BOLETÍN 2

3ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT URBANA

2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O

2ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT BOSQUE

30 de Maio, 2026

2º PROBA LIGA GALEGA SPRINT
2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O
3ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT

2º PROBA LIGA GALEGA SPRINT
2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O
3ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT

PRESENTACIÓN

ORGANIZACIÓN

3ª PROBA LIGA GALLEGA SPRINT URBANO (PERILLO)

2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O (13 ROSAS-GALERAS)

2ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT BOSQUE (XAZ)

MEDIOAMBIENTE

ALIMENTACIÓN

COLABORACIÓN Y PATROCINADORES

PRESENTACIÓN

IMPORTANTE:

Por necesidades organizativas e de coordinación co Concello de Oleiros, modificáronse a orde e os horarios das probas SPRINT de O-PIE

Recomendamos ler con atención

O club Raid Gallaecia asume o reto de organizar tres carreiras da Liga Galega o 30 de maio de 2026, co apoio do Club Ártabros e do Club de Orientación Liceo.

Dúas destas carreiras pertencen á Liga Galega de Sprint, unha integramente no bosque e a outra completamente urbana.

As inscricións deben facerse individualmente para cada un dos eventos nos que se desexe participar, utilizando as ligazóns indicadas neste Boletín.

Tres mapas de nova creación no Concello de Oleiros.

Ademais, grazas ao apoio de Javi Arufe, tamén organizamos a segunda carreira da Liga Galega de Trail-O.

Coa organización destas carreiras, tamén queremos formar parte dos eventos deportivos que conmemoran o 40 aniversario da creación da Facultade de Ciencias do Deporte e a Educación Física.

Queremos agradecer especialmente ao Concello de Oleiros o seu apoio para poder organizar esta proba que esperamos que vos guste.

Descubre Oleiros a través do deporte da orientación.

ORGANIZACIÓN

Clube organizador: Gallaecia Raid

Dirección y Coordinación Xeneral da proba: Claudia Oreiro

Dirección Técnica Sprint Bosque: Angel Albarrán Rodríguez

Dirección Técnica Trail-O: Iván Somoza Argibay

Dirección Técnica Sprint Urbano: Luis Javier Ramos Asensio

Cartografía: Javier Arufe e Angel Albarrán Rodríguez

Trazados: Angel Albarrán e Luis Javier Ramos

Trazados Trail-O: Iván Somoza e Anxo Somoza

Cronometraxe: Clube Gallaecia Raid

Xuez Controlador: Alfonso Rosado

Sportident: Claudia Oreiro e Teresa Silvarrey

Email de contacto: secretaria@gallaeciaraid.org

E1

3ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT URBANO

HORARIO	EVENTO	LOCALIZACIONS
	SPRINT URBANO	APARCADOIRO XENERAL https://maps.app.goo.gl/iysw9R4HfaL1AmAA7
09:00	APERTURA SECRETARIA	
10:00	INICIO CUARENTENA	CUARENTENA Y SECRETARIA https://maps.app.goo.gl/CA2vpRAnrfKSk7AY9
10:30	SAÍDA 1º CORREDOR (PRESAÍDA -5`)	
10:40	SAÍDA INI	
12:00	ÚLTIMA SAÍDA INI	
13:00	RECOLLIDA BALIZADO	

MAPA: E:1:3000, Eq 5 metros. Mapa novo ABR26

Registro FEDO, Nº: C-3988-26 Perillo (Oleiros)

TRAZADOR: Luis Javier Ramos Asensio

MODALIDADE: ORIENTACIÓN EN LIÑA.

CENTRO DE COMPETICIÓN E APARCADOIRO

2º PROBA LIGA GALEGA SPRINT
2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O
3ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT

inef GALICIA 1986 - 2026

Concello de Oleiros

INFORMACIÓN TÉCNICA

A disposición urbana de Perillo mestura os trazos característicos das zonas máis antigas, coas súas rúas de deseño irregular, con urbanizacións modernas caracterizadas por numerosas escaleiras e ramplas. Dentro da propia vila hai varios parques infantís e pequenas zonas boscosas onde se recomenda calzado con boa adherencia.

Neste sprint urbano se empregará a escala 1/3.000 para facilitar a lectura do mapa, que alternará zonas de transición con zonas de alta concentración de balizas.

Nas mesma zonas coincidirán distintos recorridos, polo que será necesario comprobar a descrición e o código correcto de baliza.

Existirán algúns puntos de paso obrigatorios, que estarán indicados no mapa xunto coa prohibición de atravesar dita rúa en perpendicular. Si estará permitido avanzar pola súa beirarrúa. Se controlarán ditos puntos cós colaboradores de carreira.

Os desniveis do mapa son moderados, con acumulación importante nos percorridos superiores, polo que o ritmo de carreira se verá afectado.

DISTANCIAS E DESNIVELES

CATEGORÍAS	CONTROIS	DISTANCIA	Desnivel	ESCALA	CATEGORÍAS	CONTROIS	DISTANCIA	Desnivel	ESCALA
F-12	19	2000	40	1:3000	M-12	19	2000	40	1:3000
F-14	20	2200	45	1:3000	M-14	20	2200	45	1:3000
F-16	21	2300	45	1:3000	M-16	21	2500	50	1:3000
F-18	21	2500	50	1:3000	M-18	23	2900	75	1:3000
F-21	23	2900	75	1:3000	M-21	24	3100	80	1:3000
F-35	24	3100	80	1:3000	M-35	23	3100	80	1:3000
F-45	21	3000	70	1:3000	M-45	23	2700	60	1:3000
F-55	21	2300	45	1:3000	M-55	23	2400	50	1:3000
F-65	20	2200	45	1:3000	M-65	21	2300	45	1:3000
SENIOR F	23	3100	80	1:3000	SENIOR M	24	3200	80	1:3000
INI LARGA	20	3000	60	1:3000	INI CORTA	19	2000	40	1:3000

REGULAMENTO

As normas aplicables nesta proba serán as seguintes:

- **REGULAMENTO FEGADO ORIENTACIÓN 2026 O-PÉ | O-PÉ Sprint | MTBO | Trail-O**
  695abb3587-rev05-reglamento-fegado-orientacion-2026_v0.pdf
- **NORMAS ANUAIS FEGADO LIGA GALEGA DE ORIENTACIÓN O-PÉ**
  695abce630-rev02-normas-anuais-fegado-o-pe-2026_v0.pdf

- Non se permitirá a saída de corredores sen o seu dorsal (so para federad@s). Para casos de perda ou olvido do mesmo, Os federados terán un custo de 3€ pola compra dun dorsal para a proba, a cargo do solicitante.
- Recordamos a normativa en FEGADO do Dorsal:

https://fegado.es/web/uploads/documents/file/401/67967adaf0-normativa-dorsal-fegado.pdf

- 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 pasar pola meta e descargar a pinza electrónica, aínda que se produza o abandono, para que lle conste ao persoal da organización.

CRONOMETRAXE

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

Os resultados da proba pódense consultar en:

https://liveresultat.orientering.se/

https://www.oreplay.es/

INSCRIPCIONES

As inscricións realizaranse a través da páxina web da FEGADO:

https://fegado.es/events/view/9mn5z24xkj8b/

Peche inscripcións:

Domingo 23 de maio, ás 23:50 h.

Taxas de inscrición por proba:

CATEGORIAS OFICIAIS:

Categoria M/F-17 e inferiores: 2€
Categoria M/F-20: 7€
Categoria M/F-21 e superiores: 10€

CATEGORIAS NON OFICIAIS:

Iniciación Curta: **2€ + Seguro de día (2,5 €)**
Iniciación Longa: **2€ + Seguro de día (2,5 €)**

OUTROS CARGOS

- Reposición de dorsal: **3 €**
- Aluguer da pinza S.I. **3€** por proba
- Cambio de tarjeta S.I. (a pagar polo deportista) una vez pechadas inscripciones: **2 €**
- Cambio de tarjeta S.I. (a pagar polo deportista) o día da competición: **5 €**
- Perda da tarxeta S.I. leva ou pago de 30 €.

CORREDORES INDEPENDIENTES:

Poderán inscribirse en categoría oficial, fóra de competición, membros doutros clubs non galegos sempre que teñan licencia federativa oritanción FEDO.

Os atletas que non estean rexistrados na intranet poderán crear un perfil e facer a sua inscripción a través do seu perfil independiente o ben neste enlace.

https://form.jotform.com/253236301957356

Os participantes independientes non federados soamente poderán facer a inscripción nas categoria **Iniciación Curta ou Longa.**

Este mesmo enlace será o usado para os asistentes de INEF (aniversario).

Antes de rexistrarse, os participantes deberán ter un comprobante de pagamento para anexar á súa inscrición. Así mesmo, enviarase unha copia de devandito recibo por correo electrónico a secretaria@gallaeciaraid.org indicando no asunto:

SPRINT URBANO + PAGO "NOME e APELLIDOS DO CORREDOR".

Os pagamentos realizaranse no seguinte número de conta:

ES63 2080 0036 6030 4002 0466

E2

2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O

HORARIO	EVENTO	LOCALIZACIONS
12:00 12:30 14:00	**TRAIL-O** APERTURA SECRETARIA SAÍDA 1º CORREDOR ÚLTIMA SAÍDA	CENTRO DE COMPETICIÓN 43° 20' 29.4684" N 8° 21' 8.3592" W Distancia Centro Competición a Salida: 600m

MAPA: Javier Arufe; ISSPROM19 1:3000, Eq. 2m ABR26

Registro FEDO, Nº: C-4040-26

TRAZADORES: Iván Somoza e Anxo Somoza

MODALIDADE: Proba en formato Sprint-O.

Sprint-O: 24 puntos, 330 metros, desnivel 5m. Tempo límite: OPEN-ELITE 35 min; clase PARALÍMPICO coef. 0,8 (cadeiras de rodas manuais 44), 0,9 (resto clase P 39).

Penalización de 1 punto por cada minuto ou fracción excedido do tempo máximo.

Peche de meta: 60 minutos despois da saída do último competidor.

CENTRO DE COMPETICIÓN E APARCADOIRO

O Centro de Competición estará ubicado xunto ao Hotel Attica21 As Galeras: https://maps.app.goo.gl/SmaL25eLD5kWrebt9.

O aparcamento recomendado será na rúa Galeras xunto ao Centro de Competición e de forma máis ampla no aparcamento das pistas de INEF https://maps.app.goo.gl/QkTFDdpYZi7aCtzBA. **Estará prohibida a circulación e o aparcamento para os participantes pola rúa Fieito e Bastiagueiro Pequeno, como se indica no croquis da fotografía**. A

presaída estará situada a 600m do Centro de Competición e estará prebalizada. Tódolos participantes deben realizar este percorrido para chegar á presaída; unha parte deste percorrido vai por unha carreteira con tráfico aberto sen arcén pero con moi pouca densidade de tráfico, debe transitarse pola dereita e con precaución. A distancia dende a meta ao Centro de competición e zona de descarga será de 600m, e tamén estará prebalizada.

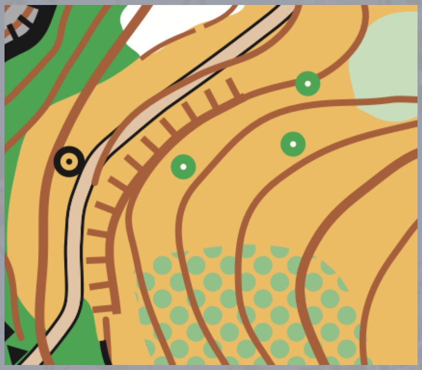
HORAS DE SAÍDA

Non haberá horas de saída; a saída estará aberta dende as 12.30h ata as 14.00h (recomendamos non deixar para a última hora a saída pola posible acumulación de participantes e a posibilidade de sufrir retrasos); establecerase un intervalo de tempo entre os participantes que vaian chegando á presaída. Tódolos participantes deben pasar pola Secretaría

do Centro de Competición a recoller as tarxetas P-Card que se utilizarán na proba; e serán devoltas ao terminar a proba trala súa descarga.

INFORMACIÓN TERREO

A competición disputarase no “Parque das 13 Rosas”. Trátase dun mapa de parque que combina zoas de bosque máis ou menos pechado, con amplas zoas de arboleda dispersa e outras de campo aberto. O camiño da proba transcurrirá por un camiño pavimentado,, a maior parte chá (agás 15 metros en pendente moderada) en bo estado.



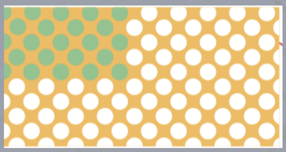
CRONOMETRAXE

Na primeira proba de liga, que tivo lugar en Abadín (Lugo), utilizouse o sistema ToePunch (Guía de uso na seguinte ligazón: https://vilafranca2025.fedocv.org/wp-content/uploads/2025/01/ES_ToePunch-Competitors.pdf). Esta segunda proba xestionarase co sistema Sportident, pero cun formato de utilización similar ao ToePunch. Cada competidor utilizará un xogo de tarxetas P-Card, as cales serán subministradas pola organización no Centro de Competición.

Se a cobertura o permite, os resultados serán transmitidos en tempo real e proporcionarase unha ligazón desde a páxina web do evento na fegado (https://fegado.es/events/view/53sve3ys86lw/)

INFORMACIÓN CARTOGRAFÍA

Para a cartografía empregouse o estándar ISSPROM2019. Como dato salientable, dado o gran número de árbores e arbustos dispersos e para facer a lectura máis interesante, decidiuse empregar o elemento 402 cando a densidade destes elementos era maior (tanto no seu formato de campo aberto con árbores dispersas "puntos brancos", como no de arbustos/árbores pequenas dispersas "puntos verdes").


Elemento 402.

INFORMACIÓN TÉCNICA

O formato de sprint require unha toma de decisións rápida, baseada na lectura do mapa, na identificación de elementos importantes e na toma dunha decisión. O cálculo de distancias ou as triangulacións non adoitan ser as técnicas máis recomendadas. O mapa é moi detallado e preciso, pero tamén se deben seguir os principios cartográficos para garantir unha boa lexibilidade, como a esaxeración, a simplificación gráfica ou o desprazamento.

Para cada punto de control, hai unha baliza no terreo. Se a baliza está na localización correcta, estará no punto marcado polo centro do círculo ou xunto ao elemento puntual do centro do círculo (A). Se a baliza non está na localización indicada, a resposta será (Z).

O resultado calcúlase por puntos. Súmase 1 punto por cada desafío acertado. O erro na resposta non penaliza. Lémbrase que, ao ser unha proba de Sprint, no caso de empate a puntos desempátase co tempo total empregado. O tempo total será o estipulado nas indicacións previas. Recoméndase levar un reloxo con cronómetro para poder contar o tempo efectivo de carreira.

Recordamos que por normativa a competición debe realizarse en silencio sen interactuar con outros competidores nin molestalos, tanto nos tramos cronometrados como nos tramos neutralizados.

A carreira dividirase en 3 tramos, é dicir, existirán dous puntos neutralizados no percorrido para avanzar dunha zona de competición a outra sen que conte o tempo entre elas (nestes tramos neutralizados o competidor debe percorrelo sen deterse). Ao comezo de cada tramo haberá unha estación start e ao final unha estación de finish, para poder computar o tempo de cada tramo. O competidor non debe traspasar as cintas no chan que limitan cada tramo ata que non pique o finish de ese tramo (haberá xuíces auxiliares na zona). Haberá un cambio de mapa para o terceiro tramo.

Aínda que as bases sportident (sistemas de marcado de respostas) estarán colocadas por orden, non é obligatorio picalas nese orden. Non haberá puntos de observación marcados no chan. Cada base Sportident estará situada nun punto dende o cal é visible a baliza.

TOLERANCIA ZERO: Tolerancia de 4 metros: se hai una baliza a menos de 4 metros da localización correcta, a resposta NON será Zero. En calquera caso, isto só se aplica ao competidor, non ao organizador, que sempre colocará as balizas na localización correcta (cando corresponda). A única excepción posible sería se a baliza situada a menos de 4 metros de distancia se coloca nun punto diferente debuxado no mapa. Para os controis situados en áreas ou elementos lineais sen referencias próximas, a tolerancia será claramente superior a 4 metros.

CATEGORÍAS TRAIL-O

Categorías oficiais:

OPEN-ÉLITE. Sen límite de idade. Calquera sexo. Só persoas federadas

PARALÍMPICO. Sen límite de idade. Calquera sexo. Só persoas federadas

Categorías non oficiais:

OPEN-INICIACIÓN. Sen límite de idade. Calquera sexo. Federados/as ou non federados/as

REGULAMENTO

REGULAMENTO FEGADO ORIENTACIÓN 2026 O-PÉ | O-PÉ Sprint | MTBO | Trail-O 695abb3587-rev05-reglamento-fegado-orientacion-2026_v0.pdf
NORMAS ANUAIS FEGADO VI LIGA GALEGA DE TRAIL-O
695abe2e27-rev04-normas_anuais-fegado-trail-o-2026_v0.pdf

INSCRIPCIONS

As inscricións realizaranse a través da páxina web da FEGADO:

https://fegado.es/events/view/53sve3ys86lw/

Peche inscripciones:

Domingo 23 de maio, ás 23:50 h.

Taxas de inscrición por proba:

- Federados/as: 3,5 €.
- Non federados/as categoría de OPEN-INICIACIÓN: 2,0 € + 2,5 € (prezo do seguro por persoa e día)

Poderán inscribirse en categoría oficial, fóra de competición, membros doutros clubs non galegos sempre que teñan licencia federativa oritanción FEDO.

https://form.jotform.com/253236301957356

Este mesmo enlace será o usado para os asistentes de INEF (aniversario).

Antes de rexistrarse, os participantes deberán ter un comprobante de pagamento para anexar á súa inscrición. Así mesmo, enviarase unha copia de devandito recibo por correo electrónico a secretaria@gallaeciaraid.org indicando no asunto:

Os pagamentos realizaranse no seguinte número de conta:

ES63 2080 0036 6030 4002 0466

inef GALICIA 40 ANIVERSARIO 1986 - 2026

FACULTADE DE CIENCIAS DO DEPORTE E A EDUCACIÓN FÍSICA

Concello de Oleiros

2º PROBA LIGA GALEGA SPRINT
2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O
3ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT

E3

2º PROBA LIGA GALEGA SPRINT BOSQUE

HORARIO	EVENTO	LOCALIZACIONS
	SPRINT BOSQUE	**SECRETARIA:** https://maps.app.goo.gl/g4NjB2ULr4ECS9tG6
16:00	APERTURA SECRETARIA	
16:45	SAÍDA 1º CORREDOR (PRESAÍDA -5`)	**APARCADOIRO 1 XENERAL** https://maps.app.goo.gl/TNyt6Z3EYxsoLNu1A
17:00	SAÍDA INI	
18:00	ÚLTIMA SAÍDA INI	
19:00	PECHE CARREIRA	**APARCADOIRO 2 XENERAL** https://maps.app.goo.gl/fPZy9koTKYk6kC9t5

MAPA: E:1:4000, Eq 5 metros. Mapa novo ABR26

Registro FEDO, Nº: C-4059-26 Bosque de Xaz (Oleiros)

TRAZADOR: Angel Albarrán Rodríguez

MODALIDADE: ORIENTACIÓN EN LIÑA.

A zona de estacionamento principal (Parking 1), **situada a 900 metros** (12 minutos andando aprox) da zona de saída.

Tamén haberá aparcadoiro dispoñible (Parking 2) preto do Pazo de Xaz (a 300 metros da Secretaría), aínda que a dispoñibilidade de espazo é limitada e só cando non haxa ningún evento que teña lugar no Pazo.

inef GALICIA 40 ANIVERSARIO 1986 - 2026

FACULTADE DE CIENCIAS DO DEPORTE E A EDUCACIÓN FÍSICA

Concello de Oleiros

2º PROBA LIGA GALEGA SPRINT
2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O
3ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT

CENTRO DE COMPETICIÓN E APARCADOIRO

INFORMACIÓN TÉCNICA

A carreira ten lugar nun novo mapa. Amplas áreas de bosque aberto, con moita separación entre as árbores que permiten unha excelente visibilidade e carreiras a alta velocidade, sendo predominante a desprazamento ao rumbo. A pesar disto, recoméndase o uso de polainas, debido a que estamos no mes de maio e atoparemos algunhas zonas de vexetación alta composta principalmente por fieitos e silvas rastreiras. Referencia lineais moi claras favorecerán as técnicas para atacar os controis. Trátase dunha carreira modalidade sprint, polo que a velocidade terá prioridade sobre a navegación precisa.

Concello de Oleiros

Nalgunhas categorías, utilizouse o sistema "Map Flip" para ofrecer unha mellor lexibilidade do mapa aos participantes. O mapa está impreso en ambas as caras do papel e o atleta debe darlle a volta.

A tarxeta de descrición do control indicará o seguinte símbolo:

15.6		Map flip (turn the map over)

Dentro do mapa, atopamos un gran número de árbores e tocos caídos. Ambos elementos identifícanse no mapa co símbolo 419, Elemento de Vexetación Especial.

Independentemente da lonxitude da árbore caída, si se coloca un control neste tipo de elemento, a descrición do control referirase á localización da raíz da árbore.

DISTANCIAS E DESNIVELES

CATEGORÍAS	CONTROIS	DISTANCIA	Desnivel	ESCALA	CATEGORÍAS	CONTROIS	DISTANCIA	Desnivel	ESCALA
F-12	13	1700	80	1:4000	M-12	13	1700	80	1:4000
F-14	14	1900	90	1:4000	M-14	14	1900	90	1:4000
F-16	13	2000	95	1:4000	M-16	13	2100	100	1:4000
F-18	13	2100	100	1:4000	M-18	16	2300	120	1:4000
F-21	16	2300	120	1:4000	M-21	15	2600	120	1:4000
F-35	15	2600	120	1:4000	M-35	17	2700	120	1:4000
F-45	13	2300	95	1:4000	M-45	16	2500	110	1:4000
F-55	12	1800	80	1:4000	M-55	13	2200	110	1:4000
F-65	13	1700	70	1:4000	M-65	12	1800	80	1:4000
SENIOR F	17	2700	120	1:4000	SENIOR M	17	3000	130	1:4000
INI LARGA	15	2100	100	1:4000	INI CORTA	13	1700	75	1:4000

REGULAMENTO

As normas aplicables nesta proba serán as seguintes:

- **REGULAMENTO FEGADO ORIENTACIÓN 2026 O-PÉ | O-PÉ Sprint | MTBO | Trail-O**
  695abb3587-rev05-reglamento-fegado-orientacion-2026_v0.pdf
- **NORMAS ANUAIS FEGADO LIGA GALEGA DE ORIENTACIÓN O-PÉ**
  695abce630-rev02-normas-anuais-fegado-o-pe-2026_v0.pdf

- Non se permitirá a saída de corredores sen o seu dorsal (so para federad@s). Para casos de perda ou olvido do mesmo, Os federados terán un custo de 3€ pola compra dun dorsal para a proba, a cargo do solicitante.
- Recordamos a normativa en FEGADO do Dorsal:

https://fegado.es/web/uploads/documents/file/401/67967adaf0-normativa-dorsal-fegado.pdf

- 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 pasar pola meta e descargar a pinza electrónica, aínda que se produza o abandono, para que lle conste ao persoal da organización.

CRONOMETRAXE

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

Os resultados da proba pódense consultar en:

https://liveresultat.orientering.se/

https://www.oreplay.es/

INSCRIPCIONES

As inscricións realizaranse a través da páxina web da FEGADO:

https://fegado.es/events/view/h731bco2vbuo/

Peche inscripcións:

Domingo 23 de maio, ás 23:50 h.

Taxas de inscrición por proba:

CATEGORIAS OFICIAIS:

Categoria M/F-17 e inferiores: 2€
Categoria M/F-20: 7€
Categoria M/F-21 e superiores: 10€

CATEGORIAS NON OFICIAIS:

Iniciación Curta: **2€ + Seguro de día (2,5 €)**
Iniciación Longa: **2€ + Seguro de día (2,5 €)**

OUTROS CARGOS

- Reposición de dorsal: **3 €**
- Aluguer da pinza S.I. 3€ por proba
- Cambio de tarjeta S.I. (a pagar polo deportista) una vez pechadas inscripciones: **2 €**
- Cambio de tarjeta S.I. (a pagar polo deportista) o día da competición: **5 €**
- Perda da tarxeta S.I. leva ou pago de 30 €.

CORREDORES INDEPENDIENTES:

Poderán inscribirse en categoría oficial, fóra de competición, membros doutros clubs non galegos sempre que teñan licencia federativa oritanción FEDO.

Os atletas que non estean rexistrados na intranet poderán crear un perfil e facer a sua inscripción a través do seu perfil independiente o ben neste enlace.

https://form.jotform.com/253236301957356

Os participantes independientes non federados soamente poderán facer a inscripción nas categoria **Iniciación Curta ou Longa**

Este mesmo enlace será o usado para os asistentes de INEF (aniversario).

Antes de rexistrarse, os participantes deberán ter un comprobante de pagamento para anexar á súa inscrición. Así mesmo, enviarase unha copia de devandito recibo por correo electrónico a secretaria@gallaeciaraid.org indicando no asunto:

SPRINT BOSQUE + PAGO "NOME e APELLIDOS DO CORREDOR".

Os pagamentos realizaranse no seguinte número de conta:

ES63 2080 0036 6030 4002 0466

ALIMENTACIÓN

O concello de Oleiros ofrece unha ampla selección de bares e restaurantes onde se pode comer entre eventos.

Os seguintes establecementos están situados preto das zonas de competición:

Apartahotel Attica (Galeras):
https://maps.app.goo.gl/kCkDW3QaGHtR7zxk9

Varadero (Praia Bastagueiro):
https://maps.app.goo.gl/Gr8R5wvFgiMXNQtq8

Casa Rafa:
https://maps.app.goo.gl/mfdTRVCcqvuMV4XV9

Cambalache:
https://maps.app.goo.gl/NkgL9pNPk82Qb36XA

Casa Tribisqueira:
https://maps.app.goo.gl/26FZd2M6zA97frmD7

Telepizza Santa Cruz:
https://maps.app.goo.gl/V6J4cMNxNo6XcFr59

Restaurante Cervecería Lord:
https://maps.app.goo.gl/t5EyX2gC6Dr4JhHW8

Restaurante El Cotarro:
https://maps.app.goo.gl/ZmoyF4CAeqoEaNBE8

La Dama:
https://maps.app.goo.gl/4X9b2LCbGt41JKtz6

El Preludio:
https://maps.app.goo.gl/7Z1DzubLYn9RR6ue8

MEDIOAMBIENTE

Dentro do noso compromiso co medio ambiente, o Clube acordou adoptar una serie de medidas dentro da área de competición, desde o punto de vista ecolóxico.

Non realizaremos marcas nin sinais identificativas permanentes para a proba. Tan só estará marcado con cintas o tramo duns metros desde saída ao triangulo de saída (cintas reutilizadas de carreiras previas e posteriores).

Nos puntos de concentración, secretaria e saídas, colocásense diferentes contedores para a selección de residuos, polo que rogamos a colaboración de tódolos corredores no proceso de reciclaxe. Empregaremos pancartas da zona de saída, reutilizadas en carreiras previas.

Tamén procederemos á retirada de todo tipo de sinalizacións instaladas o mesmo día da proba e tras a finalización desta, así como á eliminación de todos os residuos eventualmente xerados.

Para o avituallamiento líquido dispoñerase de garrafas de auga, e os participantes deberán aportar o seu propio vaso reutilizable para o seu uso.

Os resultados da proba comunicásense de forma on-line para eliminar a utilización de papel.

inef GALICIA 40 ANIVERSARIO 1986 - 2026
FACULTADE DE CIENCIAS DO DEPORTE E A EDUCACIÓN FÍSICA
Concello de Oleiros

ORGANIZA

A.P.A. LICEO ORIENTACIÓN

GALLAECIARAID

SOCIEDAD DE MONTAÑA ARTABROS DESDE 1974 50º ANIVERSARIO

COLABORAN

XUNTA DE GALICIA — CONSELLERÍA DE PRESIDENCIA, XUSTIZA E DEPORTES

Deputación DA CORUÑA

Concello de Oleiros

fegado Federación Galega de Orientación

fedo Federación Española de Orientación

inef GALICIA 40 ANIVERSARIO 1986 - 2026

FACULTADE DE CIENCIAS DO DEPORTE E A EDUCACIÓN FÍSICA

Concello de Oleiros

NO MÁS VIOLENCIA DE GÉNERO

2º PROBA LIGA GALEGA SPRINT
2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O
3ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT

inef GALICIA 40 ANIVERSARIO 1986 - 2026

FACULTADE DE CIENCIAS DO DEPORTE E A EDUCACIÓN FÍSICA

Concello de Oleiros