



ROGAINE INOCENTES 2018

CLUB DE MONTAÑA FERROL



## BRIEFING

R  
O  
G  
A



I  
N  
O  
C  
E  
N  
T  
E  
S  
  
2  
0  
1  
8



## LLEGADA Y RECEPCION

- Es necesario que todos los participantes pasen por la secretaría para recoger la tarjeta de control individual y personalizada antes de la salida (recordamos que esta es a las 18:30h.) por lo que será recomendable estar con tiempo suficiente para aparcar y pasar por secretaría.
- **La secretaría abrirá a las 17:00 h.**
- **Se hará un breafing a las 18:00 h.**
- **Se darán los mapas a las 18:25 h.**
- **Se podrán mirar los mapas a las 18:28 h.**

La salida y meta, será en la plaza frente al Cuartel de la Guardia Civil de San Sadurniño, antes Casa do Concello (coordenadas 43.532714, -8.072701).

La zona de salida es la marcada con cruz azul, la zona de secretaría es el edificio marcado con cruz roja.



La zona de salida marcada con cruz azul, la zona amarilla será la zona de aparcamiento.





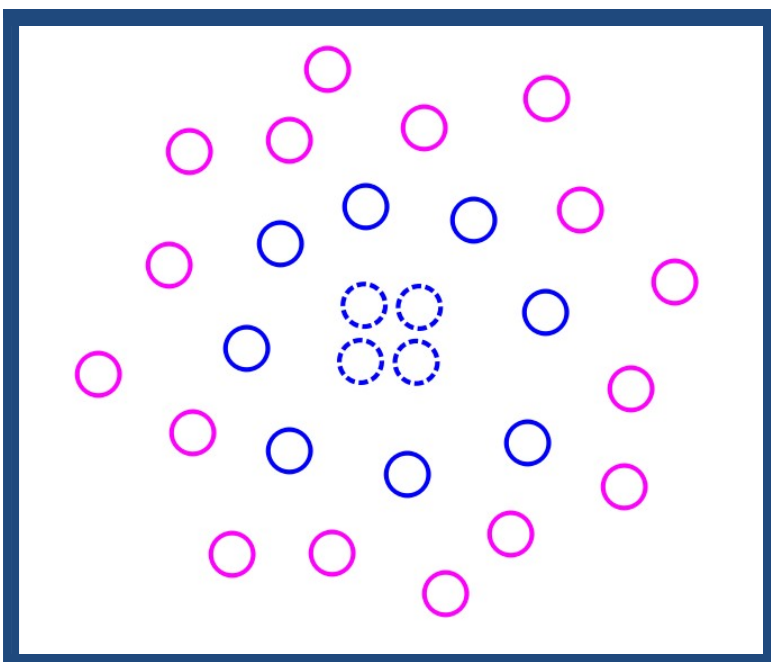
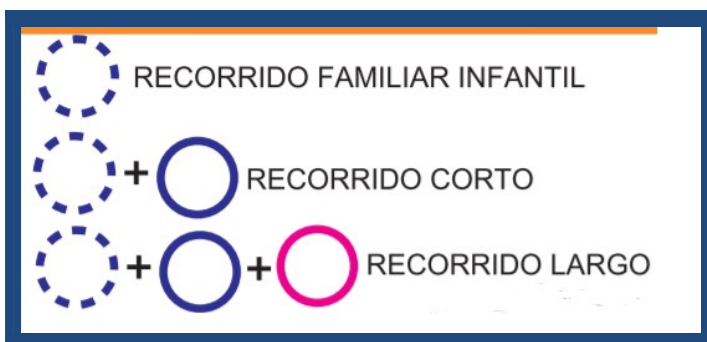
OJO! Aunque se progrese en grupo, a cada participante se le entregará una tarjeta con su nombre y apellidos que tendrá que devolver en la meta. La tarjeta será el instrumento que usará la organización para tener controlados a los participantes.

Si algún participante, por cualquier motivo, abandona la prueba, o llega a meta, **TIENE LA OBLIGACION DE ENTREGAR LA TARJETA A LA ORGANIZACIÓN**, en caso contrario, para la organización ese participante sigue en el monte y saldremos a buscarlo o llamaremos a su teléfono móvil.

Se recuerda que esta es una prueba con tráfico abierto y por lo tanto, se recuerda la **obligatoriedad de cumplir las normas de circulación**. Extremar la precaución en los cruces de carreteras y cruzar estas convenientemente por los pasos de cebra.

## DE LA PRUEBA

Habrà un único mapa en el que se diferenciarán las balizas de los diferentes recorridos.






# ROGAINE INOCENTES 2018

CLUB DE MONTAÑA FERROL



1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	
NOMBRE:						CATEGORÍA:		HORA META:		PUNTOS:	

El recorrido familiar solo cogerán las balizas azules a trazos.

El recorrido corto deberán coger las balizas azules, las que están a trazos y las que no.

El recorrido largo deberá coger TODAS las balizas del mapa, las azules y magentas.

La numeración de las balizas es aleatoria. **NO es necesario picar las balizas correlativamente siguiendo la numeración indicada.** Pero si es obligado picar cada número de baliza (las balizas puestas en el monte están numeradas) en su casilla correspondiente. En caso de error, se puede picar en el mapa o en la zona del nombre de la tarjeta y avisar cuando se llegue a mesa de meta.

Se recomienda mirar el mapa para determinar la mejor estrategia. Recordar que calcular la progresión por el monte es complicado y debería ajustarse el tiempo para llegar a meta sin **pasarse del cierre (21:30h.)**, ya que esto acarrea **descalificación automática**. Por todo esto, recomendamos dejar balizas cercanas a meta para poder ajustar los tiempos de carrera.

El recorrido familiar progresarán en todo momento por el núcleo urbano de San Saturnino y su extrarradio, por lo que deben extremar las precauciones con niños e ir en todo momento por las aceras.

El recorrido corto y largo se alejarán del casco urbano hacia los montes de San Saturnino. La zona que se va a recorrer es zona de monte y pistas muy usadas por los madereros. Suelen ser pistas sucias con bastantes ramas. Mucho cuidado con los esguinces.

La organización estima que no va a ser realizable el que un participante coja todas las balizas del mapa. Recordamos que TODAS las balizas son de 1 punto y ganará aquel que más puntos consiga sin pasarse del límite de las 3 horas. **La excepción la marca una BALIZA INOCENTE la cual no tendrá pinza y no otorgará puntos.**





## DE LA SEGURIDAD (Material Obligatorio)

Material obligatorio de todos los participantes:

- Chaleco reflectante
- Luz frontal con batería de reserva (reserva).
- Teléfono móvil (los números de la organización impresos en el mapa)
- Chubasquero o cortavientos (puede anularse la obligatoriedad de portar el chubasquero o cortavientos en caso de buen tiempo).

Recomendable:






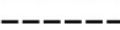
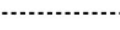




- Brújula (1 por persona o grupo)
- Mochila con algo de agua y comida.
- Camiseta larga y mallas largas, o maguitos (cubrir todo el cuerpo)
- Por la noche refresca, cualquier percance puede hacer pasar un mal rato por el frío. Se recomienda llevar ropa de abrigo polar o Softshell.
- Botiquín de emergencia y silbato.

## DEL MAPA

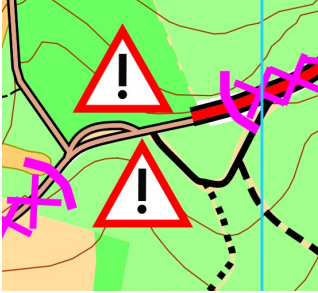
Se entrega un mapa escala 1:12500 impreso en hoja DIN A3. En él se mostrarán todas las balizas de todos los recorridos para poder visualizar rápidamente la estrategia de toda la prueba. Por el dorso habrá una LUPA o ampliación de la zona urbana en 1:7500 para mejor orientación dentro del pueblo.

La zona del dorso del mapa es la que usarán realmente el recorrido Familiar.

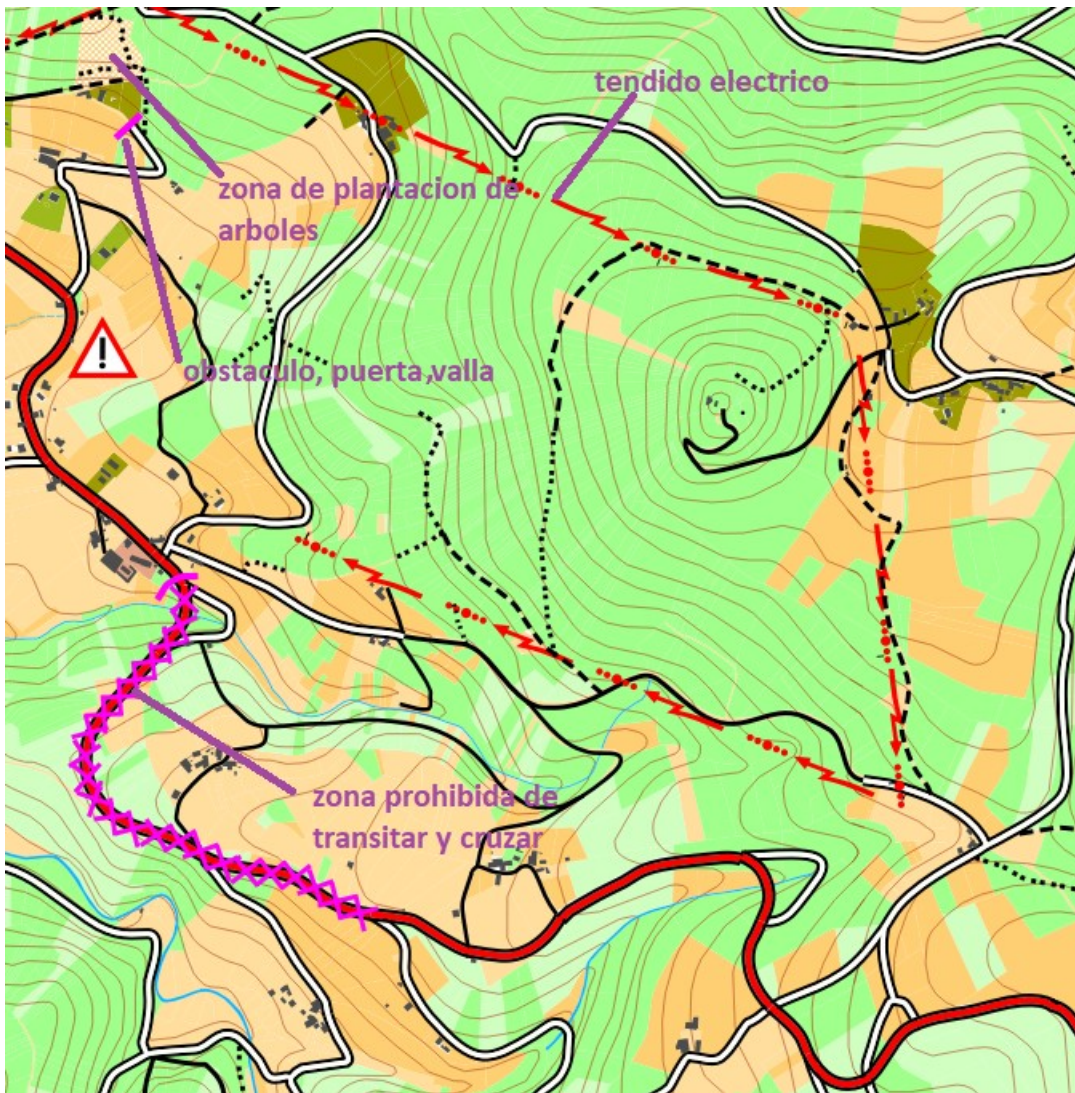
El mapa ha sido desarrollado para Raid o OBM. No es un mapa específico de OPIE ni Rogaine. NO cumple con normativa ISOM y las indicaciones de vegetación son orientativas.

	Autopista/PROHIBIDO CRUZAR O TRANSITAR
	Carretera principal/TRAFICO DENSO Y RAPIDO
	Carretera secundaria / TRAFICO MODERADO SE PUEDE TRANSITAR CON PRECAUCION
	Pista asfaltada /A PENAS TRAFICO Y SE DEBEN USAR COMO PRINCIPAL VIA DE TRANSITO
	Pista de tierra
	Camino/Senda mayor de 1 metro
	Camino/Senda menor de 1 metro
	Camino en mal estado
	Obstáculo impenetrable
	Prohibido cruzar o transitar
	Zona permitida cruzar

Las zonas por donde está permitido cruzar las carreteras están indicadas entre corchetes.

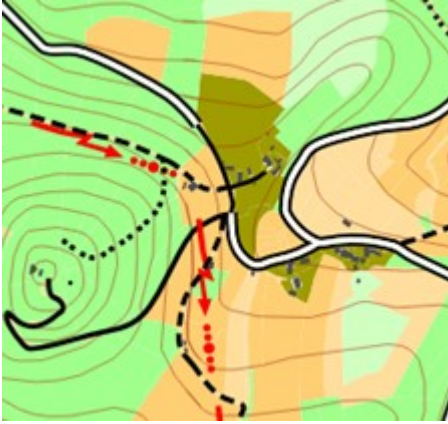


Estas zonas en algún caso son extensas porque hay distintos puntos de cruce y no tenía sentido poner prohibiciones entre los distintos cruces de carreteras....pero está prohibido transitar por las carreteras, solo cruzarlas en las zonas indicadas entre corchetes, libres de cruces magentas.





La vegetación ha de tenerse en cuenta, de la siguiente manera:



**Tonalidades Verde:** Del más claro al más oscuro (3 tonalidades distintas) indica el grado de progresividad en la carrera. Se ha eliminado el color blanco “de bosquecillo” que indica ISOM por no encontrarse esas condiciones en Galicia. Lo más parecido sería el verde claro (zona de eucaliptal o pinar con vegetación baja donde la progresión es rápida). El verde intermedio indica zona de árboles con vegetación algo más alta. El verde más oscuro indica zona de árboles o sin ellos donde la vegetación no deja progresar. Hay pocos sitios indicados de esa manera, y donde se han puesto ha sido para ayudar a los corredores a no pasar por esa zona porque la progresión es muy lenta y dificultosa.

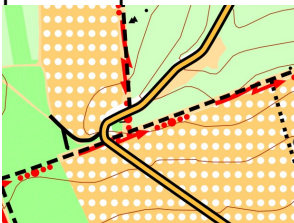
Otra consideración sería el verde pistacho que indica “terreno particular” → prohibido el paso por esa zona.

**Tonalidades marrón:** igual que el verde según su tonalidad más clara u oscura indica la velocidad de la carrera. En este caso los marrones indican zonas despejadas de árboles, tipo prados o extensiones de tierra.

Zonas de cultivo: no progresar por ellas.



Zonas de re-plantación de árboles: zonas repobladas donde no hay un camino definido pero se puede transitar rápido entre la cuadrícula que forman la replantación de árboles.





ROGAINE INOCENTES 2018

CLUB DE MONTAÑA FERROL



Por último y no menos importante:

**No tiréis nada en el monte!!!**

Habrà duchas, pincho y entrega de trofeos.

**Se recuerda que para la gestión eficiente y responsable de plásticos, animamos a que cada uno traiga su propia taza para la sopa.**

## ORGANIZACIÓN

---

El “**Rogaine Inocentes 2018**” está organizado por el CLUB DE MONTAÑA FERROL, contando con la inestimable colaboración del CONCELLO DE SAN SADURNIÑO.

**Director de Carrera:** Óscar Fernández Otero

Para ponerse en contacto con la organización, enviar email a [raidscmf@gmail.com](mailto:raidscmf@gmail.com).

