

# RAIDBOOK

## 3º BUDIÑO RAID 2017 TERRAS DO TEA

colaboran:



información:

[www.fegado.es](http://www.fegado.es)  
[www.aforna.org](http://www.aforna.org)

**160 Km**  
21 horas  
11 SECTORES  
5 DISCIPLINAS



organiza:



SÁBADO DOMINGO  
**30 e 01**  
SETEMBRO OUTUBRO



2ª PROBA da LIGA GALEGA DE RAIDS DE ORIENTACIÓN 2017








### Orienta-RAID Longo

2017

# 3º BUDIÑORAID Terras do Tea 2017

30 Setembro - 1 outubro 2017

## Categoría: Orienta-RAID Longo

<b>R</b>	▶ 73 KM ◀	▲ 2785 m	▼ 2935 m				▶ 14 h ◀	♥12,30h
<b>30 Setembro 2017</b>								
<b>E1</b>	<b>Distancia</b>	<b>Des. Acum. +</b>	<b>Des. Acum. -</b>	<b>Salida ▶</b>	<b>Disciplina</b>	<b>◀ Cierre</b>	<b>H.Max INI</b>	<b>Mejor T.</b>
<b>S1</b>	▶ 18,0 KM ◀	480 m	540 m	10:00 ▶				♥ 1,50 h
<b>S2</b>	▶ 6,0 KM ◀	180 m	160 m					♥ 1,10 h
<b>S3</b>	▶ 6,0 KM ◀	0 m	170 m	12:00 ▶				♥ 1,40 h
<b>S4</b>	▶ 14,0 KM ◀	670 m	430 m					♥ 2,20 h
<b>S5</b>	▶ 9,0 KM ◀	580 m	580 m			◀ 21:00		♥ 2,00 h
<b>S6</b>	▶ 15,0 KM ◀	525 m	605 m				21:30 ▶	♥ 2,10 h
<b>S7</b>	▶ 5,0 KM ◀	350 m	450 m			◀ 00:00		♥ 1,20 h

### Material obligatorio do Raid por equipo:

- Compás (brújula).
- 1 Teléfono Móbil con batería, apagado e co PIN escrito no exterior .
- Botiquín de Emerxencia con cando menos Esparadrapo (2,5m.), Venda (2,5m.), Compresas ou apósitos (5 ud), Antiséptico (50 ml.), Analxésicos (5 ud), Antiinflamatorios (5ud.).
- GPS de Tracktherace (facilitado pola organización).
- Kit ferramentas btt.

### Material obligatorio do Raid por corredor sempre en carreira:

- Silbato, e coñecer o código morse de S.O.S (... ---... ).
- Manta Térmica.
- Mochila
- Recipiente para bebida (1 l.).
- Ración Enerxética (200 gr.).

### Material obligatorio do Raid por corredor según sector ou proba:

- Casco Btt (Sector BTT).
- Chaleco salvavidas (Sector Kaiak).
- Pás Kaiak (Sector Kaiak).
- Arnés, cinta de 60cm cosida, oito ou descensor, 2 mosquetóns e cordino para nudo Machard (Proba especial Rappel).
- Chaleco reflectante despois da posta do sol.
- lanterna ou frontal despois da posta do sol.
- luz traseira vermella na BTT despois da posta do sol.



## Sector 1 - BTT

Material obligatorio raid, casco BTT, kit ferramentas BTT (equipo)

Orienta-  
RAID Longa

Lineal

S1						10:00 ▶			▶ ◀	♥ 1,50 h
▶ 18 Km ◀		▲ 480m		▼ 540m		Salida ▶	▶ Corte ◀	◀ Cierre	T.efectivo	Mejor T.
Orden	Codigo	Tipo	Situac.	Observ.	Valor	10:00 ▶				
▲										
1	31	○	⚠		1					
2	32	○			2					
3	33	○			2					
4	34	○			2					
5	35	○	■	○	1					
6	36	○		✕	1					
◎	100	●	◇		1					

Teléfono Director Prueba: 651 413 204

Emerxencias: 112

Teléfono Ambulancia: 625 177 044



## Sector 2 - Trekking

Orienta-  
RAID Longa

Material obligatorio raid.  
Recomendado polainas.

Lineal

S2	▶ 6 Km ◀		▲ 180m		▼ 160m			▶ ◀		♥ 1,10 h	
	Orden	Codigo	Tipo	Situac.	Observ.	Valor		Salida ▶	▶ Corte ◀		◀ Cierre
	▲			◇							
1	37	○	⚓			2					
2	38	○	↗↘	↗		2					
3	39	○	⚓			2					
	◎	200	●	◇		1					

Teléfono Director Prueba: 651 413 204

Emerxencias: 112

Teléfono Ambulancia: 625 177 044



## Sector 3 - KAIK

Orienta-  
RAID Longa

Material obligatorio raid.

Para o Kaiak pás e chaleco salvavidas facilitado pola organización.

Lineal

S3	▶ 6 Km ◀		▲ 0m		▼ 170m		12:00▶		▶ ◀	♥ 1,40 h	
	Orden	Codigo	Tipo	Situac.	Observ.	Valor	Salida ▶	▶ Corte ◀	◀ Cierre	T.efectivo	Mejor T.
▲			◇				12:00▶				
1	54	○		×	4						
2	55	○			4						
◎	300	●	◇		4						

Teléfono Director Prueba: 651 413 204

Emerxencias: 112

Teléfono Ambulancia: 625 177 044



## Sector 4 - BTT

Orienta-  
RAID Longa

Material obligatorio raid, casco BTT, kit ferramentas BTT (equipo)  
Chaleco reflectante,luz traseira vermella e frontal despois das 20:17

Lineal

S4		▶ 14 Km ◀		▲ 670m		▼ 430m				🚲		▶ ◀		♥ 2,20h	
Orden	Codigo	Tipo	Situac.	Observ.	Valor	Salida ▶	▶ Corte ◀	◀ Cierre	T.efectivo	Mejor T.					
▲			▨												
1	56	○	▨		2										
2	57	○	▨	×	2										
3	58	○	▲		3										
4	59	○	⚙		2										
5	61	○	⌌		4										
◎	400	●	◇		1										

Descarga de tarxeta Sport Ident

Horario da posta do sol 20:17

Teléfono Director Prueba: 651 413 204

Emerxencias: 112

Teléfono Ambulancia: 625 177 044



## Sector 5 - Trekking

Orienta-  
RAID  
Longa

Material obligatorio raid, chaleco reflectante e frontal despois das 20:17.

Moi recomendado polainas.

Score

S5 ▶ 9 Km ◀		▲ 580m		▼ 580m					▶ ◀	♥ 2,00 h
Orden	Codigo	Tipo	Situac.	Observ.	Valor	Salida ▶	▶ Corte ◀	◀ Cierre	T.efectivo	Mejor T.
▲										
1	62	○			1					
2	63	○			1					
3	64	○	▲ ▲		1					
4	65	○	▲ ▲		2					
5	66	○			3					
6	67	○			3					
◎	100	●	◇		1			◀ 21:00		

Horario da posta do sol 20:17

Teléfono Director Prueba: 651 413 204

Teléfono Ambulancia: 625 177 044

Emerxencias: 112



## Sector 6 - BTT

Orienta-  
RAID Longa

Material obligatorio raid, casco BTT, kit ferramentas BTT (equipo)  
chaleco reflectante, frontal e luz roxa traseira despois das 20:17.

Lineal

S6	▶ 15 Km ◀		▲ 525m		▼ 605m		Salida ▶	▶ Corte ◀	◀ Cierre	▶ ◀	♥ 2,10h
	Orden	Codigo	Tipo	Situac.	Observ.	Valor					
	▲			◇					◀ 21:30		
1	71	○	□	○		3					
2	72	○	⊞			2					
3	73	○	▲			2					
4	74	○	/	<		1					
5	75	○	/ /	×		2					
6	76	○	⚠			1					
◎	200	●	◇			1					

Horario da posta do sol 20:17

Teléfono Director Prueba: 651 413 204

Emerxencias: 112

Teléfono Ambulancia: 625 177 044





## Sector 7 - O-pe

Material obligatorio raid, chaleco reflectante e frontal despois das 20:17.  
Recomendado polainas.

Orienta-  
RAID Longa

Lineal

S7	▶ 5 Km ◀	▲ 350m		▼ 450m			◀ 00:00	▶ ◀	♥ 1,20 h	
Orden	Codigo	Tipo	Situac.	Observ.	Valor	Salida ▶	▶ Corte ◀	◀ Cierre	T.efectivo	Mejor T.
▲			◇							
1	77	○	▲	↗	1					
2	78	○	▬▬▬	▬	1					
3	79	○	▬▬	↘	1					
4	80	○	▲		1					
5	81	○	▬▬		1					
6	82	○	∇	→	1					
7	83	○	▲	□	1					
8	84	○	▬▬	✓	1					
9	85	○	▬▬	└	0,5					
10	86	○	⊕	└	0,5					
11	87	○	∇		1					
12	88	○	∇		0,5					
◎	300	●	▨		0,5			◀ 00:00		

Descarga de tarxeta Sport Ident

Horario da posta do sol 20:17

Teléfono Director Prueba: 651 413 204

Teléfono Ambulancia: 625 177 044

Emerxencias: 112