



O-BM COIRÓS (Espanuca)

2ª proba puntuable para a III Liga Galega de Orientación en Bicicleta de Montaña

17 outubro e 2015

ORGANIZA:

CLUB BRIGANTIA AVENTURA

BOLETÍN 2



DATOS XERAIS:

DATA: 17 de outubro de 2015

HORARIO: 9:00.- Apertura de Secretaría

10:30.- Saída do primeiros orientadores

MAPA: Mapa rexistrado na FEDO co número **C-1690-15** e co nome "**Espenuca OBM**", sendo un mapa novo realizado en xullo de 2015 por **Javier Arufe Varela** tomando como base un mapa anterior de O-Pé da SM Artabros

Escala 1:10.000 e 1:15.000

Equidistancia: 10 metros

CÓMO CHEGAR:

UTM: 43.257991 -8.151677

Copiando as coordenadas UTM e pegándoas no buscador de Google Maps, xa vos aparece o punto de saída. Despois só tedes que pulsar en "Como Chegar" e poñer o lugar de onde saídes e xa tedes a ruta a seguir.

<https://www.google.es/maps/place/43%C2%B015'28.8%22N+8%C2%B009'06.0%22W/@43.2576625,-8.1530059,556m/data=!3m1!1e3!4m2!3m1!1s0x0:0x0>

Dende:

A Coruña	25 min
Santiago de Compostela	50 min
Lugo	50 min
Ourense	1:40 horas
Pontevedra	1:10 horas



PERCORRIDOS:

Para participar nas categorías oficiais, hai que estar en posesión da licenza federativa correspondente, emitida pola Federación Española de Deportes de Orientación. Son válidas para este tipo de carreiras as licencias de RAID, O-PÉ e O-BM. O resto dos participantes, deben inscribirse nas categorías de Iniciación Curta ou Iniciación Longa.

Percorrido	Categoría	Nº controis	Dist. Real (km)	Desnivel real (m)	Escala
P01	INI-Curta Cadete Masc/Fem	8	7	155	1:10.000
P02	INI-Longa	12	16	400	1:15.000
P03	Junior Fem Vet B Fem	10	11,2	300	1:15.000
P04	Junior Masc Vet A Fem Vet B Masc	12	13,3	320	1:15.000
P05	Vet A Masc	15	21	564	1:15.000
P06	Senior Fem	13	16	330	1:15.000
P07	Senior Masc	16	24,5	750	1:15.000

CATEGORÍA	ANO NACEMENTO
Iniciación Curta	Indiferente
Iniciación Longa	Indiferente
Cadete	99 ou posterior
Junior	95 ao 98 (incluídos)
Senior	Indiferente
Veteranas/os A	1975 ou anterior
Veteranas/os B	1965 ou anterior

Aquelas/es deportistas federados que queiran puntuar para o ranking da Liga Galega de O-Bm deberán levar nun lugar visible o seu número de dorsal.



INSCRIPCIONES:

Faranse a través do sistema de inscrición da FEGADO, dende a súa páxina www.fegado.es

- **Os deportistas xa dados de alta na intranet**, deberán seleccionar o evento, marcarán a categoría na que desexen competir e confirmarán a súa inscrición.
- **Os deportistas que non están dados de alta na intranet**, teñen que crear un perfil na mesma, seguindo as instrucións da propia web. Aconséllase a estes participantes que contacten con algún club para canalizar as inscricións a través dos mesmos.

PREZOS DAS INSCRIPCIONS		
FEDERADOS	NON FEDERADOS Inclúe seguro federativo de 1 día	
4 €	INIC. CORTA	INIC. LONGA
	6€	8€

Para o sistema de control de tempos (cronometraxe), utilizarase o **SPORTIDENT**. Nos datos de inscrición hai que indicar o número de pinza/tarxeta SI. A todo aquel que non indique este dato, asignaráselle unha pinza de aluguer, que se deberá coller na zona de secretaría o día da proba. O prezo do aluguer é de 3€, que se sumará a cota de inscrición de cada participante. A perda da pinza/tarxeta SI suporá o pago do seu custo (30€)

O ingreso da cota de participación realizarase mediante un ingreso na conta bancaria do club:

TITULAR: Club Brigantia Aventura

IBAN: ES51 2100 4773 30 0200107413

CONCEPTO: OBM+ nome do club (ou participante non federado)

Unha vez realizado o pago, hai que enviar copia do xustificante bancario ao e-mail do club (clubbrigantiaaventura@gmail.com)



NORMAS E RECOMENDACIÓNS:

Recordámoslle a tódolos participantes que a práctica do deporte de orientación baséase no **respeto do entorno e do medio natural**, polo que queremos recalcar algunhas medidas a ter en conta:

- Hai **zonas de percorrido de forte pendente**, polo que non é de extrañar que haxa que baixar da bicicleta uns metros.
- Haberá un **aparcamento habilitado** para os participantes, xusto ao lado de secretaría. Rógase aparcarse ben para facilitar que collan todos os vehículos.
- Na zona existen **restaurantes e casa de comidas**, por si alguén quere pedir o xantar na zona. (Restaurante “La Paz” por exemplo).
- Teremos un lugar onde **lavar as bicicletas**. Rógase usar a auga de forma responsable.
- Os participantes teñen **prohibido falar e gritar** durante todo o desenvolvemento da proba.
- **Prohibido tirar desperdicios** (envoltorios de xeles, barriñas, etc,...) en ningún lado da zona de competición, agás nos puntos habilitados nas zonas de saída, meta e secretaría. **O INCUMPRIMENTO DESTA NORMA CONLEVA A DESCUALIFICACIÓN AUTOMÁTICA.**
- Respecto pola propiedade privada. Está **terminantemente prohibido circular por fora dos camiños**. Descalificarase automaticamente a aquel que incumpra esta norma.

- **Tramo prohibido:** Nas inmediacións da secretaría haberá un tramo prohibido, sinalizado nos mapas.



- **Tráfico aberto:** As pistas polas que circulamos non están pechadas ao tráfico, polo que hai que circular con precaución e **respectando as normas de circulación** (recórdase a obrigatoriedade de facer os stops nos cruces e asegurarse ben de que non existe perigo antes de retomar a marcha).
- Recoméndase **circular con precaución**, principalmente nas baixadas e pistas asfaltadas, xa que se acadan altas velocidades e os camiños e pistas poden ter algún tipo de deterioro debido as choivas, e moitas das pistas asfaltadas teñen restos de grava.

- **Sinal de cruces no mapa:** No mapa aparecerán algúns camiños con cruces. Isto quere dicir que, ou ben o camiño está cortado ou ben o camiño non é ciclable.





- A **secretaría** estará habilitada nun recheo, pegado ao aparcamento
- A **saída** situarase a escasos metros da secretaría.
- A **meta (finish)** estará situada a escasos metros da secretaría (zona de descarga), polo que se recorda que, todo o mundo debe pasar pola mesma para recoller os tempos.

DUCHAS:

