

20 JULIO 2025

A ARNOIA - OURENSE -

RG SPAIN
EXPEDITION RACE

IAR
WORLD SERIES



TEXTO

DEPUTACIÓN
OURENSE



XUNTA
DE GALICIA



Xacobeo

galicia


Apersa

GADIS

calor
HOTELS

squirt
CYCLING PRODUCTS

fedo

fegado
Federación Galega
de Orientación


ARNOIA


RIBADAVIA
Concello

INDICE

- introducción e características da proba
- localización e servizos
- categorías
- inscricións
- cronometraxe
- programa
- tempos estimados
- material obrigatorio
- regulamento
- equipo organizativo
- turismo en Arnoia e Ribadavia, onde durmir e comer
- contacto organización

RAID GALLAECIA SHORT

INTRODUCCIÓN.

¿Qué é un raid de orientación

Un raid é unha proba multidisciplinar, que combina varias disciplinas deportivas, todas elas baixo o marco da orientación. Participase en equipo, xeralmente mixtos de entre 2 e 4 persoas. As principais disciplinas son a carreira ou camiñada a pé, o ciclismo de montaña e o kaiak, dentro do marco do deporte da orientación.

Que está baixo o marco da orientación quere decir que os equipos avanzarán coa axuda dos mapas facilitados pola organización, onde estarán identificados os diferentes puntos de control ou balizas, por onde teñen que pasar os competidores.

Os raid de orientación practícanse na natureza, con total respecto ao medio e sempre con medios de progresión sostibles como son a carreira a pé, a bicicleta e o kaiak.

Características do Raid Gallaecia Short

Raid Gallaecia Short é unha proba de uns 60 kms. de percorrido total nas categorías 3+0 e 2+1 e 30 kms. na categoría de Orientaraid e Junior divididos en varias seccións de btt, carreira a pe e kaiak.

O terreo deste raid é unha combinación de bosque galego, con zoas de bosque de piñeiros, autóctonos, zoas ribeireñas, viñedos e río. A carrelra percorrerá sendas, camiños, pistas sen asfaltar e asfaltadas.

Raid Gallaecia Short é un raid para tódolos públicos, enmarcado dentro do evento de series mundiais Raid Gallaecia, polo que é unha ocasión única para estar dentro dun evento de series mundiais e acompañar aos atletas que farán a carreira de expedición na experiencia do primeiro día de carreira.

Animamos a tódolos afeccionados ao deporte ao aire libre a participar nesta festa da orientación e o multideporte nun concello que ten moito que ofrecer, nunha zona do ribeiro chea de patrimonio, ríos e fragas, que fará as delicias dos raiders participantes.



RAID GALLAECIA SHORT

LOCALIZACIÓN E SERVIZOS.

Centro de competición, Hotel Balneario Caldaria Arnoia.

<https://maps.app.goo.gl/dv1Hx1GZF4zoRt8YA>



RAID GALLAECIA SHORT

CATEGORIAS

3+0 60 KMS. E 1400+

2+1 60 KMS. E 1400+

Orientaraid (equipos de 2 a 5 compoñentes) 30 KMS. E 800+

INSCRICIÓNS.

Categoría	Ata o 30 de Xunio	Do 1 de Xullo ao 13 de Xullo
3+0	75 por equipo	87 por equipo
2+1	75 por equipo	87 por equipo
Orientaraid	20 por corredor	25 por corredor

*Aqueles corredores sen licencia anual, pagarán 2 euros de licencia dun día.

Enlace para as inscricións: www.tracktherace.com

CRONOMETRAXE.

A carreira será cronometrada polo sistema de Sport-ident. Aqueles corredores que non dispoñan de dispositivo Sport-ident deberán aboar 2 euros en concepto de aluguer.



RAID GALLAECIA SHORT

PROGRAMA DOMINGO 20/XULLO/2025

9:00	Entrega de dorsais e documentación
11:30	Breafing e últimas indicacións técnicas
11:00	Saída RAID GALLAECIA SHORT
20:00	Peche de meta
20:00	Entrega de trofeos

TEMPOS ESTIMADOS

	PRIMEIROS EQUIPOS	TEMPO MEDIO	TEMPO TOTAL PARA COMPLETAR A PROBA
3+0	5:30 HS.	7:15	9:00
2+1	6:30 HS.	7:15	9:00
ORIENTARAID	3 HS.	4 HS.	6:00

MATERIAL OBRIGATORIO

POR EQUIPO

BRÚJULA	recomendable de pulso ou dedo	
XEOLOCALIZADOR TRACKTHERACE	facilitado pola organización	
BOTIQUÍN	vendas, antiséptico, gasas, tixeiras...	
TELÉFONO MOVIL CON PIN INSCRITO	obligatorio levalo apagado. Só usar en caso de emerxencia	
KIT REPARACIÓN BTT	Bomba, Cámara, parche, chaves allen, tronchacadenas, desmontables	
KAIK (facilitado pola organización)	Perception Gemini	

RAID GALLAECIA SHORT

POR CORREDOR

MOCHILA	MÍNIMO 2 LITROS DE CAPACIDAD	
ASUBÍO		
BICICLETA DE MONTAÑA	En buen estado de uso y con ruedas de tacos.	
CASCO	Homologado	
LUZ VERMELLA MTB		
MANTA TÉRMICA		
RECIPIENTE PARA AGUA MÍNIMO 1 L.	BOTELLA, CAMEL BAG, FLASH O SIMILAR	
PINZA SPORTIDENT	MODELOS SI10, SI11, SIAC En orientaraid sólo 1 por equipo	
CHALECO SALVAVIDAS	FACILITADO POLA ORGANIZACIÓN.	
PA (2 POR EQUIPO)	FACILITADO POR LA ORGANIZACIÓN. PODÉIS USAR VUESTRAS PALAS	

RAID GALLAECIA SHORT

REGULAMENTO

Esta proba estará rexida polo regulamento anual fegado de Raid de Orientación

- Regulamento Raid de Orientación Fegado
- Normativa anual Raid de Orientación

Xuiz Controlador: A designar

Cronometraxe: A designar

A proba será puntuable para a XXI LIGA GALEGA RAID DE ORIENTACIÓN 2025 segundo o artigo 7 da Normativa Anual de Raid de Orientación 2025: **[pincha para ir a](#)**

NORMATIVA

Os equipos que participen na proba larga de ARWS non obterán puntuación para o ranking nas categorías 3+0 e 2+1

Como aclaración sobre o número de probas puntuables e as probas necesarias como mixto, seguirase aplicando a taboa do artigo 7.3 de normas anuais, axustándose o total de probas a 3. Tendo en conta que tanto con dúas (2) como con tres (3) probas nunha tempada, o máximo de probas puntuables por equipo será de 2, e o mínimo de probas como mixto será de 1.

EQUIPO ORGANIZATIVO

- Dirección de carreira. Pablo López Franco
- Secretaría e cronometraxe. Ricardo Figueroa
- Trazados, cartografía e traballo de campo. Pablo López Franco e Nolo Esmorís
- Montaxe e loxística. Angel Albarrán, Alberto Morlán
- Permisos. Ricardo Figueroa
- Balizaje. Nolo Esmorís

Agradecemento a Paco Diz pola cesión de cartografía.

TURISMO

Recomendamos a hospedaxe no hotel Caldaria Arnoia, colaborador da proba.

RAID GALLAECIA SHORT

O Balneario terá os servizos de almorzo e comida bufet autoservizo dispoñibles.

Ribadavia:

<https://turismoribadavia.gal/es/>

Contacto organización: info@marmaroutdoor.es

Destino anfitrión



Sponsors institucionales



Sponsors



Colaboradores

