

ORIENTA SON

VIII EDICIÓN · 2024
**ORIENTACIÓN NO
MONTE CABEIRO**



DATA DA PROBA
20 de Outubro
ás 10:00

INSCRICIÓNS ATA
15 de Outubro ás 23:50

MÁIS INFO
orienticket.com



OrientaSon 2024

VIII Liga Local de Promoción da Orientación

Concello de Porto do Son

Proba nº 4: MONTE CABEIRO

BOLETÍN 1

DATA:

Domingo, 20 de outubro de 2024.

LUGAR:

Monte Cabeiro - Porto do Son.

ORGANIZA:

Asociación Deportiva e Cultural ARNELA.

COLABORAN:

Concellería de Xuventude, Deportes e Acción Cultural.

PROBA:

Cuarta das seis probas previstas na VIII OrientaSon 2024, Liga de Promoción da Orientación de Porto do Son que se vai a celebrar na contorna do Monte Cabeiro (Porto do Son).

As características principais desta proba podémolas resumir en:

- **Uso de dorsal:** Os participantes deben usar o dorsal que lles será dado pola organización ao tomar a saída.
- **Percorrido lineal:** obrigatorio realizar o percorrido visitando os controis ou balizas na orde indicada no mapa.
- **Puntos de control:** son os lugares marcados no mapa e que deben visitar os participantes. Os puntos de control están formados polas balizas, co seu número de control, unha estación electrónica e unha pinza tradicional por si fallase a estación electrónica.
- **Sistema de cronometraxe:** utilizaremos a tecnoloxía SportIdent. Consta dun dispositivo dixital tipo pinza ou tarxeta que o corredor leva consigo durante a carreira e que permite rexistrar o seu paso polas balizas. Para este fin, en cada control, haberá un dispositivo (base) no que o orientador debe pousar/introducir a súa tarxeta/pinza ata que escoite un pitido e vexa que se acende un led vermello na estación, momento no que se realiza a gravación do seu paso por ese punto. Unha vez chegados a meta, deberá "descargarse" o dispositivo, na mesa da organización, onde se poderá obter a folia de tempos de cada corredor. **Tódolos participantes están obrigados a descargala súa tarxeta electrónica (aínda que abandonen a proba) para que a organización poida controlar se queda algún participante no terreo.** Ós corredores que non dispoñan de pinza/tarxeta a

organización asignaralles unha sen custo. No caso de que o participante perdesse a tarxeta, deberá aboar o importe da mesma (12 €).

- **Clasificación:** establecerase por categorías sen distinción de sexo, en función do tempo empregado por cada participante para completar o seu percorrido. O gañador, en cada unha das categorías, será aquel que realice o percorrido correctamente empregando o menor tempo en chegar á meta, ordenándose o resto dos participantes polo mesmo criterio.
- Os participantes que non presenten tódalas picadas correctamente terán un "ERRO EN TARXETA".

MAPA:

- Monte Cabeiro (Porto do Son).
 - Autor: Ramón Fernández e Alberto Santos.
 - Revisión: Antonio Piñeiro (2023).
 - Escala: 1:7500.
 - Equidistancia: 5 m.

PROGRAMA:

- 10.00: Apertura da Secretaría.
- 10.30: Saída dos primeiros participantes.
- 13.30: Peche de meta e recollida de balizas (todos os participantes deberán estar de volta na Meta).

CATEGORÍAS:

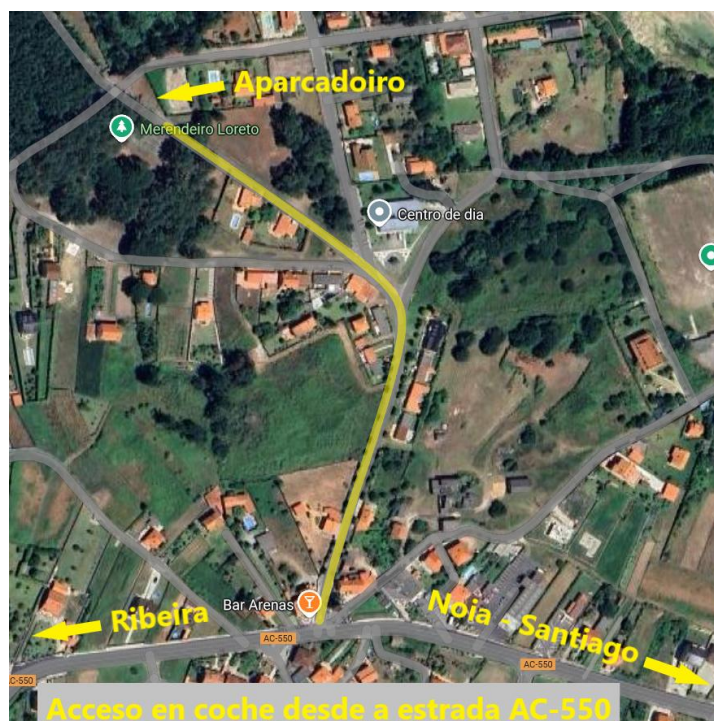
Segundo o REGULAMENTO da OrientaSon 2024, establécense 3 percorridos, sen distinción de sexos:

- **Iniciación curta: INI CURTA.**
- **Iniciación longa: INI LONGA.**
- **Adestramento: ADESTRAMENTO.**

CENTRO DE COMPETICIÓN:

Aparcadoiros na explanada situada na entrada do Campamento → Imaxe da dereita + **Goggle Maps**.

O lugar de concentración, Secretaría e saídas estarán dentro do Campamento Virxe de Loreto, a uns 300 metros andando → Imaxe inferior + **Goggle Maps**.



PROCEDEMENTO DE SAÍDAS:

Establecerase un horario de saída, de forma que cada participante sairá a unha hora predeterminada. Estes horarios serán publicados na web do club, na Fegado e nas RR.SS. do club.

As saídas nas probas de orientación a pé adoitan ser individuais (tipo contra reloxo). É dicir, a cada participante contrólase o tempo invertido na proba segundo a súa hora de saída e de chegada a meta. A hora de saída asignada a cada participante será válida, aínda que o participante a tome con retraso. Aparte disto, na OrientaSon ofrecemos a posibilidade de facer o percorrido en parellas ou grupos por motivos de seguridade, lúdicos ou didácticos sempre e cando non se moleste ós demais participantes ou ós viandantes alleos a esta actividade. Este punto ha de solicitarse no mesmo formulario de inscrición da proba.

Na zona de saída, haberá dispostas dúas bases SportIdent, que o participante debe utilizar para "LIMPAR" e "COMPROBAR" a súa tarxeta ou pinza SI. LIMPAR serve para eliminar os datos que conteña a pinza/tarxeta de outras probas e COMPROBAR utilízase para asegurarse de que o dispositivo funciona correctamente. É responsabilidade do corredor facer esta limpeza e comprobación ao comezo de cada proba. O persoal da organización encargado das saídas explicará todo isto ós que teñan algún tipo de dúbida ou sexa a primeira vez que participen neste tipo de probas.

Na zona de saída será entregado o dorsal que o participante debe levar colocado e visible durante a proba.

A saída é "con chamada", e realízase segundo o listado das hora de saída dos participantes, os cales deben estar na zona de saída, como mínimo, 3 minutos antes da súa hora asignada.

Unha vez que se dea a saída, cada participante collerá o mapa correspondente ó seu percorrido (será responsabilidade de cada participante asegurarse de que o mapa corresponde ó seu percorrido). Seguirán as cintas de balizamento ata chegar á baliza de saída (triángulo no mapa), onde orientarán correctamente o mapa e seguirán co seu percorrido, visitando os puntos de control na orde indicada no mapa (modalidade lineal) e rexistrando cada un dos controis ou balizas na súa pinza/tarxeta. Esta ten que colocarse, sen movela, sobre a estación SI, asegurándose de escoitar o pitido e/ou ver o destello do led antes de retirala.

É obrigatorio picar as balizas na orde indicada no mapa (modalidade lineal) polo que calquera picada que non cumpra este requisito será causa de descualificación.

INSCRICIÓN:

Faranse a través da web de deporticket.com, por medio dun formulario deseñado para tal fin que estará publicado nas webs do Arnela e da Fegado. Logo de acceder ó mesmo, hai que completalo i envialo. Para os non Federad@s, a inscrición inclúe un seguro deportivo para o participante o día da proba.

Os prezos das inscricións son os seguintes:

- **Socios do club ADC ARNELA:**
 - Federad@s: **gratis.**
 - Non Federad@s con licencia de proba (menores de 16 anos): **2,00 €.**
 - Non Federad@s con licencia de proba (maiores de 16 anos): **3,00 €.**
- **Resto de participantes:**
 - Federad@s: **3,00 €.**
 - Non Federad@s con licencia de proba (menores de 16 anos): **3,00 €.**
 - Non Federad@s con licencia de proba (maiores de 16 anos): **4,00 €.**
- **Recargo por inscrición fóra de prazo (só federad@s): 1 €.**
- **Aluguer de tarxeta PCard Sportident:**
 - Gratis para tod@s os participantes.
 - Perda da Tarxeta PCard: 12€.

O prazo de inscrición remata o MARTES 15 de outubro ás 23.50 h.

O método de pago establecido: **PAGO CON TARXETA OU BIZUM A TRAVÉS DA PLATAFORMA DE DEPORTICKET.COM**

OBSERVACIÓNS, NORMAS e RECOMENDACIÓNS:

- **Chegar á Secretaría uns 15/20 minutos antes da hora de saída para poder prepararse con tranquilidade:** recoller as tarxetas, aclarar dúbidas, gardar roupa e outras pertenzas,...
- **Traer calzado axeitado e roupa cómoda para andar:**
 - As categorías de Iniciación Curta e Longa non precisan unha protección especial xa que non será preciso saír dos camiños e pistas para completar o percorrido.
 - Na categoría de Adestramento tampouco resulta imprescindible, pero si aconsellable en caso de que os participantes queiran acortar atravesando polo monte.
- **Traer calzado e roupa para cambiarse** → Dependendo do tempo pode que teñamos algo de choiva e que nos mollemos.
- **As probas de orientación realízanse en silencio**, non se pode falar, salvo en casos excepcionais. Está totalmente prohibido gritar e berrar.
- **É obrigatorio realizalo percorrido na orde indicada no mapa**, e hai que completalo enteiro (pasar por tódolos puntos de control) para que a proba sexa válida, senón, prodúcese “erro en tarxeta”.
- **É obrigatorio pasar por meta e descargala pinza/tarxeta SportIdent aínda que se produza o abandono**, para que este feito lle conste á Organización.
- Para a realización do percorrido, o participante só pode contar coa axuda dun compás, ademais do mapa aportado pola Organización.
- É moi importante ofrecer axuda a calquera participante que se atope en problemas ou mancado.
- **PERMÍTESE levar o teléfono móbil na carreira para que os participantes se atopen máis seguros**. So se permitirá o seu uso en causas debidamente xustificadas.

DISTANCIAS E DESNIVEIS:

Categoría	Distancia (*) (Qms)	Desnivel + (mtrs)	Nº controis	Escala	Equidistancia
Iniciación Curta	2.6	40	15	1:5000	5 mtrs
Iniciación Longa	4.3	110	18	1:7500	5 mtrs
Adestramento	7	165	17	1:7500	5 mtrs

(*Medidas en liña recta entre controis)

Contactos para dúbidas: 646 37 36 57 (Antonio) - 650 93 90 55 (Ramón).