

# Deporte de Orientación

## X TROFEO

### *EL PROGRESO-CIDADE DE LUGO*

LUGO, 31 de marzo de 2012

Saída-meta: Pistas de Atletismo, 10:30 h  
Campus Universitario



[www.agaco.es/](http://www.agaco.es/)

[www.clubfluviallugo.com](http://www.clubfluviallugo.com)



# X TROFEO EL PROGRESO-CIDADE DE LUGO

## Deporte de Orientación

Sábado, 31 de marzo de 2012

PROBA PARA:

- FEDERADOS (2ª da Liga Galega 2012)
- CALQUERA PERSOA (sola ou en grupo: a) *Ini corta*; b) *Ini longa*)



### Organizan

**Club Fluvial de Lugo** (sección de Deporte de Orientación)  
**Asociación Galega de Clubs de Orientación (AGaCO)**  
**Federación Española de Orientación (FEDO)**

<http://www.clubfluviallugo.com>  
<http://www.agaco.es>

### Colaboran

**Secretaría Xeral para o Deporte.** Xunta de Galicia  
**Oca Termal.** Hotels  
**Lacón Gallego.** Indicación Geográfica Protegida  
**Coca-Cola.** Begano, S.A.  
**Gadis.** Supermercados  
**Élide.** Tiendas de deportes

### Patrocinan

**Concellería de Deportes.** Concello de Lugo  
**El Progreso.** Diario de Lugo e Provincia



Asociación Galega de Clubs de Orientación

### Programa:

Sábado, **31 de marzo** (nas Pistas de Atletismo do Campus).  
09:00 h. Entrega de dorsais e *Sident* de control.  
10:30 h. Saída dos primeiros corredores.  
13:30 h. Entrega de trofeos, sorteos e clausura.



<http://www.fedo.org/mambol>

### INSCRIPCIONS:

**Data límite:** Martes, 27 de marzo, 22 h

**COTAS OFICIAIS A.Ga.C.O.:** **FEDERADOS:** 3 €. **NON FEDERADOS** (inclúe licencia-seguro federativo de un día): INIC CORTA: 5 €. INIC LONGA: 6 €. EN PERCORRIDO OFICIAL: 8 €

a) **CLUBS AGaCO:** na Web [www.agaco.es/intranet](http://www.agaco.es/intranet)

b) **INDEPENDENTES:**

**Opción 1:** Registrarse como usuario en [www.agaco.es/intranet](http://www.agaco.es/intranet) e inscribirse na sección eventos no "X Trofeo El Progreso-Cidade de Lugo".

**Opción 2:** enviar a [eugenio.rodriquez@usc.es](mailto:eugenio.rodriquez@usc.es) NOME+APELLIDOS, DNI, DATA DE NACIMIENTO+ PERCORRIDO ELEXIDO (Iniciación corta ou longa, ou nº de oficial) + nº de tarxeta SportIdent.

Os ingresos de inscricións serán por transferencia na conta:

**NovaCaixaGalicia: 2080 0152 62 3040053133**

**Titular: Club Fluvial de Lugo**

**Concepto: ORI LUGO + (nome do club ou do participante)**

Enviar o xustificante de ingreso a [eugenio.rodriquez@usc.es](mailto:eugenio.rodriquez@usc.es) (tamén para solicitudes de horas de saída e facturas)

**!!! TÓDALAS CATEGORÍAS USARÁN O SISTEMA SPORTIDENT. QUÉN NON DISPOÑA DE TARXETA, A ALQUILARÁ (3 €). Recóllense e devólvense en Recepción.**

### ZONA DE COMPETICIÓN e MAPA:

A ZC será o Campus Universitario de Lugo, coa zona de concentración nas Pistas de Atletismo. Non estará sinalizado o seu acceso. Debe aparcarse na ampla zona de aparcamento do Pazo Universitario dos Deportes, a 150 m das Pistas.

O mapa foi elaborado según normas IOF por Javier Arufe en febreiro de 2012. O terreo é en xeral despexado, con arboledas, edificacións, muros, xardíns, e outros elementos habituales nun campus universitario.

## CATEGORÍAS:

### a) Con licencia federativa:

•As contempladas no Regulamento da Liga Galega de Deporte de Orientación 2012

<http://www.agaco.es/>

### b) Sen licencia federativa:

- Iniciación corta.
- Iniciación longa.
- En percorrido oficial (non puntúa en ránking. Si é categoría da súa idade compite en trofeo. Si vai noutra categoría é "Fora de Concurso").

¡control SportIdent!

Percorrido 1  
Percorrido 2  
Percorrido 3  
Percorrido 4  
Percorrido 5a  
Percorrido 5b  
Percorrido 6  
Percorrido 7

## TROFEOS :

- Trofeos ós tres primeiros clasificados en categorías de federados.

**SORTEOS:** ó finalizar a entrega de trofeos (¡repetirase o sorteo ata que o premiado sexa identificado pola organización como un dos presentes!):

### A) Entre 3 primeiros clasificados:

- Un **lacón** (*Lacón Gallego*, IGP), entre categorías H/D < 21.
- Un **lacón** (*Lacón Gallego*, IGP), entre categorías D-21, D-35, e D-45.
- Un **lacón** (*Lacón Gallego*, IGP), entre categorías H-21, H-21B, H-35, e H-45.
- Un **lacón** (*Lacón Gallego*, IGP), entre categorías H/D-E.

### B) Entre tódolos participantes **sortearáse:**

- a) Unha estancia con circuito termal** para dúas persoas no *Hotel Golf Balneario Augas Santas* (Pantón-Lugo) <http://www.augasantas.es/>
- b) Dous lacóns** (*Lacón Gallego*, IGP).
- c) Dous polos 75 Aniversario Club Fluvial de Lugo.**
- d) Tres bonos por 4 sesións de SPA** (circuito de hidroterapia no *Club Fluvial*).
- e) Dous vales de 60 €** por material deportivo en *Élide*.

## OUTRAS INFORMACIÓNS: (982221167 / 600940240)

- Sistema de control electrónico *SportIdent*.
- A saída e a chegada será nas Pistas de Atletismo.
- Non haberá avituallamento ó longo da proba.
- Haberá *reconstituíntes* ó final da proba, de *Gadis* e de *Coca-Cola*.
- Vestiaros e duchas nas *Pistas de Atletismo* e no *Club Fluvial*.
- Estacionamento e primeiros auxilios na zona.
- Comida de confraternidade (15 h) na cafetería do *Club Fluvial*.

## ALGUNHAS NORMAS:

### •Obrigatorio o uso de dorsal.

- O participante debe levar como instrumento de orientación e medida só o seu compás. O mapa coa información dos controis recólleo no momento en que se lle dá a saída.
- É recomendable que o participante leve roupa lixeira, preferiblemente que cubra brazos e pernas.
- Todas as persoas que toman parte nunha carreira de orientación deben amosar respecto cara ós outros participantes, organizadores e espectadores.
- Todo competidor debe prestarlle axuda a un corredor se o ve lesionado.
- O corredor debe respetar a sinalización da carreira e as balizas-control.
- A perda da tarxeta de control ou o non paso en orde por tódolos controis será motivo de descalificación.
- En caso de abandono, será obrigatorio pasar por meta, e descargar a Sident en Recepción.**
- O corredor debe respetar a propiedade privada, o mobiliario urbano e non pasar por zonas prohibidas.
- Tanto organizadores como competidores están obrigados a respetar o medio natural.

<http://www.clubfluviallugo.com>

## Organizan:



## Patrocinan:

# EL PROGRESO



**Concello de Lugo**  
Concellería de Deportes

## Colaboran:



**XUNTA  
DE GALICIA**



# ZONA DE CONCENTRACIÓN



**PISTAS DE  
ATLETISMO  
CAMPUS  
UNIVERSITARIO**