

ORGANIZACIÓN

CLUB ORGANIZADOR: CLUB FLUVIAL LUGO

DIRECCIÓN: CARLOS FERNÁNDEZ / JAVIER LIZ

EQUIPO TÉCNICO:

- Cartografía y recorridos: Carlos Fernández, Javier Liz
- Revisión de mapa y trazados: Javier Liz
- Balizado: Carlos Fernández, Alberto Corral, Pedro Parga, Eugenio Rodríguez Núñez, José Manuel Nogueras, Francisco Varela, Rodrigo Iván Rodríguez
- Salidas: Pedro Parga, Eugenio Rodríguez Núñez, José Manuel Nogueras, Francisco Varela
- Sportident: Alberto Corral
- Juez controlador: Jorge Piñeiro (Artabros)

DATOS MAPA

MAPA LUGO CENTRO. Mapa elaborado en el año 2018 por Carlos Fernández y Javier Liz.

ZONA DE CONCENTRACIÓN Y ACCESOS

La zona de concentración y salida se ubica en Plaza Mayor (Delante del ayuntamiento de Lugo).

Sólo se podrá acceder a la zona de salida por la Puerta que da a Campo Castillo y la Puerta que da a la plaza mayor.

RECORRIDOS Y CATEGORÍAS

RECORRIDO	BALIZAS	DISTANCIA (metros)	DESNIVEL (metros)	RECORRIDO	BALIZAS	DISTANCIA (metros)	DESNIVEL (metros)
INI CORTA	14	1560		INI LARGA	15	1940	
F12	17	1920		M12	17	1920	
F14	16	2010		M14	16	2010	
F16	17	2340		M16	17	2340	
F18	16	2610		M18	16	2610	
F21B	19	2910		M21B	19	3200	
F21A	19	3200		M21A	18	3350	
FE	19	4110		E	23	4430	
F35	18	3350		M35	19	4110	
F40	17	3300		M40	20	3910	
F45	19	2910		M45	17	3300	
F50	15	2330		M50	19	2910	

La escala de competición será 1:4000 para todas las categorías.

La equidistancia de las curvas de nivel será de 2 metros.

INSCRIPCIONES

Hasta el domingo, 18 de marzo 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 30€.

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: fluviallugoorientacion@outlook.es. 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 LUGO + (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/ja07qrxgrwvc/>) 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 fluviallugoorientacion@outlook.es, indicando en el asunto: ORI LUGO + 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 fluviallugoorientacion@outlook.es).

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

PRECIOS DE LAS INSCRIPCIONES:

- Federados: **5 € + 3€** (si alquila tarjeta sportident)
- Iniciación Corta (Niños) sin licencia fed.: **7 € + 3€** (si alquila tarjeta sportident)
- Iniciación Larga (May.), sin licencia fed.: **9 € + 3€** (si alquila tarjeta sportident)

HORARIOS

- 09:30 ENTREGA DE DORSALES Y SPORTIDENT
- 10:30 SALIDA DE LOS PRIMEROS CORREDORES
- 13:30 ENTREGA DE PREMIOS, SORTEOS Y CLAUSURA
- 13:30 CIERRE DE META
- 13:30 INICIO RETIRADA DE LAS BALIZAS DEL TERRENO

LAS CATEGORÍAS DE INICIACIÓN TENDRÁN SALIDA LIBRE ENTRE LAS 10:45 Y LAS 11:45

Se habilitará una pequeña zona de presalida para los corredores que les falten 10 minutos para salir, con el objetivo de facilitar la llamada de corredores y evitar aglomeraciones. (Estará anexa a la zona de salida).

TROFEOS

Al finalizar la prueba se procederá a realizar la entrega de premios, con trofeos para los tres primeros clasificados de las categorías oficiales. Con presencia de las autoridades locales.

ENTREGA DE PREMIOS Y SORTEOS

Una vez realizada la entrega de premios, se procederá al sorteo de regalos, entre los primeros clasificados de cada categoría y entre todos los participantes en la prueba:

ENTRE LOS TRES PRIMEROS CLASIFICADOS

- Un lacón (Lacón Gallego), categorías M/F-12, M/F-14, M/F-16, M/F-18
- Un lacón (Lacón Gallego), categorías M/F-21A, M/F-21B, ME, FE
- Un lacón (Lacón Gallego), categorías M/F-35, M/F-40, M/F-45, M/F-50

ENTRE TODOS LOS PARTICIPANTES DE LA PRUEBA (INCLUIDOS INICIACIÓN)

- **TRES** lacones (Lacón Gallego)
- **Tres cheques regalo** por valor de 20€ proporcionados por **DECATHLON**
- **Una noche en habitación doble, con desayuno buffet y dos horas de acceso al circuito termal en el oca augassantas** proporcionado por **EL PROGRESO**

SERVICIOS

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

- Servicio de atención de urgencias proporcionado por [Cruz Roja Española](#)
- **Aparcamiento:** Las autocaravanas y autobuses aparcarán en la explanada del pabellón Municipal de los deportes (cuenta con zona habilitada para autocaravanas). El resto de vehículos podrán aparcar en las inmediaciones de la calle Ramón Ferreiro, Avda. Rodríguez Mourelo, Plaza de Avilés, Estación de autobuses y parking subterráneo de la estación de autobuses.
- **Duchas:** Se pondrán duchas a disposición de los corredores en las instalaciones de piragüismo del club Fluvial. El horario de este servicio será desde las 12 horas hasta las 16 horas.

CONTACTOS DE LOS RESPONSABLES DE LA PRUEBA

CARLOS FERNÁNDEZ MARTÍNEZ

630 674 775

fluviallugoorientacion@gmail.com

NORMAS DE LA PRUEBA

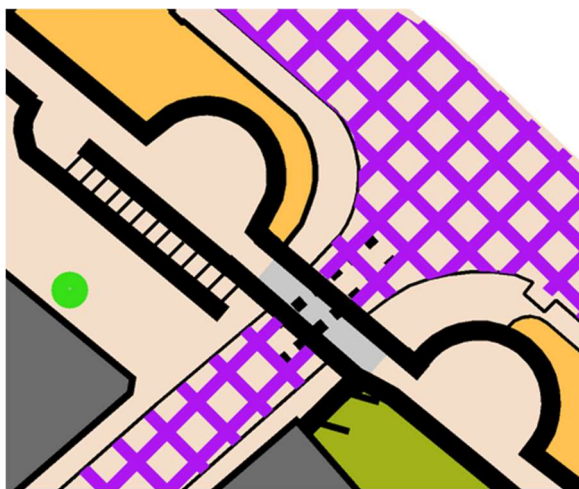
- En base al artículo 17.2 del Reglamento de Orientación FEGADO 2048, se declara embargado el interior y parte alta del recinto amurallado de la Ciudad de Lugo desde la fecha de publicación del presente boletín. Se prohibirá el acceso al interior del recinto amurallado desde las 8:00 horas el día de carrera, excepto a través de la PORTA DE CAMPO CASTELO (frente a la Estación de Autobuses), que será el único acceso habilitado a la zona de competición en la Plaza Mayor.
- DORSALES (Federados FEDO-FEGADO: OBLIGATORIO llevar visible por delante el oficial de la Liga Gallega 2018. Otros federados y no federados: sin dorsal).
- En esta competición serán de aplicación las normas ISSOM 2007 (normativa sprint), el reglamento de O-Pie 2018 y las Normas Anuales XXVII Liga Gallega de O-Pie (Accesibles estas dos últimas en la pestaña de transparencia – Normativa de la web FEGADO)
- Los corredores participan en la prueba bajo su propia responsabilidad, asumiendo los riesgos inherentes a las carreras de orientación a pie.
- 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

CONSIDERACIONES DEL MAPA Y SEGURIDAD

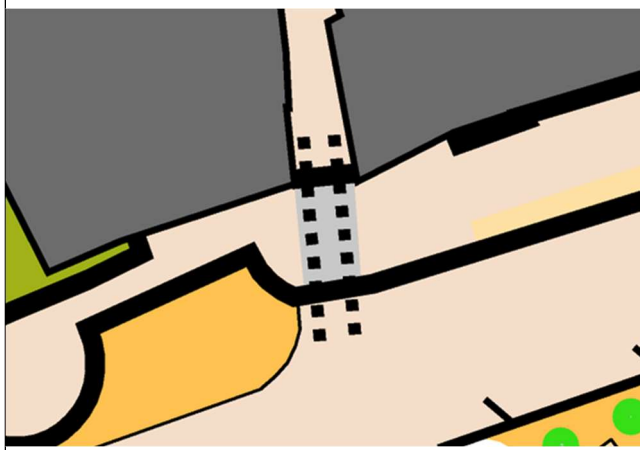
La muralla romana de Lugo se ha representado con un doble muro marcado con el **símbolo 521.1** (Muro infranqueable) separados por una zona representada como área pavimentada con el **símbolo 529** (Área pavimentada urbana). Está permitido transitar por la parte superior de la muralla. Debido al carácter de monumento Patrimonio de la Humanidad rogamos el máximo respeto y cuidado del mismo.

Puertas de la muralla romana: Existen dos tipos de puertas de acceso al interior/exterior de la muralla, unas de uso compartido para peatones y vehículos y otras de uso exclusivamente peatonal. La representación en cada caso va a ser diferente, con implicaciones para el uso de las mismas en carrera.

Puertas de uso compartido para vehículos y peatones. Se pueden usar para entrar y salir de la muralla, pero **no está permitido cruzar la calle por ellas**. La calzada se ha representado como zona prohibida, si bien no se ha trazado justo en la zona de la muralla para facilitar la lectura del mapa.



Puertas de uso exclusivo para peatones. Se pueden usar sin ningún tipo de restricción, se puede entrar y salir de la muralla y se puede cruzar la calle por ellas.



En ambos casos se ha representado el acceso con los símbolos de marquesina y paso inferior. Está permitido atravesar las puertas por la parte superior de la muralla libremente. En la parte superior de la muralla deben extremarse las precauciones en carrera. Evitar asomarse a los muros laterales, ya que pueden producirse caídas a diferentes alturas con grave riesgo para la salud. También existen unas zonas en el suelo, no representadas, formadas por rejillas de metal que pueden estar resbaladizas, por lo que se deberán extremar las precauciones ante posibles resbalones. Existen diferentes accesos a la parte superior de la muralla formados por escaleras (dibujo superior) cuya lectura debe hacerse minuciosamente a la hora de hacer la elección de ruta.

Por el exterior de la muralla se puede correr por la acera, pero **está prohibido correr por la calzada de la Ronda de la Muralla** ni atravesar las calles por las que entran o salen coches. La calzada de la Ronda de la Muralla está señalada en el mapa como zona prohibida.

En el interior de la muralla se han marcado como **prohibidas la mayor parte de las calles por las que circulan vehículos**. En este caso está permitido transitar por las aceras, pero no está permitido circular por la calzada. Se han marcado en el mapa una serie de **pasos obligatorios para cruzar** dichas calles. Se trata de **pasos de peatones sin semáforo** por los que el tráfico suele ser lento. De todas formas, se ruega a los corredores extremen las precauciones a la hora de cruzar las calles. (dichos pasos estarán supervisados por personal de la organización).

Algunas calles con circulación de vehículos no se han prohibido, se trata de calles con tráfico muy reducido. Se puede hacer un uso libre de las mismas, pero rogamos extremar las precauciones.

Los recorridos pertenecientes a las **categorías inferiores** discurrirán **íntegramente por las zonas peatonales**. En dichas zonas también será necesario prestar atención al tráfico, ante la posible entrada y salida de residentes.

No se han representado las terrazas de los bares para simplificar la lectura del mapa. No está permitido cruzar por el medio de ellas.

No se han representado algunos elementos artificiales que no son importantes para la navegación y cuya representación solo implicaría mayor complejidad a la hora de leer el mapa en carrera, por lo recomendamos orientarse por las referencias más destacables evitando elementos de menor rango.

Recordamos que el hecho de estar participando en la carrera de orientación **no da ningún tipo de privilegio ni prioridad como peatón**, por lo que **ES OBLIGATORIO respetar las normas de circulación y educación vial**. Habrá que extremar las precauciones en esquinas, cruces, soportales, calles estrechas, ... para evitar colisiones con otros peatones o con otros corredores

ZONAS PROHIBIDAS.

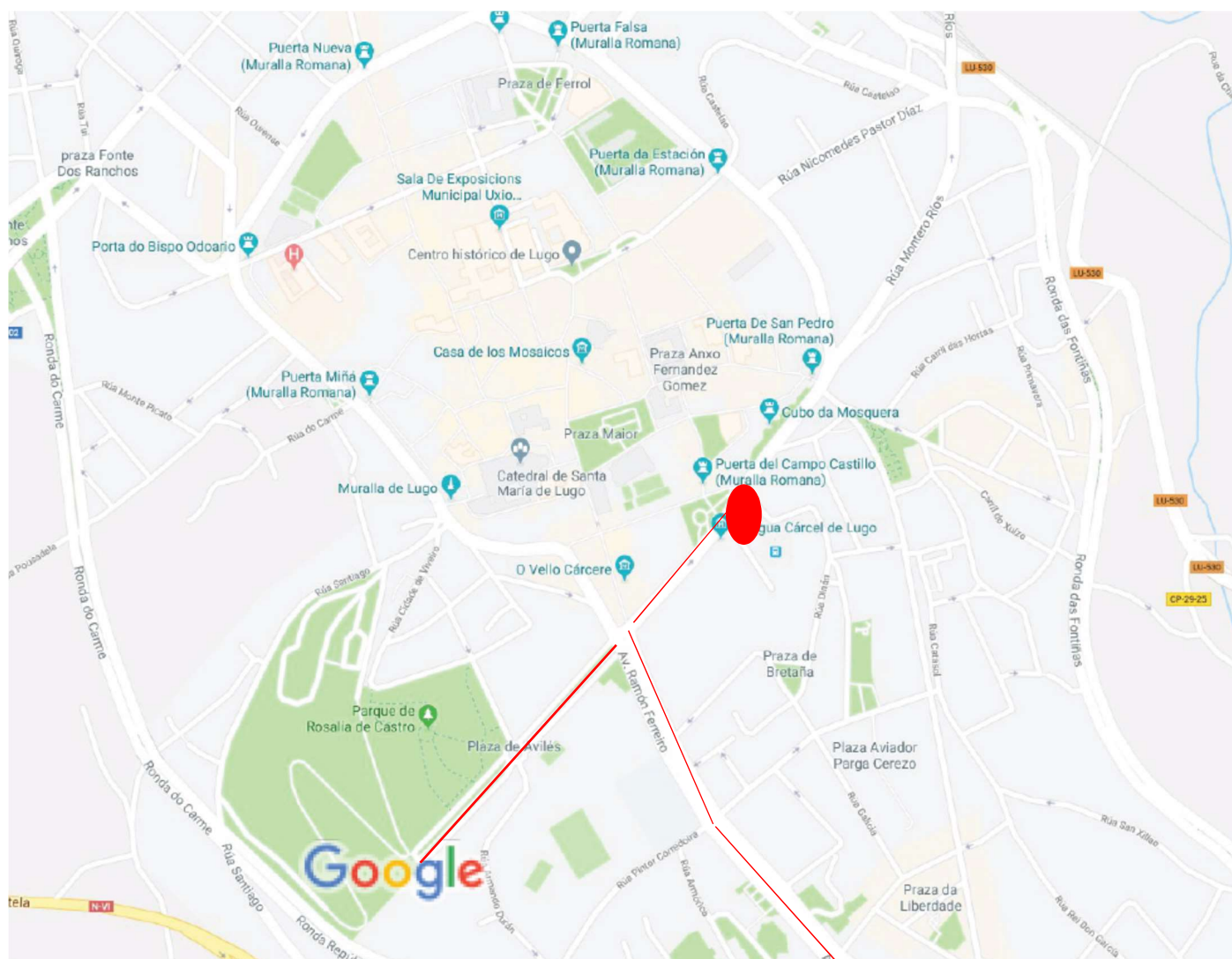
Para marcar las zonas prohibidas se ha empleado la simbología establecida en la nueva normativa ISOM2017 (para facilitar su visión). Está prohibido transitar por las zonas prohibidas marcadas con el **símbolo 520** (Área prohibida) de color verde oliva.

Para las calles se ha empleado el **símbolo 709** (Zona prohibida) de trama magenta. En las vías así marcadas se puede transitar longitudinalmente por las aceras, pero nunca se podrá emplear la calzada. **Solo se puede cruzar por las zonas marcadas** con el **símbolo 710** (Punto de paso o cruce) de paréntesis magenta.

DUCHAS



UBICACIÓN PRUEBA y APARCAMIENTO



PRINCIPALES ZONAS DE APARCAMIENTO

ORGANIZACIÓN, PATROCINIO Y COLABORACIONES

ORGANIZAN:



PATROCINAN:

ELPROGRESO



Concello de Lugo

COLABORAN:



DEPUTACIÓN DE LUGO



il farabutto
TRATTORIA & PIZZERIA

