido desprazarse para chegar ós controis que así o requiran. Na anterior imaxe podedes ver un exemplo de como aparece representada no mapa.

- En caso de choiva recomendase ter moito coidado en zonas esvaradías (pasarelas de madeira, xardíns, pavimentos pulidos,...).

- Non haberá avituallamento sólido, pero si auga a disposición dos corredores e acompañantes.

- As estacións de control terán activado o modo AIR+ para aqueles corredores que teñan unha tarxeta SIAC.

- **Cartografía:**

- **Elaborado por David Lareo (2015).**
- Actualizado por Antonio Piñeiro no 2023 á norma cartográfica **ISSprOM 2019 (consultar)**.

- **Procedemento de Saídas:**

- **Minuto -2:** Chamada/Control tarxetas SI + LIMPAR/COMPROBAR.
- **Minuto -1:** Mapa/Descritor de controis (só para Adestramento).
- **Saída** con estación START.

- **Distancias e Desniveis (*):**

Categoría	Distancia (Qms)	Desnivel + (mtrs)	Nº controis	Escala	Equidistancia
Iniciación Curta	1.3	10	11	1:3000	5 mtrs
Iniciación Longa	2.4	30	18	1:4000	5 mtrs
Adestramento	3.6	70	28	1:4000	5 mtrs

** Medidas en liña recta entre controis.*