

BOLETÍN 1
CAMPIONATO GALEGO DE DUATLÓN-ORIENTACIÓN
PADERNE - SÁBADO 23 DE FEBREIRO DO 2019

CAMPIONATO GALEGO
DE
DUATLÓN-ORIENTACIÓN

CLUB ORGANIZADOR: CLUB O PASATEMPO - Betanzos

- **Director da Proba: Fran López Costoya**
- **Coordinador de Seguridade: Josechu Roel Vázquez**
- **Cartografía e percorridos: David Casado Bravo**
- **Revisión do mapa, trazados e balizado: David Casado Bravo e Fran López Costoya**
- **Sportident: Antonio Ciorraga Osorio**
- **Xuíza controladora: Victoria López Permuy**

DATOS DO MAPA

MAPA: Areas/Ourovello (Concello de Paderne). Elaborado por David Casado Bravo no 2018 e revisado en febreiro do 2019 por David Casado e Fran Costoya.

BOLETÍN 1

CAMPIONATO GALEGO DE DUATLÓN-ORIENTACIÓN

PADERNE - SÁBADO 23 DE FEBREIRO DO 2019

ZONA DE CONCENTRACIÓN E ACCESOS

Campo da festa de Areas (Paderne) (43.2952016, -8.1366054). Crtra CP-0905. A 6,8 kms da Ponte Vella de Betanzos e 16 kms do desvío da A6 km549 Montosalgueiro.



BOLETÍN 1
CAMPIONATO GALEGO DE DUATLÓN-ORIENTACIÓN
PADERNE - SÁBADO 23 DE FEBREIRO DO 2019

CATEGORÍAS- I CAMPIONATO GALEGO DE DUATLÓN-ORIENTACIÓN

1. INFANTIL MASC → M-12 M-14
2. XUVENIL MASC → M-16, M-18
3. SENIOR MASC → M-21A, M-21B, ÉLITE
4. VETERÁNS A MASC → M-35, M-40
5. VETERÁNS B MASC → M-45, M-50
6. INFANTIL FEM → F-12 F-14
7. XUVENIL FEM → F-16, F-18
8. SENIOR FEM → F-21A, F-21B, ÉLITE F
9. VETERANAS A FEM → F-35, F-40
10. VETERANAS B FEM → F-45, F-50

***Para optar ao Campionato Galego é necesario que @ deportista teña licenza en vigor por un club Galego.**

CATEGORÍAS INICIACIÓN E PARELLAS

11. INICIACIÓN (*Categoría para os NON FEDERADOS, poden participar, tamén, corredores federados)
12. PARELLAS (XUNTOS TODA A PROBA-2 PINZAS)

BOLETÍN 1

CAMPIONATO GALEGO DE DUATLÓN-ORIENTACIÓN

PADERNE - SÁBADO 23 DE FEBREIRO DO 2019

PERCORRIDOS DE ORIENTACIÓN A PÉ

Aproveitando a organización e infraestrutura da proba haberá, para os que non participen no Duatlón de Orientación, tres percorridos de Orientación a Pé (Corto, Medio e Longo) que terá saída libre dentro dun rango horario. O procedemento de inscrición e vía correo electrónico clubopasatempo@gmail.com indicando:

- Nome
- Dni
- Si é federado ou non
- Percorrido (corto, medio ou largo)
- E indicando si necesita alugar SI.

****O pago efectuarase na Secretaría o día do evento.**

DATA E HORARIOS

Sábado 23 de febreiro.

- 8,30 a 9,30 recollida de dorsais e preparación do material na área de transición.
- 9,45 entrada a zona de saída
- 10,00 saída en masa.
- 13,00 peche de meta.
- 13,30 entrega de trofeos

BOLETÍN 1

CAMPIONATO GALEGO DE DUATLÓN-ORIENTACIÓN

PADERNE - SÁBADO 23 DE FEBREIRO DO 2019

ENTREGA DE TROFEOS

Ao remate da proba aos 3 primeiros de cada categoría do Campionato Galego de Duatlón Orientación e os 3 primeiros en Iniciación e Parellas.

INSCRIPCIÓNS

- DATA LÍMITE: domingo 17 febreiro ás 23h50'

¡ATENCIÓN! Tarxeta SportIdent para todas as categorías. Asignarase automaticamente unha tarxeta SportIdent de aluguer a quen non indique o número de tarxeta nos datos de inscrición. Aluguer: 3€ (a pagar xunto coa inscrición). A perda conleva o pago de 30€.

- **CÓMO?:**

CLUBS: No enlace <http://fegado.es/events/> . Enviar o xustificante de ingreso na conta BBVA ES4201820612770201556468 a clubopasatempo@gmail.com. A cantidade a ingresar será a suma das inscricións do club na proba, máis 3€ por cada corredor que alugue tarxeta SI. Indicar no concepto do ingreso: **CG DUATLÓN ORIENTACIÓN** + máis o nome do club. Aqueles clubs que precisen factura, no olviden enviar os seus datos.

INDEPENDIENTES: *NON FEDERADOS. Faran a inscrición no sistema de inscricións da fegado, na web (<http://fegado.es/intranet>). Os deportistas non dados de alta na intranet, teñen que crear un perfil na mesma, seguindo as instrucións da propia web. Logo entrar no evento da proba e darse de alta na

BOLETÍN 1

CAMPIONATO GALEGO DE DUATLÓN-ORIENTACIÓN

PADERNE - SÁBADO 23 DE FEBREIRO DO 2019

categoría de INICIACIÓN. Si dispoñen de tarxeta sportident, indicarán o número correspondente á mesma, no caso contrario deixarán a celda en branco e se lles asignará unha en réximen de aluguer para a proba. Antes de realizar a inscrición deberase dispoñer do xustificante de pago, para poder adxuntalo na inscrición. Así mesmo, enviarase copia de dito xustificante por e-mail a clubopasatempo@gmail.com indicando o concepto: CG DUATLÓN

ORIENTACIÓN+ "NOME DO CORREDOR" si fixeron o pago da inscrición de varios corredores, detallarase no mail. O ingreso realizarase na conta BBVA ES4201820612770201556468 indicando no concepto: CG DUATLÓN ORIENTACIÓN+nome e apelidos. A cantidade será a suma do resumen da inscrición na proba, máis 3€ si necesita alugar tarxeta SI. (para calquera consulta contactar no 680459912 (Fran) o no clubopasatempo@gmail.com

PARTICIPANTES NOS PERCORRIDOS DE ORIENTACIÓN A PÉ (corto, medio ou longo): para Federados ou non Federados, enviando correo electrónico, antes das 23h50' do domingo 17 de febreiro, a clubopasatempo@gmail.com indicando nome, dni, si é federado ou non, percorrido e si necesita alugar SI.

*O pago efectúase na Secretaría o día do evento.

BOLETÍN 1

CAMPIONATO GALEGO DE DUATLÓN-ORIENTACIÓN

PADERNE - SÁBADO 23 DE FEBREIRO DO 2019

PREZO DAS INSCRIPCIÓNS

DUATLÓN DE ORIENTACIÓN

- Federados: 9 euros
- Non Federados: 13 euros

PERCORRIDOS DE ORIENTACIÓN A PÉ (Corto, Medio e Longo)

- Federados: 5 euros
- Non Federados: 9 euros
- Aluguer de Tarxeta Sportident: 3 euros (*30euros a aboar en caso de perda)

ASPECTOS BÁSICOS DO REGULAMENTO DA PROBA E OUTRAS NORMAS

- 3 seccións na proba: Orientación a Pé + Mtbo + Orientación a pé
- Uso de tarxeta SI obrigatoria (9, 10, 11 ou Siac)
- Normativa e mapas específicos de cada especialidade
- Tódalas balizas son obrigatorias
- Saída en masa de tódalas categorías
- 1ª sección de Orientación a Pé recorrido score & 2ª sección de Mtbo trazado en bucles & 3ª sección de Orientación a Pé lineal
- Os corredores terán, na área de transición, un espazo para deixar a bicicleta, o casco, roupa, zapatillas, avituallamento.. e o que consideren necesario, sin invadir outro espazo ou provocar molestia ao resto dos participantes.

BOLETÍN 1

CAMPIONATO GALEGO DE DUATLÓN-ORIENTACIÓN

PADERNE - SÁBADO 23 DE FEBREIRO DO 2019

- Na 2ª sección de Mtbo habilitarase o sistema AIR. O que non dispoña de Siac, pode alugalo ou ben utilizar o método tradicional de picada.
- **DESENVOLVEMENTO DA PROBA:** Os corredores situaranse na zona de saída como moi tarde ás 9h45' e minutos antes da mesma poñeranselles os mapas nos pes, que serán recollidos polo corredor ao dar a saída. A folla que se lle dará estará impresa polas dúas caras, por unha a primeira sección e pola outra a terceira, hai que prestar moita atención por cal se comenza. Ao rematar a primeira sección picarase a derradeira baliza e o corredor entrará polo pasillo de OP á área de transición, na que tera que poñerse o casco (obrigatorio antes de saír da mesma), cambiarse de roupa e/ou calzado, avituallarse e deixara o primeiro mapa para a 3ª sección, si así o considera, collerá a bici (non se pode circular montado na área de transición) e circulara cara a saída onde atopará as caixas cos mapas de Mtbo, que recollerá (atención ás categorías e a que poden estar impresos polas dúas caras) para comenza coa 2ª sección de Mtbo. Ao final da sección de Mtbo picará a derradeira baliza para entrar á área de transición polo pasillo de Mtbo (atención: é obrigatorio baixar da bici antes de entrar na área de transición) deixará a bici e o casco e cambiarse de roupa e/ou calzado, avituallarase, si así o considera, collerá a folla coa impresión da 1ª e 3ª sección e sairá a realizar a 3ª sección para entrar ao finalizar a meta.

BOLETÍN 1

CAMPIONATO GALEGO DE DUATLÓN-ORIENTACIÓN

PADERNE - SÁBADO 23 DE FEBREIRO DO 2019

SEGURIDADE

MATERIAL OBRIGATORIO

- Tarxeta SportIdent (9, 10, 11 ou Siac) (*Os participantes nas probas Corta, Media ou Longa de OP, poden utilizar todo tipo de tarxetas SporIdent)
- Bicicleta de Mtb
- Casco Homologado para a Mtb

MATERIAL RECOMENDADO

- Compás de Op, Mtbo ou os dous
- Portadescripcións
- Portamapas de Mtbo
- Ferramenta básica para a sección de Mtbo (cámara, bomba, desmontables, multiferramenta...)
- Teléfono móbil para a sección de Mtbo
- Comida e bebida que poderá portarse nunha ou varias seccións ou deixala na área de transición
- Zapatillas específicas para as seccións de Orientación a pé e/ou para a sección de Mtbo .
- Polainas para as seccións de Orientación a pé

BOLETÍN 1

CAMPIONATO GALEGO DE DUATLÓN-ORIENTACIÓN

PADERNE - SÁBADO 23 DE FEBREIRO DO 2019

ASPECTOS A TER EN CONTA NA SEGURIDADE

- Calquera participante está obrigado a axudar a aquel que, estando en perigo, o solicite. A negativa de asistencia levará á descualificación do deportista, sen prexuízo da posible responsabilidade penal que poida xurdir. Se se constatou que o deportista solicitante non tiña motivos suficientes para pedir axuda, poderían ser penalizado ou descualificado.
- Os perigos da proba nas seccións de Orientación a pé son os normais para calquer proba deste tipo, isto é, posibles tordeduras, pedras, saltos, vexetación espesa. Ademáis hai posibilidade de posibles zonas de cruce con pistas ou camiños por onde circulen as bicicletas, o deseño está previsto para evitalas, pero en todo caso estarían debidamente sinalizadas para os deportistas.
- Na sección de Mtbo o corredor poderá circular por pistas con escaso tráfico, que estará avisado con cartelería, en todo caso é obrigatorio cumprir as normas de circulación e extremar a precaución no cruce ou no acceso as mesmas. É moi importante ter en conta os tramos de sendeiro onde os deportistas pódense cruzar con outros corredores, hai que manterse sempre á esquerda. No caso de querer rebasar a un corredor nun camiño ou pista, avisarase previamente e este deberá facilitarlle o paso

BOLETÍN 1
CAMPIONATO GALEGO DE DUATLÓN-ORIENTACIÓN
PADERNE - SÁBADO 23 DE FEBREIRO DO 2019

OUTROS ASPECTOS DE INTERESE

- **Non haberá duchas.**
- **Avituallamento á chegada a meta.**
- **Cafetería próxima ao lugar da proba.**

BOLETÍN 1

CAMPIONATO GALEGO DE DUATLÓN-ORIENTACIÓN

PADERNE - SÁBADO 23 DE FEBREIRO DO 2019

ORGANIZADOR



CLUB O PASATEMPO

INSTITUCIONES



CONCELLO DE PADERNE



COLABORADORES

