# I RAID FLUVIAL LUGO – CONCELLO DE BECERREÁ
# MEMORIAL LEANDRO GONZÁLEZ CASTRO

## 01 DE MARZO DE 2020

## BOLETÍN 3

# ÍNDICE

1. PRESENTACIÓN ..... 2

2. DESCRIPCIÓN DE LA COMPETICIÓN ..... 2

3. ACCESOS. CENTRO DE COMPETICIÓN. ..... 3

4. DATOS TÉCNICOS DEL RAID. DISCIPLINAS Y SECCIONES..... 8

5. ESQUEMAS DE CARRERA……10

6. MATERIAL OBLIGATORIO ..... 11

7. NORMAS PARTICULARES DEL RAID Y RECOMENDACIONES……..11

8. PREVENCIÓN DE RIESGOS. INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD……..13

9. PARTICIPACIÓN ..... ……14

10. REGLAMENTACIÓN. CLASIFICACIONES Y RECLAMACIONES. ..... 14

11. INSCRIPCIONES. PLAZOS Y CUOTA. ..... 15

12. HORARIOS DEL EVENTO. SUELO DURO……...16

13. MEDIO AMBIENTE……..……16

14. PREMIOS ..... 17

15. INFORMACIÓN TURÍSTICA, ALOJAMIENTOS Y RESTAURACIÓN ..... 17

16. ORGANIZACIÓN ..... 20

17. ORGANIZAN, PATROCINAN, COLABORAN ..... 20

# 1. PRESENTACIÓN

El I Raid Fluvial Lugo – Concello de Becerreá - Memorial Leandro González Castro supone la 1ª prueba del calendario de la Liga Gallega de Raids de Aventura 2020. Se celebrará el día 1 de marzo de 2020 en el Concello de Becerreá.

Enclavado en la montaña lucense, Becerreá presenta una orografía muy accidentada, enmarcada dentro del conjunto de Sierras Orientales de Galicia, su escarpado relieve se caracteriza por su versatilidad.

Límites:

Norte: Baleira y Navia de Suarna
Sur: As Nogais y Triacastela
Este: Cervantes
Oeste: Baralla y Láncara

Las distancias que hay desde Becerreá (núcleo) a otras ciudades gallegas son las siguientes:

Distancia a Lugo: 44 km.

Distancia con las principales ciudades por carretera:

- A Coruña: 134 km
- Ferrol: 158 km
- Ourense: 132 km
- Pontevedra: 226 km
- Santiago de Compostela: 173 km
- Vigo: 251 km

El eje de comunicación más importante es la autovía A-6 Madrid-A Coruña, que atraviesa el ayuntamiento de Este a Oeste.

# 2. DESCRIPCIÓN DE LA COMPETICIÓN

El Raid es una prueba multidisciplinar por equipos, en la que los participantes deben completar un recorrido de orientación, en el menor tiempo posible, superando las dificultades naturales que se encuentren a su paso y utilizando exclusivamente las propias fuerzas, usando siempre medios no motorizados.

El recorrido ha de ser desconocido de antemano (secreto hasta la salida de carrera) y se organiza en etapas, secciones, pruebas especiales y puntos de control intermedios, de paso obligado o voluntario. El itinerario de los controles es libre y no estará señalizado en el terreno. Pudiendo escoger los participantes aquellos recorridos que mejor puedan afrontar en base a sus cualidades físicas o técnicas.

El principal objetivo de esta competición es que pueda ser asequible a todos los participantes, independientemente de su estado físico o conocimientos técnicos. Se ofrece la participación en las siguientes categorías:

**RAID-O 3.0**: Categoría oficial obligada, con formato 3 componentes siempre en competición

**RAID-O 2.1**: Categoría oficial obligada (intermedia, aunque pudiendo compartir recorrido con la categoría élite) con formato 2.1 reserva-asistencia, dos componentes siempre en competición y un posible reserva-asistencia, que podrá sustituir a sus compañeros en los puntos indicados por la organización

**ORIENTA-RAID:** Categoría de iniciación optativa para los organizadores de las pruebas (recorrido fácil, exigencias físicas medias, exigencias técnicas mínimas), con formato 2+sin límites, con dos componentes mínimo y máximo 5 en competición y sin límite de componentes reservas-asistencias, que podrán sustituir a sus compañeros en los puntos indicados por la organización.

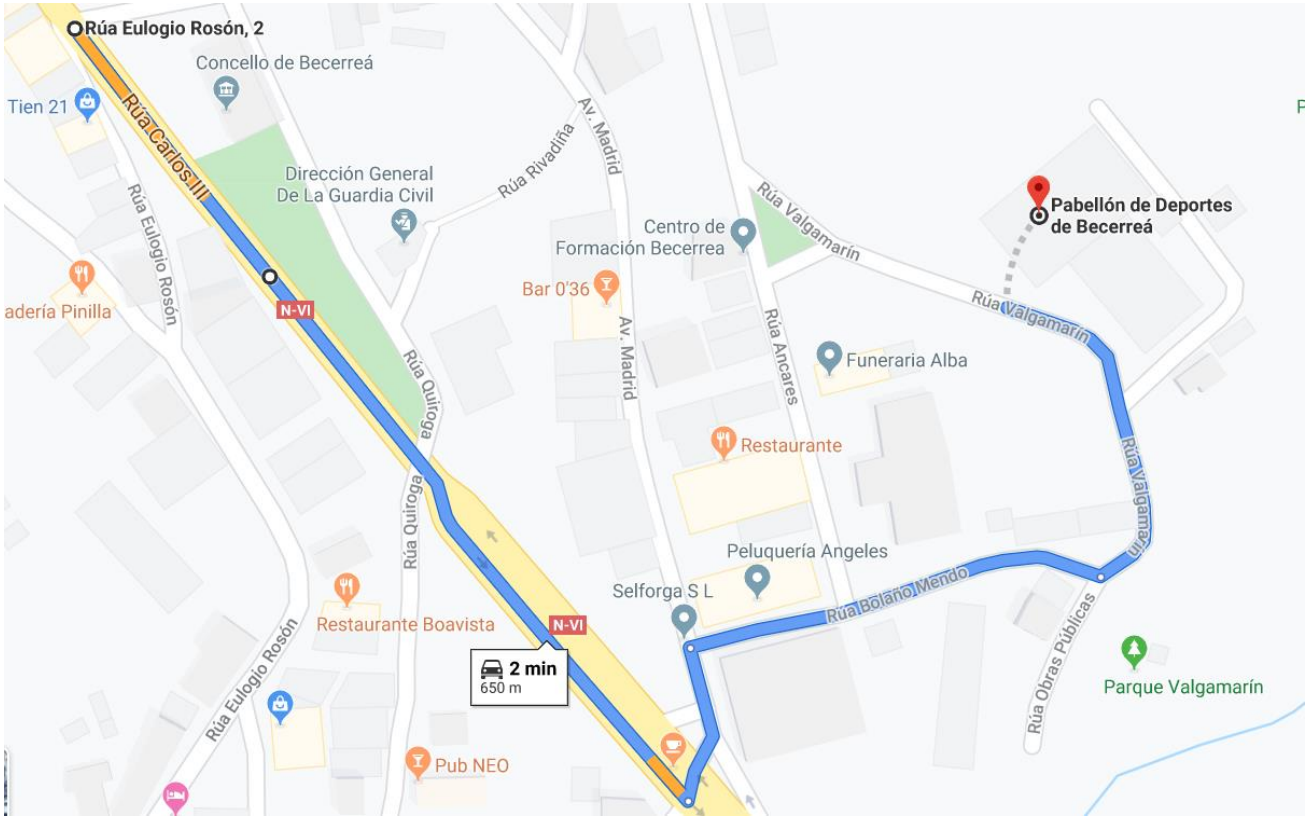
## 3. ACCESOS. CENTRO DE COMPETICIÓN

### PLANO GENERAL DE ACCESOS A LA ZONA DE COMPETICIÓN

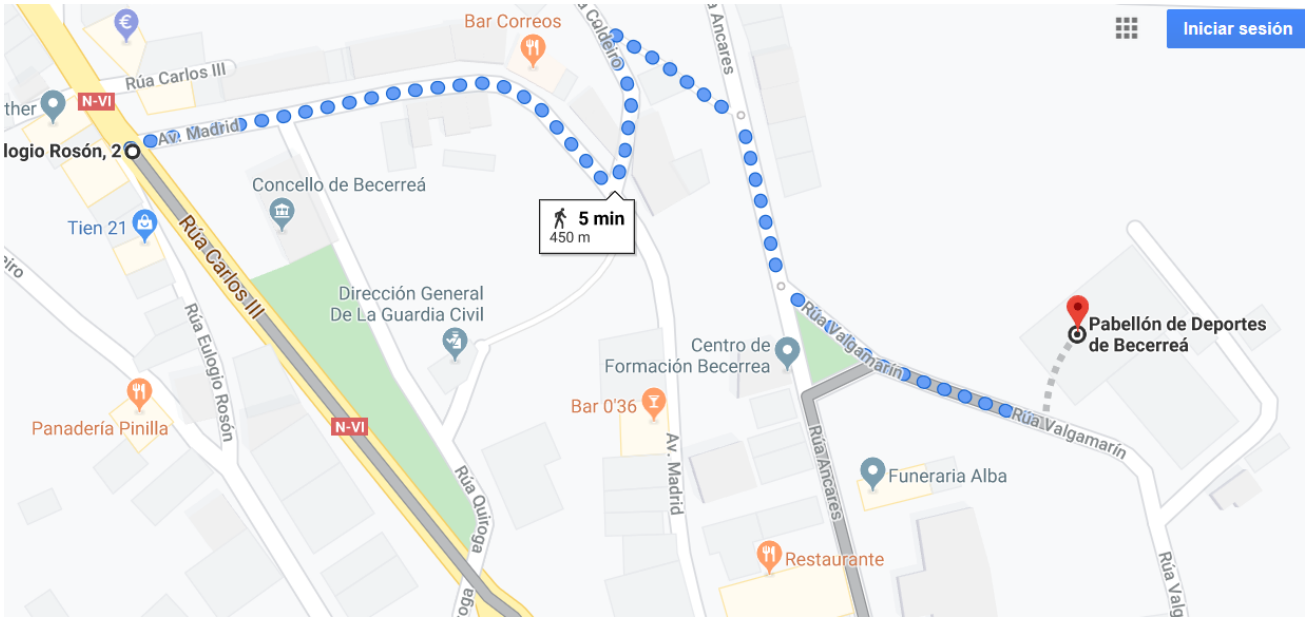
El **centro de competición (secretaría sábado y domingo)** estará situado en la plaza del ayuntamiento de Becerreá (Oficina en la planta baja):
https://goo.gl/maps/7oaNpyJf5nd9QaHB6.
Praza do Concello, s/n - 27640 Becerreá

**Las duchas al finalizar la prueba estarán disponibles en el Pabellón Polideportivo de Becerreá (**Rúa Ancares,sn, 27640 Becerreá)

## Acceso en coche:

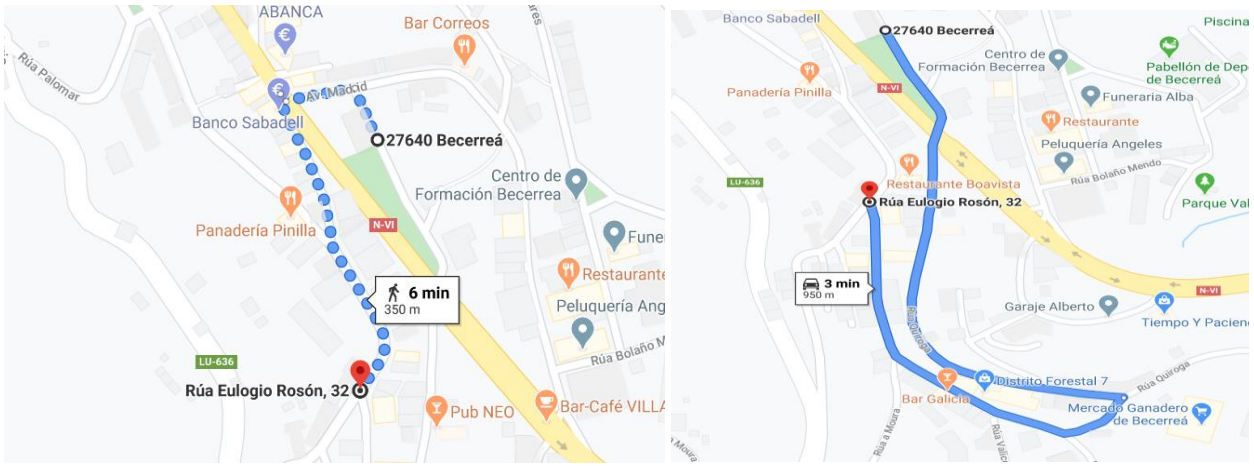



## Acceso a pie:

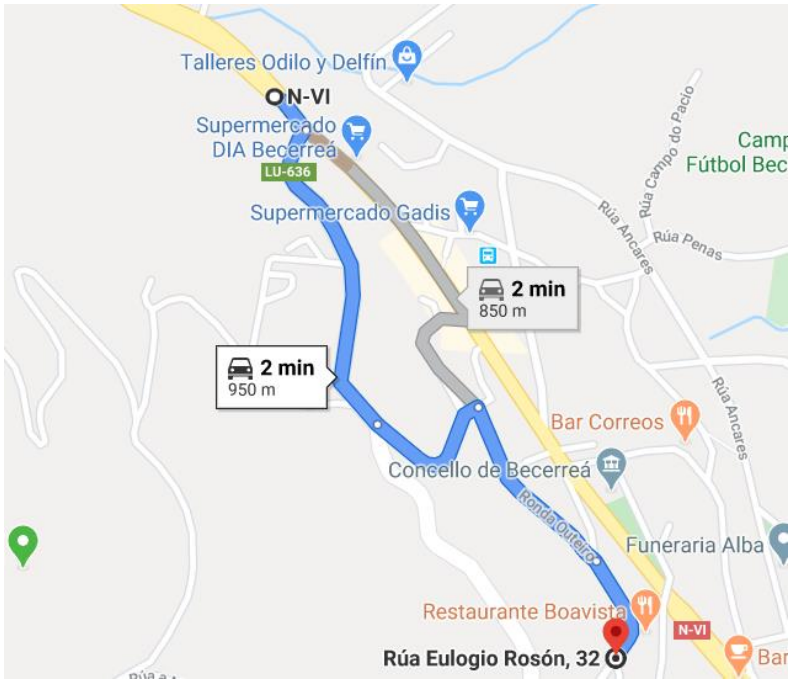


**El suelo duro estará situado en la Casa de la Cultura (antigua escuela)** *Rúa Eulogio Rosón s/n-Becerreá*

## Acceso a pie y en coche desde el centro de competición

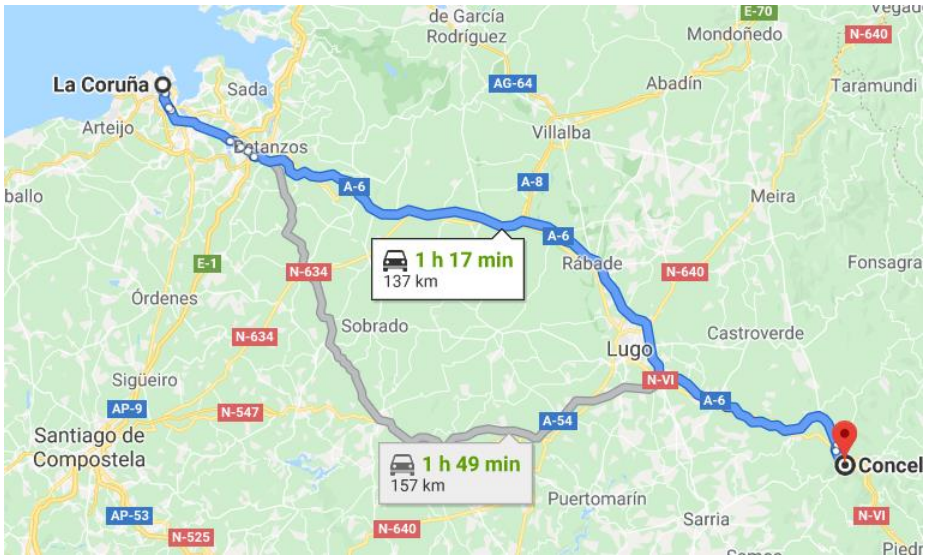



## Acceso en coche desde la entrada de Becerreá

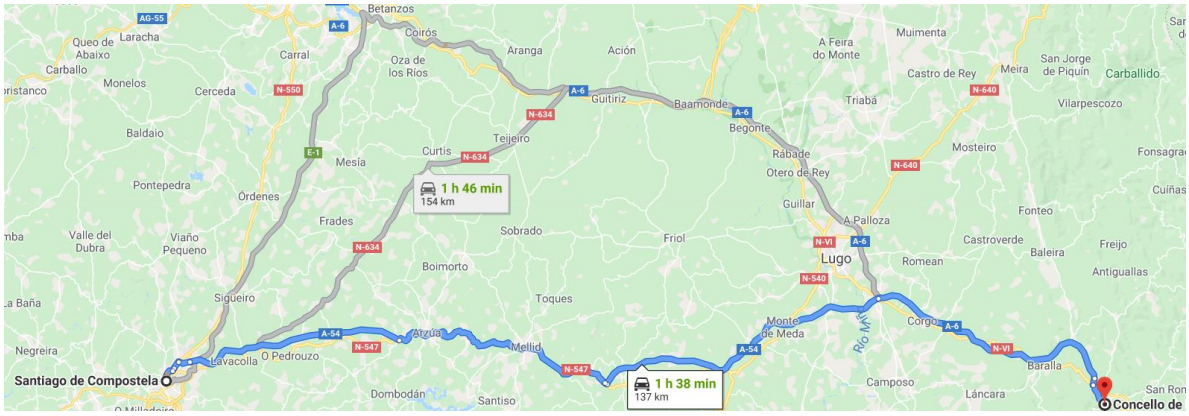


## ACCESOS A BECERREÁ DESDE PRINCIPALES PUNTOS

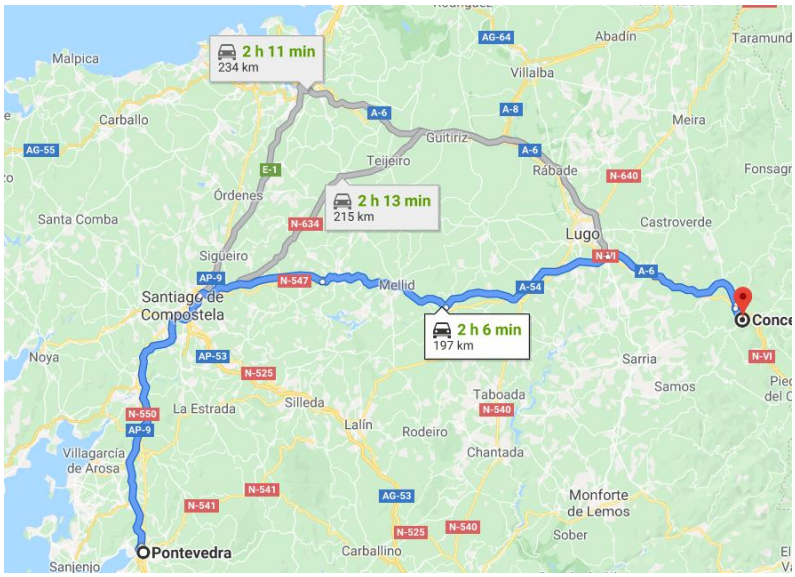
### Desde A Coruña



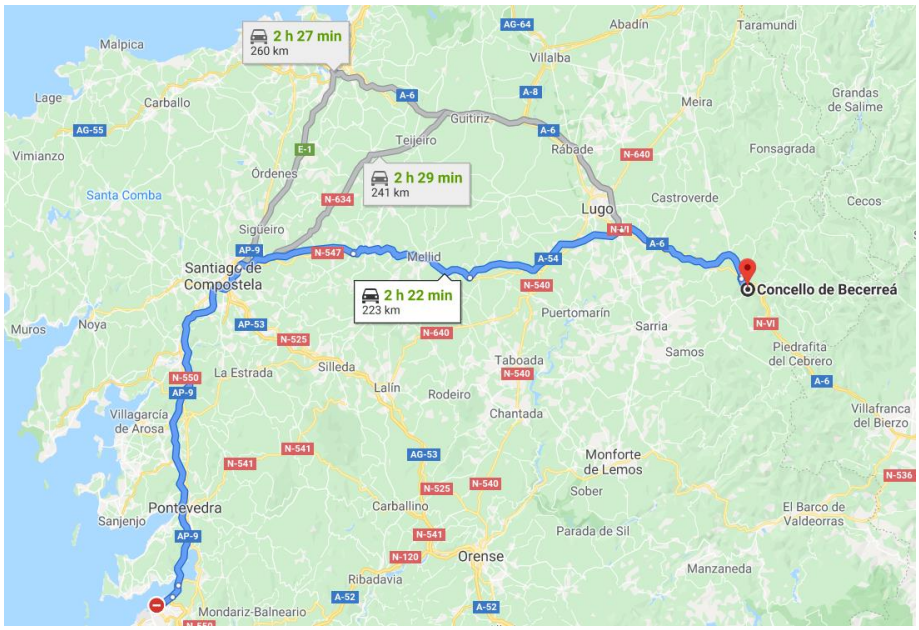

### Desde Santiago de Compostela

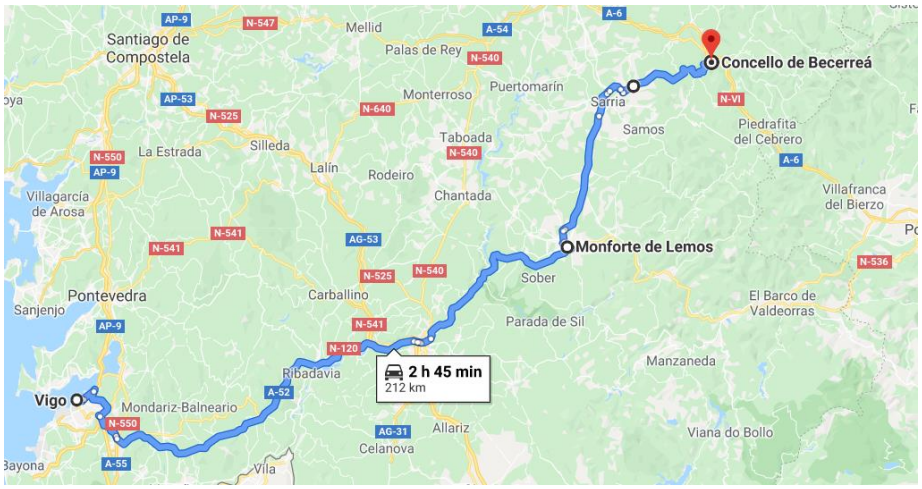



### Desde Pontevedra

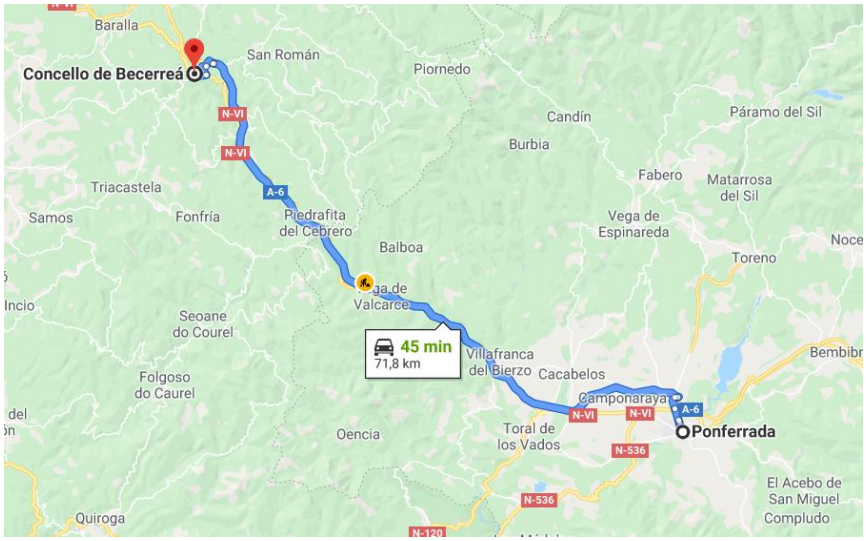


Desde Vigo:




Desde Ponferrada



**Información sobre medios de transporte en autobús hasta la zona de competición**

Autobuses Lugo-Becerreá

http://gonzalezdelariva.es/mediapool/97/978977/data/16.03.05_Horarios_Lugo-Hula-Baralla-Becerre_.pdf

Autobuses Santiago-A Coruña-Lugo-Becerreá

https://www.alsa.es/

Autobuses Ponferrada-Becerreá

https://www.alsa.es/

## 4. DATOS TÉCNICOS DEL RAID. DISCIPLINAS Y SECCIONES

**ASISTENCIAS**:
No estará permitida la asistencia para la categoría **Raid-O 3.0**. Habrá una localización diferente de cambio de sección (transición) para las categorías **Raid-O 2.1** y **Orienta-Raid**.

**MAPAS**: Mapas tipo MTBO sin especificar el tipo de vegetación, la información que ofrecerán serán curvas de nivel, red de carreteras, pistas, senderos y caminos, edificaciones, poblaciones y algún elemento singular. La ciclabilidad ha sido actualizada. Escalas 1:15000 y 1:20000. Mapas específicos de orientación a pie para S1 y S3A escala 1:5000.
**DISCIPLINAS**: Trekking, Btt y Orientación específica.
**PRUEBAS ESPECIALES:** Tiro con arco

**TIPO Y CARACTERÍSTICAS DE LA COMPETICIÓN:**
**ATENCIÓN!!! Cambio con respecto al boletín 2: 8h30' de carrera, se ha ampliado media hora el tiempo de carrera en todas las categorías.**

| **MODALIDAD** | Race "Non Stop" Tiempo de carrera: 8h30' | | Tiempo de carrera:5h30' |
|---|---|---|---|
| | **RAID-O 3.0** | **RAID-O 2.1** | **ORIENTA-RAID** |
| **Nº DE SECCIONES** | 5 | 5 | 4 |
| **PRUEBAS ESPECIALES** | 1(Tiro con arco) | 1(Tiro con arco) | 1(Tiro con arco) |
| **Nº KM APROXIMADO** | 74,5 | 74,2 | 33,5 |
| **DESNIVEL+ ACUM. APROX.** | 3060 | 3050 | 1210 |
| **HORARIO CARRERA** | 9.00 a 17.30 | 9.00 a 17.30 | 10.30 a 16.00 |

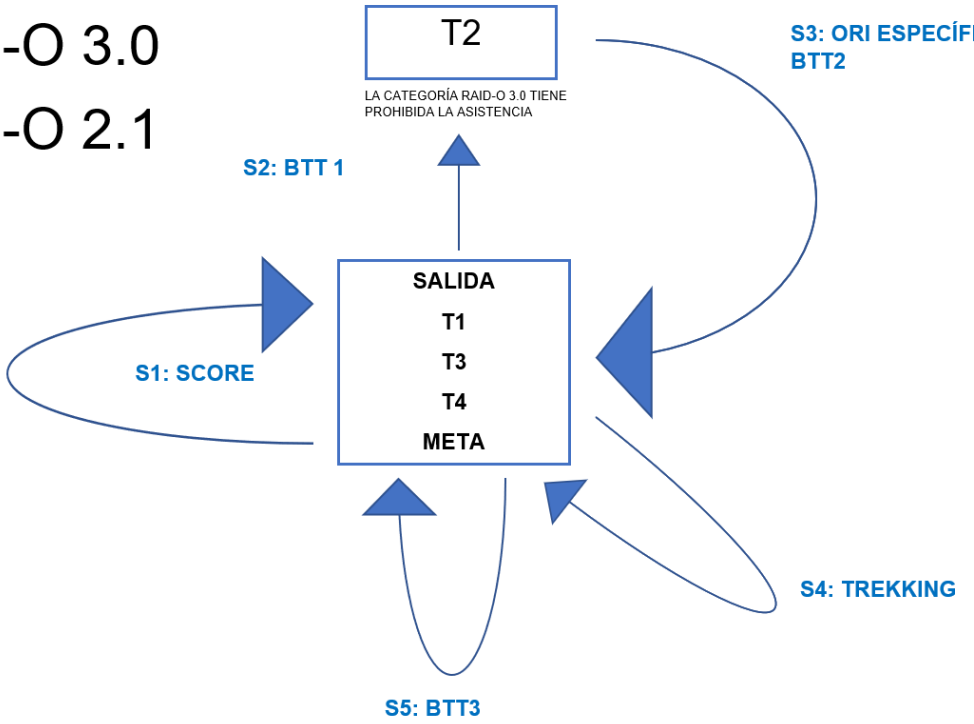
| CATEGORÍAS RAID-O 3.0 | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Sección | Disciplina | Distancia | Desnivel + | Desnivel - | Mejor T | Tiempo Medio |
| S1 | SCORE URBANO | 2,8 | 110 | 110 | 0:20 | 0:25 |
| S2 | BTT1 | 7,4 | 480 | 10 | 0:40 | 0:50 |
| S3A | ORI A PIE | 3,3 | 90 | 90 | 0:20 | 0:25 |
| S3B | BTT2 | 13 | 250 | 720 | 0:50 | 1:00 |
| S4 | TREKKING+PE | 15 | 840 | 840 | 2:00 | 2:30 |
| S5 | BTT3 | 33 | 1290 | 1290 | 2:50 | 3:20 |
| | Total | 74,5 | 3060 | 3060 | 7:00 | 8:30 |

| CATEGORÍAS RAID-O 2.1 | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Sección | Disciplina | Distancia | Desnivel + | Desnivel - | Mejor T | Tiempo Medio |
| S1 | SCORE URBANO | 2,8 | 110 | 110 | 0:20 | 0:25 |
| S2 | BTT1 | 7,4 | 480 | 10 | 0:40 | 0:50 |
| S3A | ORI A PIE | 3 | 80 | 80 | 0:20 | 0:25 |
| S3B | BTT2 | 13 | 250 | 720 | 0:50 | 1:00 |
| S4 | TREKKING+PE | 15 | 840 | 840 | 2:00 | 2:30 |
| S5 | BTT3 | 33 | 1290 | 1290 | 2:50 | 3:20 |
| | Total | 74,2 | 3050 | 3050 | 7:00 | 8:30 |

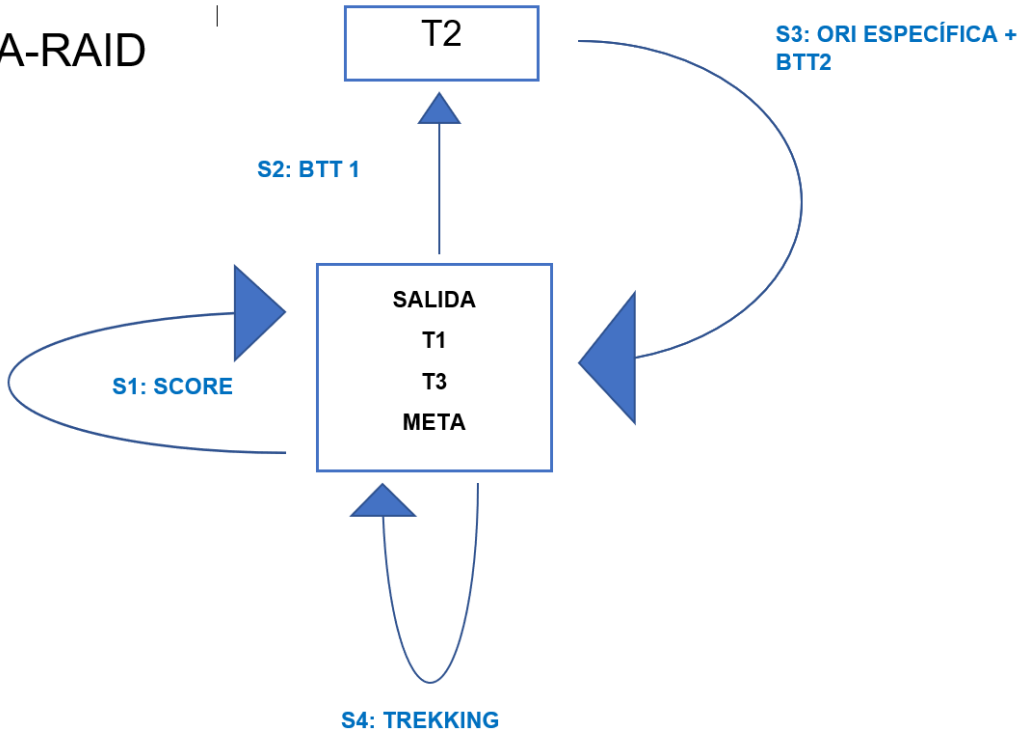
| CATEGORÍAS ORIENTA RAID | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| Sección | Disciplina | Distancia | Desnivel + | Desnivel - | Tiempo | Tiempo Medio |
| S1 | SCORE URBANO | 2,8 | 110 | 110 | 0:25 | 0:30 |
| S2 | BTT1 | 7,4 | 480 | 10 | 1:00 | 1:10 |
| S3A | ORI A PIE | 3,3 | 90 | 90 | 0:25 | 0:40 |
| S3B | BTT2 | 13 | 250 | 720 | 1:00 | 1:30 |
| S4 | TREKKING | 7 | 280 | 280 | 1:15 | 1:40 |
| | Total | 33,5 | 1210 | 1210 | 4:05 | 5:30 |

## 5. ESQUEMAS DE CARRERA

RAID-O 3.0
RAID-O 2.1




ORIENTA-RAID



## 6. MATERIAL OBLIGATORIO

| TODAS LAS CATEGORÍAS | |
|---|---|
| **POR RAIDER** | **POR EQUIPO** |
| Tarjeta SI-10, SI-11 o SIAC por corredor/a, **excepto en categoría Orienta Raid (una por equipo y aceptable SI9 atendiendo a indicaciones apartado 7 del boletín).**<br>Mochila.<br>Silbato y conocer el código Morse de SOS (…---…).<br>Manta térmica.<br>Recipiente con agua de al menos 1L.<br>Comida energética para la carrera.<br>Bicicleta de montaña, casco homologado, repuestos para pinchazo y luz roja trasera.<br>Chaqueta cortavientos**<br>Gorro o prenda tipo buff.<br>Prenda larga para piernas: mallas, culotte largo o perneras.<br><br>**MATERIAL RECOMENDABLE**<br>Gafas para secciones btt (por posible impacto de vegetación en los ojos en algún camino)<br>Polainas para sección trekking (u otro tipo de protección para las piernas)<br>***Si las condiciones climatológicas son adversas, se requerirá como material obligatorio camiseta térmica y chubasquero. Esto se concretará en el boletín oficial/pre briefing.*** | Portamapas bicicleta en secciones btt<br>Kit de herramientas de BTT<br>Brújula<br>En una **bolsa estanca**:<br>Teléfono móvil con el PIN indicado en la parte posterior<br>Botiquín (venda, antiséptico, esparadrapo, gasas estériles, analgésicos, antiinflamatorios)<br><br>**MATERIAL RECOMENDABLE**<br>Funda portamapas estanca en caso de lluvia |

*Se recuerda que está prohibido utilizar cualquier tipo de aparato de navegación con sistema GPS o similar

## 7. NORMAS PARTICULARES DEL RAID Y RECOMENDACIONES

Los mapas del raid (excepto S1 y S3A) se entregarán antes de comenzar la carrera. Habrá dos juegos de mapas para cada equipo, no se entregarán más copias durante la carrera, por lo que cada equipo es responsable de conservarlos y de organizarse para tenerlos en el momento necesario. Los equipos sin asistencia deben acordarse de llevar el mapa de la S3B durante la S2, ya que en T2 no tendrán sus cajas.

El número de balizas del raid para las categorías **Raid-O 3.0 y 2.1** será mayor de 50, por lo que las SICard9 no serán válidas al no tener capacidad suficiente. A continuación se especifica el número de balizas por sección:

| S1 | S2 | S3 | | S4 | S5 |
|---|---|---|---|---|---|
| | | S3A | S3B | | |
| 13 | 3 | 18 (R-O 3.0)<br>12 (R-O 2.1) | 6 | 13 | 10 |

En categoría **Orienta Raid** el número de balizas del raid será 47, pueden valer las SI9 siempre y cuando los equipos no cometan errores en la S3A, ya que en este recorrido habrá balizas distintas según la categoría, si se hacen picadas extra podría acabar excediéndose la capacidad de la SI9 (50 picadas).

| S1 | S2 | S3 | | S4 |
|---|---|---|---|---|
| | | S3A | S3B | |
| 13 | 3 | 18 | 6 | 7 |

En todos los mapas de la carrera las carreteras o tramos de carretera prohibidos estarán pintados con una línea magenta.

El mapa de la **S1** será específico, es importante tener en cuenta que el color verde oliva indica zonas prohibidas y que la carretera nacional tendrá pasos de cruce permitido vigilados. Prohibido cruzar fuera de esos pasos.

Los equipos de la categoría Raid-O 3.0 tienen prohibida la asistencia, por lo que en la **S2** (Btt1) deberán portear las zapatillas de trekking para poder realizar la primera parte de la **S3** (S3A: Orientación a pie). Las zapatillas las deberán portear también durante la S3B, ya que estará prohibido dejar material en la T2.

Los equipos de la categoría Raid-O 2.1 podrán tener asistencia en T2, pero sólo antes del inicio de la **S3**, por lo que una vez terminada la orientación a pie (S3A) deberán portear las zapatillas de trekking durante la S3B. La asistencia deberá marcharse en cuanto su equipo inicie la **S3**, por lo que recomendamos asegurarse de que el material de btt queda preparado antes de iniciar la sección.

La **S3A** será una orientación a pie, la categoría Raid-O 3.0 dispondrá de 3 mapas y las categorías Raid-O 2.1 y Orienta Raid dispondrán de 2. Los corredores/as podrán repartirse las balizas, pero todos tienen la obligación de picar al menos una. **Esto quiere decir que los corredores/as, a diferencia de lo que ocurre en el resto de las secciones del raid, podrán separarse durante este recorrido (S3A), pero todos deben acabar con al menos una baliza en su SICard.** Es recomendable que cada uno/a lleve su brújula. Recomendamos mucha concentración tanto a la hora de no dejarse ninguna baliza, como a la hora de comprobar el número de control, ya que en este recorrido habrá balizas distintas según la categoría y algunas pueden estar próximas, lo que puede llevar a cometer un error que decida el resultado de la carrera. Se ampliará esta información en el pre briefing. En categoría Orienta Raid no se podrán

repartir las balizas, ya que sólo tendrán una SICard por equipo. Por lo tanto, los corredores/as que decidan hacer esta parte de la sección deben ir juntos.

La prueba especial de tiro con arco podrá realizarse durante la sección de trekking (**S4**), tanto al inicio, como antes de picar fin de sección. Esta prueba tendrá valor en puntos, por lo que los equipos que no la consigan superar, podrán conseguir la puntuación realizando una baliza de penalización (memoria). Esta prueba tendrá una hora de inicio y una de cierre (será amplia), a partir de la cual ya no se podrá realizar esta prueba y por lo tanto no se podrán conseguir los puntos de la misma. No habrá neutralización, dispondremos de tres dianas y no esperamos aglomeración de equipos, recordad que se puede hacer tanto al principio como al final de la S3. Se ampliará esta información en el pre briefing.

En el trekking (**S4**), según la elección de ruta, podéis transitar por fincas privadas, hacedlo por los bordes y respetad los cierres (si abrís alguno dejadlo cerrado y si no se puede abrir, sortearlo con cuidado para no romperlo). Máximo respeto a los animales que puedan estar en alguna finca o en el bosque.

**Atención**: todas las balizas de fin de sección son obligatorias, como T1, T3 y T4 coinciden en espacio, mucho ojo a la hora de picar el fin de sección correspondiente. Estará bien señalizado, pero recomendamos concentración en ese momento.

## 8. PREVENCIÓN DE RIESGOS. INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD.

**Score urbano(S1):** precaución ante resbalones especialmente si lloviese. La zona de la sección es urbana, por lo que puede haber peatones a los que hay que respetar. El tráfico estará abierto. Habrá pasos de peatones permitidos para cruzar la carretera nacional, a nivel sólo se podrá cruzar en ellos (habrá vigilancia) y a la hora de transitar por las aceras, tened en cuenta que en esta calle principal suele haber mayor tránsito de los habitantes del pueblo. Cuidado en alguna baliza colocada en lugar estrecho en la que se puedan juntar varios equipos.

**Btt1(S2)**: posible salida por un tramo de carretera nacional en función de la elección de ruta, imprescindible respetar las normas de tráfico y circular con precaución en este tramo. Atención a los tramos marcados como prohibidos, estarán vigilados. El final de esta sección coincidirá en espacio con la llegada de vehículos de asistencia de las categorías Raid-O 2.1 y Orienta Raid, por lo que pedimos especial cuidado en la zona de llegada a T2, tanto a ciclistas como a conductores/as.

**Orientación a pie(S3A):** en el mapa habrá pintadas vallas franqueables e infranqueables. La infranqueables son de alambre de espino. Se pintarán pasos en ambas. Si decidís saltar las franqueables en lugar de ir a los pasos, tened mucho cuidado para no dañarlas.

**Btt2(S3B)**: pistas con fuertes pendientes donde se alcanzan velocidades elevadas, puede haber pequeños palos, troncos, surcos de erosión y piedras, extremad la

precaución, especialmente si el terreno estuviese mojado. Mucho ojo si coincidís varios equipos con los frenazos para comprobar mapa. Atención a los cruces permitidos en las carreteras prohibidas, ya que podréis llegar a ellos a altas velocidades, habrá vigilancia en los mismos. Id atentos a la posibilidad de encontrar a otros equipos de frente en caminos estrechos, ya que puede ocurrir en función de la elección de ruta. Cuidado en alguna carretera secundaria por ser estrecha y sombría, con alguna curva cerrada y muy resbaladiza. Precaución cuando lleguéis a Becerreá, respetad a los peatones y a los vehículos que transiten dentro del pueblo. Mucho cuidado en todos los tramos de carretera, especialmente en la carretera nacional que atraviesa Becerreá.

**Sección Trekking (S4):** pasaréis por zonas de bosque con hoja seca abundante, resultando un terreno muy resbaladizo y con las irregularidades ocultas. Ojo con los cierres de las fincas, además de respetarlos, alguno puede estar electrificado.

**Prueba especial Tiro con Arco:** Imprescindible respetar las instrucciones del personal encargado de esta prueba en cuanto a uso del material, silencio, concentración, momento del inicio del disparo y utilización del espacio.

**Btt3(S5):** precaución en la salida y llegada al pueblo, respetad las normas de tráfico, ojo en los cruces y tened en cuenta los tramos de carreteras prohibidas. El terreno tiene algunas pistas y caminos pedregosos y embarrados, además de algunas zonas de tala reciente en las que aconsejamos precaución especialmente para evitar averías.

## 9. PARTICIPACIÓN

Para participar será obligatorio tener los 18 años cumplidos, estar en posesión de licencia federativa o tramitar licencia de un día (la tramita la organización), poseer las capacidades físicas y técnicas suficientes para afrontar la prueba y no encontrarse sujeto a alguna sanción disciplinaria que así lo impida.

En categoría Orienta-Raid, podrán participar menores con 16 y 17 años de edad, siempre que estén debidamente autorizados (padre/madre, etc.) y, además, lo hagan acompañados de por lo menos una persona mayor de edad durante el recorrido.

## 10. REGLAMENTACIÓN. CLASIFICACIONES Y RECLAMACIONES

La Liga Gallega de Raid de Orientación estará sujeta a los reglamentos y normas de la FEGADO http://fegado.es y FEDO http://www.fedo.org, para los Raids.

- Reglamento raid 2020

  http://fegado.es/web/uploads/documents/file/709/5e107c219d-reglamento-fegado-raid-2020.pdf

- Normas raid 2020

  http://fegado.es/web/uploads/documents/file/f85/5e1080d73e-normas-anuais-fegado-raid-2020.pdf

Una vez finalizada la prueba, las clasificaciones provisionales serán publicadas lo antes posible, previamente a la entrega de premios, para posibles observaciones y reclamaciones. Las reclamaciones pueden presentarse en tanto la Jueza Controladora no haya suscrito el acta de la prueba. Se harán llegar por escrito a la Jueza Controladora, según el modelo que estará a disposición de los equipos interesados en la secretaría del centro de competición. No existe ninguna cuota por realizar una reclamación. Las clasificaciones provisionales se darán por definitivas una vez resueltas todas las reclamaciones y se publicarán con la mayor brevedad posible en **www.fegado.es**

## 11. INSCRIPCIONES. PLAZOS Y CUOTAS

Fecha límite de inscripción el **martes 25 de febrero a las 22:00 h**, en la web: **www.fegado.es**

Tarjeta **SportIdent** (una por corredor/a para las categorías Raid-O 3.0 y Raid-O 2.1 y una por equipo para la categoría Orienta-Raid. Serán válidas pinzas sportident **SI10, SI11 o SIAC**. Es válida la **SI9** en categoría Orienta Raid teniendo en cuenta la advertencia explicada en el apartado 7 del boletín.

**Importante**: Anotar correctamente en el formulario de inscripción el número de tarjeta SI correspondiente a cada corredor/a. En caso de error, el cambio de número fuera de plazo tendrá un coste de 3 euros.

| **PRECIOS POR EQUIPO** |
|---|
| Antes del día 18 de febrero a las 22:00, equipos **Raid-O 3.0 y Raid-O 2.1** abonarán **54 €** por equipo<br>Entre el día 18 de febrero a las 22:01 y el día 25 de febrero a las 22:00 abonarán **65 €** por equipo |
| Los equipos **Orienta-Raid** abonarán 50 € por equipo con plazo límite de inscripción el día 25 de febrero a las 22:00 |
| **CUOTAS ADICIONALES** |
| Alquiler tarjeta Sportident: **3€. Los equipos Orienta-Raid sólo necesitan una tarjeta SI por equipo.** La pérdida conlleva pago de 70€ (fianza de 70 euros al recogerla en secretaría)<br>Licencia de día: **2€**/participante (no poseen licencia anual) |

A través de https://forms.gle/A2wvsq8aQQBb8WkP9 cubrir el formulario de inscripción y a continuación adjuntar justificante del ingreso en la cuenta nº **ES06 2080 0152 6230 4005 3133** de ABANCA indicando en el concepto: **ORI RAID LUGO + Nombre del equipo y Club.**

Los equipos cuya inscripción la abone su club de modo colectivo, adjuntarán documento indicando: Inscripción a abonar por el "club correspondiente". Aquellos clubs que necesiten factura, no olviden enviar sus datos fiscales.

**Finalización del plazo para corrección de datos o reclamaciones relacionadas con la inscripción: Jueves día 27 de febrero a las 22:00h

## 12. HORARIOS DEL EVENTO.SUELO DURO

**HORARIO PREVISTO PARA LA PRUEBA**

| SÁBADO 29 DE FEBRERO | |
|---|---|
| **18.00** | Apertura del suelo duro en la Casa de la Cultura |
| **18.00/22.00** | Apertura de secretaría en el centro de competición (Concello) |
| **DOMINGO 1 DE MARZO** | |
| **07.30h** | Recepción de equipos y entrega de documentación de la prueba en el centro de competición |
| **08:15h** | Reunión técnica con las últimas noticias del raid |
| **08.40h** | Entrega de mapas |
| **09.00h** | Comienzo de la carrera categorías Raid-O 3.0 y Raid-O 2.1 |
| **10.00h** | Reunión técnica categoría Orienta-Raid |
| **10.30h** | Comienzo de la carrera categoría Orienta-Raid |
| **16:00h** | Cierre de meta categoría Orienta-Raid (Duchas en pabellón polideportivo) |
| **17.30h** | Cierre de meta resto de categorías (Duchas en pabellón polideportivo) |
| **18.30h** | Entrega de premios, pinchos, sorteo de regalos y clausura en la Casa de la Cultura |

**SUELO DURO**

El suelo duro estará situado en la Casa de la Cultura (antigua escuela), en este mismo lugar se celebrará la ceremonia de clausura y la entrega de trofeos. En este local se dispondrá de baños, pero no de duchas. No se podrá cocinar ni comer en la zona habilitada para dormir. El sábado debe quedar totalmente libre.

La solicitud de uso de la instalación se hará a través del formulario de inscripción.

## 13. MEDIO AMBIENTE

Parte de la carrera discurrirá por terrenos cercanos a la Reserva de Biosfera de Os Ancares Lucenses y Montes de Cervantes, Navia y Becerreá, que coincide en buena parte con la Zona de Especial Protección de los Valores Naturales (ZPVN) llamada Cruzul-Agüeira. Esta zona concreta no la transitaremos, por estar especialmente protegida, pero estaremos en los alrededores.

**Os recordamos algunas normas básicas a tener en cuenta durante la carrera:**

No dejar restos de basura de ningún tipo, a pesar de que puedan ser biodegradables ya que la acumulación de estos residuos orgánicos conlleva impactos paisajísticos negativos. Además, la ingestión por parte de la fauna de estos restos produce cambios en sus hábitos alimentarios.

Respeto a la vegetación y fauna de la zona. No ahuyentar al ganado o causarle molestias.

Respetar las lindes de las fincas y procurar no atravesar huertos o zonas de siembra.

En la medida de lo posible, competir en silencio.

## 14. PREMIOS

**Categoría Raid-O 3.0:** 3 primeros equipos clasificados

**Categoría Raid-O 2.1:** 3 primeros equipos clasificados

**Categoría Orienta Raid:** 3 primeros equipos clasificados

Sorteo de 6 lotes de productos típicos de la zona entre los equipos participantes.

Desde la organización pedimos a todos los equipos participantes que en la medida de lo posible estén presentes durante la entrega de premios, tanto por respeto a los tres primeros equipos de cada categoría como a la representación institucional y a la organización. Os pedimos también, tal y como se habló en la asamblea general ordinaria celebrada en diciembre de 2019, que los equipos suban al pódium equipados con la ropa oficial de su club. Agradecemos de antemano vuestra colaboración.

## 15. INFORMACIÓN TURÍSTICA, ALOJAMIENTOS Y RESTAURACIÓN

Históricamente Becerreá es, por un lado, puerta de entrada y **capital de A Comarca de Os Ancares**, y por otro, lugar estratégico en la conexión de Galicia con la Meseta. De lo primero, dan fe el patrimonio etnográfico y natural; de lo segundo, dos grandes vías históricas que testimonian que Becerreá fue lugar secular de paso. Hace dos mil años los romanos trazaron por estas tierras la **vía romana XIX**, que unía Astorga, Lugo y Braga, las tres capitales de la Gallaecia. Más reciente, pero también con más impacto en nuestro presente es la **nacional VI**, que en este caso llega de Pedrafita, ideada por Carlos III en el último tercio del siglo XIX y que tiene en el **puente bicentenario de Cruzul** su símbolo. Los viaductos de la Nacional VI y la A6 han sido también referentes en las comunicaciones con Castilla.

Con estas referencias es impensable que Becerreá no estuviera en la **ruta de peregrinación jacobea.** Actualmente el Concello está trabajando en la recuperación de la **Vía Künig** que está luchando por ser oficialmente Camino de Santiago. Argumentos no faltan: Hermannus Künig fue un monje alemán que a finales del siglo XV peregrinó a Compostela desde la ciudad de Vach (Turingia) pasando por Becerreá, lo que le permitió evitar las cuestas de O Cebreiro y visitar la capital de las murallas. **También sirvió de Camino de Santiago la vía romana XIX**, como lo demuestran documentos que constatan el paso de peregrinos, y los numerosos templos románicos a lo largo de lo que fue calzada, con presencia significativa del culto a Santiago. El espléndido templo románico de **Santa María de Penamaior** es el emblema del Camino de Santiago en la montaña.

**QUÉ VISITAR**:

Rutas:

- **Vía Künig.** Recorrido senderista señalizado entre Agüeira y Campo de Árbol (unos 12 kms).
- **Nacional VI**. Tramo histórico entre Agüeira y Cruzul. (Coincide con la vía Künig)
- **Vía romana XIX**. Recorrido senderista entre la carretera de Navia LU-722 km 3,900 y Cadoalla (5 kms).
- Recorridos senderistas señalizados (info Concello)

Monumentos:

- Iglesia románica de Santa María de Penamaior
- Iglesia románica de San Remixio de Liber
- Iglesia románica de San Cosme de Ouselle.
- Iglesia románica de San Pedro de Cadoalla.
- Iglesia neoclásica de Becerreá (arquitecto Nemesio Cobreros)
- Puente de Pontes de Gatín (de origen romano pero reconstruído)
- Puente neoclásico de Cruzul (siglo XVIII)
- Punto kilométrico de la nacional VI (1850). En Agüeira.

Monumentos naturales:

- **Espectacular paisaje kárstico dos Grobos,** no perdérselo. Ciudad encantada de Becerreá. (En Agüeira)
- Aciñeiral de Cruzul. (Cruzul)

Para informarse más:

- Blog de la asociación Patrimonio de Ancares (espléndido estudio y divulgación de todos los monumentos). http://arqueoloxiadosancares.blogspot.com/2011/01/patrimonio-relixioso-da-comarca-dos.html
- Todo sobre la vía Künig promocionada conjuntamente por los concellos de la zona: https://www.viakunig.es/

- **Información sobre os grobos y puentes**:

- La voz de Galicia: https://www.lavozdegalicia.es/noticia/lugo/becerrea/2009/06/07/ciudad-encantada-becerrea/0003_7769440.htm
- Diputación de Lugo: http://turismo.deputacionlugo.gal/es/conece/lugoinedito/osgrobos
- Puentes de Becerreá: https://www.lavozdegalicia.es/noticia/lugo/2009/05/24/tres-puentes-forjan-historia/0003_7737872.htm

**DÓNDE DORMIR**

- Casa Poy 982 360 324
- Pensión Os Ancares 610 449 673
- Pensión Hostal Herbón 982 360 134
- Hotel Pontes de Gatín (a 9 kms) 982 360 958
- Palacio de Cantiz (a 18 kms) 683 235 580
- Hostal Rivera 982360185

**DÓNDE COMER**

- Restaurante Casa Poy. Cenas con reserva 982 360 324
- Restaurante O Ardis. Cenas con reserva. 685 595 341
- Restaurante Bar Correos. Cenas con reserva. 982 360 875 (cierra el domingo)
- Pizzería Vilela (pizzas y hamburguesas). 982 36 10 09
- Bar Loureiro. Menús, pizza y hamburguesas. Preferible reserva. 982 303 078 (cierra el domingo)
- Pulpería María y Luis. Preferible reserva. 679 419 897 (cierra el domingo)
- Restaurante Boavista. 982 360 853
- Palacio de Cantiz (a 18 kms). Cenas y comidas por encarga 683 235 580

## 16. ORGANIZACIÓN

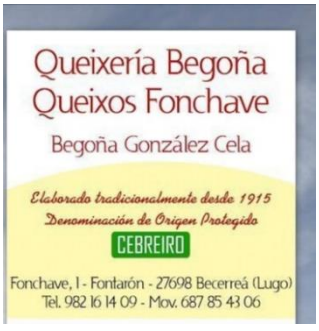
| | |
|---|---|
| DIRECCIÓN DE LA PRUEBA: | fluviallugoorientacion@gmail.com |
| EVENTO EN FACEBOOK: | I Raid Fluvial Lugo – Concello de Becerreá – Memorial Leandro González Castro |
| MÁS INFORMACIÓN: | www.fegado.es<br>http://www.clubfluviallugo.com |
| DIRECTORA DE CARRERA: | Fernanda Follana |
| DIRECTOR TÉCNICO: | Alberto Corral |
| DIRECTOR DE SEGURIDAD: | Francisco Varela |
| CONTROL SPORTIDENT: | Carlos Fernández |
| EQUIPO DE CAMPO: | Fernanda Follana, Alberto Corral, Luisa Felpeto, Leandro González, Francisco Varela, Carlos Fernández, Iago Viana y Roberto Amarelle |
| RESPONSABLE DE PRENSA: | Iago Viana |
| SECRETARÍA: | Luisa Felpeto y Carlos Fernández |
| JUEZA CONTROLADORA: | Victoria López |

## 17. ORGANIZAN, PATROCINAN, COLABORAN

**ORGANIZAN:**

**PATROCINAN:**

Concello de Becerreá

**COLABORAN:**

EFEA Becerreá