

BOLETÍN 2

(actualizado a 24-11-2018)

(atención ao novo texto en vermello)

CAMPIONATO GALEGO DE REMUDAS O-PÉ 2018

ENTREGA DE TROFEOS DE LIGAS GALEGAS 2018

DATA: SÁBADO, 1 DECEMBRO DE 2018.

ORGANIZAN: Concello de Quiroga, FEGADO, Club Pena Trevinca-Barco.

LUGAR: Vila de Quiroga, provincia de Lugo.

PROBA: Desenvolvérase na modalidade de **Sprint Urbano** con orientación en liña. A saída da primeira posta será conxunta e en masa para todas as categorías. **O Sprint será un pouco máis longo do habitual (22-24 minutos para o gañador) dado que, a continuación da baliza de espectador, rematará nun tramo en labirinto.** Os equipos estarán formados por 3 corredores do mesmo clube con licenza FEDO anual e serán mixtos. Os equipos que non cumpran as devanditas condicións, poderán participar, pero aparecerán clasificados a continuación.

Queremos que esta proba sexa a habitual festa de despedida da tempada da Orientación Galega e cantos máis participantes mellor; polo que todo equipo de remudas será benvido, mixto ou non.

MAPA 1: URBANO DA VILA DE QUIROGA

- Data de creación: Novembro de 2018. Cartógrafo: Martín Morales Ferreiro.
- Características: A escala 1:5000 e cunha equidistancia de 5 metros, acorde coas Especificacións Internacionais para Mapas de Orientación Sprint, ISSOM 2007.

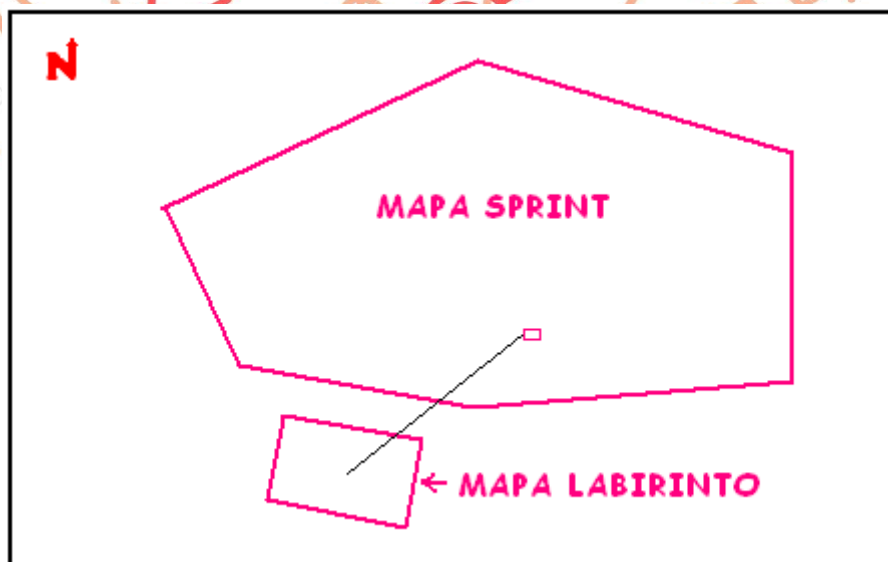
ATENCIÓN: Os competidores teñen a obriga de coñecer os símbolos que non se poden cruzar (non necesariamente teñen que ser impasables) nunha proba Sprint. Para repasar a simbología que esta prohibido cruzar, consultar as anotacións feitas en cor morada no seguinte documento:

https://www.fedo.org/cartografia/Normativa/ISSOM_2007_Esp.pdf

Os corredores que desobezan esta normativa serán descalificados.

MAPA 2: LABIRINTO FINAL:

- **ATENCIÓN:** Os dous mapas irán sobreimpresos na mesma folla, igual que as descrições de control (non as haberá soltas). A continuación amosase un esquema reducido da súa disposición aproximada na mesma cara da folla:



PROGRAMA:

- 10:00.- Entrega de dorsais e pinzas S.I. de alugueiro.
- 10:30.- Demostración do xeito de efectuar a remuda.
- 10:45.- Limpeza e comprobación de pinzas S.I.
- 11:00.- Saída en masa da primeira remuda de todas as categorías.
- 12:30.- Saída en masa dos corredores que aínda non fixeran a súa remuda.
- 13:15.- Peche de meta.
- 13:30.- Entrega de trofeos do Campionato Galego de Remudas.
- 13:45.- Entrega de trofeos das Ligas Galegas 2018
- 15:00.- Clausura da Tempada Galega de Orientación 2018.

- Saídas de **INICIACIÓN** con baliza Start: De 11:15 a 12:00.

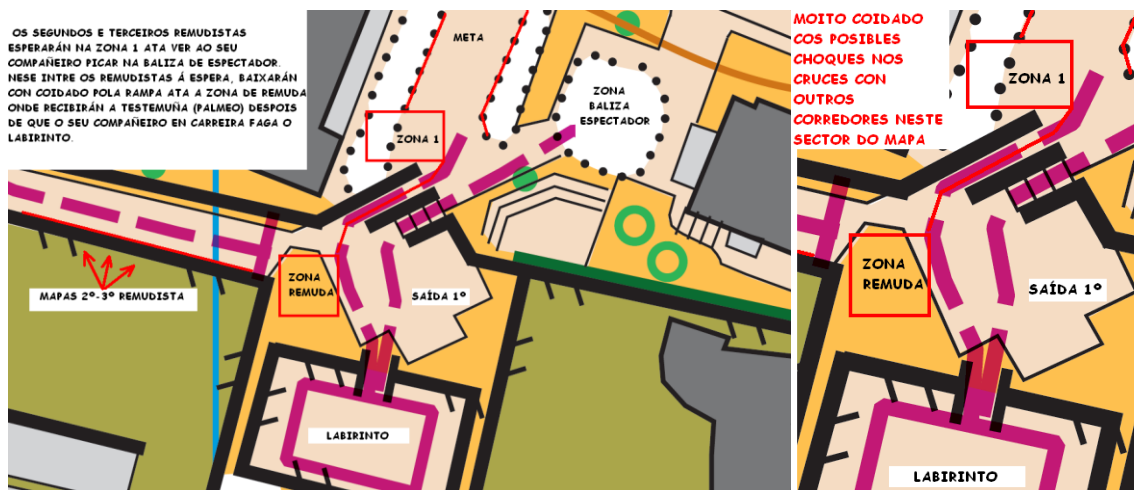
DESCRIPCIÓN DO TERREO:

Trátase do típico entramado dunha vila rural cun desnivel moderado, no que se alternan estradas e rúas alfastadas, edificios modernos, pequenas prazas e zonas de casco vello, rodeadas por fincas periurbanas: viñedos, soutos e prados.

SAÍDAS, ZONA DE REMUDAS E META:

As zonas de saída, remuda e meta ubicáranse na praza que hai entre o Albergue de Quiroga e o Auditorio Municipal, así como nos seus arredores. **A saída dos primeiros remudistas será en masa para todas as categorías ás 11:00.**

Os primeiros remudistas, despois de limpar e comprobar as súas pinzas electrónicas nos minutos previos, collerán e poderán mirar o mapa do seu percorrido no mesmo momento de darse a saída.



Os segundos remudistas esperarán na zona 1 ata ver chegar ao primeiro remudista á baliza de espectador. Nese intre poderán baixar pola rampa con calma para colocarse na zona de remuda, onde esperarán a que o 1º remudista remate o seu labirinto e lles de o palmeo antes de que encarar a Meta (hai que picar baliza Finish ao rematar sempre). O 3º remudista seguirá o mesmo protocolo que o 2º. É obrigatorio descargar a pinza na zona Sportident sempre -tamén se se abandoa a carreira-para asegurarnos de que todo o mundo chegou á Meta, por cuestións de seguridade da organización.

Prohíbese o acceso a participantes fóra de competición á zona de saída dos primeiros remudistas, e labirinto, así como a rúa peonil onde estarán os mapas dos segundos e terceiros remudistas. Recoméndase aos espectadores colocarse na zona máis próxima ao albergue da praza superior.

DATOS TÉCNICO-REGULAMENTARIOS

- As distancias que aparecen nas descrições de control, son en liña recta, sen ter en consideración a mellor opción de ruta.
- Non se pode traspasar ningunha cinta de plástico.
- Haberá controis moi próximas. Recoméndase comprobar sempre o código da baliza para evitar confusións.
- Gaña o orientador que cruce a Meta antes, non o primeiro que pique a baliza Finish.
- Será preciso usar pinzas con alómenos 30 picadas (SI8).
- No labirinto final ubicado ao final de cada percorrido, estará prohibido picar por cima dos valados ou cintas que o delimiten. Facelo será motivo de descualificación. Haberá xuíces observando.

Reiteramos que, ante todo, esta proba é unha festa, polo que demandamos a todos os participantes manter o espírito do Xogo Limpo. Non desexamos descualificar a ningún. A modo de exemplo, dicir que puxemos puntos de paso obrigatorios nalguns pasos de peóns para garantir, principalmente, a seguridade de todos os participantes.

INDICACIÓNS DE SEGURIDADE:

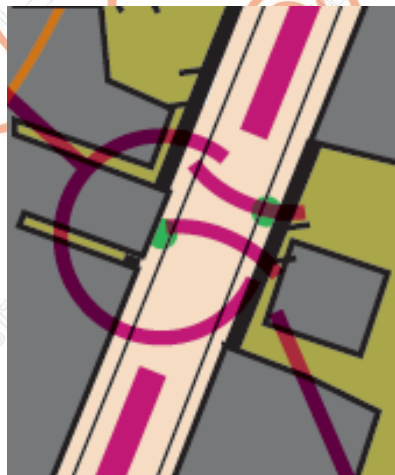
Ás prevencións habituais en calquera proba Sprint urbana, engadese o feito de que o tránsito de vehículos non estará cortado, aínda que probablemente sexa pouco denso.

- Haberá que ter precaución cos outros peóns, ao dobrar esquinas e coas saídas dos garaxes, aminorando a velocidade cando sexa preciso.

- Será obrigatorio usar as beirarruas nas estradas ou rúas que as teñan, circulando por unha beira onde non as haxa, **preferentemente á esquerda.**
- **Esta prohibido invadir as zonas resaltadas no mapa con liñas diagonais moradas entrecruzadas (zona perigosa), aínda que non haxa impedimento físico para facelo.**



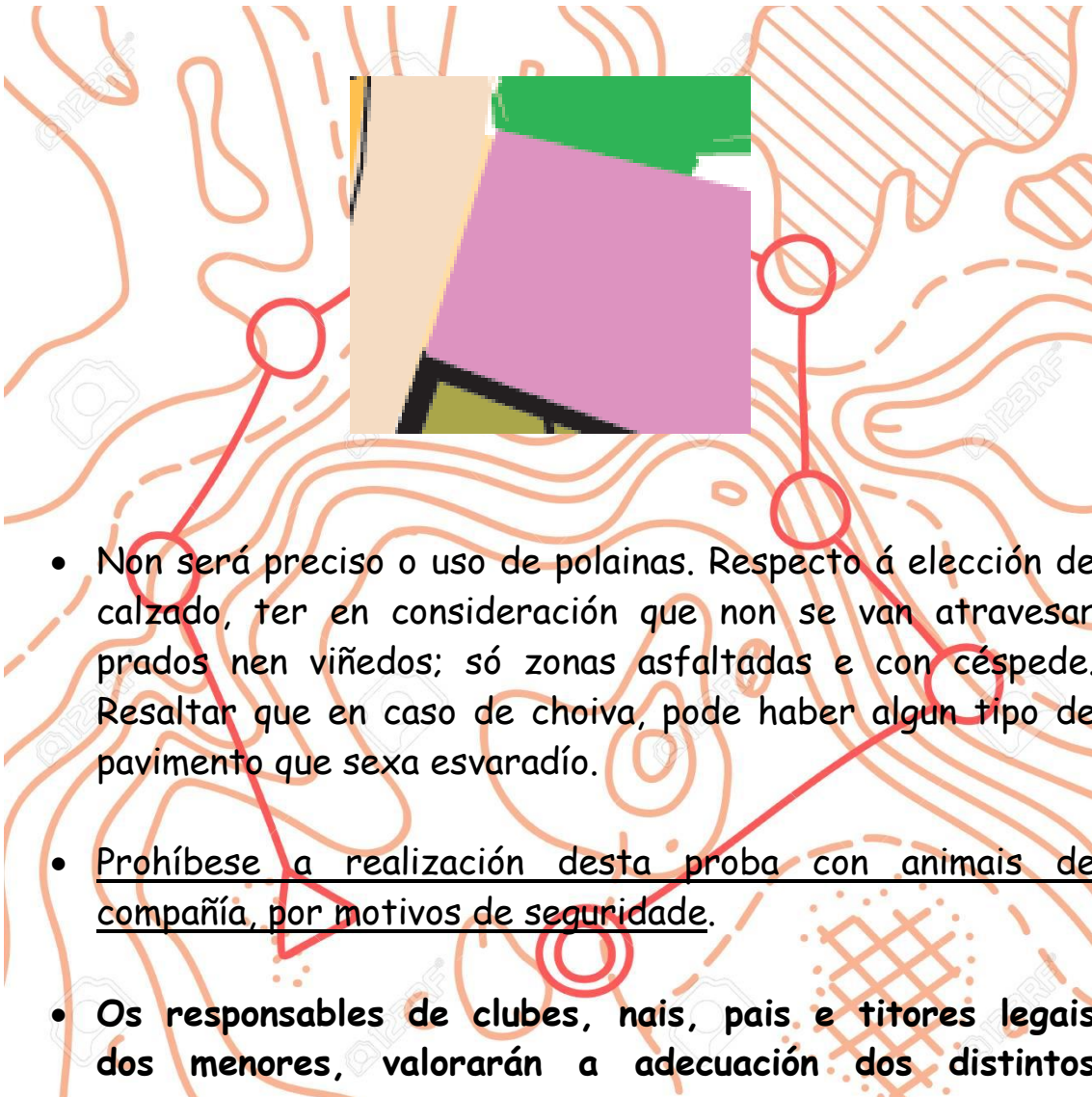
- En todo momento haberá que facer caso das indicacións do persoal da organización e de Protección Civil, usando os pasos de peóns -alí onde os haxa- **para cruzar as rúas ou estradas.**
- **Hai que usar os pasos obrigatorios marcados en morado no mapa.** A colocación dos controis fará que a mellor opción de ruta en todos os percorridos, pase polos pasos obrigatorios.



- **Estará estritamente prohibido cruzar as rúas principais naqueles tramos marcados por unha liña morada continua,** aínda que non haxa impedimento físico para

facelo. Haberá xuíces controlando o respecto destas normas, atentos á posible descualificación se non se cumpren as normas de seguridade vial.

- Esta tamén prohibido pisar as zonas cubertas no mapa cunha cor morada sólida, aínda que non haxa impedimento físico para facelo.



- Non será preciso o uso de polainas. Respecto á elección de calzado, ter en consideración que non se van atravesar prados nen viñedos; só zonas asfaltadas e con céspede. Resaltar que en caso de choiva, pode haber algun tipo de pavimento que sexa esvaradío.
- Prohíbese a realización desta proba con animais de compañía, por motivos de seguridade.
- Os responsables de clubs, nais, pais e titores legais dos menores, valorarán a adecuación dos distintos percorridos aos coñecementos e madurez de cada participante; tendo en conta que cada competidor ten que ser capaz de realizar só e con seguridade o percorrido elixido.

Os corredores son considerados como peóns a todos os efectos legais, polo que terán a obriga de respectar o Regulamento Xeral de Circulación en todo o que lles afecta. Podese consultar no seguinte enlace:

<https://www.boe.es/buscar/pdf/2003/BOE-A-2003-23514-consolidado.pdf>

Ao respecto, recoméndase a todos os corredores, a lectura do seguinte documento, dada a súa sinxeleza e carácter ilustrativo:

http://www.dgt.es/PEVI/documentos/catalogo_recursos/didacticos/did_adultas/peatones.pdf

A PARTICIPACIÓN NA PROBA IMPLICA A ACEPTACIÓN EXPRESA DESTAS NORMAS E INDICACIÓNS, ASÍ COMO A RESPONSABILIDADE IMPLÍCITA DOS PROPIOS CORREDORES DE RESPECTAR AS NORMAS DE SEGURIDADE VIAL VIXENTES.

CLASIFICACIÓN:

En cada categoría, clasifícaranse en primeiro lugar os equipos mixtos, que completen o percorrido na orde establecida no menor tempo posible.

SISTEMA DE CRONOMETRAXE:

Realizárase por medio dunha **pinza electrónica Sportident**, que permita máis de 30 picadas, tipo SI8. **MOI IMPORTANTE PARA EVITAR POSIBLES DESCALIFICACIÓNS.**

CATEGORÍAS E PERCORRIDOS:

Por percorridos, agrupáranse as categorías habituais da liga galega do seguinte xeito:

- **INFANTIL** → M-12, F-12, M-14, F-14
- **XUVENIL** → M-16, F-16, M-18, F-18
- **SENIOR** → M-21A, F-21A, M-21B, F-21B, ÉLITE, F ÉLITE
- **VETERÁNS A** → F-35, M-35, F-40, M-40
- **VETERÁNS B** → F-45, M-45, F-50, M-50
- **INICIACIÓN CURTA (NON FEDERADOS)** → NON É UNHA PROBA DE RELEVOS. É INDIVIDUAL
- **INICIACIÓN LONGA (NON FEDERADOS)** → NON É UNHA PROBA DE RELEVOS. É INDIVIDUAL

Os participantes dunha categoría inferior pódense integrar en equipos dunha categoría superior. Por exemplo, participantes de F/M-12 poden participar na categoría XUVENIL. Outro exemplo sería que un participante de F/M-45 pode participar nun equipo de VETERÁNS A ou SENIOR.

Para optar ao **Campionato Galego** os equipos terán que estar formados íntegramente por orientadores do mesmo club, sendo o equipo mixto **e dispendo -todos os membros do mesmo-** da licenza FEDO da tempada.

Na seguinte táboa podese ver unha aproximación ás características dos percorridos, reflexándose só aqueles máis longos. Todos os percorridos serán similares en distancia, desnivel e número de controis, como ven sendo habitual nas remudas.

PERCORRIDO SPRINT (sen labirinto)	DISTANCIA MEDIA (km)	DESNIVEL MEDIO (m)	Nº CONTROIS
INFANTIL	2,54	50	21
XUVENIL	3	60	23
SENIOR	4,23	85	29
VETERÁNS A	3,57	70	26
VETERÁNS B	3	60	23
INICIACIÓN CURTA	1,81	30	15
INICIACIÓN LONGA	3,45	70	26

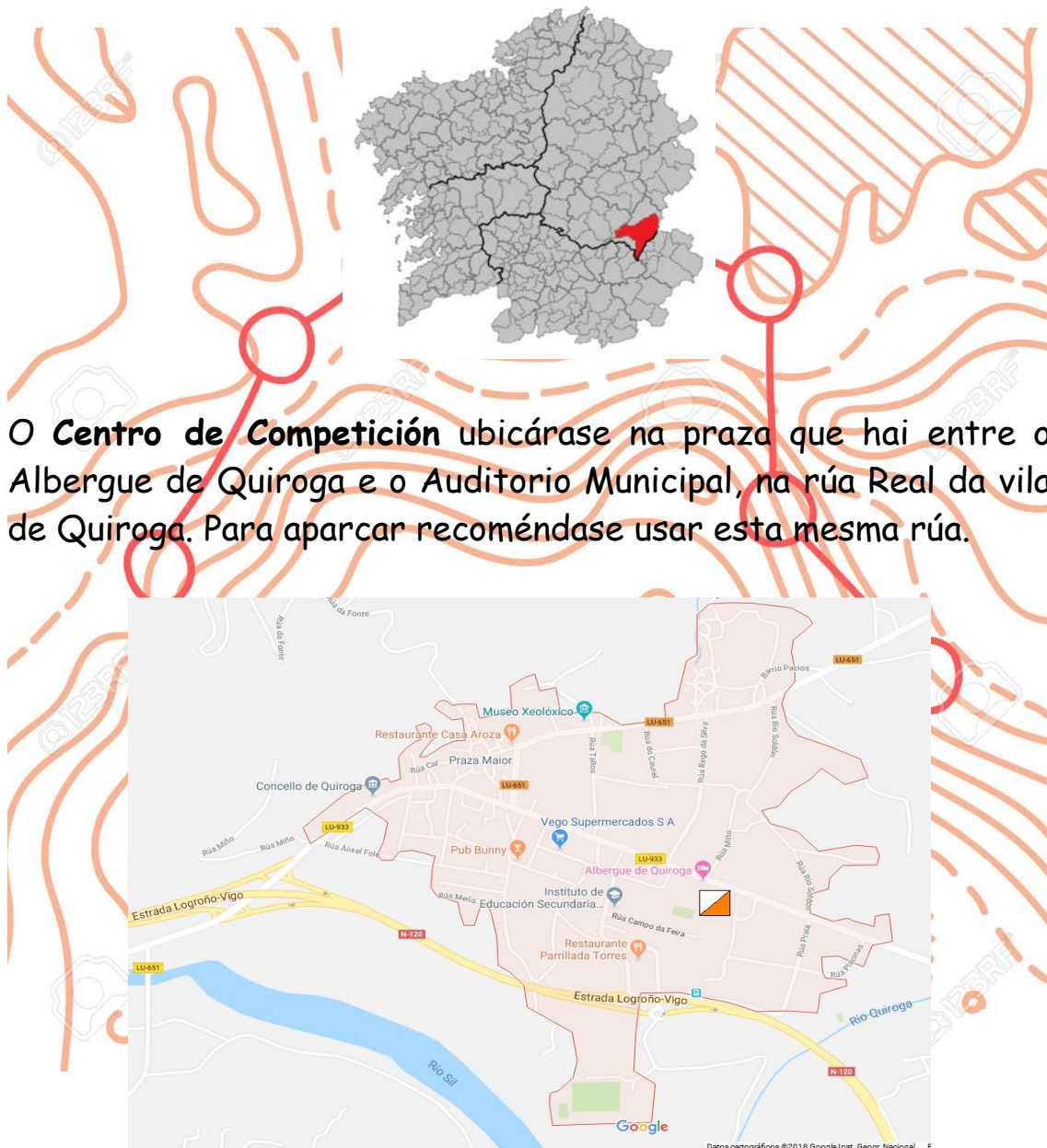
ATENCIÓN!!!

**MOI IMPORTANTE PARA EVITAR
DESCUALIFICACIÓN**

**RECOMÉNDASE USAR UNHA PINZA ELECTRÓNICA SI8
CON CAPACIDADE PARA ALMACENAR 30 CONTROIS.**

UBICACIÓN:

Quiroga é un concello do sureste da provincia de Lugo, situado á beira do río Sil e ao sur da Serra do Courel. A vila de Quiroga esta entre Monforte e O Barco de Valdeorras, a apenas media hora destas dúas localidades.

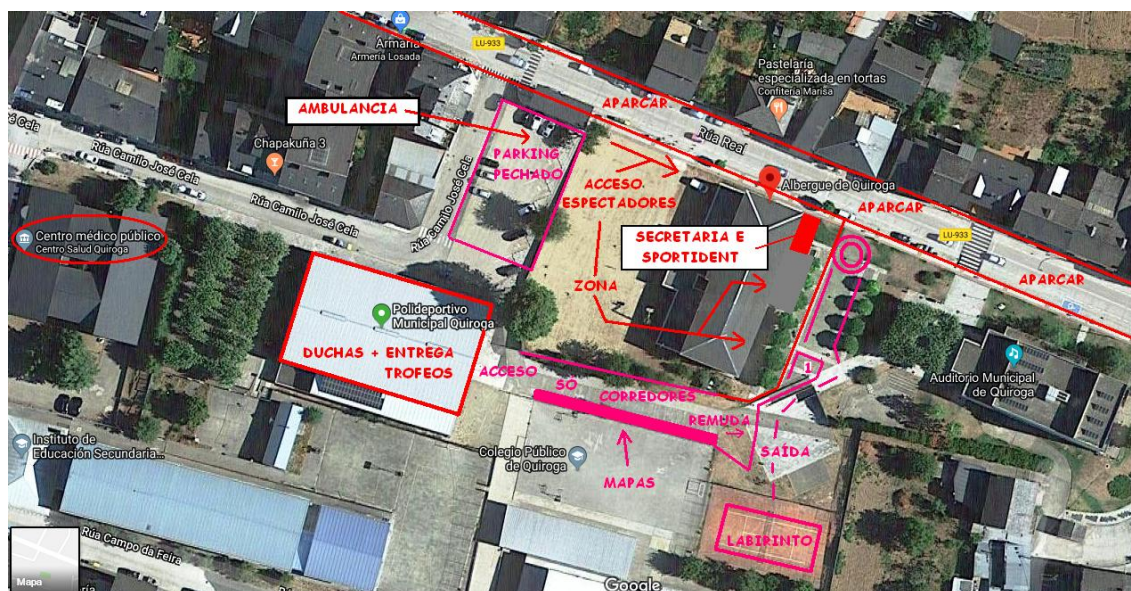


O **Centro de Competición** ubicárase na praza que hai entre o Albergue de Quiroga e o Auditorio Municipal, na rúa Real da vila de Quiroga. Para aparcар recoméndase usar esta mesma rúa.

Pregase non aparcар nas rúas ao sur da Rúa Real, por qué serán usadas en competición.

PAVILLÓN MUNICIPAL: DUCHAS E ENTREGA DE TROFEOS

A entrega de trofeos terá lugar a partir das 13:30 no pavillón municipal do Concello de Quiroga, xunto ao albergue. Habera tamén duchas alí a disposición dos competidores.



ESQUEMA DO CENTRO DE COMPETICIÓN (Albergue de Quiroga)

XURADO TÉCNICO

- Xuiz Controlador: Eduardo Ramos Lozano, USC.
- Sonia Gómez Naya, Club Fluvial de Lugo.
- Alfonso Rosado Frade, Club Anela.
- Asistente da organización: Martín Morales Ferreiro.

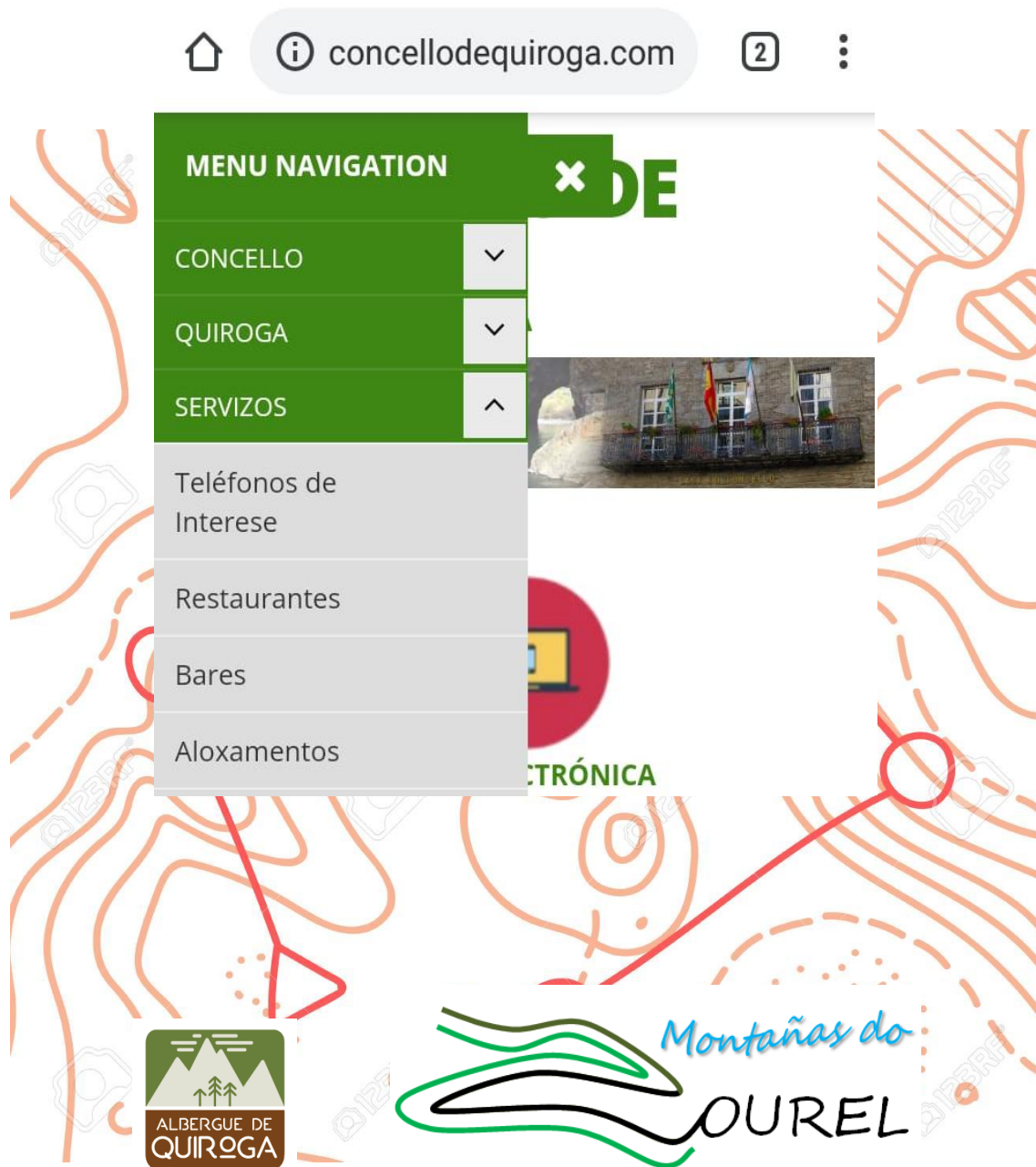
MÁIS INFORMACIÓN SOBRE A PROBA:

No apartado de eventos da web da FEGADO:

<http://fegado.es/events/view/dux00pgpwm2w/>

OUTRA INFORMACIÓN DE INTERESE (web moi completa):

<http://concellodequirola.com/>



Organizan



Colaboran

