

24OUT  
'21

# V COPA DIPUTACIÓN DE OURENSE DE ORIENTACIÓN

24 de outubro de 2021  
Area termal de Barbantes Estación  
Cenlle, Ourense

## ORGANIZAN:

Os clubs Peña Trevinca Barco e A.D. Limiactiva, co apoio incondicional do Concello de Cenlle e a Deputación de Ourense.

## INSCRICIÓN:

As inscricións faranse cubrindo o formulario no evento na web **fegado.es**

## DATA LÍMITE:

Mercorés 20 de outubro ás 10h.

## TARXETA SPORTIDENT:

Tódolos percorridos utilizarán tarxeta SportIdent. **A organización asignará unha pinza a aqueles que non dispoñan de pinza SportIdent.** Dita pinza deberá ser recollida na secretaría antes do inicio da carreira e devolta á organización xusto no momento de chegar á meta. Pola perda da mesma aboaranse 20€.

## COTAS:

**DE BALDE!!!.**

## XENTILEZA DOS CLUBES ORGANIZADORES

## ZONA DE COMPETICIÓN E CONCENTRACIÓN:

A concentración e a proba disputarase no circuito permanente da zona termal de Barbantes Estación, no Concello de Cenlle.

## COMO CHEGAR:

Dende Ourense; saímos pola A52 dirección Vigo. A 10 km collemos a saída 241 e nos incorporamos a N120 sentido Ribadavia, pasamos Barbantes Estación e tomamos a saída a esquerda que indica área termal.

## PROGRAMA:

10:00h Apertura da secretaría e entrega de tarxetas Sportident para a carreira  
10:30h Saída dos primeiros participantes  
12:30h. Peche de meta

A Copa Deputación é unha actividade patrocinada polo goberno provincial para apoiar aos deportes que teñen pouca competición.

## MAPA:

Mapa a escala 1:7500 (1 cm no papel equivale a 75m no terreo) con equidistancia de 5m, realizado por Alexandre Dos Reis no 2013. Revisión parcial de campo en outubro 2021 por Martín Morales. Mapa idóneo para o deporte da orientación, zona de bosque ribeirán cunha boa rede de camiños e pequenas elevacións con bosqueciños de mediana penetración e abundancia de terreo aberto; alternando con zonas de repoboación e cultivos.

Recoméndase a utilización dos camiños na hora de facer ás transicións entre os puntos de control (balizas).

## CATEGORÍAS:

Masculina e feminina:

- PRE-BENXAMÍN (2013/14/15)
- BENXAMÍN (2011/12)
- ALEVÍN (2009/2010)
- INFANTIL (2007/08)
- CADETE (2005/06)
- SÉNIOR (ATA O 2004 sen límite de idade)
- VETERÁNS 45 (Nados no 1976 e anteriores)

## PERCORRIDOS:

- PREBENX/BENXAMÍN/ALEVÍN. 1,8 km, 8 controis
- INFANTIL/CADETE. 2,2 km, 9 controis
- SÉNIOR. 4 km, 15 controis
- VETERÁNS. 3,9 km, 13 controis

## TIPO DE CARREIRA:

Todos os percorridos serán lineais e no orde indicado no mapa. Os percorridos serán sinxelos. **Eso sí, todas balizas serán obrigatorias.**

Poden existir controis que non correspondan ao nivel técnico dun percorrido, que serán “de transición” para provocar un paso por algún punto concreto. Existen zonas con gran concentración de balizas, é obriga a comprobar o código de control en todo momento.

## NORMAS:

### PREVENCIÓN DE RISCOS, INSTRUCCIÓN DE SEGURIDADE E RECOMENDACIÓN:

- Os corredores participan na proba baixo a súa propia responsabilidade, asumindo os riscos inherentes das carreiras de orientación a pé.
- Algúns percorridos veranse obrigados nalgún momento a circular ou cruzar algunhas rúas, cuxo nivel de circulación é moi baixo ou nulo **(recordando a tódolos participantes que teñen a obriga de coñecer e respectar as normas de circulación).**
- Coidado coas zonas con auga. Poden ser perigosas. **Está terminantemente prohibido cruzar a vía do tren. Hai dous pasos subterráneos obrigatorios para cruzar**
- **Os campos de cultivo rodearanse polos bordes.** En todo momento, hai que respectar. En todo momento, hai que respectar as propiedades públicas e privadas.
- Únicamente se permite o uso do compás analóxico como elemento de apoio, xunto co mapa que se

24OUT  
'21

# V COPA DIPUTACIÓN DE OURENSE DE ORIENTACIÓN

24 de outubro de 2021  
Area termal de Barbantes Estación  
Cenlle, Ourense

entregue na saída. Non está permitido o uso de calquer outro dispositivo electrónico que axude na orientación.

- Balizas de distintos percursos moi próximas. Ollo ó código da baliza!
- **É obrigatorio pasar pola meta, aínda que se produza o abandono, para que lle conste ao persoal da organización.**
- Non está permitido seguir a outros/as participantes. Non está permitido falar con outros/as participantes.
- Calquer aspecto non recollido nas normas anteriores, regularase a través dos correspondentes regulamentos da modalidade O-Pé da FEGADO, FEDO e IOF.
- **Todo participante ao efectuar a inscrición da carreira, enténdese que autoriza o uso de imaxes da mesma para poder ser publicadas en calquera medio de comunicación.**

## HORAS DE SAÍDA:

As horas de saída serán publicadas o venres 22 de outubro no evento da páxina web [fegado.es](http://fegado.es)

## FILOSOFÍA DE PROBA

**Chegar, correr, descargar Sportident e marchar.**

É de aplicación o **PROTOCOLO FISIOCOVID DXT GALEGO FEGADO.**

**Proba declarada sen público** e a progresión será individual e en silencio, respetando as distancias de seguridade antes, durante e despois da proba.

## APARCAMENTO

Haberá dúas zonas para aparcar, **PARKING 1** e **PARKING 2**, solicitamos que na medida do posible utilícese o nº 1 ata que estea completo, xa que parte do nº 2 utilizarase logo na zona de Trail-O.

## ACCESO A ZONA DE COMPETICIÓN:

