

# ORIENTACIÓN AÑO NOVO

PADERNE / A CORUÑA

11/01/2025

## IMPORTANTE

### RECORDATORIOS Y ÚLTIMAS INDICACIONES

\*CUALQUIER INCIDENCIA A [clubopasatempo@gmail.com](mailto:clubopasatempo@gmail.com) o 680459912

- REVISAR LISTADOS (PRUEBA Y Nº DE SI) EN LA WEB DE LA FEGADO
- LOS QUE TENGAN SI DE ALQUILER: RECOGER EN SECRETARÍA DE 13 A 14 H O DE 17 A 17H30
  - \*DEVOLUCIÓN EN LA DESCARGA
  - \*PÉRDIDA SUPONE EL PAGO DE COSTE EN EL MERCADO
  - \*SPORT IDENT ROGAINE 3H MÍNIMO 50 PICADAS CAPACIDAD
- SALIDAS MEDIA D. ENTRE 14H30' Y 15H30' CON BALIZA START.NO ESPEREIS A ÚLTIMA HORA
- CIERRE META MEDIA DISTANCIA A LAS 17H
- SALIDAS ROGAINE 18H-3H, 18H5' -2H Y 18H10' -1H (MAPAS ANTES BOCA ABAJO)
- CIERRE META SIN PENALIZACIÓN ROGAINE 1H-19H10', 2H-20H5' Y 3H-21H
- PENALIZACIONES: -5PTOS POR CADA MINUTO O FRACCIÓN FUERA DE TIEMPO
- ROPA Y CALZADO MD Y ROGAINE
  - +CALZADO CON BUEN AGARRE
  - +POLAINAS O MALLAS LARGAS
- ESPECÍFICO ROGAINE: **\*SEGURIDAD**
  - +LUZ OBLIGATORIA (COMPROBAR CARGA BATERÍA)
  - +TELÉFONO OBLIGATORIO ENCENDIDO (EL PUESTO EN EL FORMULARIO INSCRIPCIÓN)
    - \*SE PEDIRÁ EN LA SALIDA
  - +CHALECO O ROPA REFLECTANTE OBLIGATORIO
  - +AGUA Y COMIDA QUE NECESITE EL/LA CORREDOR/A (NO HAY AVITUALLAMIENTO)
- ENTREGA PREMIOS 17H MEDIA DISTANCIA Y 21H ROGAINE (pequeño detalle a todos los niñ@s, 1ºy 1ª clasificada en cada categoría de la Media Distancia y 3 primeros H/M en categorías Rogaine)
- AVITUALLAMIENTO FINAL: EN META.MUY RECOMENDABLE TRAER RECIPIENTE
- BAR RAÚL Y A GURITA A 200 MTS DE SECRETARÍA