

AREEIRAS DA LIMIA

PROBA DA LIGA GALEGA DE ORIENTACIÓN EN BICICLETA DE MONTAÑA

18 DE XULLO 2021

ORGANIZACIÓN

CLUBE ORGANIZADOR: Asociación Deportiva Limiactiva

DIRECCIÓN: Óscar Gómez e Martín Morales

EQUIPO TÉCNICO:

- Cartografía e trazados: Martín Morales
- Balizado: Martín Morales, Roberto Feijoo, Irene Morales
- Sportident: Óscar Gómez
- Xuiz controlador: Ricardo Figueroa.

DATOS DO MAPA E TERREO

Areeiras da Limia. Mapa elaborado no ano 2021 por Martín Morales.

Utilizarase un mapa a escala 1:20000 (equidistancia 5 m) **en formato A4 impreso por ambas caras.**

Trátase dun terreo completamente chan, con pistas e camiños en moi bo estado (algún de 8 metros de ancho e incluso máis) que permiten altas velocidades de carreira.

Hai dúas zonas diferenciadas: unha formada por grandes parcelas agrícolas de formas regulais e outra semiindustrial, onde a extracción de áridos foi a orixe de decenas de charcas de diferentes tamaños e formas (preto de 60).

Algúns de estas charcas ou lagos seguen explotándose e outras recuperáronse ambientalmente. O resultado é un curioso conxunto lacustre de gran valor ecolóxico e paisaxístico que merece a pena visitar.

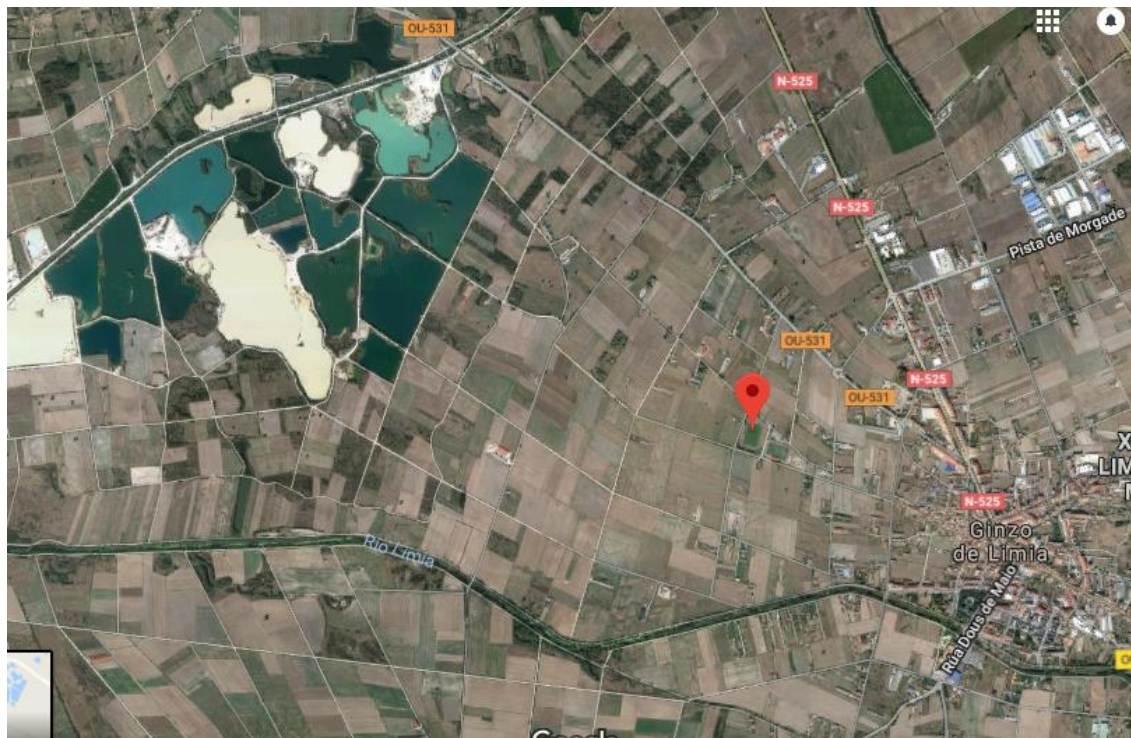
Prestar especial atención ás zonas vetadas e informamos que haberá pistas prohibidas, marcadas no terreo cun cartel. Utilizar estas pistas será motivo de descalificación.



ZONA DE CONCENTRACIÓN E ACCESOS

A zona de concentración ubícase no Campo de fútbol A Moreira de Xinzo de Limia, con acceso pola estrada OU-531 ou pola rúa Sitibal.

Coordenadas da zona de concentración: 42.067897, -7.740931



CRONOGRAMA DA PROBA

9:30 h – Entrega de dorsais e Sportident.

10:30 h – Saída dos primeiros corredores.

14:00 h – Peche de meta e inicio de retirada das balizas.

FILOSOFÍA DA PROBA

Chegar, correr, descargar Sportident e marchar.

É de aplicación o **PROTOCOLO FISIICOVID DXT GALEGO FEGADO**. Actualizado en xaneiro de 2021.

Proba declarada sen público e a progresión será individual e en silencio, respetando as distancias de seguridade antes, durante e despois da proba.

CATEGORÍAS E PERCORRIDOS

M15	F15
M17	F17
M20	F20
E	FE
M21	F21
M40	F40
M50	F50
M60	F60
ABSOLUTA PARELLAS	

PROBA PARA FEDERADOS. NON HABERÁ CATEGORÍA INICIACIÓN

INSCRICIÓN

Será necesario aceptar a **DECLARACIÓN RESPONSABLE** durante ó proceso de inscrición a través da web da FEGADO.

Os **coordinadores COVID** de cada clube, deberán enviar ó correo ori.limiactiva@gmail.com as posibles burbullas de viaxe (e decir, persoas que viaxarán no mesmo coche, para evitar largas esperas na zona de concetración).

Ata o domingo 11 de xullo ás 23:50 h na web www.fegado.es

Tarxeta Sportident para todas as categorías. Asignarase unha tarxeta Sportident en aluguer a quen non indique o número de tarxeta na súa inscrición.

Aluguer de Sportident: 3 euros (a pagar xunto coa inscrición). A perda de esta tarxeta conleva o pago de 35 euros.

CLUBES: A través da web www.fegado.es

Enviar o xustificante do ingreso na conta de ABANCA ES68 2080 0410 9930 0008 1161 a ori.limiactiva@gmail.com, no concepto poñer MTBO + nome do clube.

A cantidade a ingresar será a suma do resumo das inscricións do clube na carreira, mais 3 euros por cada corredor que alquile a tarxeta Sportident.

Os clube que precisen factura, deben enviar os seus datos fiscais.

CUOTAS DE INSCRICIÓN

- Federados categoría F/M 20 e inferiores: 7 euros.
- Federados resto de categorías: 10 euros.
- Aluguer de Sportident: 3 euros (so se entregará unha tarxeta sportiden por parella ou equipo)

SPORTIDENT

- Obrigatorio o uso de tarxeta Sportident para todas as categorías.
- As estacións de control estarán configuradas en modalidade mixta.
- Recoméndase o uso de chip SIAC para reducir contactos.
- Non se entregarán tickets de descarga.
- Non se

SEGURIDADE

- Haberá momentos en que coincidan participantes de ida e volta, polo que hai que circular pola dereita e cumprir as normas de circulación.
- Está prohibido circular fora dos camiños.
- As pistas polas que circulamos non están pechadas ó tráfico. Circular con precaución e respetar as sinais de tráfico (facer STOP nos cruces e asegurarse ben de que non existe perigo á hora de emprender a marcha).
- Os corredores participan na proba baixo a súa propia responsabilidade, asumindo os riscos das carreiras de orientación en bicicleta de montaña.
- No caso dos menores de idade, os clubs e os seus titores son os responsables de asignarlle o percorrido axeitado ó nivel físico e técnico do participante.
- Queda totalmente prohibido facer lume e deixar no percorrido calquera tipo de desperdicio, especialmente cabichas.
- Queda expresamente prohibido sair dos camiños, sendeiros e estradas autorizadas que aparezan representadas no mapa.
- Precaución e respeto polas zonas prohibidas dentro do mapa, sinaladas con raiado en cor púrpura.
- Poderemos encontrarnos con algún ciclista, vehículo a motor ou animais, nos camiños que cruzan o mapa polo que respectaremos as normas de circulación e a outros usuarios que utilicen as vías, tendo os peóns e xinetes preferencia sobre os ciclistas.
- Rógase precaución para evitar accidentes, especialmente ante a conducta imprevisible dos animais en estado salvaxe.
- Por cuestión de seguridade, e independentemente de rematar ou non o percorrido, é obrigatorio pasar por meta a descargar a información da tarxeta Sportident. Desta forma poderemos comprobar que todos os corredores remataron a proba.
- Prohibese ó acceso á zona según o regulamento da FEGADO 2021.

MATERIAL OBRIGATORIO E RECOMENDABLE

OBRIGATORIO

- Bicicleta de montaña en bo estado de uso
- Casco homologado para a práctica do ciclismo en bo estado de uso.
- Dorsal e tarxeta Sportident.
- Non haberá descripciones de controis na saída. Subiranse á web da FEGADO con antelación)

RECOMENDABLE

- Prendas deportivas cómodas adecuadas para a práctica do ciclismo.
- Conxunto de ferramentas para pequenas reparacións, pinchazos, etc...
- Bidón ou mochila de hidratación.
- Brújula e portamapas para bicicleta.

CONTACTOS DA PROBA

Óscar Gómez: 665936887

Martín Morales: 679472367