

19 marzo 2022
XXXI LIGA GALEGA

1ª PROBA



ORIENTACIÓN

A PÉ - 2022

Inscripcións abertas ata o domingo 13/03/22:

www.fegado.es

Contacto: info@xestanatureza.com | 644567614

Patrocinan:



**Concello
de Pontevedra**

KM
Rias Motor

Colaboran:



**XUNTA
DE GALICIA**

**DEPORTE
GALEGO**

Organizan:



1ª PROBA XXXI LIGA GALEGA DE ORIENTACIÓN A PÉ 2022

MONTE DO ACIBAL, 19/03/22

| BOLETÍN FINAL |



Concello
de Pontevedra



Rías Motor



Índice

1. Organización
2. Mapa e Información técnica
3. Programa
4. Cronometraxe
5. Distancias e desniveis
6. Croquis e Localizacións
7. Normativa

1ª PROBA XXXI LIGA GALEGA DE ORIENTACIÓN A PÉ 2022

MONTE DO ACIBAL, 19/03/22

| BOLETÍN FINAL |



Concello
de Pontevedra



Rías Motor



1 - ORGANIZACIÓN

ORGANIZA: XESTA NATUREZA

Dirección da proba: Adrián Moreira Alonso

Trazados: Ángel Álvarez Serto

Responsable SportIdent: Ricardo Figueroa Fernández

Responsable de saídas: Manuel Varela Rivera

Delegado de campo COVID: Ricardo Figueroa Fernández

Responsable de Campo: Ángel Álvarez Serto

Xuiz controlador: Alfonso Rosado Frade

1ª PROBA XXXI LIGA GALEGA DE ORIENTACIÓN A PÉ 2022

MONTE DO ACIBAL, 19/03/22

| BOLETÍN FINAL |



Concello de Pontevedra



Rías Motor



2 - MAPA E INFORMACIÓN TÉCNICA

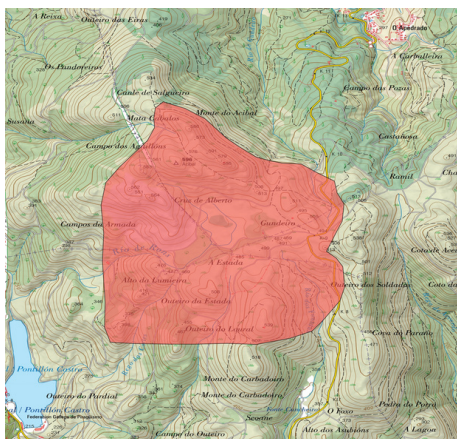
Data da competición: sábado, 19 de marzo de 2022

Centro de Competición: Monte do Acibal

Mapa: Acibal | Rexistro FEDO: PO-1792-16 | Realizado en 2016 por Manuel Varela Rivera e Manuel Fariña Martínez, revisado en marzo de 2022 por Ángel Álvarez Serto.

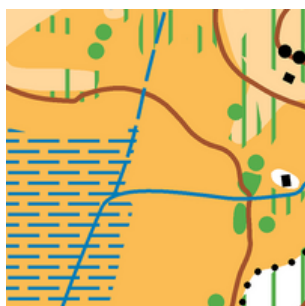
Prohibición de acceso a mapa: lémbrese que está prohibido o acceso ao terreo de competición dende o momento no que se declara a súa utilización para esta proba a través do presente boletín (artículo 17.2 do Regulamento de Orientación FEGADO). Polo tanto, prohibíase o acceso á zona de competición sinalada, na cal terán lugar as probas.

Zona Prohibida Acibal



INFORMACIÓN TÉCNICA E COMENTARIOS DO TRAZADOR:

- Carreira rápida con variedade de terreos e técnicas a empregar.
- Terreos pantanosos abertos combinados con zonas de bosque e vexetación máis densa.
- Recoméndase o uso de polainas.
- Precaución en zonas de auga.
- Nalgún momento da carreira tocarase unha pista forestal asfaltada, o tráfico é practicamente inexistente, pero é responsabilidade do orientador ser precavido.
- **OLLO: Zonas pantanosas e regatos con abundante auga!**



1ª PROBA XXXI LIGA GALEGA DE ORIENTACIÓN A PÉ 2022

MONTE DO ACIBAL, 19/03/22

| BOLETÍN FINAL |



3 - PROGRAMA

Sábado , 19 de marzo de 2022

- **09:00:** Apertura de Secretaría (Centro de Competición).
 - Lugar: Monte do Acibal.
 - Recollida de pinzas SportIdent (aluguer).
- **10:00:** Primeiras saídas
 - Os participantes teñen a obriga de coñecer a súa hora de saída, e non existirán listados de saída impresos.
 - Non se chamará por nome nen dorsal en categorías oficiais (sí se fará nas categorías de iniciación).
 - A organización limitárase a comprobar que os dorsais son os correctos na súa franxa horaria).
 - Descrición de controis: **entregaranse soltas co mapa.**
- **10:30 - 11:26:** Saídas libres das categorías de iniciación.
- **TEMPO MÁXIMO DE CARREIRA:** (concretarase a hora de peche de meta unha vez realizado o sorteo de horas de saída e coñecida a hora de saída do derradeiro corredor/a). Establécese un tempo máximo de 2 horas para cada categoría. Unha vez declarado o peche de meta, iniciárase a retirada das balizas.
- **Ao rematar a proba entregarase:**
 - Avituallamento líquido.
 - Resultados individuais impresos.

4 - CRONOMETRAXE

- Obrigatorio o uso de tarxeta SportIdent para todas as categorías.
- As estacións estarán programadas para o uso das tarxetas SIAC no modo activo AIR+.
- A organización disporá de tarxetas SIAC para todo orientador que o solicite, en concepto de aluguer (3€), para favorecer a igualdade na competición.

1ª PROBA XXXI LIGA GALEGA DE ORIENTACIÓN A PÉ 2022

MONTE DO ACIBAL, 19/03/22

| BOLETÍN FINAL |



Concello
de Pontevedra



Rías Motor



fedo
Federación Española de Orientación



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO



Xesta
xestanatureza.com



fegado
Federación Galega
de Orientación

5 - DISTANCIAS E DESNIVEIS

CATEGORÍA	DISTANCIA (km)	DESNIVEL (m)	Nº CONTROIS	ESCALA
F-12	1,9	25	11	1:7500
F-14	1,8	50	12	1:7500
F-16	2,7	60	12	1:7500
F-18	3,1	80	15	1:7500
F-21A	3,4	85	15	1:7500
F-21B	2,7	60	12	1:7500
F-35	3,3	85	16	1:7500
F-40	3,3	85	17	1:7500
F-45	3,2	75	16	1:7500
F-50	2,2	55	13	1:7500
F-55	1,6	45	11	1:7500
F-E	4,3	135	19	1:7500
M-12	1,9	25	11	1:7500
M-14	2,2	55	13	1:7500
M-16	3,0	85	14	1:7500
M-18	3,4	110	17	1:7500
M-21A	3,4	105	17	1:7500
M-21B	3,0	85	14	1:7500
M-35	4,5	185	22	1:7500
M-40	4,3	140	19	1:7500
M-45	4,3	140	18	1:7500
M-50	3,2	80	16	1:7500
M-55	2,3	50	14	1:7500
E	4,7	185	25	1:7500
INI-C	2,0	20	10	1:7500
INI-L	3,0	50	11	1:7500

1ª PROBA XXXI LIGA GALEGA DE ORIENTACIÓN A PÉ 2022

MONTE DO ACIBAL, 19/03/22

| BOLETÍN FINAL |



Concello
de Pontevedra



Rías Motor



Federación Española de Orientación



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO



xestanatureza.com



Federación Galega
de Orientación

6 - CROQUIS E LOCALIZACIÓNS



O centro de Competición estará ubicado no **Monte do Acibal**, concretamente no "Pastizal".

No seguinte enlace pódese comprobar cada localización.

Dende a Organización pedimos a consideración das persoas que vaian a facer noite o venres, e estacionen na zona máis ao Norte do párking, xa que se trata dunha zona moi limitada de estacionamento.

Pulsa no mapa para ver as localizacións:



womanraid2021@gmail.com

1ª PROBA XXXI LIGA GALEGA DE ORIENTACIÓN A PÉ 2022

MONTE DO ACIBAL, 19/03/22

| BOLETÍN FINAL |



Concello
de Pontevedra



Rías Motor



7 - NORMATIVA

A competición estará regulada por:

1. Reglamento de Orientación FEGADO 2022.
2. ANEXOS do anterior regulamento citado.
3. Normas Anuais FEGADO O-PE 2022.
4. Para o non contemplado, aplicaranse as Normas Xerais da FEDO e IOF.

NORMAS DA PROBA:

1. Será obligatorio levar visible por diante o dorsal oficial da Liga Galega de Orientación a Pé 2022. A organización porá a disposición dos participantes dorsais oficiais en branco no evento da web FEGADO, e na secretaría (ao prezo de 1€) o día da proba.
2. A proba traballará baixo o Protocolo FISICOVID-DXT GALEGO de FEGADO na súa especialidade de Orientación a Pé en bosque, validado pola Secretaría Xeral para o deporte, actualizado en febreiro de 2022: [ENLACE](#).
3. Publicaranse recomendacións relativas á observación e cumprimento do Protocolo FISICOVID-DXT GALEGO así como en materia de seguridade e saúde en boletíns complementarios.
4. Os orientadores participan baixo a súa propia responsabilidade, asumindo os riscos inherentes ás carreiras de Orientación a Pé.
5. Os clubs serán os responsables de inscribir a os menores de idade nun percorrido axeitado para o seu nivel físico e técnico.
6. Deberase levar únicamente como instrumento de Orientación e medida o compás.
7. Todas as persoas participantes nunha proba de Orientación deberán mostrar respecto cara os demais competidores, organizadores e espectadores, así como respectar a propiedade privada, os cultivos e as zonas de protección Medioambiental.
8. Todo competidor deberá prestar axuda a outro se o ve mancado.
9. Todo orientador debe respectar a sinalización da carreira e as balizas-control.
10. A perda da tarxeta de control ou o non paso por todos os controis será motivo de descalificación. En caso de abandono, será obrigado presentarse na meta e descargar SportIdent.
11. Tanto organizadores como competidores estarán obrigados a respectar o medio natural segundo as indicacións específicas que se publiquen en boletíns complementarios.
12. Farase especial vixilancia no respecto as zonas marcadas como prohibidas no mapa por parte da organización con persoal habilitado como xuíz auxiliar.
13. Será obrigado levar máscara cubrindo boca e nariz no centro de competición, presaída e saída. Poderase retirar no momento no que a organización o indique e volverase a colocar unha vez cruzada a meta.