

11ª PROBA LIGA GALEGA O PÉ

# BOLETÍN FINAL



A Coruña, 28 Outubro 2023



# GALLAECIA RAID

# **ÍNDICE**

**HORARIOS**

**ORGANIZACIÓN**

**LOCALIZACIONES**

**MAPA**

**RECORRIDOS**

**REGULAMENTO**

**I TROFEO GALLECIA RAID O-PÉ**

**CRONOMETRAXE**

**INSCRICIÓN**

**INFORMACIÓN ADICIONAL**

**COLABORACIONES E PATROCINADORES**

## ORGANIZACIÓN

**Clube organizador:** Gallaecia Raid

**Dirección da proba:**

- 11ª Proba da XXXII Liga Galega de Orientación a Pé - Angel Albarrán Rodríguez

**Cartografía:** Juan Patiño Varela e Iván Somoza Argibay

**Trazados:** Angel Albarrán Rodríguez e Iván Somoza Argibay

**Cronometraxe:** Clube Gallaecia Raid

**Xuez Controlador:** Alberto Arufe

**Sportident:** Andrés Dopico y Manuel Pedre

**Email de contacto:** [secretaria@gallaeciaraid.org](mailto:secretaria@gallaeciaraid.org)

## 11ª Proba de la XXXII Liga Galega de Orientación a Pé

### **HORARIOS:**

**APERTURA SECRETARIA MESOIRO: 09:00**

**PRESAÍDA: 15 MINUTOS NA ÁREA DO CENTRO CÍVICO NOVO MESOIRO.**

**SAIDA PRIMER CORREDOR: 10:30**

**PECHE DE META E INICIO A RETIRO DAS BALIZAS DE TERREO: 2 HORAS DESPOIS DA SAÍDA DO ÚLTIMO CORREDOR.**

**ENTREGA DE PREMIOS 1º TROFEO GALLAECIA RAID O-PÉ: 18:30 TBC UNIVERSIDAD DE ELVIÑA**

### **LOCALIZACIONES**

**Secretaría MESOIRO:** Polideportivo Novomesoiro, calle Os Ancares

**Duchas:** Polideportivo Novomesoiro, calle Os Ancares

<https://maps.app.goo.gl/z9fjGGdoBU911nDw7>

Entre a Secretaría e a Pre-Saída hai unha distancia de 250 m.

A zona de aparcamento é ampla e sen limitacións para aparcар autocaravanas.

#### **SAIDAS CATEGORÍAS OFICIALES, M-21B y F-21B:**

Haberá unha **pre-saída de 15 minutos** na área do **Centro Cívico Novo Mesoiro** (<https://maps.app.goo.gl/DWKaMXBftEP91FJ86>). A entrega dos mapas e a saída efectiva realizarase a unha distancia de **950 m (10 minutos a pé)** desde a pre-saída. Sinalizarase a ruta dende a pre-saída ata a zona de entrega do mapa.

Na pre-saída farase un primeiro control de persoal e dorsal. A primeira hora de saída será ás **10:30 horas**, segundo a listaxe de asignación de horarios de saída que se publicará nos días previos ao evento.

#### **SAÍDAS INICIACIÓN CURTA E LONGA:**

A saída das categorías INI-Curta e INI-Longa realizarase dende Centro Cívico Novo Mesoiro <https://maps.app.goo.gl/DWKaMXBftEP91FJ86>, debendo pasar os participantes pola zona de pre-saída para o seu control. Os participantes das categorías de iniciación non terán unha hora de saída asignada, polo que estes participantes poderán acudir á saída cando queiran, entre as **11:00 e as 12:00 horas**.



## MAPA

MESOIRO Nº REGISTRO FEDO: C-1078-09

O mapa creouse en 2009, realizándose a revisión previa en setembro de 2013, para a 1ª Proba da Liga Galega de 2014, último ano no que se disputou este mapa.

O mapa está dominado por zonas reforestadas con eucaliptos, polo que atopamos alternando diferentes bosques, segundo a época da súa plantación e tala.

É un terreo antipático, accidentado e complexo para o corredor, con moitas zonas de velocidade e visibilidade reducida e con distintos graos de penetrabilidade, dependendo da densidade de pólas, matogueiras e toxos. Haberá zonas que non favorezan a navegación a rumbo, pero a gran rede de estradas e pequenos sendeiros e a gran cantidade de detalles rochosos farán que o corredor deba decidir o mellor percorrido mediante diferentes técnicas de orientación.

As zonas cortadas recentemente deixaron unha gran cantidade de madeira e ramaxe no chan que ralentizarán as carreiras. As choivas das últimas semanas fixeron esvaradías as zonas con ramaxes, polo que se recomenda extremar a precaución cando se transita por estas zonas.

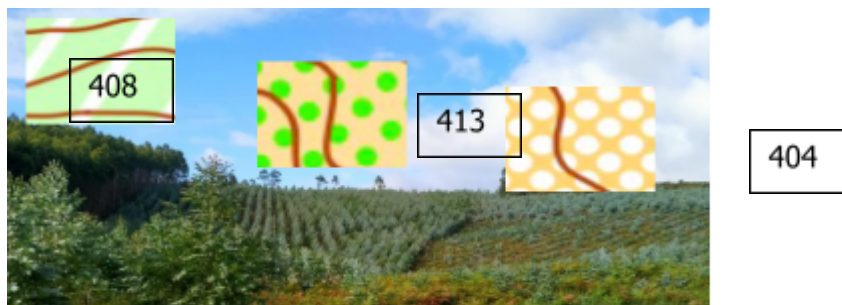
A velocidade de carreira nos primeiros tramos será lenta, con desnivel moderado que se acumulará na parte inicial da carreira, rematando a carreira nun suave descenso ata a zona de meta.

É altamente recomendable o uso de polainas e roupa deportiva que cubra todo o corpo, así como calzado con bo agarre ante a posibilidade de que o terreo estea moi mollado.

DATOS TÉCNICOS:

BOSQUES / REFORESTACION DE EUCALIPTOS.

Os diferentes tipos de bosques cos que se vai atopar o corredor durante a carreira foron representados cos seguintes símbolos da Norma ISSOM-2017 II:



408 Vegetación, carrera difícil, mejor en una dirección (franjas blancas)

413 Basto con árboles en plantación. Tierra plantada con árboles en un patrón regular.

404 Terreno abierto con árboles dispersos

## RECORRIDOS

RECORRIDO	BALIZAS	DISTANCIA	DESNIVEL	ESCALA		RECORRIDO	BALIZAS	DISTANCIA	DESNIVEL	ESCALA
INI CURTA	11	1,9 km	75 m	1:7500		INI LONGA	17	4,1 km	140 m	1:7500
F-12	12	2,5 km	65 m	1:7500		M-12	12	2,5 km	65 m	1:7500
F-14	14	2,8 km	80 m	1:7500		M-14	14	2,8 km	80 m	1:7500
F-16	14	3,1 km	95 m	1:7500		M-16	17	3,8 km	115 m	1:10000
F-18	17	3,8 km	115 m	1:10000		M-18	19	4,9 km	125 m	1:10000
F-21B	14	3,1 km	85 m	1:7500		M-21B	13	3,4 km	80 m	1:10000
F-21A	16	4,0 km	110 m	1:10000		M-21A	19	4,9 km	125 m	1:10000
F-35	18	4,7 km	120 m	1:10000		M-35	19	4,9 km	125 m	1:10000
F-40	16	4,5 km	110 m	1:10000		M-40	18	4,7 km	120 m	1:10000
F-45	15	3,5 km	80 m	1:10000		M-45	16	4,5 km	110 m	1:10000
F-50	13	3,0 km	65 m	1:7500		M-50	15	3,4 km	100 m	1:7500
F-55	11	2,6 km	60 m	1:7500		M-55	13	3,0 km	65 m	1:7500
FE	19	4,9 km	125 m	1:10000		ME	23	5,6 km	155 m	1:10000

Trátase dunha Proba tipo MEDIA DISTANCIA pero condicionada polo tipo de vexetación predominante no mapa, coas características descritas no apartado anterior.

Xeráronse 17 Recorridos diferentes, a escalas 1:10000 e 1:7500.

A ruta INI LARGA está pensada para persoas adultas que proveñan de

carreiras tipo trail ou que simplemente queiran iniciarse na orientación, sendo recomendada a ruta INI CURTA para nenos.

## **REGULAMENTO**

A competición desenvolverase na modalidade de ORIENTACIÓN EN LIÑA. O participante terá que pasar obrigatoriamente por tódolos controis, seguindo a orde numérica consecutiva marcada. A proba será de tipo individual contra-reloxo. As normas aplicables nesta proba serán as seguintes:

### **REGLAMENTO DE ORIENTACIÓN FEGADO 2023 O-Pie**

<https://fegado.es/web/uploads/documents/file/c7f/63e996a238-rev02-normas-anuais-fegado-o-pe-2023.pdf>

### **NORMAS ANUAIS FEGADO da XXXII LIGA GALEGA DE ORIENTACIÓN A PÉ**

- Non se permitirá a saída de corredores sen o seu dorsal (so para federad@s)
- Non está permitido seguir a outros participantes
- É obrigatorio pasar polo triángulo de saída (baliza sen código), estando prohibido retroceder dende este punto cara a zona de saída.
- Os corredores teñen o deber de respectar as zonas indicadas como privadas ou prohibidas (propiedades particulares ou obras). Non se pode traspasar ningunha zona limitada por cinta de marcado baixo pena de descalificación.
- É obrigado asistir a calquer participante que precise axuda.
- Para a realización da proba só está permitido o uso do mapa, que se dará no momento da saída, e a axuda dunha brúxula.
- É obrigatorio realizar o percorrido na orde indicada no mapa. Podéndose encontrar balizas de distintos percorridos moi próximas.
- É obrigatorio pasar pola meta e descargar a pinza electrónica, aínda que se produza o abandono, para que lle conste ao persoal da organización.

- **PECHE DE META E INICIO A RETIRO DAS BALIZAS DE TERREO: 2 HORAS DESPOIS DA SAÍDA DO ÚLTIMO CORREDOR..**

## **I TROFEO GALLECIA RAID O-PÉ**

A combinación da 11ª Proba LG O-Pé e a 6ª Proba LG Sprint P-Pé conformarán o I Trofeo GALLAECIA RAID O-Pé.

Para ser campión deste Trofeo hai que estar inscrito nas dúas probas (mañá e tarde) e nas dúas probas, na mesma categoría.

O gañador de cada categoría será o que obteña maior número de puntos da suma das dúas probas (na mesma categoría). A conversión de tempos en puntos realizarase segundo o punto 6.3. Sistema de puntuación das Normas Anuais da FEGADO para o ano 2023.

Entregaranse premios aos tres primeiros clasificados de cada categoría. A entrega do premio terá lugar na Pista de Atletismo da Universidade de Elviña, unha vez rematada a Proba de Sprint (18:30). A hora de entrega adiantarase se fose posible.

## **CRONOMETRAXE**

Para a cronometraxe da proba empregarase o sistema electrónico Sportident, para o que os participantes requiren tarxeta electrónica. Os que non teñan carné poden alugalo para a proba.

Sistema AIR+ activado.

Balizas: aínda que a carreira se realizará con sistema AIR activado, poden darse casos de balizas desactivadas polo que é responsabilidade do competidor comprobar o aviso da pinza SIAC, e de ser o caso de non percibilo, picar de forma tradicional introducindo a pinza na estación.

Os resultados da proba pódense consultar en <http://liveresultat.orientering.se/> e a clasificación publicarase na páxina web da FEGADO.



As reclamacións poderán presentarse persoalmente ata 60 minutos despois da chegada do último corredor.

## INSCRIPCIONS

Lembra que as taxas de inscrición deberán aboarse antes do comezo da proba.

Taxas de inscrición en probas da Liga Galega:

- Categorías federadas M/F-18 e inferiores: 7 euros.
- Categorías federadas M/F-21 e superiores: 10 euros
- Non Federado, con licenza de proba e participando en Curta Iniciación: 10 euros.
- Non Federados, con licenza de proba e participando en Longa Iniciación: 13 euros.

Recargo por matrícula non temporal: + 100% da taxa de matrícula correspondente.

Substitución do dorsal: 3 euros (recibe FEGADO)

Aluguer da pinza S.I. para quen non o precise (obrigatorio en todos os traxectos): 3 euros.

Asignarase automaticamente unha tarxeta S.I. en todo caso, a quen non indique o número de tarxeta e os datos de rexistro.

Perda da tarxeta S.I. leva ou pago de 30 €.

Cambio de tarxeta S.I., a cargo do deportista:

- Unha vez rematadas as inscricións: 2 euros.
- O día da carreira: 5 euros

Os pagamentos realizaranse no seguinte número de conta:

**ES63 2080 0036 6030 4002 0466**

En caso de dúbida, remitir correo electrónico a:

[secretaria@gallaeciaraid.org](mailto:secretaria@gallaeciaraid.org)

## **INFORMACIÓN ADICIONAL**

Para aqueles participantes que competirán pola tarde na 6ª Proba da Liga Sprint na Universidade de Elviña, recoméndase comer nos arredores do barrio de Novo Mesoiro:

- Roncudo
- O do Cuñado
- Mi Barrio
- A de Maruja
- Panaderías (Sanbrandan, Forno de Carral,...)

Na zona da Universidade de Elviña estará a disposición dos competidores o bar "El Ambigú de Elviña" (Rúa Antonio Insua Rivas, 34, 15008 A Coruña)

ORGANIZA



**GALLAECIARAID**

COLABORAN



PATROCINAN



