

# 1º BOLETIN TROFEO O-BM CONCELLO DE ARTEIXO

## DATA

Sábado, 24 de novembro de 2012

## ORGANIZA

Club AD JARNACHAS

## LUGAR

Loureda-Arteixo (explanada do Igrexario de Loureda, a carón da Igrexa). O acceso estará sinalizado dende a autovía.

## HORARIO

09:30h Recepción de participantes.

10:00h Saída dos primeiros competidores.

## MAPA

Elaborado segundo normas IOF do 2007 para mapas de orientación en bicicleta de montaña por Javier Arufe e Natalia Pedre. A escala é 1:15.000. A equidistancia é 10 m.

## INSCRICIÓN

Utilizarase o sistema de inscrición da Agaco, dispoñible en <http://agaco.es/intranet>. Os corredores que non pertencen a un club AGaCO poderán inscribirse a través dun club Agaco ou ben dándose de alta na intranet.

A data límite de inscrición é o martes 20 de novembro, ás 22:00 h.

### Os importes das inscricións son:

Federados : 3 €
Iniciación Curta, sen licenza federativa : 5 €
Iniciación Longa, sen licenza federativa : 6 €
Percorrido Oficial, sen licenza federativa : 8 €

O importe da inscrición debe aboarse na conta nº 2100 5902 74 0100060661 (La Caixa). O xustificante do aboamento terá que enviarse por e-mail ao seguinte enderezo: [orientacion@adjarnachas.com](mailto:orientacion@adjarnachas.com). Prégase pór no concepto do ingreso "OBM" + o nome do club ou persoa á que representa o dito ingreso. Quen precise factura, enviar tamén os datos fiscais.

Tódo-los federados en orientación a pé ou raid poden competir como federados en Ori-BTT coa mesma licenza nas categorías júnior, senior e veteranos atendendo ós marxes de idades para cada categoría.

## PUNTOS DE CONTROL

O sistema de rexistro dos Puntos de Control visitados será o sistema clásico de pinza perforadora e tarxeta.

## REGULAMENTO

A proba estará suxeita o regulamento da FEDO OB-M do ano 2006 ( <http://fedo.org> ).

A modalidade será lineal e sen parar e os participantes clasificaranse atendendo primeiro aos Puntos de Control conseguidos e despois ó tempo invertido. A organización poderá, se así o estima necesario para a seguridade dos participantes, establecer puntos de paso obrigado e/ou puntos de parada obrigada nos cruces que polo seu elevado nivel de tráfico pudieran representar un perigo potencial para a seguridade dos mesmos.

## DATOS TÉCNICOS

A saída da proba farase separando aos corredores que teñan o mesmo percorrido en intervalos de 2 minutos. A saída do primeiro corredor farase ás 10:00 h.

Categoría	Balizas	Distancia	Desnivel
H JUNIOR (1992 e posterior)			
D JUNIOR (1992 e posterior)			
H SENIOR			
D SENIOR			
H VETERANOS (1972 e anterior)			
D VETERANAS (1972 e anterior)			
INICIACIÓN LONGA			
INICIACIÓN CURTA			

## NORMAS E RECOMENDACIÓNS

- Camelbak ou bidóns de auga cunha capacidade mínima de 2 litros.
- Manta térmica.
- Casco.
- Teléfono móbil.
- Admítense todo tipo de aparellos de medida e o equipo de reparación que o corredor considere oportuno, agás GPS. Só se pode recibir asistencia dos corredores que están en competición.
- É obrigatorio facer o percorrido na orde indicada no mapa.
- É obrigatorio pasar pola meta, aínda que se produza o abandono, para que lle poida constar este feito á Organización.
- En todo momento, o competidor ha de estar en contacto coa bicicleta, (salvo caídas).
- Está prohibido afastarse dos camiños. Incumprir esta norma conleva a descalificación.
- Durante a proba circularase por camiños e algunha estrada aberta a outros usuarios e tamén a vehículos a motor. Polo tanto, haberá que ter coidado para evitar accidentes e cumprir as normas de circulación por estradas.
- Previo á saída, e se o organizador o considera oportuno, pódese realizar unha revisión de material. Aquel corredor que non reúna condicións de seguridade mínimas de material non poderá saír ata que o solucione.

En xeral, unha competición de orientación baséase no respecto:

- Á natureza
- Aos cultivos e propiedades privadas
- Aos outros competidores
- Ás indicacións do persoal da organización da proba

Débese ofrecer axuda a calquera participante que se atope en problemas ou mancado.

## ACCESO Á ZONA DE COMPETICIÓN

A zona de competición está situada entre a autoestrada de Carballo e a estrada de Morás-Canzobre. O lugar de concentración dos participantes será en Loureda. A estrada que pasa polas casas e a igrexa forma unha ampla explanada que ten que servir de bo aparcamento para todos os participantes.

A Loureda pódese chegar desde dúas saídas da autovía A-6. Viaxando ata a última saída, chégase á rotonda de Sabón. Entón continúaase en dirección á Baiuca (o lugar de saída da proba de liga galega que tivo lugar en febreiro) e desde alí cóllese unha estrada que percorre o val de Loureda.

Mais o percorrido estará sinalizado desde a saída de Uxes (Saída 589 da A-6/E-70, Uxes-Orro-Culleredo). Desde alí vaise en dirección a Arteixo e logo cóllese o desvío que leva ata a Sociedade Hípica (xusto antes de pasar por debaixo da Autoestrada de Carballo).

Logo continúaase un par de quilómetros máis para pasar por enriba desa mesma autoestrada, e chegar finalmente á explanada de Loureda.

Os que veñan dende A Coruña poden coller a altura do Carrefour da Av/ Alfonso Molina, en dirección ao polígono de POCOMACO. De aí ata o cemiterio de Feáns. Logo, continúaase para baixar ata o circuito de Morás. Desde aí xa estará a sinalización que leva ata a zona de competición.

As coordenadas UTM do lugar de concentración son: zona 29T; 541425; 4793600

## GOOGLE MAPS

[Zona de saída](#)

[Como chegar dende a saída da autovía na rotonda de Sabon.](#)

[Como chegar dende a saída de Uxes](#)

[Zonas de aparcamento, saída e meta da competición.](#)

**AGRADECEMOS UNHA VEZ MÁIS O APOIO DO EXCMO. CONCELLO DE ARTEIXO E O SERVIZO MUNICIPAL DE DEPORTES CO DEPORTE DE ORIENTACIÓN.**

[www.arteixo.org](http://www.arteixo.org)

## ESPECIFICACIÓNS DO TERREO NO MAPA

O fundamental nun mapa de orientación para bicicleta de montaña é a rede de camiños. O resto da información pode ser máis ou menos útil nun momento dado, por razóns de navegación ou posicionamento do corredor. Pero o verdaderamente importante é unha boa definición das estradas, pistas e sendeiros que conforman a rede de comunicacións.

Antes de explicar os símbolos utilizados para describir a rede viaria, hai que facer referencia a dous datos básicos para quen queira ler un mapa: a escala e a equidistancia. A escala que se vai usar neste evento é 1:15.000. Isto permite unha boa visión dos elementos que conforman o mapa a velocidade de carreira.

Lémbrese que esta escala significa que 1cm no mapa representan 150m no terreo. A equidistancia entre curvas de nivel é de 10m. As curvas de nivel representan o relevo, a forma do terreo. Isto significa que cando un se despraza entre dúas curvas de nivel, estará subindo 10m de altura. Canto máis xuntas estén as curvas entre si, maior será o desnivel que terá que afrontar o competidor.

## DESCRICIÓN DA REDE VIARIA

Nun mapa de O-BM faise unha representación o máis clara posible da rede de comunicacións viaria. Hai tres tipos de símbolos que representan toda a rede, en función da importancia do elemento: estradas, pistas e sendeiros.

As estradas represéntanse cun símbolo lineal que ten un contorno e unha parte central. Os lados son liñas negras e a parte central é unha cor marrón. As pistas e camiños represéntanse con liñas de cor negra.



Ademáis do tipo de elemento, o segundo factor que define a súa importancia ou o seu valor é a facilidade coa que se pode circular.

Para un competidor é importante saber o tipo de camiño de que se trata pero sobre todo se ese camiño vaille permitir exprimir toda a súa potencia de pedalada ou se polo contrario vai ser necesario un alto nivel técnico. As estradas represéntanse con liñas máis anchas segundo a súa importancia (autovías, estradas importantes, estradas secundarias).

As pistas e os sendeiros usan uns elementos lineais parecidos, pero a diferenza está no grosor da liña. As pistas represéntanse cunha liña máis ancha que o sendeiro. A “ciclabilidade” dunha pista ou sendeiro represéntase con tres símbolos. Unha liña continua representa unha pista ou sendeiro no que se pode ir a toda velocidade.

Unha liña discontinua representa unha pista ou sendeiro no que se vai máis lento. Unha liña de puntos representa unha pista ou sendeiro no que é difícil avanzar (en ocasións ata haberá que poñer pé en terra).

## DESCRIPCIÓN DA VEXETACIÓN

Podemos ter en conta as seguintes especificacións sobre a vexetación:

**Bosques abertos:** Normalmente corresponde a bosque de eucaliptos ou piñeiros que nestas épocas do ano se limparon.



**Terreos de cultivo:** que deberá respectar o corredor tendo que bordealos.



**Terreo despexado basto:** sen ou con poucas árbores.



**Área semiaberta con árbores dispersas:** soen corresponder a bosques con árbores novos dispersos. Poden ter algo de vexetación baixa.



**Bosques con alta densidade de arborado pero limpos**, normalmente son pequenas masas de árbores autóctonas como carballos... con escasa vexetación baixa no seu interior. Ou zonas de eucaliptos moi densas pero limpas de vexetación baixa.



**Áreas de bosque moi pechadas.**



**Zonas de bosque ou toxo moi pechadas**



## INSTRUCCIÓNS DE SEGURIDADE

**Atención:** zona de concentración, saída e meta.

A zona de concentración, saída e meta está situada nunha explanada onde hai circulación de vehículos, polo que haberá que respectar as normas de circulación e facelos con coidado.

**Atención: estradas**

Os participantes veranse obrigados a usar pequenos tramos de diversas estradas. Trátase de vías sen beiravías, que soportan niveis moi baixos de circulación en días e horas como os da carreira. Lémbrese que todos os corredores están obrigados a coñecer e respectar as normas de circulación. Haberá persoal habilitado pola organización, debidamente identificado, para reforzar a seguridade de todos.

**Atención: pistas**

Os participantes circularán tamén por pistas anchas nos que pode haber circulación doutras persoas en diferentes medios de locomoción, como outras bicicletas ou motocicletas. É importante manterse sempre ao lado dereito da pista para evitar posibles encontros con xente circulando en sentido contrario.

**Atención: sendeiros**

Hai sendeiros nos que é doado transitar, pero hai outros nos que pode haber surcos, restos de desbroce de maleza e polas, que poden provocar caídas.

**¡Ollo aquí coa velocidade de carreira!**

**Atención: vehículos agropecuarios**

Pode haber vehículos agropecuarios realizando labores. Recoméndase precaución en cruces e curvas, sobre todo nas baixadas. ¡Ollo coa velocidade de carreira!

# PATROCINADORES

Cafetería  
**PASATEMPO**



**APEMAX**  
CENTRO DE NEGOCIOS

**feiradescanso**  
ESPECIALISTAS  
COLCHONES Y SOFÁS



# ENTIDADES COLABORADORAS



AGRADECEMOS UNHA VEZ MÁIS O APOIO DO EXCMO. CONCELLO DE ARTEIXO E O SERVIZO MUNICIPAL DE DEPORTES, CO DEPORTE DE ORIENTACIÓN.

[www.arteixo.org](http://www.arteixo.org)