



VIII TROFEO CAMIÑO DO INVERNO, TERRAS DE VALDEORRAS

Sábado 14 de marzo de 2015,
O Barco de Valdeorras

2ª PRUEBA DE LA XXIV LIGA GALLEGA DE ORIENTACIÓN A PIÉ, ORGANIZADA POR EL CLUB PEÑA TREVINCA BARCO

DIRECCIÓN

Miguel Angel Limeres

EQUIPO TÉCNICO

Cartografía: Martín Morales
Recorridos: Martín Morales / Pablo Aller
Sportident: Pablo Aller / Xan Trigo
Secretaría: Nadia Pfirter

ZONA DE CONCENTRACIÓN

Plaza de Entoma, O Barco de Valdeorras
Coordenadas: 42° 25' 18.53" N 6° 56' 14.49" W

MAPA

ENTOMA. Registro FEDO: OR-1523-14
Escala 1:7500 y 1:10000 | Equidistancia 5m
Creación: 2014 | Revisión: febrero de 2015

SECRETARÍA

La secretaría se encontrará en la plaza de Entoma (Ourense). El acceso estará señalizado desde la salida Este de la N-120.

CARRERA

Carrera puntuable para la liga gallega. Durante la carrera podremos disfrutar del paisaje típico valdeorrés y de espectaculares viñedos en la ladera de la montaña, lo que provoca que la carrera tenga un desnivel superior al de otras competiciones, con lo cual consideraremos la carrera de distancia larga por los tiempos ganadores y no de la distancia de los recorridos. Para evitar la mayor parte del desnivel la organización decidió colocar 2 salidas diferenciadas por recorridos, lo que se ha tratado es que los participantes no tengan que sufrir en carrera (salida 2) el desnivel. La salida 1 (recorridos del 0 al 7) estará a 700 metros de la secretaría, estará señalizado y a 12 minutos. La salida 2 (recorridos del 8 al 12) estará a 2 km y

estará a media hora desde la secretaría. La organización decidió que no habrá presalida, pero la hora cero será a las 11 horas para ayudar a la gente que se desplaza desde lejos.

RECORRIDOS

Los contemplados en la XXIV Liga Gallega de Orientación. En esta prueba encontraréis gran cantidad de balizas muy cercanas, controlar bien el número de control para evitar errores. Los recorridos de iniciación usarán baliza start y no tendrán hora de salida asignada.

SISTEMA DE CRONOMETRAJE

El sistema de control será SportIdent. Las estacas tendrán pinzas manuales por si deja de funcionar la estación SportIdent. Los controles también tendrán baliza checa, que solo se cogen si no está la baliza real.

DUCHAS

Como en otros años habrá duchas en el pabellón de Calabagueiros de O Barco, de 12 a 15 horas.

CATEGORÍAS

- a) Con licencia federativa:
Las contempladas en el Reglamento de la XXIV Liga Gallega de Deporte de Orientación.
- b) Sin licencia federativa:
Iniciación Corta (R0) (Hasta 12/14 años)
Iniciación Larga (R3) (+ de 12/14 años)

PROGRAMA

- 09:30 h.** Apertura de secretaría, entrega de pinzas y dorsales.
11:00 h. Salida de los primeros participantes en la **salida 1.**
11:00 h. Salida de los primeros participantes en la **salida 2.**
14:00 h. Cierre de meta y entrega de premios.

INSCRIPCIONES

Hasta el martes 10 marzo a las 22:00 h. en la web www.fegado.es



VIII TROFEO CAMIÑO DO INVERNO, TERRAS DE VALDEORRAS

Sábado 14 de marzo de 2015,
O Barco de Valdeorras

¡ATENCIÓN! Obligatorio 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. Precio del alquiler: 3€ (a pagar junto con la inscripción). La pérdida de la tarjeta conlleva el pago de su precio: 30€

CLUBS:

A través de <http://fegado.es/events/>. Enviar el justificante de ingreso en la **cuenta nº ES83 2038 9413 9960 0018 8859 de BANKIA** a: ori.trevinca@gmail.com. La cantidad a ingresar será la suma del resumen de las inscripciones del club en la carrera de distancia media, más 3€ por cada corredor que alquile tarjeta SI. En el concepto del ingreso poner: Ori Barco (más el nombre del club) Aquellos clubs que precisen factura, no olviden enviar sus datos fiscales.

INDEPENDIENTES:

Enviar por e-mail a ori.trevinca@gmail.com: Nombre y apellidos, DNI, Recorrido (Iniciación Corta o Larga), Fecha de nacimiento, Nº tarjeta SportIdent, Teléfono de contacto y justificante del ingreso de la cuota correspondiente en la cuenta de **BANKIA nº Es83 2038 9413 9960 0018 8859** indicando en el concepto: Ori Barco (mas el nombre). La cantidad a ingresar será la suma del resumen de la inscripción en la carrera, más 3€ si necesita alquilar tarjeta SI.

PRECIOS DE LAS INSCRIPCIONES:

- Federados: 4 €
- Iniciación Corta (Niños) sin licencia fed.: 6 €
- Iniciación Larga (May.), sin licencia fed.a: 8 €

OTRAS INFORMACIONES

- Listados de horas de salida en <http://fegado.es> a partir del 12 de marzo por la tarde.
- Medallas a los tres primeros clasificados en cada categoría.
- Estacionamiento y primeros auxilios en la zona.
- Habrá **barra de cereales y bebida al final de la prueba** para los participantes. **Habrá avituallamiento líquido en carrera.**

- **Luego de la entrega de premios**, la comisión de vecinos de Entoma invitará a los presentes con **un pincho de la zona**.

NORMAS Y RECOMENDACIONES

- No se permitirá la salida sin dorsal.
- Es obligatorio realizar el recorrido en el orden indicado en el mapa.
- Es obligatorio pasar por meta y hacer la descarga sportident, aunque se produzca el abandono, para que conste a la organización.
- Para la realización del recorrido, el competidor solo puede contar con la ayuda de una brújula, además del mapa aportado por la Organización.
- Es recomendable llevar ropa cómoda que cubra todo el cuerpo y también el uso de polainas.
- La competición se basa en el respeto a:
 - La naturaleza, a los cultivos y propiedades privadas, a los otros competidores y a las indicaciones del personal de la organización
 - Es muy importante ofrecer ayuda a cualquier participante que se encuentre lastimado.

COMO LLEGAR:

Desde A Coruña y Lugo: A6 hasta salida 405 hacia N-120 dirección Monforte. Salir en la salida Este de O Barco.

Desde Vigo y Pontevedra: A-55 y A-52 hasta la salida 230 (Ourense), continua por carretera N-120. Salir en la salida Este de O Barco.

Desde Ourense: carretera de Ponferrada/N-120. Salir en la salida Este de O Barco.

Desde León: AP-71 hasta salida 37 y coger A-6 dirección A Coruña hasta la salida 400 e incorpórate a N-VI, continúa por N-120 dirección Monforte. Salir en la salida Este de O Barco.

Desde Portugal: desde Chaves N-103-5 hasta España, seguir por N-532. Toma A-52 direc. Benavente y en la salida 129 tomar N-525 para enseguida coger la OU-533 hasta A Rúa. Luego N-120. Salir en la salida Este de O Barco.

El acceso señalizado desde la salida Este de O Barco en la N-120, hasta el pueblo de Éntoma.