

1. **ORGANIZACIÓN:** Servizo Provincial de Deportes da Coruña – Secretaría Xeral para o Deporte - Xunta de Galicia.

2. **COLABORACIÓN:** ADE As Rías, ADC Arnela e Concello de Negreira.

3. **DATA, LUGAR E HORARIO:** Luns, 11 de maio – Explanada IES Xulián Magariños (Negreira) → [Google Maps](#).

- 10:00 → **Apertura de Secretaría:** Entrega de material ós responsables dos centros.
- 10:30 → **Saída dos primeiros participantes.**
- 13:00 → **Peche de meta:** Todos os participantes deben ter rematado a súa carreira e pasar pola Meta.
- 13:30 → **Entrega de medallas (3 primeiros/as de cada categoría) e clausura da actividade.**

4. **PREVISIÓN METEOROLÓXICA FAVORABLE:** Ceo anublado con probabilidade alta de choiva | Máx. 14°C | Vento N feble | Índice UV Máx. 5/6 → [Metegalicia](#).

5. **CATEGORÍAS:** INFANTIL FEMININO / MASCULINO (2012 - 2013) - CADETE FEMININO / MASCULINO (2010 - 2011)

6. **CARTOGRAFÍA:** Explanada IES Xulián Magariños (ADC Arnela) - Normativa ISSprOM 2019-2 - Escala 1:2000 - Equidistancia 2 metros.

## 7. ZONA DE CONCENTRACIÓN E ACCESO

- Os autobuses deixarán, aparcarán e recollerán ós rapaces no **aparcadoiro** que hai ó sur do IES Xulián Magariños.
- Terán á súa disposición o pavillón do CEIP O Coto para cambiarse e deixar as súas cousas, así como para ir ó baño.
- A zona de concentración e quecemento será a propia estrada que separa o IES Xulián Magariños da zona de competición, moi preto da zona de saídas e da Secretaría, e que permanecerá pechada ó tráfico durante o evento.
- Segundo vaian chegando os buses e os competidores/as estean preparados/as na zona de concentración, agardarán a ser chamados pola organización para empezar a competición (a partir das 10:25 aproximadamente).
- Unha vez rematada a súa participación poderán permanecer nesa mesma zona animando ou irse a cambiar ó pavillón do CEIP O Coto.

## 8. DESENVOLVEMENTO DA PROBA

- **Os corredores deberán levar obrigatoriamente un dorsal visible na parte frontal** → Entregaranse ó responsable de cada centro na Secretaría.
- **Carreira Sprint** en bosque na modalidade de **orientación en liña** → Os participante terán que pasar por tódolos controis, seguindo obrigatoriamente a orde numérica.
- **Atención á roupa e calzado elixidos:** A zona estará mollada e pode que **embarrada nalgunhas zonas polas choivas** → **Levar roupa para cambiarse.**
- **Saída individual contra reloxo**, separando ós participantes dunha mesma categoría entre si 1 minuto e intentando separar os dun mesmo centro nos minutos consecutivos.
- **Haberá controis bastante próximos**, polo que é moi importante comprobar o número/código dos mesmos.
- **Pequena marxe para corrixir posibles erros durante a carreira** → As tarxetas (PCards) teñen unha capacidade máxima de 20 “picadas” e os percorridos constan de 17 controis.
- **Tempo máximo de carreira para tódalas categorías: 60 minutos** → Tempo estimado do/a gañador/a en cada categoría entre 12 e 15 minutos.
- **Se unha estación SportIdent fallase, os participantes deberán picar ca pinza clásica manual** nun dos recadros habilitados para tal fin no propio mapa (R1 – R2 – R3).
- **Contaremos con froita e auga ó remate da proba** por xentileza do Concello de Negreira.
- **Entrega de trofeos na propia explanada.**

## 9. DISTANCIAS E DESNIVEIS

\* As distancias e desniveis estarán calculados automaticamente en liña recta entre controis. Estes valores nun terreo como este veranse incrementados entre un 10 e un 15 por cento no transcurso da carreira facendo un “percorrido ideal”.

PERCORRIDOS	CATEGORÍAS	Nº CONTROIS	DISTANCIA (Kms)	DESNIVEL (MTS)
R1	Infantil Feminino	17	1.5	5
R2	Infantil Masculino	17	1.6	5
R3	Cadete Feminino	17	1.7	10
R4	Cadete Masculino	17	1.8	10



## 10. CARTOGRAFÍA E TRAZADOS

A zona de competición consiste basicamente nunha explanada onde a maior parte dos elementos son árbores de distintas especies, predominando ameneiros e piñeiros. O criterio que se seguiu para diferenciar uns de outros é o seguinte:

- Os piñeiros e tamén algúns carballos e castiñeiros que medran a partir dun só tronco → Símbolo 417: “Árbore grande prominente”



- Os piñeiros, carballos ou castiñeiros cun tamaño claramente inferior ó resto → Símbolo 418: “Arbusto prominente ou árbore pequena”
- Bosqueciños formados tanto pola agrupación de varias árbores separadas ou por moitas árbores que nacen cos troncos moi xuntos (ameneiros):  
→ Símbolo correspondente segundo a densidade da vexetación rodeado polo símbolo 416 (“Límite de vexetación”):



405 "Bosque limpo"

406 "Vexetación, carreira lenta"

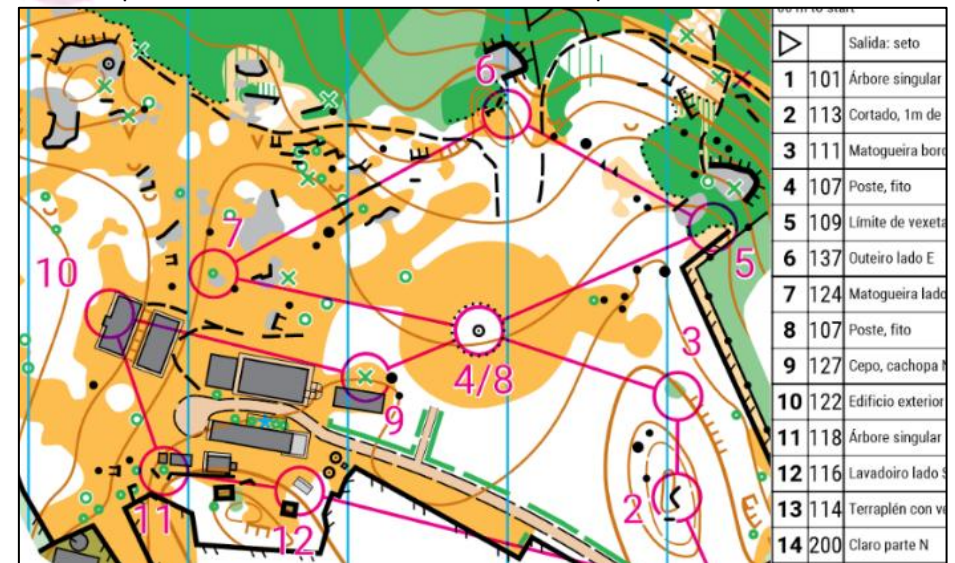
## 11. TRAZADOS

- Como é habitual neste tipo de percorridos, haberá **continuos cambios de dirección**, polo que haberá que estar moi atentos e orientar ben o mapa en cada cambio.
- Todos os trazados contarán con un “bucle”,** polo que pasarán dúas veces por unha mesma baliza → Na imaxe de exemplo da dereita pode verse e entenderse claramente:
  - Hai que pasar pola Baliza nº 4 (control 107) e picala unha primeira vez.
  - Logo visitar os controis indicados na orde correcta: 5 (109) – 6 (137) – 7 (124).
  - Volver a pasar e picar de novo a mesma baliza de antes (agora nº 8, pero co mesmo número de control 107).
  - Continuar o percorrido ata o final na orde indicada no mapa (9 – 10 – 11 12 ...).



- Hai unha **zona sementada** recentemente que aparece no mapa como zona **prohibida co símbolo 709** (“Área prohibida”). As beiras non están afectadas por esta prohibición, podéndose pasar sen problema polas mesmas para ir dun control a outro. Afecta ós percorridos dos Cadetes Masculino e Feminino.

← Na imaxe da esquerda pode verse como aparecerá no mapa.



## 12. CROQUIS CENTRO DE COMPETIÇÃO

