

I TROFEO SANTISO MTBO

1ª PRUEBA LEMTBO

2ª/3ª PROBAS LGMTBO

CAMPIONATO XUNTA DE GALICIA DE MEDIA

23/24 MARZO 2024

**CONCELLO DE SANTISO
A CORUÑA**

BOLETÍN 3



fegado

Federación Galega
de Orientación



**Consejo
Superior
de Deportes**



**CONCELLO
DE SANTISO**



**XUNTA
DE GALICIA**

SECRETARÍA
XERAL PARA
O DEPORTE



ASOCIACIÓN CULTURAL
E VEGIÑAL
"O NOSO LAR"



ABEANCOS

I TROFEO SANTISO MTBO

1ª LEMTBO | 2ª/3ª LGMTBO | Campionato Xunta de Galicia de Distancia Media
23-24 MARZO 2024



ÍNDICE

1. PRESENTACIÓN
2. NORMATIVA
3. SISTEMA DE CRONOMETRAJE
4. INSCRIPCIONES
5. CAMISETA CONMEMORATIVA
6. SOLICITUD DE FACTURAS
7. PROGRAMA PROVISIONAL
8. LOCALIZACIONES
9. INFORMACIÓN TÉCNICA
 - A. DISTANCIA MEDIA
 - B. MASS START
10. COMENTARIOS DEL TRAZADOR
11. SEGURIDAD
12. ORGANIZACIÓN
13. CATEGORÍAS
14. RECORRIDOS
15. DISTANCIAS Y DESNIVELES
16. HORARIOS DE SALIDA MASS START
17. PREMIOS
18. JURADO TÉCNICO
19. SUELO DURO
20. AVITUALLAMIENTO
21. ÁREAS PERMITIDAS
22. ÁREAS PROHIBIDAS
23. PARKING
24. ¿DÓNDE COMER, DÓNDE DORMIR?
25. ORGANIZAN Y COLABORAN

I TROFEO SANTISO MTBO

1ª LEMTBO | 2ª/3ª LGMTBO | Campionato Xunta de Galicia de Distancia Media
23-24 MARZO 2024



1. PRESENTACIÓN

Esta temporada iniciamos el **calendario federativo nacional de MTBO** desde el corazón de Galicia, coincidiendo con la segunda y tercera pruebas de la **XII Liga Galega de MTBO**, en **Santiso** (A Coruña).

En este ayuntamiento, curiosamente, uno de los cuales utilizó **Domingo Fontán** -ilustrado matemático, político y geógrafo gallego- para hacer mediciones y así elaborar su carta geométrica, impresa en 1845, y considerada el primer mapa de Galicia ([conoce aquí su historia](#)), os damos la bienvenida, con un nuevo mapa, esta vez de MTBO, para dar así salida a la nueva temporada de esta modalidad de la orientación, y cerrar la pasada, con la **entrega de medallas y diplomas de la Liga Española 2023**.



El Ayuntamiento de Santiso da la bienvenida a la familia de la Orientación en bicicleta de montaña:



Santiso, por su ubicación geográfica, orografía y paisajes, reúne condiciones muy favorables para la práctica de **actividades deportivas y al aire libre**.

El equipo de gobierno, consciente de esta situación de privilegio, lleva años intentando atraer todo tipo de eventos que se pueden desenvolver en este marco incomparable: andainas, intercambios intergeneracionales, ruta cabalar, el Cross de Santiso, raid de aventura, etc... En este sentido, el hecho de celebrar en nuestro ayuntamiento una de las distancias del **Campeonato Gallego de MTBO**,

que además es la primera prueba de la **Liga Española**, no hace sino corroborar la implicación del ayuntamiento en este tipo de actividades.

El equipo de gobierno, vecinas y vecinos de Santiso, queremos agradecer a la **Federación Gallega de Orientación** como entidad organizadora de esta prueba, que pensarán en Santiso para este evento, así como las facilidades que en todo momento nos dieron para poder celebrar esta carrera en nuestro municipio.

Esperamos que participantes, visitantes, voluntarios y organización gocen de su paso por Santiso, sabiendo que esta es su casa.

Manuel Adán López, Alcalde de Santiso.

I TROFEO SANTISO MTBO

1ª LEMTBO | 2ª/3ª LGMTBO | Campionato Xunta de Galicia de Distancia Media
23-24 MARZO 2024



Saluda la Federación Gallega de Orientación:

Bienvenid@s a Galicia!

Desde la **Federación Gallega de Orientación** saludamos a todos los deportistas de MTBO.

Como todos sabéis, esta Federación siempre ha dado un gran apoyo a esta modalidad y esta joven Junta Directiva se ha marcado el desafío de organizar la **primera prueba de Liga Nacional 2024**.

Nuestro principal objetivo es que este **I Trofeo Santiso** esté pensado por y para los deportistas orientadores de MTBO, que seréis los verdaderos protagonistas.

¡Todo un reto! Esperamos que este fin de semana sea inolvidable, que disfrutéis de nuestros caminos y sendas, de nuestra gente, de nuestra gastronomía y de todos nosotros.

Por lo tanto, quedáis todos invitados a participar en este evento.

Nos vemos pronto.



Sonia Gómez Naya

Presidenta de la Federación Gallega de Orientación

2. NORMATIVA

La **2ª y 3ª pruebas de Liga Galega**, además es **Campionato Xunta de Galicia de distancia media**. Esta competición estará regulada por el [reglamento](#) y las [normas anuales FEGADO](#):

La **primera prueba de Liga Española MTBO 2024**, estará regulada por el [reglamento de FEDO](#)

3. SISTEMA DE CRONOMETRAJE

Cronometraje: Sport Ident AIR+ para todas las categorías (BS11-BS con picada a <180cm)

Tarjetas válidas: SIAC (la organización dispone de tarjetas para su alquiler).

Precio de alquiler: 3€



I TROFEO SANTISO MTBO

1ª LEMTBO | 2ª/3ª LGMTBO | Campeonato Xunta de Galicia de Distancia Media
23-24 MARZO 2024



Las personas que alquilen una tarjeta electrónica tendrán que firmar un documento comprometiéndose a **abonar el importe** de la tarjeta en caso de **pérdida o deterioro** de la misma.

¡¡¡ATENCIÓN!!! debido a la utilización de **estaciones BS11-BS NO** hay posibilidad de hacer **picada manual**, sólo se podrá utilizar la **picada clásica en reemplazo** si hay fallo en la estación (**SIEMPRE y SOLO SI** fallase la estación). Puedes recordar el protocolo [aquí](#).

No es válido ningún otro tipo de tarjeta, es **responsabilidad del corredor** hacer la **comprobación del estado de la batería** de la tarjeta SIAC en las estaciones habilitadas en la zona de salida para tal fin. Recuerda cómo hacerlo en [este enlace](#).

4. INSCRIPCIONES

Se efectuarán en la [plataforma SICO](#) para tod@s los corredores/as **hasta el 17 de marzo de 2024** (desde el día 11 de marzo a 00:00 se incrementará el precio 1€)

Si se realiza el **pago por transferencia**, deberán indicar en concepto "**Trofeo Santiso + nombre del club /persona**" y mandar justificante de pago a tesoreria@fegado.es
IBAN: ES7420800059423040013404

Email: inscripciones.fegado@gmail.com. Más información en la [web de la FEGADO](#)

Tabla de precios:

CATEGORÍA	MEDIA	MASS START	MODEL EVENT
M15/F15	8€	8€	2€/mapa
M17/M17	8€	8€	
M20/F20	8€	8€	
M21/F21	12€	12€	
E/FE	12€	12€	
M40/F40	12€	12€	
M50/F50	12€	12€	
M60/F60	12€	12€	
M70/F70	12€	12€	
ABS. PAREJAS	12€	12€	
INIC. PAREJAS	12€	12€	
OPEN M12/F12	8€	8€	
OPEN E BIKE	12€	12€	
PROMOCIÓN	12€	12€	

5. CAMISETA CONMEMORATIVA

Personas que participan en el evento: se puede conseguir la camiseta conmemorativa por un **precio de 15€**, marcando la casilla correspondiente en SICO, realizando el pago a la vez que se hace la inscripción y cubriendo los datos en [este formulario](#).

Personas que NO participan en el evento: se puede adquirir una camiseta completando [el mismo formulario](#) y realizando el pago



I TROFEO SANTISO MTBO

1ª LEMTBO | 2ª/3ª LGMTBO | Campionato Xunta de Galicia de Distancia Media
23-24 MARZO 2024



correspondiente al siguiente número de cuenta: **ES74 2080 0059 4230 4001 3404**, indicando en el concepto “**nombre y apellidos+ club+ talla de camiseta**”. El pago **SÓLO** será validado si se envía el justificante al correo tesoreria@fegado.com. Estas camisetas se entregarán en la secretaría el día de la prueba a una **persona responsable del club**.

6. SOLICITUD DE FACTURAS

La solicitud de facturas por inscripciones se deberá realizar a través del **formulario diseñado** para tal fin, con el objetivo de obtener los datos y agilizar el servicio. En caso de necesitar alguna información adicional, se contactará la persona interesada utilizando el correo electrónico.

7. PROGRAMA

VIERNES 22/03- SECRETARÍA Y SUELO DURO

18:00	Apertura de secretaría
18:00	Apertura del Model Event
19:30	Apertura Suelo Duro

SÁBADO 23/03- CARRERA DISTANCIA MEDIA

09:00	Apertura de Centro de Competición y secretaría
09:00	Apertura del Model Event
15:30	Salida de los primeros corredores Distancia Media
-	Cierre de meta (2h después de la salida del último corredor)
19:30	Entrega de premios de la Liga Española MTBO 2023

DOMINGO 24/03- CARRERA MASS START

09:00	Apertura de Centro de Competición y secretaría
10:00	Salida en masa por grupos de categorías (<i>ver punto 16</i>).
-	Cierre de meta (3h después de la salida del último corredor)
14:30	Ceremonia de entrega de premios del Trofeo Santiso

8. LOCALIZACIONES

Suelo duro y Centro de Competición: Polideportivo de Visantoña, [C/Lugar de Seoane, 44. Santiso, A Coruña.](#)

PRUEBA	DISTANCIA DESDE CC*	TIEMPO (en bicicleta)	TIEMPO (en coche)	UBICACIÓN SALIDA
MODEL EVENT	6,4 km	27 minutos	8 minutos	Salida Model
MEDIA	1,4 km	4 minutos	2 minutos	Salida Media
MASS START	550 m	2 minutos	2 minutos	Salida Mass Start

*Distancia desde el Centro de Competición a la salida de cada evento.

I TROFEO SANTISO MTBO

1ª LEMTBO | 2ª/3ª LGMTBO | Campionato Xunta de Galicia de Distancia Media
23-24 MARZO 2024

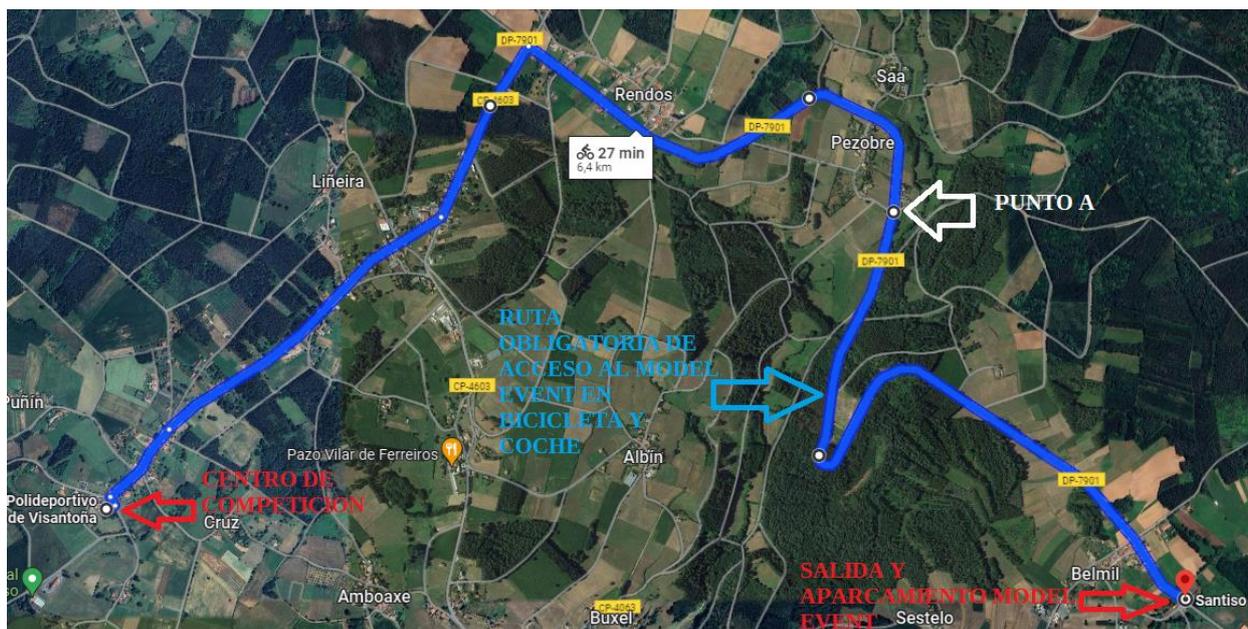


MODEL EVENT

En este mapa podéis ver la **RUTA OBLIGATORIA** (en azul) para acceder al Model Event en coche o en bicicleta. Se debe seguir dicha ruta para no pisar las zonas prohibidas de carrera. **NO** estará balizada.

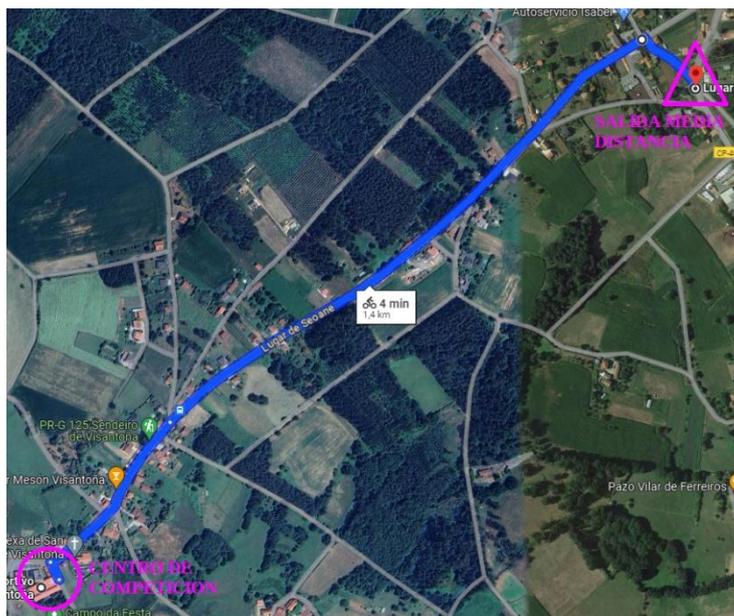
Desde el **Punto A** marcado en la imagen se puede acceder al mapa de **Model Event**, por lo que los corredores que opten por ir a dicho Model Event en bicicleta, tienen la opción de entrar al mapa desde ese punto y no tendrían que desplazarse hasta la salida.

En el lugar de **salida** del Model Event habrá **aparcamiento** y **triángulo de salida**.



DISTANCIA MEDIA

En el mapa podéis ver en azul el recorrido que estará **balizado** para llegar a la **salida de media distancia** desde el centro de competición. Éste es el recorrido que podéis utilizar para **CALENTAR** antes de la carrera. Los terrenos de la derecha y de la izquierda son zona de competición, por lo tanto, **NO** podréis calentar por dichas zonas ni ciclar desde el día que se publique este boletín. El corredor que sea visto en la zona de competición que más adelante se describe podrá ser **descalificado**.



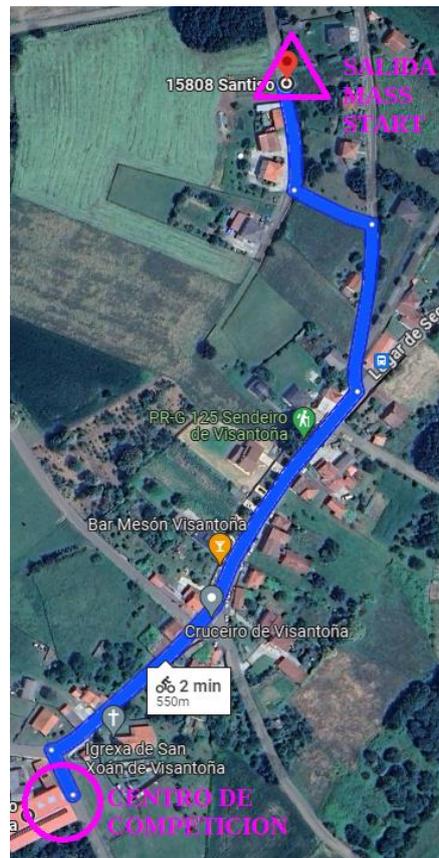
I TROFEO SANTISO MTBO

1ª LEMTBO | 2ª/3ª LGMTBO | Campionato Xunta de Galicia de Distancia Media
23-24 MARZO 2024



MASS START

En el mapa podéis ver en **azul** el recorrido que estará **balizado** para llegar a la **salida** de la **mass start** desde el **centro de competición**. Este será el recorrido que podéis utilizar para **CALENTAR** antes de la carrera, al igual que el recorrido del día anterior desde el **centro de competición** hasta la **salida de la media** (ver imagen de la pág. 7). Los terrenos de la derecha y de la izquierda son zona de competición, por lo tanto, **NO** podéis calentar por dichas zonas ni ciclar desde el día que se publique este boletín. El corredor que sea visto en la zona de competición que más adelante se describe podrá ser **descalificado**.



9. INFORMACIÓN TÉCNICA

A) DISTANCIA MEDIA (sábado 23/03)

Mapa: escala 1:10.000 y equidistancia entre curvas de nivel de 5 metros.

Tamaño de mapa: DinA4 (210mm X 297mm), impreso a dos caras en todas las categorías.

Cartógrafos: Javier Arufe y Ángel García. Revisado en febrero y marzo de 2024.

Trazados: Ángel García.

Se trata de una carrera **muy rápida** con **muy buena ciclabilidad**. Todas las categorías deben prestar especial atención a un tramo de **carretera** abierto al uso de los ciclistas, por favor, **NO** circuléis por las **ZONAS PROHIBIDAS**.

Mucho cuidado con la **señalización** vial: es **OBLIGATORIO** respetar las señales de **STOP** que haya en los cruces.

Es **muy importante** circular por nuestra **DERECHA** en todo momento, ya que nos podemos cruzar con otros corredores, con vehículos (tractores, coches...) o con animales. Se recomienda el uso del **timbre** para las curvas sin visibilidad y los cruces.

Solamente estará permitido **calentar** en el área destinada al **Model Event** o a lo largo del trayecto entre la **salida** y el **centro de competición**.

I TROFEO SANTISO MTBO

1ª LEMTBO | 2ª/3ª LGMTBO | Campionato Xunta de Galicia de Distancia Media
23-24 MARZO 2024



B) MASS START (domingo 24/03)

Mapa: escala 1:10.000 y equidistancia entre curvas de nivel de 5 metros.

Tamaño de mapa: DinA4 (210mm X 297mm) y DinA3 (297mm X 420mm). Múltiples mapas dependiendo de los recorridos y en diferentes tamaños en algunos recorridos.

Cartógrafos: Javier Arufe y Ángel García. Revisado en febrero y marzo de 2024.

Trazados: Ángel García.

Se trata de una carrera **muy rápida** con **muy buena ciclabilidad**. Esta ciclabilidad ha sido representada en el mapa en base al estado del terreno durante estos días anteriores, en los que hemos tenido **abundantes lluvias**. Por lo tanto, en el caso de que el tiempo mejore hasta el día de la carrera, la ciclabilidad **cambiará a mejor** y un lugar dibujado como posible charco que cubría todo el camino puede haberse secado o haber reducido su tamaño. No tenemos notificadas **talas** en la zona, pero podríamos encontrarnos con algún **cambio de vegetación** o alguna **variación en la ciclabilidad** si se practicasen talas durante esta última semana. Tenedlo en cuenta. Os informaremos si vemos este cambio antes de la salida.

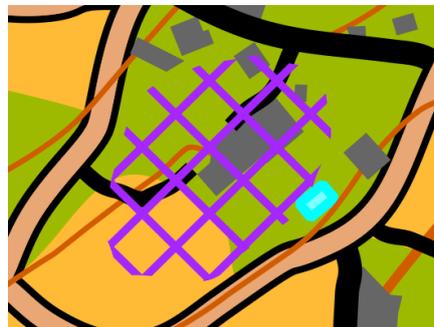
Todas las categorías deben prestar especial atención a un tramo de **carretera** abierto al uso de los ciclistas, por favor, **NO** circuléis por las **ZONAS PROHIBIDAS**.

Mucho cuidado con la **señalización** vial: es **OBLIGATORIO** respetar las señales de **STOP** que haya en los cruces.

Es **muy importante** circular por nuestra **DERECHA** en todo momento, ya que nos podemos cruzar con otros corredores, con vehículos (tractores, coches...) o con animales. Se recomienda el uso del **timbre** para las curvas sin visibilidad y los cruces.

Solamente estará permitido **calentar** a lo largo del trayecto entre la **salida** y el **centro de competición** y en el trayecto entre la **salida de media distancia** y el **centro de competición**.

Las zonas a las que no se podrá acceder o que por seguridad la organización no quiere que los corredores entren, se han pintado como **prohibidas**. En una de las zonas de la Mass Start, para una mejor legibilidad y que no genere confusión con unos caminos que no se unen, también se ha pintado como prohibido para que quede claro que por esos prados está **prohibido circular** para no generar confusión con el naranja abierto y con naranja ciclable.



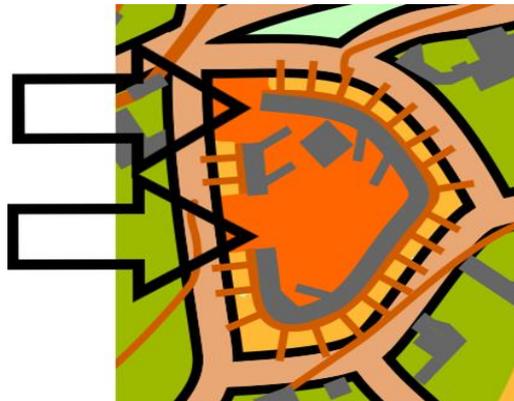
Una de las balizas comunes está dentro de un prado rodeado por un **cortado** y con **dos entradas claras**. Por seguridad, se **delimitará el prado con cinta** para que quede claro que **SÓLO** se puede acceder al mismo por **estos dos puntos**. Si un corredor sube o baja el cortado y pasa la cinta podría ser **DESCALIFICADO**, ya que habrá personal de la organización en dicha ubicación controlando.

I TROFEO SANTISO MTBO

1ª LEMTBO | 2ª/3ª LGMTBO | Campionato Xunta de Galicia de Distancia Media
23-24 MARZO 2024



Los participantes pasarán por esta baliza cuando lleven en torno a un **50-60%** de la carrera dependiendo de su recorrido. Aquellas personas que lo deseen, pueden dejar un **bidón de agua** identificado con su **número de dorsal** en secretaría hasta el día **24/03 a las 09:00h**, para que la organización pueda trasladarlo a una mesa que se colocará al lado del punto de control y los participantes puedan usarlo al pasar por él. Si después el bidón que hayas utilizado hasta ese punto queréis dejarlo encima de la mesa podéis, pero deberá estar debidamente **identificado** (la organización **NO** se responsabiliza del material que pueda quedar sin identificar e irá a la basura). Puede dejarse también **comida** (geles, barritas...) atada al bidón. Este será el lugar donde depositar la **basura** a lo largo de la carrera.



*Puntos de acceso a la baliza (→). Queda **prohibido** acceder por la valla infranqueable dibujada. En el terreno **NO** será una valla, sino una **cinta de balizar** que delimita el terreno por seguridad.*

Salida de la Mass Start: La salida de la Mass Start se realizará en un prado en subida habilitado. Dicho prado tendrá una **cinta**, pintada en el mapa como **valla infranqueable**, para que se entienda que la salida hasta el **triángulo** es **OBLIGATORIA** para todos los corredores y una vez estén en el triángulo de salida, será el corredor quien pueda tomar la dirección que crea oportuna, según lo representado en el mapa y su recorrido. Habrá más de una elección de ruta al control 1. Tened precaución al llegar al **triángulo** para **evitar choques**, la carrera es suficientemente larga para sacar ventaja en otros lugares, no necesariamente en éste.

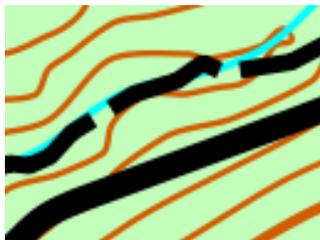


Estará **SOLO** permitido **calentar** desde el centro de competición hacia la salida por el **camino encintado** y como se ve en la imagen en la zona pintada de **rojo**. También a lo largo el recorrido del día anterior entre el **centro de competición** y la salida de la **media distancia**.

El corredor que tenga que realizar su salida tendrá en el punto número 3 las bases de **limpiar, comprobar y Test Air**. La estación de **Battery Test** estará en secretaría. Es **responsabilidad del corredor** comprobar la batería de su pinza. El número 2 hace referencia a la zona de **calentamiento** de la carrera Mass Start. Una vez el corredor haya limpiado, comprobado, realizado el Test Air y sea llamado, debe ir ceñido al borde derecho sin demora siguiendo el **itinerario azul** hasta el número 1, donde se podrá colocar hasta la entrega de mapa y el momento de salida.

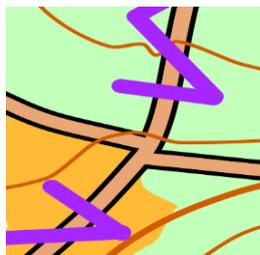
I TROFEO SANTISO MTBO

1ª LEMTBO | 2ª/3ª LGMTBO | Campionato Xunta de Galicia de Distancia Media
23-24 MARZO 2024



En la Mass Start se transitará por una pista que paralelamente tiene una senda. Habrá controles en la senda y en la pista. En todas las balizas habrá el **punto** para saber exactamente donde está ubicado el control. Está **PROHIBIDO** saltar de la senda al camino y del camino a la senda. Se debe entrar en dicha senda por cualquiera de los **pasos marcados**. Habrá personal de la organización en dicho lugar para comprobar que esto no ocurra y si un corredor es visto haciéndolo podrá ser descalificado.

Estos días de mucha lluvia se ha acumulado en una curva del camino un **charco** que se pasa pero que cubre todo el camino. Lo hemos enfatizado y representado de esta manera para que se vea mejor. **No habrá ningún obstáculo**, pero se representó así para una mejor lectura. Si los días previos son de mucha lluvia tenedlo en cuenta, si el terreno está seco podríamos encontrar un charco más pequeño.



Paso habilitado en la carretera prohibida.

NOTA IMPORTANTE: los mapas de la Mass Start estarán **IDENTIFICADOS para cada corredor**. Si se encuentra un mapa de un participante en el terreno, dicho participante podría ser **descalificado**. Por tanto, los corredores deben llegar a la meta con el **juego de mapas completo**, no podrán deshacerse de ellos durante la carrera.

10. COMENTARIOS DEL TRAZADOR

Terreno típico del interior de Galicia, intercalando **zonas de pasto** y otras de **monte** con predominio de **vegetación rastrera**, en general con una **red de caminos de alta ciclabilidad**, con pistas continuas y carreteras secundarias. El desnivel es más acusado en algunas partes del mapa.

Existen numerosos pastos y tramos de monte que pueden estar limpios, pero **nunca** recomendables para navegar fuera de la red de caminos.

11. SEGURIDAD

Consultar el archivo adjunto sobre **“Evaluación de riesgos”**.

12. ORGANIZACIÓN

Director de carrera: Francisco Varela.

Director técnico: Ángel García García.

Trazador: Ángel García García.

Jueces de cronometraje: Javier Arufe y Natalia Pedre.

I TROFEO SANTISO MTBO

1ª LEMTBO | 2ª/3ª LGMTBO | Campionato Xunta de Galicia de Distancia Media
23-24 MARZO 2024



Responsables de seguridad: Javier Alvelo Fraguela.
Responsable multimedia y prensa: María Piñeiro Varela.

Juez Controlador: Javier Usón.

13. CATEGORÍAS

CATEGORÍA	AÑO DE NACIMIENTO
F15/M15	Nacidos en 2009 o posteriores
F17/M17	Nacidos en 2007 o 2008
F20/M20	Nacidos entre 2004 - 2006
FE/ME	Absoluta, sin límite de edad
F21/M21	Sin límite de edad
F40/M40	Nacidos en 1984 o anteriores
F50/M50	Nacidos en 1974 o anteriores
F60/M60	Nacidos en 1964 o anteriores
F70/M70	Nacidos en 1954 o anteriores
ABS. PAREJAS	2 deportistas de cualquier edad y género
INIC. PAREJAS	2 deportistas de cualquier edad y género
OPEN F12/M12	Nacidos en 2012 o posteriores
EBIKE	De cualquier edad y género
PROMOCIÓN	De cualquier edad y género

14. RECORRIDOS (Distancia Media y Mass Start)

RECORRIDO	CATEGORÍAS
Recorrido 1	F15, Iniciación Parejas.
Recorrido 2	Promoción, M15, F70.
Recorrido 3	F17, F60, M70.
Recorrido 4	F21, F50, M17, M60, E-Bike.
Recorrido 5	F20, F40, M21, M50, Absoluta Parejas.
Recorrido 6	F-Élite, M20, M40.
Recorrido 7	M-Élite.

15. DISTANCIAS Y DESNIVELES

MEDIA DISTANCIA (23/03)			
RECORRIDO	DISTANCIA (kms)	DESNIVEL POSITIVO (m)	Nº de CONTROLES
Recorrido 1	11,5	280	16
Recorrido 2	15,4	350	18
Recorrido 3	16,84	415	17
Recorrido 4	19,9	450	19
Recorrido 5	20,5	500	19
Recorrido 6	23,0	535	18
Recorrido 7	26,4	600	21

I TROFEO SANTISO MTBO

1ª LEMTBO | 2ª/3ª LGMTBO | Campionato Xunta de Galicia de Distancia Media
23-24 MARZO 2024



MASS START (24/03)			
RECORRIDO	DISTANCIA (kms)	DESNIVEL POSITIVO (m)	Nº de CONTROLES
Recorrido 1	13,5	350	22
Recorrido 2	18,3	500	24
Recorrido 3	22,3	620	23
Recorrido 4	28	708	26
Recorrido 5	33	850	29
Recorrido 6	34,6	880	32
Recorrido 7	38,7	1040	33

16. HORARIOS DE SALIDA MASS START

SALIDA MASS START		
SALIDA	HORARIO	ORDEN DE LLAMADA POR CATEGORÍAS
SALIDA 1	10:00	Masculino 20 / Femenina 20 Masculino 21/ Femenina 21 Masculino 17 / Femenina 17 Masculino 15 / Femenina 15 Absoluta Parejas / E- Bike Masculino 70 / Femenina 70 Promoción / Iniciación Parejas
SALIDA 2	10:15	Masculino 50 Masculino 60 / Femenina 60
SALIDA 3	10:30	Masculino 40 / Femenina 40 Femenina 50
SALIDA 4	10:45	Masculino Élite / Femenina Élite

En la mass start tendremos **4 salidas** con **15 minutos de separación** entre ellas. Los corredores de cada salida serán llamados **15 minutos ANTES** de su hora de salida para que vayan a limpiar, comprobar, test AIR y pasen a su lugar de salida. Una vez en su lugar de salida, esperarán a la colocación de todos los corredores.

Cuando estén todos colocados, se entregarán los mapas que deberán estar **dados la vuelta**, para no visualizar el recorrido. Se irá avisando del tiempo restante a la hora de salida y cuando falten **15 SEGUNDOS**, se avisará con la palabra "**MAPAS**" para que los corredores puedan darles la vuelta. Cuando pasen estos 15 segundos, se avisará para dar la salida a los corredores.

Es recomendable **no quedarse parado** y tener **mucha precaución** en esta salida para no chocar y evitar caídas o atropellos. No se gana la carrera en estos primeros instantes. Si un corredor tiene previsto quedarse mirando el mapa más de esos 15 segundos, le recomendamos que elija una posición de colocación lateral para influir lo menos posible

I TROFEO SANTISO MTBO

1ª LEMTBO | 2ª/3ª LGMTBO | Campionato Xunta de Galicia de Distancia Media
23-24 MARZO 2024



en la salida. A los **3 MINUTOS** a haber dado la salida **NO** podrá estar ningún corredor en el lugar de la salida. Pedimos vuestra máxima colaboración para todo este proceso. ¡GRACIAS!

Revisad el apartado B del punto 9 de este boletín, en el que se hace referencia a la explicación de esta imagen:



17. PREMIOS

Al ser la primera prueba de la Liga Española de la temporada, se hará entrega de las **medallas y diplomas de la liga 2023**, ¡no olvidéis comprobar el **ranking final individual y por clubs 2023** para no perderos la ceremonia!

18. JURADO TÉCNICO

Juez Controlador: Javier Usón Nebra.

Participante: Elena Yllán Ortiz (F-E) (ALABARDA-O).

Participante: Senén Cucalón Irache (M-50) (Club Peña Guara).

Representante de los organizadores: Francisco Varela Lorenzo.

19. SUELO DURO

Desde la organización se ofrece el servicio de **suelo duro**, previa inscripción en SICO.

Precio: 3€ por persona.

Localización (suelo duro y centro de competición): Polideportivo de Visantona, C/Lugar de Seoane, 44. Santiso, A Coruña.



20. AVITUALLAMIENTO

Existirá avituallamiento en **meta**, cada deportista deberá aportar **su propio recipiente**.

21. ÁREAS PERMITIDAS

Desde la publicación de este boletín, las **áreas prohibidas** del punto número 22 serán áreas embargadas para los participantes del I Trofeo Santiso MTBO.

Estará **permitido** que los corredores puedan acceder a las áreas del **MODEL EVENT** y **ALREDEDORES DE LAS ÁREAS EMBARGADAS** para entrenar, para hacer el Model

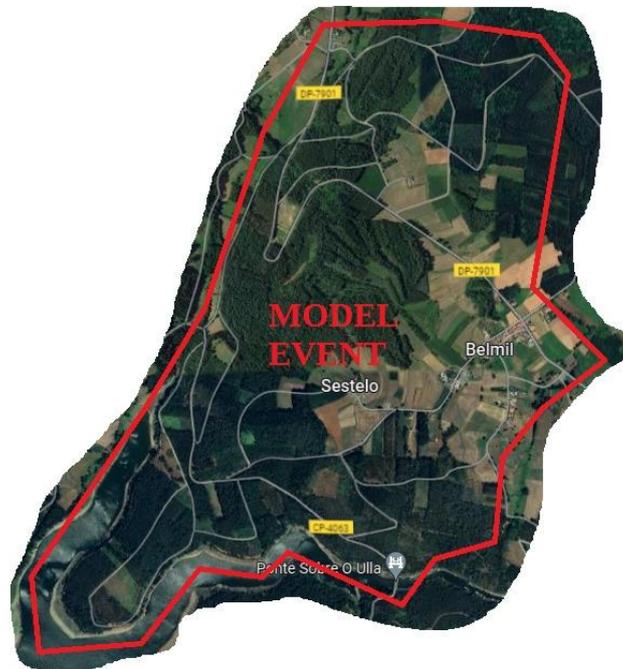
I TROFEO SANTISO MTBO

1ª LEMTBO | 2ª/3ª LGMTBO | Campionato Xunta de Galicia de Distancia Media
23-24 MARZO 2024



Event o lo que consideren oportuno.

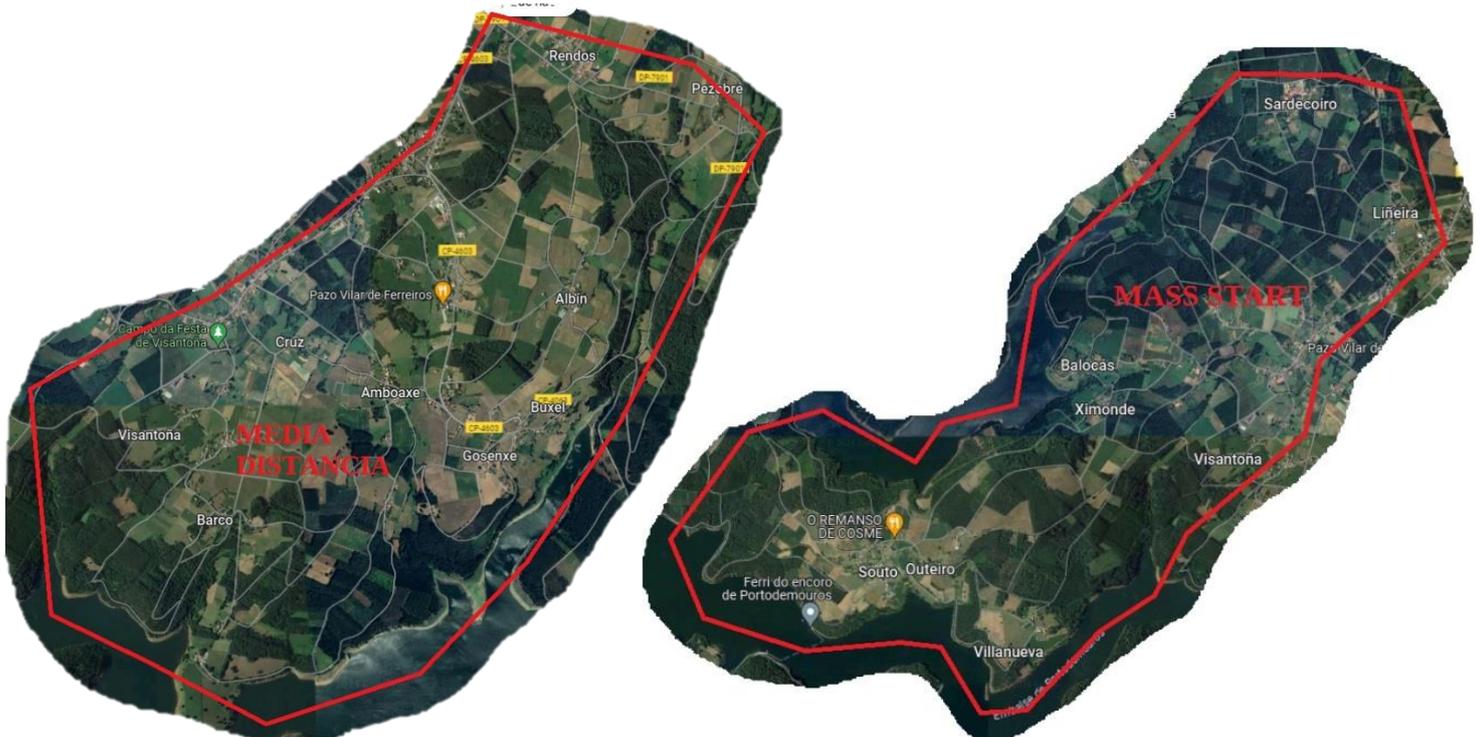
Recordad que el Model Event **no** estará disponible hasta el **VIERNES A PARTIR DE LAS 18:00**. Recordad también el **ITINERARIO OBLIGATORIO** (ver punto 8 de este boletín) para acceder al Model Event.



22. ÁREAS PROHIBIDAS

Las áreas que quedan **PROHIBIDAS** desde la publicación del boletín aparecen delimitadas en las siguientes imágenes.

Si a un corredor se le viera circulando por las zonas embargadas podría ser **DESCALIFICADO** del evento. Por favor, respetad dichas áreas para contribuir al **FAIR PLAY**.



I TROFEO SANTISO MTBO

1ª LEMTBO | 2ª/3ª LGMTBO | Campionato Xunta de Galicia de Distancia Media
23-24 MARZO 2024



23. PARKING

Habrá 3 áreas de aparcamiento disponibles (ver imagen).

Los **TURISMOS** podrán estacionar en los **parkings 1, 2 y 3** por orden de llegada (en primer lugar, se completar  el parking 1; a continuación, el 2 y finalmente el 3).

Las **AUTOCARAVANAS** **solamente** podrán estacionar (y pernoctar) en el **parking 3**.

TODOS los v hculos que est n estacionados en el **parking 3 NO** podrán moverse durante el tiempo que dure la carrera, ya que atravesarán una carretera por la que pasan algunos recorridos, por lo que tendrán que esperar al cierre de meta para poder salir.



24.  D NDE COMER, DÓNDE DORMIR?

Podéis consultar más información sobre los servicios de hospedaje y restauración de la zona en el apartado de turismo del propio **Concello de Santiso** y de los concellos vecinos de **Melide** y **Arz a**, ambos con numerosas ofertas por ser localidades de paso del **Camino de Santiago**.

I TROFEO SANTISO MTBO

1ª LEMTBO | 2ª/3ª LGMTBO | Campionato Xunta de Galicia de Distancia Media
23-24 MARZO 2024



25. ORGANIZAN Y COLABORAN



fegado
Federación Galega
de Orientación



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO

