

29 xaneiro 2022
LIGA GALEGA

1ª PROBA

Pontillón do Castro
BOLETÍN 1



ORIENTACIÓN

MTBO - 2022

Inscripcións abertas ata o domingo 23/01/22:

www.fegado.es

fegado@xestanatureza.com

Patrocinan:



CONCELLERÍA
DE DEPORTES,
ACTIVIDADE FÍSICA
E SAÚDE



Rias Motor

Colaboran:



XUNTA
DE GALICIA



DEPORTE
GALEGO

Organizan:



1ª PROBA LIGA GALEGA MTBO 2022

PONTILLÓN DO CASTRO, 29/01/22

| BOLETÍN 1 |



Índice

1. Organización
2. Data e Mapa
3. Programa
4. Cronometraxe
5. Distancias e desniveis
6. Inscripcións
7. Localizacións
8. Normativa

1ª PROBA LIGA GALEGA MTBO 2022

PONTILLÓN DO CASTRO, 29/01/22

| BOLETÍN 1 |



1 - ORGANIZACIÓN

ORGANIZA: XESTA NATUREZA

Dirección da proba: Adrián Moreira Alonso

Trazados: Ángel Álvarez Serto

Responsable SportIdent: Ricardo Figueroa Fernández

Responsable de saídas: Manuel Varela Rivera

Delegado de campo COVID: Ricardo Figueroa Fernández

Responsable de Campo: Ángel Álvarez Serto

Xuiz controlador: Alfonso Rosado Frade

1ª PROBA LIGA GALEGA MTBO 2022

PONTILLÓN DO CASTRO, 29/01/22

| BOLETÍN 1 |



2 - DATA E MAPA

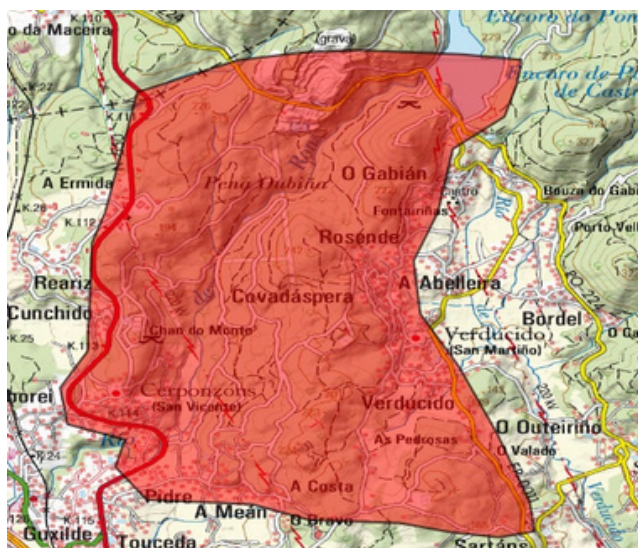
Data da competición: sábado, 29 de xaneiro de 2022

Centro de Competición: Pontillón do Castro

Mapa: Pontillón de Castro | Rexistro FEDO: PO-2168-18 | Realizado en 2018 por Ángel Álvarez Serto, revisado en xaneiro de 2022 por Adrián Moreira Alonso.

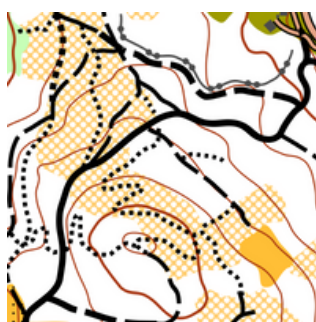
Prohibición de acceso a mapa: lémbrese que está prohibido o acceso ao terreo de competición dende o momento no que se declara a súa utilización para esta proba a través do presente boletín (artículo 17.2 do Regulamento de Orientación FEGADO). Polo tanto, prohibítese o acceso á zona de competición sinalada, na cal terán lugar as probas.

Zona Prohibida Pontillón



INFORMACIÓN TÉCNICA E COMENTARIOS DO TRAZADOR:

- Terreo con acusado desnivel en torno a un eixo central formado por unha gran valgada.
- Gran parte do mapa presenta cobertura boscosa e rutas de moi diferente ciclabilidade e esforzo físico e técnico.



1ª PROBA LIGA GALEGA MTBO 2022

PONTILLÓN DO CASTRO, 29/01/22

| BOLETÍN 1 |



3 - PROGRAMA

Sábado , 29 de xaneiro de 2022

- **15:00:** Apertura de Secretaría (Centro de Competición).
 - Lugar: Pontillón do Castro.
 - Recollida de pinzas SportIdent (aluguer).
- **15:30:** Primeiras saídas.
- **TEMPO MÁXIMO DE CARREIRA:** (concretarase a hora de peche de meta unha vez realizado o sorteo de horas de saída e coñecida a hora de saída d@ derradeir@ corredor/a). Establécese un tempo máximo de 2 horas para cada categoría. Unha vez declarado o peche de meta, iniciárase a retirada das balizas.
- **ENTREGA DE TROFEOS DA LIGA GALEGA DE ORIENTACIÓN 2021:** Nas instalacións do Pontillón do Castro estará montado un photocall coas medallas e trofeos dispoñibles para que as persoas premiadas pasen a recollelos de forma individual, sen aglomeracións. Haberá persoal para a entrega e foto correspondente. Se se xuntasen as persoas dun podio, permitirase unha fotografía xuntos, con mascarilla e mantendo as distancias oportunas.
 - Horario: de 12:30 a 15:30.
-

4 - CRONOMETRAXE

- Obrigatorio o uso de tarxeta Sportident para todas as categorías.
- As estacións estarán programadas para o uso das tarxetas SIAC no modo activo AIR+.
- A organización disporá de tarxetas SIAC para todo orientador que o solicite, en concepto de aluguer, para favorecer a igualdade na competición.

1ª PROBA LIGA GALEGA MTBO 2022

PONTILLÓN DO CASTRO, 29/01/22

| BOLETÍN 1 |



5 - DISTANCIAS E DESNIVEIS

CATEGORÍA	DISTANCIA (km)	DESNIVEL (m)	N.º CONTROIS	ESCALA
ABS-PAR	10,8	300	14	1:15000
E-BIKE	18,1	440	20	1:15000
F-15	5,8	170	7	1:15000
F-17	7,8	200	10	1:15000
F-20	9,3	260	11	1:15000
F-21	12,1	330	17	1:15000
F-40	7,4	220	13	1:15000
F-50	6,6	210	11	1:15000
F-60	5,9	200	11	1:15000
F-E	12,5	390	18	1:15000
M-15	6,1	180	8	1:15000
M-17	8,2	230	12	1:15000
M-20	12,3	300	13	1:15000
M-21	14,6	430	20	1:15000
M-40	15,4	430	17	1:15000
M-50	8,7	250	11	1:15000
M-60	7,6	200	12	1:15000
E	20,5	570	24	1:15000
INI-EQ	6,0	190	12	1:15000
PROM	11,8	350	17	1:15000

1ª PROBA LIGA GALEGA MTBO 2022

PONTILLÓN DO CASTRO, 29/01/22

| BOLETÍN 1 |



4 - INSCRICIÓN

CATEGORÍAS OFICIAIS (persoas federadas):

- Será preciso aceptar a DECLARACIÓN RESPONSABLE durante o proceso de inscrición a través da web da FEGADO.
- As persoas coordinadoras COVID de cada club, deberán enviar ao email fegado@xestanatureza.com as posibles burbullas de viaxe (e decir, persoas que viaxarán no mesmo coche, para evitar largas esperas na zona de concentración).
- Inscricións ata o domingo 23 de xaneiro, ás 23:50h, na web www.fegado.es.
- Tarxeta Sportident para todas as categorías. Asignarase unha tarxeta Sportident en aluguer a quen non indique o número de tarxeta na súa inscrición. Aluguer de Sportident: 3 € (a pagar xunto coa inscrición). A perda de esta tarxeta conleva o pago de 35 €.
- CLUBE: A través da web www.fegado.es. Enviar o xustificante do ingreso na conta de ING ES20 1465 01 00981730926982 a fegado@xestanatureza.com, no concepto poñer PONTILLON + nome do club. A cantidade a ingresar será a suma do resumo das inscricións do clube na carreira, máis 3€ por cada persoa que alugue a tarxeta Sportident. Os clubs que precisen factura, deben enviar os seus datos fiscais.
- **As inscricións non se considerarán formalizadas ata a realización do ingreso bancario, e enviado o correo electrónico fegado@xestanatureza.com**

CATEGORÍAS NON OFICIAIS (INICIACIÓN CURTA E LONGA):

- Só se permitirán inscricións realizadas no seguinte enlace: [INSCRICIÓN](#)
- Haberá saídas separadas de categorías oficiais e de Iniciación.
- **Só se permitirá a saída ás persoas inscritas na carreira.**

PREZOS 2022:

- Federad@s: Categorías ata 18 M/F: 7€.
- Federad@s: Categorías de 21 M/F en diante: 10€.
- Iniciación Curta (nen@s), sen licenza federativa: 10€.
- Iniciación Longa (maiores), sen licenza federativa: 13€.
- Aluguer tarxeta Sportident: 3€.
- Recargo fora de prazo: 100% de cuota de inscrición.
- Cambio de tarxeta SI a pagar pol@ deportista: pechadas as inscricións, 2€; día de competición, 3€.

1ª PROBA LIGA GALEGA MTBO 2022

PONTILLÓN DO CASTRO, 29/01/22

| BOLETÍN 1 |



5 - LOCALIZACIÓNS

O centro de Competición estará ubicado no **Pontillón do Castro**, concretamente nas instalacións da Federación Galega de Piragüismo. Próximamente poderanse consultar tódalas localizacións.



1ª PROBA LIGA GALEGA MTBO 2022

PONTILLÓN DO CASTRO, 29/01/22

| BOLETÍN 1 |



6 - NORMATIVA

A competición estará regulada por:

1. Regulamento de MTBO FEGADO 2022.
2. ANEXOS do anterior regulamento citado.
3. Normas Anuais FEGADO MTBO 2022.
4. Para o non contemplado, aplicaranse as Normas Xerais da FEDO e IOF.

NORMAS DA PROBA:

1. Será obrigado levar visible no manillar da bicicleta o dorsal oficial da Liga Galega de Orientación 2022. Nembargantes, ao tratarse da primeira proba da Liga Galega de Orientación 2022, a organización porá a disposición dos participantes dorsais oficiais en branco no evento da web FEGADO, e na secretaría (ao prezo de 1€) o día da proba.
2. A proba traballará baixo o Protocolo FISICOVID-DXT GALEGO de FEGADO na súa especialidade de MTBO, validado pola Secretaría Xeral para O Deporte con data 15/10/2020.
3. Publicaranse recomendacións relativas á observación e cumprimento do Protocolo FISICOVID-DXT GALEGO así como en materia de seguridade e saúde en boletíns complementarios.
4. Os orientadores participan baixo a súa propia responsabilidade, asumindo os riscos inherentes ás carreiras de MTBO.
5. Os clubs serán os responsables de inscribir a os menores de idade nun percorrido axeitado para o seu nivel físico e técnico.
6. Deberase levar únicamente como instrumento de Orientación e medida o compás.
7. Todas as persoas participantes nunha proba de MTBO deberán mostrar respecto cara os demais competidores, organizadores e espectadores, así como respectar a propiedade privada, os cultivos e as zonas de protección Medioambiental.
8. Todo competidor deberá prestar axuda a outro se o ve mancado.
9. Todo orientador debe respectar a sinalización da carreira e as balizas-control.
10. A perda da tarxeta de control ou o non paso por todos os controis será motivo de descalificación. En caso de abandono, será obrigado presentarse na meta e descargar SportIdent.
11. Tanto organizadores como competidores estarán obrigados a respectar o medio natural segundo as indicacións específicas que se publiquen en boletíns complementarios.
12. Farase especial vixilancia no respecto as zonas marcadas como prohibidas no mapa por parte da organización con persoal habilitado como xuíz auxiliar.
13. Será obrigado levar máscara cubrindo boca e nariz no centro de competición, presaída e saída. Poderase retirar no momento no que a organización o indique e volverase a colocar unha vez cruzada a meta.