

deporte de Orientación

XII TROFEO

EL PROGRESO-CIDADE DE LUGO

LUGO, 12 de abril de 2014

Saída-meta: colexio Galén

10:30 h



fegado.es

www.clubfluviallugo.com

XII TROFEO EL PROGRESO-CIDADE DE LUGO



Deporte de Orientación

Sábado, 12 de abril de 2014



PROBA PARA:

- **FEDERADOS** (P4ª puntuable para a Liga Galega 2014).
- **CALQUERA PERSOA:**
(soa ou en grupo: a) *Ini curta*; b) *Ini longa*)

ORGANIZAN

Club Fluvial de Lugo (sección de Deporte de Orientación)
Federación Galega de Orientación (FEGADO)
Federación Española de Orientación (FEDO)

<http://www.clubfluviallugo.com>
<http://fegado.es/>

PATROCINA

El Progreso. Diario de Lugo e Provincia



COLABORAN

Concello de Lugo. Concellería de Deportes. Protección Civil.
Secretaría Xeral para o Deporte. Xunta de Galicia.
Galén. Centro Educativo.
Cruz Roja. Lugo
Lacón Gallego. Indicación Geográfica Protegida.
Oca Nova Manzaneda. Esquí.
Coca-Cola. Begano, S.A.
Gadis. Supermercados.



<http://www.fedo.org/web/>

PROGRAMA:

Sábado, 12 de abril (no colexio Galén).

- 09:00 h. Entrega de dorsais e *SIdent* de control.
- 10:30 h. Saída dos primeiros corredores.
- 13:30 h. Entrega de trofeos, sorteos e clausura.

ZONA DE COMPETICIÓN e MAPA:

Zona de **Rei Chiquito**, entre o río Miño e a N-VI, coa **zona de concentración** no colexio Galén. **¿Cómo chegar?:** hai desvíos sinalizados dende a N-VI e dende a estrada Lugo-Hombreiro. Aparcar só nun dos lados da estrada local que pasa polo colexio.

Mapa elaborado segundo normas IOF por Valentin Vladimirov en marzo de 2001 (revisado parcialmente en marzo 2014). Terreo típico galego, con diferentes tipos de bosque, prados, leiras, e diversas zonas de vexetación.

CATEGORÍAS:

a) Con licencia federativa:

•As 22 categorías contempladas no Regulamento e Normas Anuais da Liga Galega de Orientación a pé 2014:

<http://fegado.es/>

b) Sen licencia federativa:

- Iniciación curta (P1).
- Iniciación longa (P3).

Percorrido 1
Percorrido 2
Percorrido 3
Percorrido 4
Percorrido 5
Percorrido 6
Percorrido 7
Percorrido 8
Percorrido 9
Percorrido 10
Percorrido 11

¡control electrónico Sport Ident!

TROFEOS :

•Trofeos ós tres primeiros clasificados en categorías de federados.

INSCRIPCIONES:

Data límite: Martes, 8 de abril, 22 h

COTAS OFICIAIS FEGADO: (+ 3 € de SportIdent, si se alquila)

FEDERADOS: 4 €.

NON FEDERADOS (inclúe licencia-seguro federativo dun día): a)INI CURTA: 6 €.
b)INI LONGA: 8 €.

a)CLUBS FEGADO: sistema INTRANET web <https://intranet.fegado.es/users/login/?r=%252F>

b)INDEPENDENTES: enviar a orientacionlugo@hotmail.com NOME+APELLIDOS, nº DNI, DATA DE NACEMENTO, CATEGORÍA ELEXIDA (Iniciación curta ou longa), XUSTIFICANTE DE PAGO DA COTA, e o nº de tarxeta *SportIdent* (en caso de non tela, considerase que se alquila).

Os ingresos de “inscricións+alquiler SIdent” serán por transferencia na conta:

NovaGaliciaBanco: **2080 0152 62 3040053133**

Títular: **Club Fluvial de Lugo**

Concepto: **ORI LUGO + (nome do club ou dos participantes)**

¡!!! TÓDALAS CATEGORÍAS USARÁN O SISTEMA SPORT IDENT. QUEN NON DISPOÑA DE TARXETA, **ALUGARAA (3 € que se aboarán coa inscrición.** A tarxeta Sport Ident devolverase ao rematar a proba. Si se perde hai que pagala: 30 €)

Algunhas normas:

- **OBRIGATORIO SAÍR CON DORSAL** (Federados FEDO-AGaCO: oficial da Liga. Outros: específico da proba).
- Os corredores participan na proba baixo a súa propia responsabilidade, asumindo os riscos inherentes as carreiras de orientación a pé.
- No caso dos menores de idade, os seus clubs son os responsables de inscribilos no percorrido adecuado ó seu nivel físico e técnico.
- É recomendable que o participante leve roupa lixeira, mellor que cubra brazos e pernas.
- O participante debe levar como instrumento de orientación e medida só o seu compás. O mapa coa información dos controis recólleo no momento en que se lle dá a saída.
- Tódalas persoas que forman parte nunha carreira de orientación deben amosar respecto cara ós outros participantes, organizadores e espectadores.
- Todo competidor debe prestarlle axuda a un corredor se o ve lesionado.
- O corredor debe respectar a sinalización da carreira e as balizas-control.
- A perda da tarxeta de control ou o non paso por todos os controis será motivo de descalificación.
- **En caso de abandono, será obrigatorio presentarse na meta e descargar SportIdent en Recepción**
- O corredor debe respectar a propiedade privada e os cultivos.
- Tanto organizadores como competidores están obrigados a respectar o medio natural.

SORTEOS:

Ó finalizar a entrega de trofeos sortearase: (*¡repetirase o sorteo ata que o agraciado sexa identificado pola organización como presente no acto!*):

A) Entre os 3 primeiros clasificados:

- Un **lacón** (*Lacón Gallego*, Indicación Geográfica Protegida), categorías H/M < 21.
- Un **lacón** (*Lacón Gallego*, IGP), categorías M-21, M-35, M-45, e M-55.
- Un **lacón** (*Lacón Gallego*, IGP), categorías H-21, H-35, H-45, e H-55.
- Un **lacón** (*Lacón Gallego*, IGP), categorías M-E e Élite.

B) Entre tódolos participantes:

- **a) Dous bonos** (sin pernocta, cada ún para dúas persoas) na estación de esquí de Manzaneda, incluíndo forfait, aluguer de material, clase de esquí e acceso ao spa. Se non hai neve farase outro programa de actividades. <http://www.ocahotels.com/estacion-de-montana-oca-nova-manzaneda/>
- **b) Dous lacóns** (*Lacón Gallego*, IGP).
- **d) Tres bonos por 4 sesións de SPA** (circuito de hidroterapia no *Club Fluvial*).

OUTRAS INFORMACIÓNS: (982221167 / 600940240)

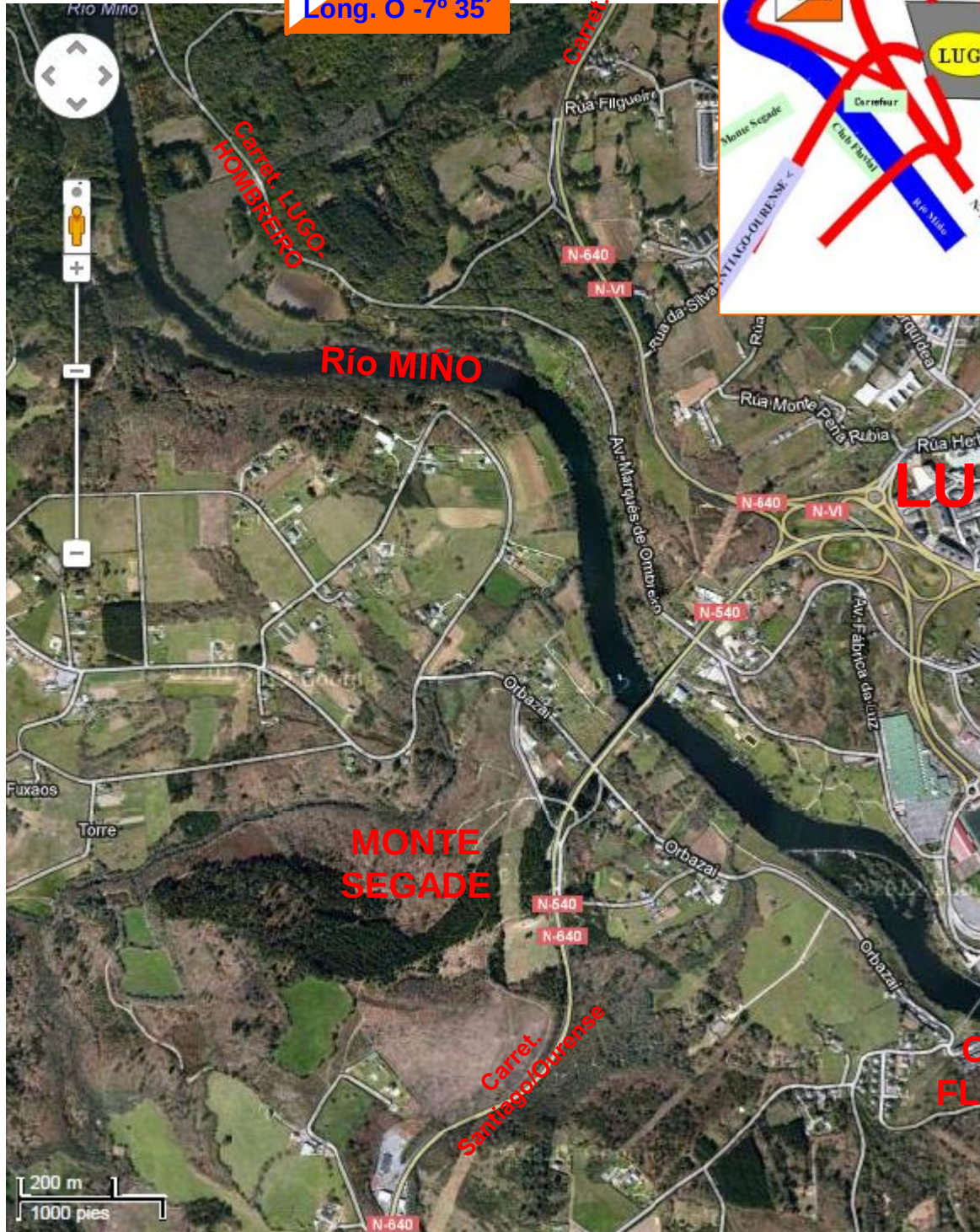
- Sistema de control electrónico *SportIdent*
- A saída e a chegada será no *Colexio Galén*.
- Non haberá avituallamento ó largo da proba.
- Haberá *reconstituíntes* ó final da proba, de *Gadís* e de *Coca-Cola*.
- Vestiarios e duchas no *Colexio Galén* e no *Club Fluvial*.
- Estacionamento e primeiros auxilios na zona.

<http://www.clubfluviallugo.com>

ZONA DE CONCENTRACIÓN

**Colexio
GALÉN**

Lat. N 43° 1'
Long. O -7° 35'



Organizan:



Patrocina:

ELPROGRESO

Colaboran:



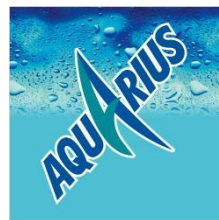
Concello de Lugo
Concellería de Deportes



Cruz Roja
Lugo



Galen
CENTRO EDUCATIVO



**DEPORTE
GALEGO**



**XUNTA
DE GALICIA**