

ORGANIZACIÓN

CLUB ORGANIZADOR: CLUB FLUVIAL LUGO

DIRECCIÓN: EUGENIO RODRIGUEZ NÚÑEZ

EQUIPO TÉCNICO:

- Cartografía y recorridos: Eugenio Rodríguez Núñez, Pedro Parga Andón
- Revisión de mapa, trazados y balizado: Eugenio Rodríguez Núñez, Pedro Parga Andón, José Manuel Nogueras, Diego Indalecio.
- Sportident: Carlos Fernández Martínez, Alberto Corral Alonso (Técnico en Prácticas)
- Responsable Covid: Pedro Parga Andón
- Juez controlador: Jorge Piñeiro (Club Artabros)

DATOS MAPA

MONTE SEGADE. Registro FEDO: LU-44201. Mapa elaborado en el año 2001 por Valentín Vladimirov. Mapa redibujado en enero de 2020 por Javier Liz, con lo que se recomienda a los corredores **revisar la normativa cartográfica ISOM2017-2** prestando especial atención a la a representación de la vegetación.

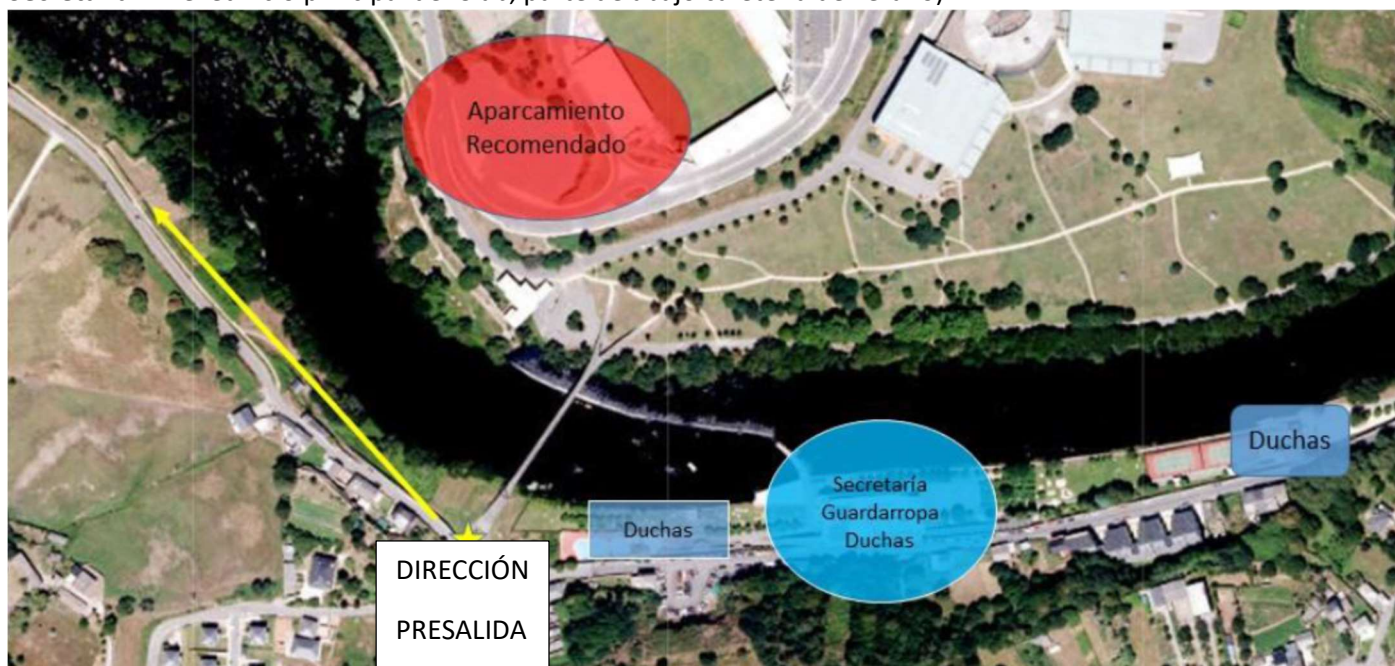
APARCAMIENTO, SECRETARÍA Y PRESALIDA

La zona de concentración se ubica **instalaciones del Club Fluvial de Lugo**.

Aparcamientos en los dos márgenes del río Miño. Recomendamos el ubicado en el lado norte, al lado de Carrefour y debajo del campo fútbol, el propio del club suele estar lleno. Se podrá usar la pasarela peatonal para aproximarse a la zona de concentración.

Presalida. Señalizada desde el lado sur de la pasarela peatonal , distancia a la presalida 1100 mts, paseando 20 minutos. **Desde la presalida a la salida el tiempo será de 5 minutos.** Estará balizada, tanto de ida como de vuelta, en su mayoría discurre por una pista de tierra.

Secretaría. En el edificio principal del Club, parte de abajo cafetería de verano).





RECORRIDOS Y CATEGORÍAS

CATEGORÍAS:

| CATEGORÍA | AÑOS NACIMIENTO |
|--------------------|--------------------|
| ALEVÍN M/F-12 | 2010 - |
| INFANTIL M/F-14 | 2008-2009 |
| CADETE M/F-16 | 2006-2007 |
| M/F-18 | 2004-2005 |
| M/F-21 | Sin límite de edad |
| E/FE | Sin límite de edad |
| M/F-35 | 1987 y anteriores |
| M/F 40 | 1982 y anteriores |
| M/F 45 | 1977 y anteriores |
| M/F-50 | 1972 y anteriores |
| M/F-55 | 1967 y anteriores |
| INI CORTA | Sin límite de edad |
| INI LARGA | Sin límite de edad |

RECORRIDOS:

| RECORRIDO | BALIZAS | DISTANCIA (metros) | DESNIVEL (metros) | RECORRIDO | BALIZAS | DISTANCIA (metros) | DESNIVEL (metros) |
|-----------|---------|--------------------|-------------------|-----------|---------|--------------------|-------------------|
| INI CORTA | 10 | 2700 | 50 | INI LARGA | 15 | 3400 | 90 |
| F12 | 12 | 2900 | 70 | M12 | 12 | 2900 | 70 |
| F14 | 15 | 3400 | 90 | M14 | 15 | 3400 | 90 |
| F16 | 14 | 4100 | 150 | M16 | 15 | 4200 | 160 |
| F18 | 15 | 4200 | 160 | M18 | 17 | 4900 | 180 |
| F21B | 14 | 4100 | 150 | M21B | 16 | 4900 | 170 |

2º PRUEBA LIGA GALLEGA DE OPIE – TROFEO CONCELLO DE LUGO

BOLETÍN Nº1 MEDIA

05/02/2022



| | | | | | | | | |
|-------------|----|------|-----|--|-------------|----|------|-----|
| F21A | 17 | 4900 | 180 | | M21A | 18 | 5500 | 190 |
| FE | 18 | 5500 | 190 | | E | 19 | 6200 | 200 |
| F35 | 16 | 5100 | 190 | | M35 | 18 | 5600 | 190 |
| F40 | 16 | 4900 | 170 | | M40 | 16 | 5100 | 190 |
| F45 | 16 | 4800 | 170 | | M45 | 17 | 4900 | 190 |
| F50 | 13 | 4100 | 155 | | M50 | 16 | 4800 | 170 |
| F55 | 14 | 3900 | 100 | | M55 | 13 | 4100 | 155 |

ESCALA 1:7.500 PARA TODAS LAS CATEGORÍAS

INSCRIPCIONES

Hasta el domingo, 30 de enero a las 23:50 h, en la web: www.fegado.es

¡ATENCIÓN! Tarjeta Sportident para todas las categorías. **Se asignará automáticamente una tarjeta Sportident en alquiler a quien no indique el nº de tarjeta en los datos de inscripción.** Alquiler: 3€ (a pagar junto con la inscripción). La pérdida conlleva pago de 60€. **La prueba contará con sistema AIR+ activo para las pinzas SIAC.**

CLUBS: A través de <http://fegado.es/events/>. Enviar el justificante de ingreso en la cuenta nº ES06 2080 0152 6230 4005 3133 de ABANCA a: fluviallugo.o@gmail.com La cantidad a ingresar será la suma del resumen de las inscripciones del club en la carrera, más 3€ por cada corredor que alquile tarjeta SI. En el concepto del ingreso poner: ORI MONTE SEGAD+ (más el nombre del club). Aquellos clubs que precisen factura, no olviden enviar sus datos fiscales.

INDEPENDIENTES: Realizarán la inscripción a través del sistema de inscripciones de la fegado, a través de su página web (<http://fegado.es/intranet>).

Los deportistas que no estén dados de alta en la intranet, tienen que crear un perfil en la misma, siguiendo las instrucciones de la propia web. Para luego entrar en el evento de la carrera (<https://intranet.fegado.es/events/view/csybod47mtm3/>) y darse de alta en la categoría que desean competir (iniciación corta o iniciación larga). Si disponen de tarjeta sportident, indicarán el número correspondiente a la misma, en caso contrario dejarán la celda en blanco y se les asignará una en régimen de alquiler para la carrera.

Antes de realizar la inscripción se deberá disponer del justificante de pago, para poder adjuntarlo en la inscripción. Así mismo se enviará copia de dicho justificante por e-mail a fluviallugo.o@gmail.com, indicando en el asunto: ORI MONTE SEGAD+ PAGO "NOMBRE DEL CORREDOR" si se ha abonado la inscripción de varios corredores, se detallará en el mail.

El ingreso se realizará en la cuenta nº ES06 2080 0152 6230 4005 3133 de ABANCA indicando en el concepto: ORI LUGO + (nombre y apellidos). La cantidad será la suma del resumen de la inscripción en la carrera, más 3€ si necesita alquilar tarjeta SI. (para cualquier consulta contactar en el 630 674 775 (Carlos) o en fluviallugo.o@gmail.com).

Los federados de otros clubes (no gallegos) podrán inscribirse en categoría oficial, fuera de competición.

LAS PINZAS SPORTIDENT ALQUILADAS SE DEVOLVERÁN EN EL MOMENTO DE LA DESCARGA DE CADA CARRERA Y SE ENTREGARÁN DE NUEVO PARA LA SIGUIENTE PRUEBA

PRECIOS DE LAS INSCRIPCIONES:

- Federados categoría **F/M 18** e inferiores: **7 € + 3€** (si alquila tarjeta sportident)
- Federados resto de categorías: **10 € + 3€** (si alquila tarjeta sportident)
- Iniciación Corta (Niños) sin licencia fed.: **10 € + 3€** (si alquila tarjeta sportident)
- Iniciación Larga (May.), sin licencia fed.: **13 € + 3€** (si alquila tarjeta sportident)
- Federados en categorías iniciación: **7 € + 3€** (si alquila tarjeta sportident)
- Reposición de dorsal: **1 €**
- Cambio de tarjeta S.I. a pagar por el deportista, antes del día de competición: **2 €**
- Cambio de tarjeta S.I. a pagar por el deportista, el día de competición: **3 €**

HORARIOS

- 09:00 ENTREGA DE SPORTIDENT
- 10:00 SALIDA DE LOS PRIMEROS CORREDORES
- 13:00 CIERRE DE META
- 13:00 INICIO RETIRADA DE LAS BALIZAS DEL TERRENO

SALIDAS INICIACIÓN: ENTRE LAS 10:00 Y LAS 11:15

Aquellos padres que compitan y que necesiten acompañar a sus hijos en categoría iniciación han de remitir mail, solicitando salida a las 10:00 e indicando a que menor van a acompañar.

ENTREGA DE PREMIOS Y SORTEOS

Manteniendo los protocolos COVID, no se realizará entrega de premios al finalizar las pruebas.

SERVICIOS

Durante el desarrollo de la prueba, se contará con los siguientes servicios.

- Servicio de seguridad vial proporcionado por [Protección Civil Lugo](#)
- Servicio de atención de urgencias proporcionado por [Cruz Roja Española](#)
- **Aparcamiento:** Se utilizará la explanada inferior del aparcamiento del campo de fútbol de Anxo Carro
- **Duchas:** Se pondrán duchas y vestuarios a disposición de los corredores en los vestuarios de piragüismo.

CONTACTOS DE LOS RESPONSABLES DE LA PRUEBA

CARLOS FERNÁNDEZ MARTÍNEZ

630 674 775

fluviallugoorientacion@gmail.com

NORMAS DE LA PRUEBA

- En base al artículo 17.2 del Reglamento de Orientación FEGADO 2022, se declara embargado el terreno ocupado por el mapa (zona Monte Segade, desde la fecha de publicación del presente boletín).
- DORSALES (Federados FEDO-FEGADO: OBLIGATORIO llevar visible por delante el oficial de la Liga Gallega 2019. Otros federados y no federados: sin dorsal).
- En esta competición serán de aplicación las normas ISOM2017-2 (normativa opie), el reglamento de O-Pie 2022 y las Normas Anuales XXXI Liga Gallega de O-Pie (Accesibles estas dos últimas en la web de la FEGADO)
- Los corredores participan en la prueba bajo su propia responsabilidad, asumiendo los riesgos inherentes a las carreras de orientación a pie.
- La carrera se establece con tráfico abierto, si bien el 98% de la prueba discurrirá por zonas sendas y caminos forestales.
- En el caso de los menores de edad, sus clubs son los responsables de inscribirlos en el recorrido adecuado a su nivel físico y técnico.
- Es recomendable que el participante lleve ropa ligera.
- El participante debe llevar como instrumento de orientación y medida solo su brújula. El mapa con la información de los controles lo recoge en el momento en el que se le da la salida.
- Todas las personas que forman parte en una carrera de orientación deben mostrar respeto hacia los otros participantes, organizadores y espectadores.
- Todo competidor debe prestarle ayuda a un corredor si lo ve lesionado.
- El corredor debe respetar la señalización de la carrera y las balizas-control.
- La pérdida de la tarjeta de control o el no paso por todos los controles será motivo de descalificación.

- En caso de abandono, será obligatorio presentarse en la meta y descargar SportIdent en Recepción
- El corredor debe respetar la propiedad privada y las zonas ajardinadas
- Tanto organizadores como competidores están obligados a respetar el entorno de carrera

SEGURIDAD

- Se establecerán de modo exhaustivo en el próximo boletín. Si bien se comunica que existirán zonas de paso obligatorias (pasos de peatones) en aquellos viales que presentan circulación rodada. El no respetar estos pasos supondrá la descalificación del corredor/a.

PROTOCOLO COVID

FILOSOFÍA DE LA PRUEBA: llegar, correr y marchar.

La conducta individual de deportistas y acompañantes debe ser y será ejemplar.

Los deportistas deben velar por la seguridad de los organizadores.

No será necesario acercarse a ellos.

Mantener, en la medida de lo posible, 3 metros de distancia interpersonal.

Los deportistas deben aplicar lo recogido en la Guía de Buenas Prácticas FEGADO, que detalla qué hacer en cada momento (antes, durante y después) lugar (presalida, salida, en carrera y meta) [importantísimo consultar GUÍA].

- Prueba declarada sin público. Se prohíbe que los acompañantes sobrepasen la línea de presalida, salvo autorización expresa del Juez Controlador. Se recomienda que todas las personas que no estén en competición permanezcan dentro de sus vehículos. Una vez finalizada la carrera, se recomienda que se abandone el centro de competición lo antes posible, tanto para corredores individuales como para “vehículos burbuja”.
- Mascarilla. El uso de mascarilla será obligatorio en todo el centro de competición, incluso en las zonas de aparcamiento, espacio de reunión (arena), presalida, zona de calentamiento y salida. También en el tramo de regreso de meta a espacio de descarga (SPORTident). No será necesaria la mascarilla durante el esfuerzo físico. Consulta la Guía de Buenas Prácticas FEGADO para ver en qué casos se debe utilizar en carrera GADO [ver GUÍA].
- Distancia interpersonal. Se debe respetar la distancia interpersonal que establece el Protocolo FISICOCOVIDDXT GALEGO FEGADO.
- Hidrogel. Estarán a disposición de los deportistas dispensadores de hidrogel para la desinfección de manos y materiales. También estarán disponibles dosificadores para la limpieza y desinfección de superficies.
- Progresión individual y en silencio durante la carrera. Debe mantenerse la distancia interpersonal de seguridad de 6 metros respecto a otros deportistas.

TRAZABILIDAD COVID

- El Delegado de campo COVID conservará el registro de asistentes durante un mes, por si fuese requerido por las autoridades sanitarias.
- Los Coordinadores COVID de CLUB deben tener un registro de todos los participantes de sus respectivos clubs, tanto de los deportistas como de sus acompañantes.
- Los deportistas, tal y como recogen los requisitos de participación, deben comunicar al COORDINADOR COVID DE SU CLUB cualquier síntoma o positivo que pudiera ocurrir incluso en el mes posterior a la celebración de la prueba deportiva. NOVEDADES DEL PROTOCOLO QUE AFECTAN AL DISEÑO DE LA CARRERA Secretaría virtual.

Se habilita la dirección de correo-e fegado.xestionssecretaria@gmail.com para la comunicación de cualquier incidencia relacionada con la inscripción, cambio o error en el número de tarjeta, etc. Evitar, en la medida de lo posible, visitar la secretaría física que estará restringida a los responsables de cada club. Las horas de salida no estarán expuestas. Solamente las podrás consultar en la web del evento. Uso de dorsal obligatorio, excepto con causas justificadas. Presalida obligatoria. Se establece una presalida de 5 minutos (200 m hasta salida) en la que se realizará el control de temperatura. Existirá una CARPA de aislamiento COVID para aquellas personas que presenten síntomas durante la prueba. Espacio de calentamiento. Dadas las limitaciones de espacio, de tráfico y debido a la situación COVID no se

permiten los ejercicios de calentamiento sin haber pasado el filtro de temperatura en la presalida. Aquellos corredores que necesiten disponer de los 30 minutos que establece el reglamento deberán solicitar autorización al Juez Controlador para sobrepasar la línea de presalida.

En el espacio de salida. Se elimina el espacio -3. Tampoco habrá descripciones de control en la salida (se subirán a la web FEGADO con antelación). En todo caso estarán impresas en el mapa. SALIDA CON BALIZA START PARA TOD@S LOS PARTICIPANTES SIAC (sistema AIR+). Se recomienda uso chip SIAC para reducir contactos indirectos con materiales (las estaciones estarán configuradas en modo mixto). Contacta con la organización si necesitas una tarjeta SIAC en alquiler (FEGADO dispone de un banco de 70 tarjetas).

No fichar con pinza clásica. Si una estación SPORTident fallase, se debe proseguir la carrera. No se podrá utilizar el sistema de registro de paso por las balizas con el sistema de pinza clásica.

No se entregarán tickets de descarga.

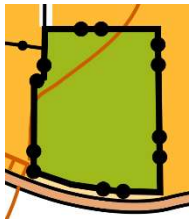

Los resultados podrás consultarlos en <https://liveresultat.orientering.se/>. La clasificación provisional será publicada en la web.

Reclamaciones virtuales. En la dirección fegado.xuicescontroladores@gmail.com

NOTAS IMPORTANTES PARA LA CARRERA

El mapa ha sido revisado en enero de 2022.

USO DE PROHIBIDOS

| | |
|---|---|
| - Para pequeñas parcelas se ha empleado el verde oliva. | - Para un área de gran extensión se ha empleado las líneas negras verticales, de forma que la representación del mapa pueda ayudar a la orientación en un momento dado. |
|  |  |

Ningún corredor debe entrar en un área prohibida. Se ha empleado el símbolo **520 Área prohibida** en sus dos variantes:

Algunos recorridos podrán transitar por las **pasarelas de madera** existentes junto al río Mera. Dichas pasarelas no están indicadas como tal en el mapa, sino que están representadas como el camino-sendero al que pertenecen. En algunas zonas las pasarelas se encuentran en mal estado de conservación y pueden presentar agujeros en las tablas. Por otra parte, se trata de una madera muy resbaladiza, por lo que se ha fijado a su superficie una malla de alambre. Esta malla está en mal estado de conservación también, por lo que presenta algunos agujeros donde la madera se vuelve muy resbaladiza. Rogamos a los corredores reducir la velocidad y extremar las precauciones en esta zona en caso de que el día de carrera la madera esté mojada o húmeda.

Se ruega a los corredores extremar las precauciones en caso de transitar cerca de los **cortados infranqueables**.

El símbolo **419 Elemento de vegetación especial** se ha empleado para representar árboles caídos, tocones, o árboles seccionados. Para facilitar la lectura del mapa se han representado sólo algunos significativos.

El símbolo **531 Elemento especial hecho por el hombre** se ha empleado para representar bancos de piedra existentes en la zona

Se han detectado pequeños trabajos agrícolas en los últimos días en alguna zona del mapa. Rogamos a los corredores que estén pendientes por si se produjese alguna modificación en el terreno que no pudiese plasmarse a tiempo en el mapa.

La vegetación es bastante variable. A veces no está perfectamente claro la correspondencia en el terreno de la simbología “407 rayado verde separado: buena visibilidad, carrera lenta” y/o “409 rayado verde junto: buena visibilidad, carrera muy lenta”. Como suelen ser zonas “pasables”, se ha priorizado el uso de la simbología 407.

Los senderos claros suelen estar todos representados en el mapa. Pero siempre puede existir alguno reciente, o antiguo casi desaparecido, que no se representó.

Se recomienda el uso de polainas, pantalón largo, manga larga y zapatillas adecuadas para correr por el monte..

ORGANIZACIÓN, PATROCINIO Y COLABORACIONES

ORGANIZAN:



PATROCINAN:



Concello de Lugo

COLABORAN:



2º PRUEBA LIGA GALLEGA DE OPIE – TROFEO CONCELLO DE LUGO

BOLETÍN Nº1 MEDIA

05/02/2022

FLUVIAL[®]

| | | |
|--|--|---|
|  |  |  |
|  |  |  |