

01
05
21

Gallaecia Race Vente21 Concello de Cambre

CAMPEONATO DE ESPAÑA DE SELECCIONES JUVENILES

BOLETÍN 2



ÍNDICE

Contenido

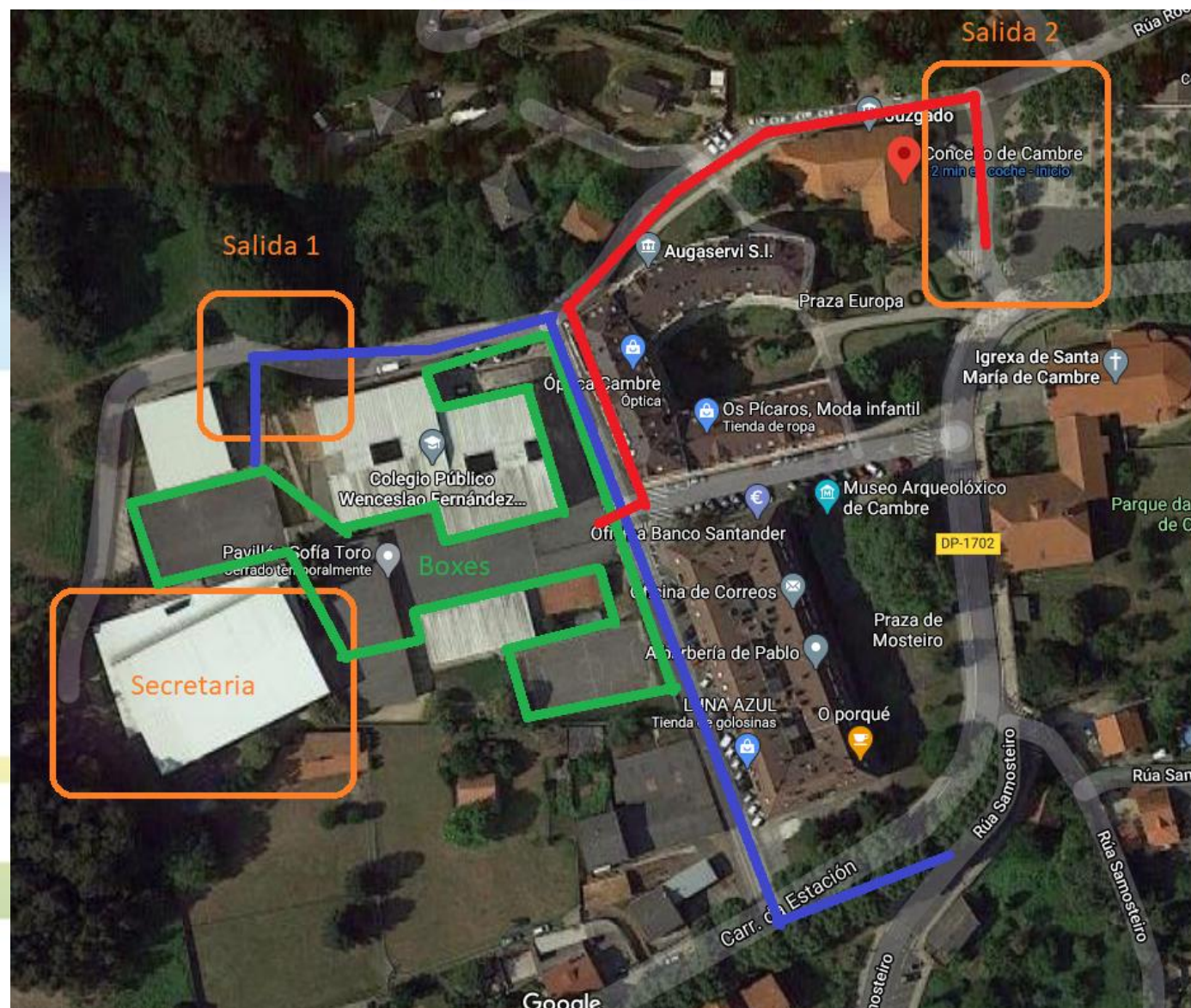
ÍNDICE.....	2
1 DESCRIPCIÓN DE LA COMPETICIÓN.....	3
2 DATOS TÉCNICOS DE LA PRUEBA.....	5
3 ESQUEMAS DE CARRERA Y BOXES.....	5
4 REGLAMENTO.....	6
5 PARTICIPACION.....	7
6 INSCRIPCIONES.....	8
7 PROGRAMA DE LA CARRERA.....	9
8 AVITUALLAMIENTO.....	9
9 PRUEBAS ESPECIALES.....	9
10 CARTOGRAFIA Y ASPECTOS TECNICOS.....	10
11 SISTEMA DE CRONOMETRAJE SPORTIDENT.....	12
12 SEGUIMIENTO GPS.....	13
13 MATERIAL OBLIGATORIO.....	14
14 MATERIAL PROHIBIDO.....	15
15 PROTOCOLO EN CASO DE ACCIDENTE.....	15
16 SEGURIDAD Y PREVENCIÓN DE RIESGOS.....	16
17 PREMIOS.....	16
18 ORGANIZACIÓN.....	17
19 COLABORACIÓN.....	18
20 PROTOCOLO COVID 19.....	19
21 ALOJAMIENTO.....	25
22 INFORMACIÓN TURÍSTICA.....	26
CAMBRE.....	26
CULLEREDO.....	26
ARTEIXO.....	28



1 DESCRIPCIÓN DE LA COMPETICIÓN

El centro de competición estará localizado en la Plaza del Ayuntamiento de Cambre:

<https://es.wikipedia.org/wiki/Cambre>





2 DATOS TÉCNICOS DE LA PRUEBA

La asistencia para la categoría Élite/Raid-0 3.0 será opcional hay fuentes cerca de las transiciones para cargar agua. Habrá tres zonas de cambio de sección (transición) en todas las categorías.

La tipología de los mapas de los corredores dependerá del tipo de sección, utilizando desde mapas de tipo IGN, con escalas 1:20000; hasta mapas específicos para las orientaciones a pie, en escala 1:5000

El recorrido basa sus modalidades en: BTT, KAYAK, TREKKING, RAPEL (Elite-Raid-0 3.0) y ORIENTACIÓN ESPECÍFICA. También se incluirán, de forma estratégica, varias pruebas especiales como JUMAR (Elite-Raid-0 3.0), SLACKLINE o LLAVE.

MODALIDAD	ÉLITE RAID-0 3.0	AVENTURA RAID-0 2.1	ORIENTARAID	CERA JUVENIL	FEMENINA
SECCIONES	9	9	5	5	9
PRUEBAS ESPECIALES	5	5	3	3	5
KM	134	134	57	57	134 con muchas opciones de Recorte
DESNIVEL ACUMULADO	3281	3281	1100	1100	3281
HORARIO	13 horas en función de la hora de Salida	13 horas en función de la hora de Salida	10:00-16:00	10:00-16:00	13 horas en función de la hora de Salida

3 ESQUEMAS DE CARRERA Y BOXES

Próximo boletín

DATOS ORIENTA RAID Y SELECCIONES AUTONÓMICAS

SECCIONES	DISCIPLINA	KM	DESNIVEL	MEJOR TIEMPO	TIEMPO MEDIO	BALIZAS PUNTOS	PUNTOS POR TIEMPO (PUNTOS X 10 MIN)	D-
S1	BTT	13	300	1:00	1:25	6/6	0,71	250
S2	TREKING	8	300	0:50	1:20	5/9	1,13	300
S3	BTT	16	385	1:15	1:35	4/5	0,59	420
TRANSICION T4	BTT	5,2	6	0:15	0:25	0	0,00	65
S4	KAYAK + PE	6	0	0:50	1:20	9/13	2,60	0
S5	OPIE	4,5	15	0:30	0:45	5/6	1,33	15
TRANS. META	BTT	5,2	65	0:20	0:25	0	0,00	6
TOTALES		58	1071	5:00	7:15	29/39		1.056



4 REGLAMENTO

El mapa será entregado por la organización 30 minutos antes de la hora de salida de cada equipo.

Ningún equipo podrá seguir a otro de forma continuada durante el recorrido aprovechándose de la orientación de un competidor; si se observase por parte de los miembros de la organización este tipo de comportamiento o si otro corredor denunciase esta situación, podría conllevar la descalificación del mismo por parte de la organización una vez escuchados los miembros.

Ningún corredor podrá realizar el tickado en la baliza de otro corredor de la prueba, cada corredor tiene que tickar con su pinza, (si se demuestra esta infracción, el corredor quedará automáticamente descalificado)

El teléfono sólo puede ser usado en caso de urgencia; en el caso de uso fraudulento del móvil, el equipo quedará automáticamente descalificado. Así mismo conlleva a la descalificación el uso de cualquier aparato de navegación electrónico que sea compatible con el uso de mapas.

IMPORTANTE: Todo equipo que abandone la prueba tiene que comunicarlo a la organización y tickar finish en el puesto de control la totalidad de sus integrantes (es fundamental este punto para saber que no tenemos a nadie perdido en el monte)

El reglamento de la prueba se atiene a las normas generales del reglamento de Raids de Aventura aprobados por la Federación Gallega de Orientación.

<http://FEGADO.ES/WEB/UPLOADS/DOCUMENTS/FILE/71F/5E33494EDF-08-REGLAMENTO-FEGADO-RAID-2020.PDF>

<http://FEGADO.ES/WEB/UPLOADS/DOCUMENTS/FILE/F85/5E1080D73E-NORMAS-ANUAISFEGADO-RAID-2020.PDF>

Una vez finalizada la prueba, las clasificaciones provisionales serán publicadas online lo antes posible.

RECLAMACIONES

Las reclamaciones pueden presentarse antes de que el Juez Controlador suscriba el acta de la prueba. Éstas se harán llegar por escrito al Juez Controlador a través de **formulario en la web**.

<https://docs.google.com/forms/d/1WIC1T095JS1GvncdPzbvsU8aA6FDE7n3ECcv699JtHw/edit>

No existe ninguna cuota por realizar una reclamación.

Las clasificaciones definitivas se publicarán una vez resueltas todas las reclamaciones.



5 PARTICIPACION

Los corredores deberán tener las capacidades físicas y técnicas suficientes para afrontar la prueba y no encontrarse bajo la acción de alguna sanción disciplinaria que lo impida.

Cada equipo participante será el responsable de portar su material

- Elite / Raid-O 3.0: Serán equipos de 3 componentes en carrera, sin cambios y mayores de 18 años y con licencia FEDO anual
- Aventura / Raid-O 2.1 (mixto y masculino): Los componentes serán como máximo de 3 por equipo mayores de 18 años y con licencia FEDO anual, 2 deportistas en carrera y un relevista/asistente. En la categoría mixta, un componente femenino debe disputar al menos, un 30% de las secciones.
- Femenino: mayores de 18 años con licencia FEDO anual (excepcionalmente podrán sacar licencia de 1 día sino necesita certificado de movilidad). Las componentes serán como máximo de 3 por equipo, 2 deportistas en carrera y una relevista/asistente.
- Orienta Raid: mayores de edad o menores (autorizados de su tutor legal) con licencia FEDO anual (excepcionalmente podrán sacar licencia de 1 día sino necesita certificado de movilidad). acompañados de una persona mayor de edad durante el recorrido.
Los componentes serán como máximo de 4 por equipo, con un mínimo de 2 deportistas en carrera.
- Selecciones de las Comunidades Autónomas: para clasificar en el CERA Juvenil los equipos tienen que estar integrados por 3 componentes de ambos sexos, de la misma comunidad autónoma y con licencia FEDO anual. No habrá límite máximo de equipos participantes por Comunidad Autónoma. El entrenador/tutor de estos equipos tendrá que hacer la función de asistente.

Con motivo de la pandemia la movilidad entre comunidades Autónomas está limitado a deportistas y asistencias con licencia federativa anual. El certificado de movilidad será enviado por la FEDO a los inscritos en el evento.

Las pruebas de Jumar y Rapel solamente son para las categorías Elite Raid-O 3.0 / Aventura Raid-O 2.1, las debe realizar solamente 1 componente del equipo.

Por el Covid-19 no tendremos pinzas tradicionales y solo será válidas las pinzas SIAC La prueba dispondrá de seguimiento GPS en <https://tracktherace.com>, el cual también será un método para controlar los pasos por las zonas prohibidas.

Ningún corredor podrá tomar la salida sin haber enviado a la dirección clubgallaecia@gmail.com los documentos que figuran en este enlace de la web renombrándolo con su nombre y apellidos.

https://gallaeciaraid.org/wp-content/uploads/2021/03/Formulario_Covid_Raid.pdf



6 INSCRIPCIONES

Las inscripciones se formalizarán en la web de SICO.FEDO <https://sico.fedo.org/carrera.php?id=20160770>

Los deportistas y asistencias que saquen licencia de 1 día tendrán que abonar 8,00€ más en la inscripción. (excepcionalmente podrán sacarla aquellos que no necesiten certificado de movilidad en los recorridos de Orienta Raid, Femenino y Selecciones,)

Fecha límite de inscripción: Domingo 25 de Abril

IMPORTANTE:

- Se necesitará una tarjeta SIAC por corredor. Al hacer la inscripción, deberán anotar correctamente el número correspondiente, en caso de error, el cambio fuera de plazo tendrá un coste de 3€.
Los corredores/as precisen alquilar una podrán hacerlo, sin coste alguno, en el momento de la inscripción. La pérdida de la tarjeta SPORTIDENT conlleva un pago de 70€.
- Si se utiliza asistencia, el capitán del equipo deberá marcarlo en el momento de la inscripción en opciones e indicar en observaciones el nombre, DNI y fecha de nacimiento.

Los abonos por transferencia se harán en la cuenta nº ES63 2080 0036 6030 4002 0466 de ABANCA indicando en el concepto: Gallaecia Race Vente21 + Nombre del equipo y club, y enviarán el justificante a clubgallaecia@gmail.com

Los clubes que abonen la inscripción de modo conjunto, adjuntarán un documento en el que indiquen los equipos incluidos en el abono. Aquellos clubs que necesiten factura, enviarán sus datos fiscales a clubgallaecia@gmail.com

Los precios son:

Elite Raid-O 3.0 / Aventura Raid-O 2.1 / Femenino

- Hasta el día 19 de Abril a las 24:00h – 30€ por corredor
- Entre el 20 de Abril y el 25 de Abril – 40€ por corredor

Orienta-Raid (Permitido 4 corredores en carrera)

- Hasta el día 19 de Abril a las 24:00h – 20€ por corredor
- Entre el 20 de Abril y el 25 de Abril – 30€ por corredor

CERA Juvenil – Selecciones Autonómicas

- Hasta el día 19 de Abril a las 24:00h – 15€ por corredor
- Entre el 20 de Abril y el 25 de Abril – 25€ por corredor

Las asistencias deberán estar federadas OBLIGATORIAMENTE e inscribirse en SICO (a través del capitán del equipo). Excepcionalmente podrán sacar licencia de 1 día, en los recorridos Orienta Raid, Femenino y Selecciones, las asistencias que no necesiten certificado de movilidad



7 PROGRAMA DE LA CARRERA

Sábado 1 de mayo:

08:00 – Apertura de secretaria Lugar (Polideportivo Sofia Toro-Cambre)

<https://www.paxinasgalegas.es/polideportivo-municipal-sofia-toro-178247em.html>

10:00 – Salidas de los primeros corredores (la salida será escalonada en todas las categorías)

Cierre de Meta (Plaza de Cambre)

- 16:00 Orienta Raid y Selecciones Juveniles, 6 horas en función de la hora de salida.
- 23:00 Elite Raid-O 3.0 / Aventura Raid-O 2.1 / Femenino, 13 horas en función de la hora de salida

8 AVITUALLAMIENTO

No habrá avituallamientos ofrecidos por la organización durante toda la carrera. Se recomienda a los corredores que sean previsores en este aspecto para que cuando lleguen a las transiciones tengan su propio avituallamiento.

Existe la posibilidad de reponer agua en fuentes o servicios con agua potable en la T2 para Orienta Raid, Selecciones Juveniles y 1 en las T4, T5, T6 y T7 para Elite Raid-O 3.0, Aventura Raid-O 2 y Femenino

9 PRUEBAS ESPECIALES

Las pruebas especiales forman parte de los raids de aventura debido a la necesidad de que los raiders demuestren capacitación física y técnica en diferentes disciplinas que no están contempladas en el anterior apartado.

Ninguna es obligatoria, por lo que cada equipo decide qué prueba desea realizar, aunque no realizarlas influye sustancialmente en la clasificación final de los equipos.

Para las pruebas de cuerdas es necesario conocimiento por parte del corredor.

Las pruebas especiales consistirán en:



Elite Raid-O 3.0 / Aventura Raid-O 2.1 / Femenino:

- Balizas de Memoria
- SlackLine <https://www.youtube.com/watch?v=oD3mh7-1p-k>
- Chave Gallega https://www.youtube.com/watch?v=Nk5015C_piY
- Rappel
- Jumar (El deportista sube y la organización se encarga de bajarlo)
<https://www.youtube.com/watch?v=6P43DxcIZ-4>

OrientaRaid / Selecciones Juveniles:

- Balizas de Memoria
- SlackLine <https://www.youtube.com/watch?v=oD3mh7-1p-k>
- Chave Gallega https://www.youtube.com/watch?v=Nk5015C_piY

10 CARTOGRAFIA Y ASPECTOS TECNICOS

El Raid GALLAECIA RACE VENTE21 contará con mapas específicos de orientación, mapas cartográficos donde la vegetación ha sido obtenida del Catastro y mapas del IGN. Toda la zona del raid ha sido revisada a un 95% indicando la “ciclabilidad” de los senderos y la “runnabilidad”, dependiendo del grosor de los mismos.

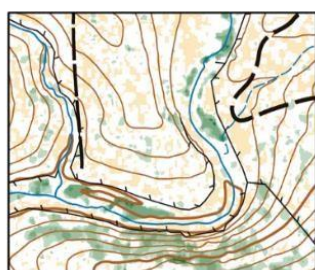
No obstante, dada la gran extensión de terreno algunos senderos secundarios se han obviado, bien por ser senderos los cuales conducen a fincas privadas, o por omisión del equipo de trazados.

Es una zona con diferentes paisajes, pasaremos de zona SEMI URBANA a zona de BOSQUE.

La interpretación de las curvas de nivel, de los senderos con mayor ciclabilidad y el control del tiempo serán los factores claves para realizar el raid dentro de los tiempos establecidos.

EN ELITE RAID-O 3.0 / AVENTURA RAID-O 2.1 SOLAMENTE LOS EQUIPOS MAS FUERTES SERAN CAPACES DE COMPLETAR TODO EL RAID, POR LO QUE PARA LA MAYORIA DE LOS EQUIPOS LA ESTRATEGIA VA A SER UN FACTOR FUNDAMENTAL.

A continuación, se adjunta la leyenda de los mapas obtenidos



- Terreno abierto (Carrera fácil)**
- Bosque o zona de árboles**
- Vegetación espesa** (Entre más oscuro sea el verde más difícil es la carrera)
- Edificaciones - Rocas - Caminos**



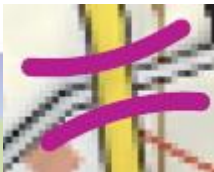
	Curva de nivel		Pista secundaria	31	Número de control
	Curva de nivel maestra		Puente peatonal		Límite tramo prohibido
	Surco profundo de erosión		Línea eléctrica		Ruta prohibida
	Cortado infranqueable		Línea eléctrica principal		Pista de fácil rodaje
	Macizo rocoso/cortado		Muro o pared de piedra		Sendero de fácil rodadura
	Lago		Valla, cerca		Sendero de rodadura lenta
	Charca, estanque		Edificación		Sendero de rodadura difícil
	Curso de agua franqueable		Edificación pequeña		
	Arroyo		Zona urbanizada		
	Torrentera, canal		Línea de límite		
	Pantano pequeño		Zona asfaltada		
	Pozo, fuente		Línea de límite		
	Objeto especial de agua		Ruina		
	Límite de cultivo		Mojón, hito		
	Objeto especial de vegetación		Transición		
	Carretera general		Punto de control		
	Carretera secundaria		Prueba especial		
	Cortafuego				
	Pista importante				

PISTAS SECUNDARIAS

RIOS

CARRETERAS



AUTOPISTAS	
CARRETERA PROHIBIDA	
PASO OBLIGATORIO ó POSIBLE	
ZONA PROHIBIDA	
OJO PRECAUCION	

11 SISTEMA DE CRONOMETRAJE SPORTIDENT

Se empleará el Sistema AIR+ como método de control de tiempos y la única tarjeta válida será la SIAC, importante registrar el número en el momento de la inscripción. En el caso de no tener, se podrá solicitar una de alquiler sin coste.

No habrá pinza tradicional.

TODOS LOS CORREDORES (INCLUSO LOS RETIRADOS) DEBEN PASAR POR LÍNEA DE META AL FINALIZAR.



Cada tarjeta SPORTIDENT será colocada por la Organización en la entrega de documentación. En caso de que algún miembro del equipo dispute alguna parte de la prueba con la pinza de otro compañero, será descalificado.

IMPORTANTE: Es responsabilidad de cada corredor picar los controles de forma correcta (indicación lumínica y sonora), son los corredores los responsables de comprobar la correcta picada de dicho control

Será responsabilidad de los corredores LIMPIAR y COMPROBAR sus tarjetas SPORTIDENT antes de la carrera. La organización avisará 30 minutos antes de la hora de salida para que puedan limpiarla.

Los errores de tarjeta son responsabilidad de los corredores. Todos los integrantes del equipo deberán picar los controles en un intervalo máximo de 1 minuto, no importando el orden en que se pique el control

Es completamente obligatorio descargar el SPORTIDENT en META dentro de los 30 minutos posteriores a la entrada en meta, en caso contrario todos los puntos de la etapa serán anulados. Tras la entrada en la estación de meta, se establecerá un pasillo de entrada para la descarga del SPORTIDENT los resultados SERAN ONLINE.

Si un equipo llega después del tiempo máximo de carrera estipulado, perderá todos los puntos de la última sección disputada. Si tras 30' del cierre de meta, algún equipo aún no hubiera descargado, perdería todos los puntos de la etapa

MUY IMPORTANTE:

Todos los componentes de los equipos han de descargar el SPORTIDENT juntos, aunque uno estuviese descansando al llegar.

No se permitirá a ningún equipo descargar el SPORTIDENT si falta alguno de sus miembros, y el tiempo de espera seguirá contabilizando en los 30 minutos disponibles para descargar.

12 SEGUIMIENTO GPS

La prueba dispondrá de seguimiento GPS que se entregará a cada equipo y tendrá que llevar OBLIGATORIAMENTE siempre en carrera.

Será un método para controlar los pasos por las zonas prohibidas

<https://tracktherace.com>



13 MATERIAL OBLIGATORIO

Por corredor:

- UNA PINZA POR CORREDOR **SIAC**, LOS QUE NO TENGAN LA ORGANIZACIÓN LES ASIGNA UNA A COSTE 0
- MOCHILA
- SILBATO Y CONOCER EL CÓDIGO MORSE SOS (... --- ...)
- MANTA TÉRMICA
- RECIPIENTE AGUA DE 1L COMO MÍNIMO
- COMIDA ENERGÉTICA
- BICICLETA DE MONTAÑA
- CASCO de Bici
- REPUESTOS PARA PINCHAZOS, LUZ ROJA TRASERA ENCENDIDA, LUZ BLANCA DELANTERA O FRONTAL
- CHALECO REFLECTANTE (OBLIGATORIO EN CUANTO ANOCHEZCA, TANTO BICI COMO A PIE)
- GORRO O BUFF
- FRONTAL
- 2 MASCARILLAS RESISTENTES AL AGUA
- 1 HIDROGEL (MÍNIMO 75 ML.)

Para las pruebas de Cuerdas (Rappel)

- arnés de escalada
- Casco de escalada
- 2 anillos o Bagas de anclaje de 60 cm
- Descensor (tipo 8) + cordino nudo machard
- 3 mosquetones escalada con seguro
- Guantes de cuero Largos

Todo el material debe estar homologado para la práctica de escalada

Para las pruebas de Cuerdas (Jumar)

- Arnés de escalada
- Casco de escalada o bici
- 2 anillos o Bagas de anclaje de 60 cm
- 3 mosquetones escalada con seguro
- 2 bloqueadores (Tipo puño, Croll) o bloqueador y descensor autoblocante
- Guantes de cuero Largos

Todo el material debe estar homologado para la práctica de escalada



Por equipo:

- PORTAMAPAS
- BRÚJULA
- TELÉFONO MÓVIL CON PIN INDICADO EN LA PARTE POSTERIOR
- BOTIQUÍN: VENDA, ANTISÉPTICO, ESPARADRAPO, GASAS ESTÉRILES, ANALGÉSICOS Y ANTIINFLAMATORIOS

Material Recomendable:

- POLAINAS O MEDIAS ALTAS (EN LAS SECCIONES DE TREKKING)
- CAMISETA TÉRMICA
- CHUVASQUERO
- PORTAMAPAS ESTANCO PARA EL KAYAK

Para las pruebas de KAYAK

- KAYAK (FACILITADO POR LA ORGANIZACION)
- CHALECO (FACILITADO POR LA ORGANIZACION)
- PALAS KAYAK (el equipo que desee utilizar palas propias debe llevarla a la zona del kayak al menos 30 minutos antes de las 10:00)

14 MATERIAL PROHIBIDO

- EQUIPOS DE COMUNICACION (teléfonos móviles, radios, walkie talkie).
- NAVEGADOR GPS El hecho de llevar un GPS encima, se use o no, será motivo de descalificación.

15 PROTOCOLO EN CASO DE ACCIDENTE

- 1- Llamada al Jefe de Seguridad: Kike 610230747
- 2- El jefe de Seguridad, en coordinación con el director de Carrera y el Director Técnico establecerán el procedimiento de actuación atendiendo a:
 - Ubicación del Accidente
 - Cercanía respecto al accidente de la Cabeza o cola de Carrera (Organización)
 - Cercanía de los recursos de seguridad; Ambulancia Protección Civil.

Los teléfonos de la Organización aparecen en todos los libros de ruta y en los mapas



16 SEGURIDAD Y PREVENCIÓN DE RIESGOS

- Los corredores participan en la prueba bajo su propia responsabilidad, asumiendo los riesgos propios del raid.
- Precaución y respeto por las zonas prohibidas dentro del mapa, éstas estarán señaladas sobre el mapa con rallado de color púrpura.
- Prohibido hacer fuego y dejar en el monte cualquier tipo de desperdicio.
- Ocasionalmente podremos encontrarnos con algún ciclista, vehículo a motor o animales en los caminos que cruzan los mapas.
- Se respetarán las normas de circulación y a otros usuarios de las vías, teniendo los peatones y los jinetes preferencia sobre los ciclistas. Se ruega precaución para evitar accidentes, especialmente ante la conducta imprevisible de los animales en estado salvaje.
- Los trazados están diseñados para evitar circular a lo largo de las carreteras asfaltadas, circulando a través de las vías forestales que soportan escaso volumen de tráfico. Aun así, se ruega extremar la precaución en estos puntos y se recuerda la obligatoriedad de respetar las normas de tráfico.
- Por cuestiones de seguridad, independientemente de que el corredor complete su recorrido, es obligatorio pasar por meta y descargar la información de la tarjeta SPORTIDENT. De esta forma se comprobará que todos los corredores finalizaron la prueba.
- Durante la carrera el tráfico está abierto y hay que respetar las normas de tráfico. Respetando estrictamente los pasos prohibidos marcados por la organización.

Estar participando en el RAID no da ningún tipo de prioridad.

- Las vías de comunicación prohibidas durante el raid (autovías, autopistas, vías de tren, carreteras, caminos...) estarán señalizadas al igual que los cruces de carreteras, sobre el mapa tal y como se muestran en el apartado correspondiente de este boletín. Circular por una vía prohibida, por poca distancia que sea, implica una sanción deportiva al equipo o descalificación.
- Los equipos han de ser responsables de su alimentación en carrera, especial en las secciones de larga duración y en las que se prevea nocturnidad.
- Todos los corredores son conscientes de que participar en la prueba deportiva implica asumir un riesgo de lesión y/o accidente y que se pueden padecer traumatismos, lesiones musculares, así como lesiones de índole más grave.

17 PREMIOS

Los premios de las pruebas son:

CATEGORÍA ELITE RAID-O 3.0: 3 PRIMEROS EQUIPOS CLASIFICADOS

CATEGORÍA AVENTURA RAID-O 2.1: 3 PRIMEROS EQUIPOS CLASIFICADOS de las categorías mixta y masculina

CATEGORÍA ORIENTA RAID: 3 PRIMEROS EQUIPOS CLASIFICADOS

CATEGORÍA SELECCIONES: 3 PRIMEROS EQUIPOS CLASIFICADOS

CATEGORÍA FEMENINA: 3 PRIMEROS EQUIPOS CLASIFICADOS



A día de hoy, no habrá cerimonia de entrega de premios, los trofeos se entregarán a los primeros clasificados de forma individual. Esta situación puede cambiar, dependiendo de la evolución de la pandemia y las restricciones. Publicaremos más información en el último boletín

18 ORGANIZACIÓN

DIRECCIÓN DE LA PRUEBA: CLUB GALLAECIA RAID

EVENTO EN RRSS: GALLAECIA RACE VENTE21

DIRECTOR DE CARRERA: MANUEL PEDRE

TRAZADO: MANUEL PEDRE, JUAN PATIÑO

MAPAS: ÓSCAR FERNANDEZ, MANUEL PEDRE, FRANCISCO DIZ, JUAN PATIÑO

DIRECTOR DE SEGURIDAD: ENRIQUE ÁLVAREZ

CONTROL SPORTIDENT: ABEL OTERO

EQUIPO DE CAMPO: JUAN PATIÑO, ENRIQUE ÁLVAREZ, FRANCISCO DIZ, ÓSCAR FERNANDEZ

RESPONSABLE DE PRENSA: IVAN NOGUEROL

SECRETARIA: SANDRA FARIÑA

DELEGADA Y CORDINADOR COVID: YOLANDA GARCIA E IVAN SOMOZA

JUEZ CONTROLADOR: RUBÉN PÉREZ PÉREZ



19 COLABORACIÓN



20 PROTOCOLO COVID 19

Con motivo de la pandemia la movilidad entre comunidades Autónomas está limitado a deportistas y asistencias con licencia federativa Anual.

El certificado de movilidad será enviado por la FEDO a los inscritos en el evento.

La licencia de día, solo será válida para deportistas que no necesiten dicho certificado y no compitan en Elite Raid-O 3.0 / Aventura Raid-O 2.1

http://fegado.es/web/uploads/documents/file/00d/5fc4b56658-protocolo-ambito-estatal-fedo_val-25sep2020.pdf

PROTOCOLO DE ACTUACION COVID-19

La vuelta a las competiciones oficiales deportivas no profesionales de ámbito estatal, vienen marcadas por el protocolo establecido por el Consejo Superior de Deportes, al que cada Federación acerca el suyo de refuerzo.

Nuestro Raid, prueba de Liga Autonómica, prueba de Liga Nacional y Campeonato de España Juvenil de Selecciones Autonómicas, se regirá por la normativa estatal: Normativa 2021 de la Federación Española de Orientación (FEDO) de Liga Española y Campeonato de España de Raid.

Por ser una prueba oficial de ámbito estatal del calendario de la Federación Española de Orientación (FEDO), será de aplicación el Protocolo de actuación para la vuelta de competiciones oficiales de ámbito estatal y carácter no profesional (Temporada 2020-2021) + Protocolo de Refuerzo de la Federación Española de Orientación (FEDO), en particular lo establecido en el apartado 5.4. Raid de Aventura (páginas 24 y 25) [\[consultar Protocolo FEDO\]](#). Dicho documento, junto con el correspondiente Modelo de Adhesión al Protocolo Reforzado fue remitido el 22 de septiembre de 2020 y ha sido validado por el Consejo Superior de Deportes.

Para evitar cualquier conflicto entre el protocolo estatal y las medidas establecidas por la autoridad competente delegada en el marco de lo dispuesto por el Real Decreto 926/2020, do 25 de octubre, por el que se declara el estado de alarma para contener la propagación de infecciones causadas por el SARS-CoV-2, el Protocolo CSD-FEDO se complementará en con parámetros más exigentes y/o más definidos del Protocolo FISICOVID-DxT GALEGO de la Federación Galega de Orientación (FEGADO), certificado por la Secretaría Xeral para o Deporte el 27 de enero de 2021 [\[consultar Protocolo FISICOVID-DxT GALEGO FEGADO\]](#).



Asistencia y participación en competiciones federadas oficiales de ámbito estatal. Conforme al criterio del Ministerio de Sanidad y del Consejo Superior de Deportes (CSD), y en base a lo previsto en el Protocolo de actuación para la vuelta de competiciones oficiales de ámbito estatal y carácter no profesional en la temporada 2020/2021 suscrito por todas las Comunidades Autónomas, y organizadores de competiciones integrados en el Grupo de Tareas para el Impulso del Deporte del CSD, se hace constar que la asistencia y participación en las competiciones federadas oficiales de ámbito estatal contempladas en el ámbito de aplicación del citado Protocolo, se consideran a todos los efectos como “una actividad de análoga naturaleza, debidamente acreditada”, conforme a lo previsto en el art. 5.1 h) y en el art. 6.1 k) del Real Decreto 926/2020, de 25 de octubre, por el que se declara el estado de alarma para contener la propagación de infecciones causadas por el SARS- CoV-2.

Compatibilidad con las medidas adoptadas en el territorio de la Comunidad Autónoma de Galicia. Para los efectos de justificar la aplicación de las excepciones del Decreto de Presidencia de la Xunta de Galicia 45/2021, de 17 de marzo, por el que se adoptan medidas en el territorio de la Comunidad Autónoma de Galicia para hacer frente a la crisis sanitaria, en la condición de autoridad competente delegada en el marco de lo dispuesto por el Real decreto 926/2020, de 25 de octubre, por el que se declara el estado de alarma para contener la propagación de infecciones causadas por el SARS-CoV-2, se identifican dos escenarios:

Limitaciones de la entrada y salida de personas en determinados ámbitos territoriales. El Decreto 45/2021 de 17 de marzo de 2021 contempla en su apartado primero, número 2, letra n), como excepción prevista “cualquier otra actividad de análoga naturaleza, debidamente acreditada”.

Limitación de la movilidad nocturna. El Decreto 45/2021 de 17 de marzo de 2021 contempla en su apartado cuarto, letra h), como excepción prevista “cualquier otra actividad de análoga naturaleza, debidamente acreditada”. Esta excepción es imprescindible para el correcto desarrollo de la prueba, tanto durante los desplazamientos como durante la competición. Deportistas y miembros del staff propio necesitarán extender su horario más allá de las 22:00 horas tal y como contempla el programa de competición.

En este documento resumimos las medidas a llevar a cabo en nuestra prueba, tanto por la organización como por los participantes antes, durante y después de la competición.

MEDIDAS EN LA ORGANIZACIÓN

- Prueba declarada SIN PÚBLICO.
- Progresión individual de equipos al aire libre, manteniendo la distancia de seguridad entre los miembros de un mismo equipo.
- Materiales antiCOVID proporcionados por la Federación Galega de Orientación (FEGADO).
- Las asistencias de los equipos, a efectos de protocolo, tendrán la consideración de deportistas, siendo de aplicación lo recogido en las tablas específicas de identificación de riesgos antes, durante y después de la competición.



- Se hará un croquis del evento con las zonas de competición establecidas y los puntos de desinfección creados.
- Todo el personal de la organización tendrá mascarilla y gel hidroalcohólico y llevará a cabo continuamente acciones de limpieza personal y en su área de responsabilidad.
- Los organizadores de la secretaria y cronometraje, además de la mascarilla usarán pantalla de protección.
- Las tarjetas SportIdent proporcionadas se desinfectarán antes y después de su uso, entregándose y recogiendo sin contacto físico.
- Mapas y dorsales se entregarán juntos, con antelación suficiente, evitando el contacto físico.
- La salida no se hará en masa, se establecerán por categorías, de forma escalonada, con distancia entre los equipos y en dos puntos diferentes.
- Se hará toma de temperatura a los deportistas en la pre-salida. También a los miembros de la organización.
- El material de publicidad se colocará lo suficientemente aislado para no entrar en contacto, siendo desinfectado a la hora de su montaje y desmontaje.
- No se darán resultados impresos, todo será puesto on line teniendo que comprobar a través de sus propios móviles el resultado final.
- La organización no ofrecerá asistencia, avituallamientos, a los corredores (ni en la salida, ni en carrera, ni en meta). Cada equipo participante será el responsable de portar su material.
- Se evaluará la zona de meta, asegurando espacio entre los equipos, evitando la aglomeración.
- No habrá ceremonia de entrega de premios, los trofeos se entregarán a los primeros clasificados de forma individual.
- Se facilitará con antelación el roadbook o raidbook para que los participantes lo puedan traer impreso de casa.
- Los Kayaks y palas serán debidamente desinfectados con sistema de fumigación por la organización.

MEDIDAS EN LOS PARTICIPANTES

- Tendrán que firmar el Anexo I Declaración Responsable de participación en la Actividad acompañado del Anexo II Requisitos de admisión en actividad deportiva (aceptación de condiciones de participación, deber de información y consentimiento informado)
- Tendrán instalada la herramienta del Gobierno Radar Covid19.
- La mascarilla siempre es obligatoria en el Centro de Competición, no se puede descartar hasta el momento de tomar la salida.
- Durante la competición, la mascarilla será obligatoria en:
 - La sección de kayak (en todo momento porque no se puede garantizar la distancia de seguridad de 1,5 metros).
 - Las pruebas especiales (en todo momento).
 - Las transiciones (en todo momento).
 - En tramos urbanos para garantizar la distancia de 2,0 m respecto a "otros ajenos"
- Todos los participantes llevarán dos mascarillas extra y un bote de gel hidroalcohólico en su mochila.
- Los equipos han de mantener una distancia de seguridad entre componentes de 3 metros en los tramos a pie y de 6 metros en los de bicicleta



- En la salida, transiciones, y llegada, los participantes seguirán las indicaciones y atravesarán por los pasillos de entrada y salida
- Las transiciones estarán delimitadas por boxes para cada equipo manteniendo una distancia de separación mínima de 3 metros entre ellos, y los espacios serán suficientes para asegurar la separación de 1,5 metros entre los miembros del equipo.
- Los corredores no pueden compartir comida ni bebida.
- Se establecerá la zona de asistencia, no pudiendo entrar en la zona de competición

PROTOCOLO ESPECIFICO PRUEBAS ESPECIALES

La incorporación de pruebas especiales en el Raid, en la situación actual, requiere un protocolo específico y un cuidado extra en la higiene.

A continuación, indicamos las pruebas sujetas a este protocolo y las medidas especiales a tomar por los corredores y organización.

- slackline
 - jummar
 - llave
 - prueba de memoria
 - rapel
- Uso obligatorio de la mascarilla
 - Uso de materiales individuales, en la medida de lo posible.
 - Limpieza de manos antes y después de su ejecución con gel hidroalcohólico.
 - La organización realizará limpieza de materiales y superficies con solución hidroalcohólica, en la medida de lo posible, antes y después de su utilización.
 - La zona estará acotada y controlada por la organización para que en ningún momento se junten varios equipos en una misma prueba. Las pruebas especiales las realizará un único miembro del equipo de Élite y Aventura, y será opcional en la modalidad Orienta-raid. Se estima que los equipos lleguen muy dispersos a las zonas de pruebas especiales, previniendo así la aglomeración de equipos. Se definirán de todas formas zonas de espera en cada prueba que asegure la distancia entre equipos y entre miembros de un mismo equipo, y estará controlado por miembros de la organización.
 - Obligatorio el uso de guantes largos para el jummar y el rapel.



FUNCIONES Y RESPONSABILIDADES

Coordinador Covid FEGADO:

Jorge Piñeiro Portela (en contacto directo con la Secretaría Xeral para o Deporte)

Coordinador Covid Club:

Iván Somoza Argibay (médico) Responsable en Gallaecia Raid, en contacto directo con el coordinador de la Federación Gallega de Orientación

Delegada de Campo:

Yolanda García González (técnica de enfermería) Responsable de las funciones que se establezcan para la prueba, en contacto directo con el coordinador

Jefa Médica de la Federación Española de Orientación:

Pilar Sánchez Ortiz. Coordinará los asuntos sanitarios con los clubs u organizadores de competiciones a través del presente formulario [\[ver formulario\]](#).

DOCUMENTOS MÁS RELEVANTES

PROTOCOLO DE REFERENCIA. Protocolo de actuación para la vuelta de competiciones oficiales de ámbito estatal y carácter no profesional (Temporada 2020-2021) + Protocolo de Refuerzo de la Federación Española de Orientación (FEDO), en particular lo establecido en el apartado 5.4. Raid de Aventura (páginas 24 y 25) [\[consultar Protocolo FEDO\]](#).

PROTOCOLO COMPLEMENTARIO. Protocolo FISICOVID-DxT GALEGO de la Federación Galega de Orientación (FEGADO) [\[consultar Protocolo FISICOVID-DxT GALEGO FEGADO\]](#), certificado por la Secretaría Xeral para o Deporte el 27 de enero de 2021 [\[ver\]](#). Serán de aplicación las tablas de identificación de riesgos antes, durante y después de la competición para [staff propio \[ver\]](#), [deportistas \[ver\]](#) y [otros ajenos \[ver\]](#).

MUY IMPORTANTE:

La siguiente cláusula de inscripción y participación deberá ser obligatoriamente cumplimentada por todos/as los/as deportistas participantes e inscritos/as en el momento de la inscripción.

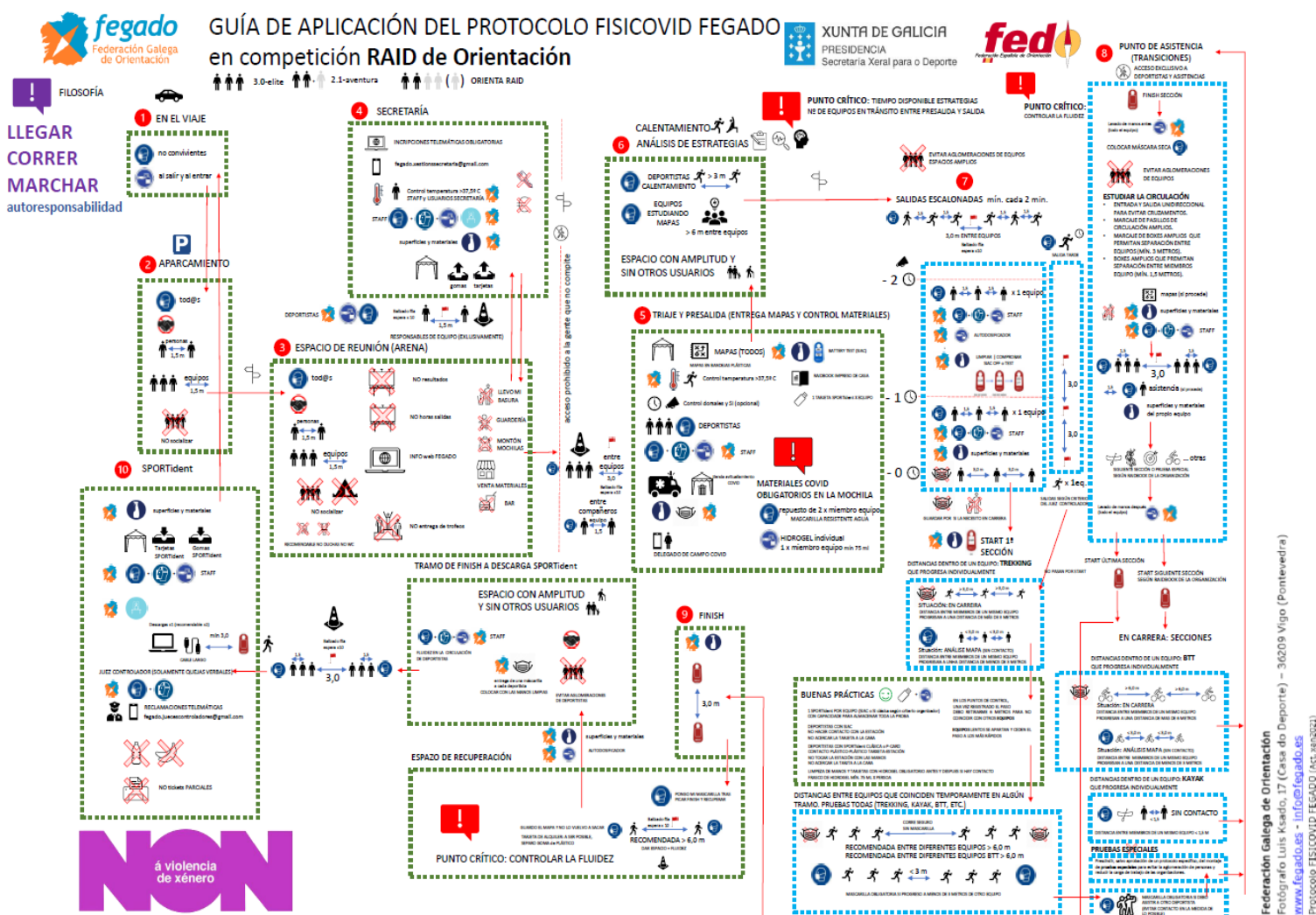




covid anexos I y II
(español)_1.pdf

Declaracion
informados .pdf

¡DOBLE CLICK PARA ABRIR DOCUMENTOS!



21 ALOJAMIENTO

Por el Covid no tendremos suelo duro.

La oferta de alojamiento en toda la zona donde se desarrollará la prueba es amplia, existiendo un amplio número de establecimientos de diferentes características: casas rurales, hostales, hoteles, etc.

<https://www.paxinasgalegas.es/meson-vasco-80982em.html>

<https://www.paxinasgalegas.es/beiramar-149796em.html> Suso-629643337

<https://www.paxinasgalegas.es/nuevo-estilo-150437em.html>

Para comer el día de la prueba:

Bar Lamelas 981668533 "cerca de una de las transiciones"

COMIDA PARA LLEVAR PREVIO ENCARGO O RESERVA CON CITA PREVIA.

MENU SOBRE 10€

<https://www.paxinasgalegas.es/lamelas-75438em.html>



22 INFORMACIÓN TURÍSTICA

CAMBRE

Cambre está vertebrado por el río Mero que parte del embalse de Cecebre, ambos protagonistas con toda su belleza medioambiental con multitud de espacios naturales, muchos de ellos aún por conocer. Perderse en el Bosque Animado que relató Wenceslao Fernández Flórez, pasear por el paseo marítimo de El Temple, o introducirse en el Camino Inglés a su paso por la parroquia de Sigrás, (que culmina en la iglesia de Santa María de Cambre, uno de los más bellos templos de peregrinación del Románico), hacen de este ayuntamiento un espacio para la tranquilidad y la reflexión.

A mayores de todo esto, el mayor valor de este pueblo son sus gentes, siempre dispuestas a ayudar al forastero a en su periplo por este maravilloso enclave.

En ayuntamiento de Cambre forma parte de la histórica comarca de las Mariñas dos Freires, contigua a la no menos histórica comarca de las Mariñas dos Condes (Betanzos es el área de influencia)

El ayuntamiento tiene dos zonas bien diferenciadas; por un lado las parroquias más próximas a la ciudad de A Coruña, como El Temple y el centro urbano de Cambre, que fueron adquiriendo un aspecto más urbano; mientras que las parroquias del sur mantienen la belleza rural de los paisajes de las Mariñas coruñesas.

Cambre constituye un ayuntamiento plural en el que las amplias zonas residenciales conviven con potentes industrias y tradicionales explotaciones del sector primario, lo que hace que la economía del contorno sea próspera y activa.

Uno de los parajes más turísticos más importantes de Cambre es la Fraga de Cecebre, muy conocida gracias a la obra literaria del gran Wenceslao Fernández Flórez y, sobre todo, gracias a la posterior película de animación EL BOSQUE ANIMADO que permitió difundir la magia de este lugar. Es un espacio protegido por su riqueza en flora. Cerca de la fraga encontramos la Vila Florentina, un espacio en el que residió el escritor y su familia, convertido hoy en su Casa Museo regentada por la Fundación Wenceslao Fernández Flórez, que recomendamos visitar.

Dentro del término municipal encontramos el embalse de A Telva, que suministra agua a la ciudad de A Coruña y sus alrededores.

<http://www.cambre.es/turismo/>

CULLEREDO

Culleredo está situado en el área central de la provincia, en la comarca de A Coruña, en el extremo sur de la ría del Burgo. Limita al norte con el océano Atlántico a través de la ría del Burgo, y con el municipio de A Coruña; al este con Oleiros, Cambre y Carral; al sur, con Cerceda y al oeste, con A Coruña, Arteixo y Laracha.

Paseo fluvial "Rego das Xesteiras"

Se localiza en la parroquia de Celas, al sudoeste del Ayuntamiento de Culleredo, cerca del parque de la Torre de Celas, donde se sitúa el museo etnográfico del Ayuntamiento, así como la iglesia de Santa María de Celas (s.XII).



El itinerario fluvial está conformado por once molinos, de los cuales la mayoría pertenecen a varias familias que comparten la propiedad y su uso por cuotas o turnos. En febrero de 2006, los propietarios ceden el uso de los molinos al Ayuntamiento de Culleredo que, en marzo de 2007 termina su consolidación y organiza la ruta etnográfica para deleite de vecinos y visitantes. Dos de los molinos (Fraganova y Ramallal), situados en los extremos de la ruta, fueron recuperados con toda su funcionalidad original.

Paseo Marítimo de O Burgo

El Ayuntamiento de Culleredo cuenta con un paseo que recorre el margen de la ría de O Burgo a lo largo de unos 5 km que el visitante podrá disfrutar a pie o en bici, ya que cuenta con un carril bici en todo su recorrido. Cuenta además con zonas de juegos infantiles y de práctica de skate

Paseo Enrique Tierno Galván

El paseo cuenta con zonas de descanso deportivas y de juegos infantiles. Además, a lo largo de este paseo se pueden observar diferentes especies de aves

Paseo de Fernando II

Es un lugar idóneo para la práctica de footing, cuenta además con una zona de merendero y de zona de juegos infantiles.

Parque Torre de Celas

Situado en las inmediaciones del Museo etnográfico Torre de Celas, este parque se convierte tanto en lugar de esparcimiento para los vecinos, como en escenario de actividades culturales y recreativas generadas por el Centro Cultural.

Mercados y Ferias

El Ayuntamiento de Culleredo organiza desde Junio de 2005 el "Feirón municipal", el segundo domingo de cada mes, en horario de 10:00 a 15:00 horas. Cuenta con aproximadamente 160 puestos en los que el visitante puede encontrar la oferta de diferentes productos como bisutería, complementos, ropa, calzado, perfumes, artesanía y productos de alimentación. Lo más tradicional es la degustación del pulpo, lo que hace que desde las 10 hasta las 15 horas concurra mucha gente del ayuntamiento y alrededores.

Paralelamente a este feirón se celebra el Ecomercado, con puestos de productos ecológicos, en su mayoría de origen gallego, además de otros relacionados con la cosmética ecológica. En la organización de esta actividad colabora a Dputación de A Coruña.

Rutas de Senderismo

El Ayuntamiento de Culleredo promociona el desarrollo de la zona rural ofertando tanto a los visitantes como a los vecinos actividades relacionadas con el turismo activo, o lo que es lo mismo, ofertando diferentes rutas de senderismo con las que disfrutar de los valores naturales y culturales de nuestro ayuntamiento.

Ruta Mariñana

Esta ruta tiene como objetivo principal la conexión entre varios municipios, que en el caso de Culleredo lo uniría con el municipio de Arteixo por Bregua, siguiendo su recorrido por Boedo y pasando por el Monte Xalo, hasta llegar a Folgueira, donde se realizará la conexión con la ruta de Carral por el núcleo de Vilaverde.



Esta ruta tiene como principal objetivo unir los núcleos de Peiro de Arriba e Peiro de Abaixo utilizando los caminos tradicionales de la zona. Además, enlaza con el Paseo Fluvial de O Rego das Xesteiras, pasando por la Iglesia de San Silvestre de Veiga (s. SVIII).

En el trayecto el caminante podrá disfrutar del hermoso Valle de Veiga, con una fuerte vinculación a las actividades agrarias, y desde el que se visualiza la impresionante formación rocosa del Monte Xalo que deja ver la riqueza ambiental que posee este lugar.

<http://turismo.culleredo.es/>

ARTEIXO

El ayuntamiento de Arteixo está situado en la provincia de A Coruña en el extremo más occidental del Golfo Ártabro, donde se unen las rías de Ferrol, Ares, Betanzos y A Coruña, reflejo de un territorio que pudo estar poblado por los ártabros o arrotrebas.

Arteixo linda con la ciudad d A Coruña y también es la puerta de entrada hacia la Costa da Morte, cuya impresionante naturaleza es uno de los reclamos mejor guardados de Galicia.

El territorio arteixán es un lugar de paso para acceder a la villa de Caión, compartiendo el camino que recorren millares de personas en romería a su santuario de la Virgen de los Milagros.

Para desplazarse a Arteixo tenemos la autovía estatal del noroeste A-6 que se acerca a la conocida rotonda de Sabón. Desde A Coruña hay varias opciones; una de ellas es la carretera autonómica AC-552 A Coruña – Finisterre (por Villarrodis); otra es elegir la carretera municipal AC-415 a su paso por Meicende y Pastoriza. También tenemos la opción de circular por la carretera autonómica de peaje A Coruña – Carballo AP-55 que cuenta con una salida en la rotonda de Sabón. Otras opciones viniendo igualmente de Coruña son la carretera provincial CP-0512 O Campo – Birloque por Uxes o la carretera provincial CP-0510 por Confurco – Uxes y ramal a Orro, entre otras.

Desde los ayuntamientos de Culleredo y Laracha, que lindan con Arteixo, también hay accesos varios con menos tránsito lo que posibilita conocer mejor la vida cotidiana y el espacio rural arteixán.

El paisaje de Arteixo es rico y variado. Combina espacios de interior con una amplia franja de litoral bañada por el océano Atlántico lo cual le confiere a este municipio una identidad y una singularidad especial para gozar del tiempo de relax con sus hermosos arenales, calas o acantilados, completados con hermosos paseos en el contorno del interior que permiten observar los valores etnográficos que este municipio posee.

<http://www.arteixo.org/gl/servizos/turismo>

