

# I TROFEO SAN FROILÁN – CIUDAD DE LUGO

## BOLETÍN Nº2

24/09/2016



### ORGANIZACIÓN

**CLUB ORGANIZADOR:** CLUB FLUVIAL LUGO

**DIRECCIÓN:** CARLOS FERNÁNDEZ / PEDRO PARGA

#### EQUIPO TÉCNICO:

- Cartografía y recorridos: Javier Liz, Jorge Piñeiro, Carlos Fernández
- Ampliación y revisión de mapa, trazados y balizado: Javier Liz, Carlos Fernández, Jorge Piñeiro
- Sportident: Mónica Fraga Pita, Javier Fraga Pita
- Juez controlador: Alfonso Rosado (AROMON)

### DATOS MAPA

CAMPUS UNIVERSITARIO DE LUGO. Registro FEDO: LU-1341-12. Mapa elaborado en el año 2012 por Natalia Pedre Fernández y Javier Arufe Varela. Ampliado en 2016 por: Javier Liz. Revisado en septiembre de 2016 por: Javier Liz, Jorge Piñeiro (Ártabros), Alberto Corral, Pedro Parga

### ZONA DE CONCENTRACIÓN Y ACCESOS

La zona de concentración se ubica en el aparcamiento del "Pazo Provincial de Deportes"

A la zona de competición se accede desde la **N-VI**. Tomando en el **km 499** el desvío hacia la universidad, lo que nos llevará a una rotonda, en la que cogemos la primera salida a la derecha, llegando así al aparcamiento de la competición.

**DIRECCIÓN:** RUA BENIGNO LEDO, 2 (LUGO)

**COORDENADAS:** 42.990361, -7.545466

42°59'25.3"N 7°32'43.7"W

### PROGRAMA DE LA PRUEBA

09:30 ENTREGA DE DORSALES Y SPORTIDENT

10:30 SALIDA DE LOS PRIMEROS CORREDORES

13:30 ENTREGA DE PREMIOS, CLAUSURA

13:30 CIERRE DE META

14:00 INICIO RETIRADA DE LAS BALIZAS DEL TERRENO

**LA SALIDA DE LOS CORREDORES DE INICIACIÓN SERÁ LIBRE. PUDIENDO SALIR EN CUALQUIER MOMENTO**

**ENTRE LAS 10:30 Y LAS 11:45.**

### TROFEOS

Al finalizar la prueba se procederá a realizar la entrega de trofeos para los tres primeros clasificados de cada categoría oficial (federados).

### CATEGORÍAS Y RECORRIDOS

RECORRIDO	BALIZAS	DISTANCIA (metros)	ESCALA
INI CORTA	12	1640	1:4.000
INI LARGA	16	2820	1:4.000
F/M 12	15	1980	1:4.000
F/M 14	16	2820	1:4.000
F/M 16	16	3290	1:4.000
F/M 18			
F 21B	22	3720	1:4.000
M 21B	23	4230	1:4.000
F 21A	23	4230	1:4.000
M 21A	25	5400	1:4.000
F 35			
M 45	25	4390	1:4.000
F 45			
M 55	23	3650	1:4.000
M 35	26	6260	1:4.000
F 55	18	3210	1:4.000
F ELITE	25	540	1:4.000
ELITE	30	7120	1:4.000

### INSCRIPCIONES

Hasta el martes, 20 de septiembre a las 22:00 h, en la web: [www.fegado.es](http://www.fegado.es)

¡ATENCIÓN! Tarjeta SportIdent para todas las categorías. **Se asignará automáticamente una tarjeta SportIdent en alquiler a quien no indique el nº de tarjeta en los datos de inscripción.** Alquiler: 3€ (a pagar junto con la inscripción). La pérdida conlleva pago de 35€.

**CLUBS:** A través de <http://fegado.es/events/>. Enviar el justificante de ingreso en la cuenta nº ES06 2080 0152 6230 4005 3133 de ABANCA a: [fluviallugoorientacion@outlook.es](mailto:fluviallugoorientacion@outlook.es). La cantidad a ingresar será la suma del resumen de las inscripciones del club en la carrera, más 3€ por cada corredor que alquile tarjeta SI. En el concepto del ingreso poner: ORI LUGO + (más el nombre del club). Aquellos clubs que precisen factura, no olviden enviar sus datos fiscales.

**INDEPENDIENTES:** Enviar por e-mail a [fluviallugoorientacion@outlook.es](mailto:fluviallugoorientacion@outlook.es), Nombre y apellidos, DNI, Recorrido (Iniciación Corta o Larga), Fecha de nacimiento, Nº tarjeta SportIdent, Teléfono de contacto y justificante del ingreso en la cuenta nº ES06 2080 0152 6230 4005 3133 de ABANCA indicando en el concepto: ORI LUGO + (más el nombre). La cantidad será la suma del resumen de la inscripción en

# I TROFEO SAN FROILÁN – CIUDAD DE LUGO

BOLETÍN Nº2

24/09/2016



la carrera, más 3€ si necesita alquilar tarjeta SI. Los federados de otros clubes (no gallegos) podrán inscribirse en categoría oficial, fuera de competición.

## PRECIOS DE LAS INSCRIPCIONES:

### SERVICIOS

Durante el desarrollo de la prueba, se contará con los siguientes servicios.

- Servicio de seguridad vial proporcionado por **Protección Civil Lugo**
- Servicio de atención de urgencias proporcionado por **Cruz Roja Española**
- **Aparcamiento:** Se utilizará la explanada inferior del aparcamiento del pazo provincial de deportes de Lugo

- Federados: 5 €
- Iniciación Corta (Niños) sin licencia fed.: 7 €
- Iniciación Larga (May.), sin licencia fed.: 9 €
- **Duchas y vestuarios:** Se pondrán duchas y vestuarios a disposición de los corredores en las pistas de atletismo del estadio **Gregorio Pérez Rivera**. El horario de este servicio será desde las 10:00 horas hasta las 14 horas.

### CONTACTOS DE LOS RESPONSABLES DE LA PRUEBA

CARLOS FERNÁNDEZ MARTÍNEZ 630 674 775

PEDRO PARGA ANDÓN 620 737 014

fluviallugoorientacion@gmail.com

### NORMAS DE LA PRUEBA

- **DORSALES (Federados FEDO-FEGADO: OBLIGATORIO llevar visible por delante el oficial de la Liga Gallega 2016. Otros federados y no federados: dorsal específico).**
- Es recomendable que el participante lleve ropa ligera, mejor que cubra brazos y piernas.
- El participante debe llevar como instrumento de orientación y medida solo su brújula. El mapa con la información de los controles lo recoge en el momento en el que se le da la salida.
- Todas las personas que forman parte en una carrera de orientación deben mostrar respeto hacia los otros participantes, organizadores y espectadores.
- Todo competidor debe prestarle ayuda a un corredor si lo ve lesionado.
- El corredor debe respetar la señalización de la carrera y las balizas-control.
- La pérdida de la tarjeta de control o el no paso por todos los controles será motivo de descalificación.
- En caso de abandono, será obligatorio presentarse en la meta y descargar SportIdent en Recepción
- El corredor debe respetar la propiedad privada y los cultivos.
- Tanto organizadores como competidores están obligados a respetar el medio natural.

### SEGURIDAD

- Los corredores participan en la prueba bajo su propia responsabilidad, asumiendo los riesgos inherentes a las carreras de orientación.



- En el caso de los menores de edad, además, los clubes respectivos son los responsables de asignar a sus corredores el recorrido apropiado a su nivel físico y técnico, debiendo -en su caso- proceder a inscribirlos en la categoría de iniciación o en recorridos fuera de competición.
- Las normas y advertencias de seguridad vinculadas a los recorridos del mapa se proporcionarán en el próximo boletín.
- La prueba contará con varios puntos de paso en viales con circulación, algunos de ellos con una circulación mínima. Se ruega correr con especial atención.
- Existen dos calles de especial atención al tráfico, en las que se ha establecido un punto de paso obligatorio para todas las categorías que tienen que atravesarlas. Dichos pasos estarán controlados por protección civil y la organización, el cruzar por fuera de esa zona establecida como paso obligatorio supone la descalificación.
- En la zona de acceso a las pistas no se prevé gran afluencia de tráfico, al confirmarse que no hay más actividades que la nuestra prevista en las instalaciones, aun así puede existir circulación de algún vehículo, por lo que se deberá controlar la velocidad de carrera en ese paso.
- Se prestará especial atención al circular por algunos pasadizos ya que existe el riesgo de golpear la cabeza, por el gálibo de los mismos.

#### OBSERVACIONES SOBRE LA CARRERA

- Los corredores dispondrán de descripciones de control (a excepción de las categorías de iniciación y F/M 12 que sólo las tendrán en el mapa)
- Se recuerda que es obligatorio el paso por el triángulo de salida para empezar la prueba
- La carrera se disputa en un porcentaje muy amplio por zona urbana asfaltada o ajardinada, existiendo algunas zonas muy puntuales en las que los corredores se pueden encontrar con maleza (silvas, ortigas, ..), por lo que se recomienda el uso de protecciones de las extremidades inferiores. (no será necesario para las categorías de iniciación, F/M 12 y F/M 14).
- Existe una edificación “Guardería” que ha ardido dos veces en los últimos días. Los corredores no deberían de tener la necesidad de pegarse a la misma en la carrera, pero si correr cerca ella.
- Se ha marcado un avituallamiento en la zona del río, por la que van a competir las categorías superiores. Dicho avituallamiento es una fuente de agua potable existente en la zona.
- Existen varias zonas marcadas como prohibidas, cuya circulación implica la descalificación de los corredores si son detectados por los jueces que controlan la carrera. Dichas zonas no serán marcadas con cinta, ya que o bien disponen de muro perimetral claramente visible o son calles.

SALIDAS, DUCHAS Y VESTUARIOS



UBICACIÓN PRUEBA





ORGANIZACIÓN, PATROCINIO Y COLABORACIONES

ORGANIZAN:



COLABORAN:



**ELPROGRESO**

