



CLUB BRIGANTIA AVENTURA
G-70396205
r/ Hospital 37 Baixo C
15003-A Coruña



III Raid CONCELLO DE ARZÚA

BREA FING ELITE E AVENTURA

Benvidos a unha nova edición do III Raid DESTINO VERDE-Concello de Arzúa . Dende o club queremos agradecer ao Concello de Arzúa, aos organismos públicos e empresas privadas que nos axudaron a poder levar a cabo este raid. Tamén queremos agradecer a todos os participantes por confiar en nós e estar aquí un ano mais.

Antes de comezar ca explicación técnica recordade que a proba se desenrola nun medio natural que debemos coidar e deixalo como estaba ao noso paso, así que sexamos serios e respectuosos co medio.

As seccións de Btt transcorren por varios núcleos rurais e ademais utilizaredes moitas pistas de comunicación entre estes núcleos. Extremade a precaución ao circular por estas vías xa que non teñen moito tráfico, son moi estreitas e no momento menos pensado pode aparecer un animal, coche ou maquinaria agrícola. **Lembrede de cerrar todas as cancelas que atopedes.** Non fai falla dicilo pero tedes que respectar o código de circulación.

A recepción dos equipos será no recinto feiral do Concello de Arzúa, o sábado a partir das 08:30 horas. Teredes lugar suficiente para estacionar os vehículos na praza que esta enfronte do recinto feiral.

Documentación:

Na bolsa de equipo que recolleredes na secretaría, teredes 3 dorsais por corredor. Un para btt, outro para a mochila e outro para a **secc1 que debedes levar na parte dianteira nun lugar visible.** Este dorsal podédelo quitar despois desta sección.

Asistencia:

ELITE:

Sen asistencia. A organización desprazará a caixa de cada equipo as transicións T2 e T4. Ningún equipo elite poderá recibir axuda ou colaboración nas zonas de transición. Os equipos elite ao chegar ao recinto feiral terán un lugar para



CLUB BRIGANTIA AVENTURA
G-70396205
r/ Hospital 37 Baixo C
15003-A Coruña



deixar as súas bicicletas e o material necesario para realizar a secc 2, unha vez que abandonen o recinto feiral non poderán deixar ningún material nin lixo, é dicir, que terán que portar as zapatillas.

Tanto na T2 coma na T4 atoparedes a caixa que nos deixedes na secretaria antes das 9:30 horas. É moi probable que chova ese día e o lugar das transicións non é cuberto, por iso as caixas deberán ser pechadas para que non se vos molle o material. Nas 3 transicións (T2,T3,T4) teredes auga para repoñer.

Na T2 os equipos elite podedes gardar as zapatillas de btt na caixa e os cascos amarralos ás bicicletas. As btt moverémolas cas vosas caixas que atoparedes outra vez na T4.

Moito ollo que na T3 só teredes auga, non teredes as vosas caixas.

AVENTURA e PROMOCIÓN

Os equipos aventura e promoción que só fagan a carreira 2 compoñentes e non teñan asistencia comportaranse igual cos equipos elite e terán que deixar unha caixa en secretaria, que atoparán na T2 e T4.

O compoñente que descanse fará as tarefas de asistente, para elo, entregarásevos un mapa de asistencia. Pedímosvos que colaboredes ca organización en todo momento xa que os lugares para as transicións non son moi amplos.

Ten unha importancia especial a T3, debido que é un sitio moi estreito. Pedímosvos que despracedes os vehículos xustos e que os acompañantes eviten ir a esta transición. Os equipos que se despracen en autocaravana, furgón e vehículos de grandes dimensións, non poderán ir a esta transición xa que fisicamente é imposible. Se algún equipo, lle produce algún problema isto, que se poña en contacto con Marcos (627496679). Nesta transición haberá membros da organización dando as indicacións para estacionar. Tede paciencia e desculpade as molestias.



CLUB BRIGANTIA AVENTURA
G-70396205
r/ Hospital 37 Baixo C
15003-A Coruña



Datos Técnicos:

O raid divídese en 5 seccións. O sistema de control e cronometraxe será por sportident. Todos os corredores leavedes unha pinza sportident fixada á moneca cunha pulseira. Utilizaremos o sistema de tracktherace para facer o seguimento da carreira. A información que nos dea o sistema poderá ser utilizada para comprobar calquera circunstancia de carreira. Moito ollo cas zonas prohibidas.



Trazo de estrada prohibida



Zona de paso en estrada prohibida

Todo o Raid é en **modalidade lineal** e ademais non teñen o mesmo valor todas as balizas. Os mapas que vos daremos son de diferentes escalas e son **impermeables**.

É un raid que non será completado por todos os equipos. Aconsellámosvos que teñades a referencia dos tempos medios de cada sección e se vedes que ides xustos ou pasados do tempo medio, vaiades recortando onde poidades. **O raid ten moitos lugares para acurtar.**

A meta cerra as 19:00 horas. Todo aquel que entre pasado este tempo, perderá todos os puntos da sección. **Só poderán superar este tempo os equipos que teñan neutralización no kaiak.**

Aconsellamos levar roupa de abrigo, xa que é un raid que se vai celebrar con mal tempo e con probabilidade de choiva e a sensación térmica será de baixa temperatura.

No kaiak aconsellamos levar posto o impermeable ou cortaventos e valorade o feito de levar un pantalón de augas para abrigarvos. Os equipos que non tedes asistencia pensade que despois desta sección non teredes roupa para cambiarvos.



CLUB BRIGANTIA AVENTURA
G-70396205
r/ Hospital 37 Baixo C
15003-A Coruña



RECEPCION DE EQUIPOS:

A secretaría abrirá ás 8:30 horas. Animamos a todo o mundo a facer canto antes este trámite para que teñades tempo de preparar o material.

- Zona Recepción de documentación: Entregaremos a bolsa do equipo onde teredes toda a información. **Estarán os 9 dorsais que debes colocar nas vosas mochilas na parte traseira, nas bicicletas e no peito para a primeira secc.**
- Zona Comprobación de pinzas sportident e colocación na moneca das mesmas coas pulseiras.
- Recollida de dispositivo tracktherace. (os equipos aventura e promoción son responsables de cambiarse o dispositivo na transición)(os equipos aventura e promoción, collerá o dispositivo o corredor que faga a 1 secc e a segunda)
- Lugar para deixar caixas (numeradas) e as palas de kaiak (opcional)
- Zona foto equipo.

Os Boxes.

Cando chegedes ao recinto feiral non teredes boxes. Teredes unhas barras para colocar as bicicletas e estarán divididas en dúas partes. Unha para os equipos elite e sen asistencia e outra para os equipos aventura e promoción. Ademais de colocar as vosas bicis poderedes deixar as cousas necesarias para a secc2.

NON poderá quedar nada neste lugar cando arranquedes a realizar dita sección.

Ao final de cada sección todos os corredores que corran a sección terán que picar fin de sección.

Teremos tres puntos de descarga, onde terán que descargar os tres membros do equipo:

- **Final da secc1**
- **Final da secc3**
- **Meta**



CLUB BRIGANTIA AVENTURA
G-70396205
r/ Hospital 37 Baixo C
15003-A Coruña



1 Sección. Orientación específica a relevos. Lineal

Esta sección é unha proba típica nas carreiras de orientación a pé. Os equipos elite terán que facer tres percorridos distintos e de igual dificultade e distancia. Os aventura farán dous percorridos e os promoción (orienta-raid) fará un percorrido con todos os seus membros xuntos.

Cando deamos a saída, un corredor de cada equipo estará baixo o arco de saída e co plano no chan (salvo promoción que estarán todos) os demais membros dos equipos estarán nunha zona de "corentena" onde esperarán polo seu compañeiro a que chegue. Neste momento daranse un relevo e o segundo corredor fará o seu percorrido, e así sucesivamente. Os corredores que vaian chegando agardarán nas súas bicicletas a que cheguen os seus compañeiros, e unha vez que os tres corredores (ou dous) rematen os relevos irán todos xuntos á mesa de secretaría a descargar e recoller os mapas de secc2.

Ningún corredor poderá ser acompañado por outro compañeiro ou asistente nesta sección. É unha proba individual (salvo promoción).

O compoñente de aventura que non faga a proba estará na zona das bicicletas. Nunca fora do recinto feiral.

Sistema de puntuación: cada percorrido ben feito (lineal) 1 punto.

Máxima puntuación:

- 3 puntos elite
- 2 puntos Aventura
- 1 punto Promoción.

2 Sección. BTT 35,8 km (14 km promoción). 780 m desnivel positivo. Lineal

Inicio no recinto feiral e final na T2. (atención material obrigatorio. Luz vermella)

Moito coidado nesta sección coas zonas prohibidas. Teredes varias opcións de zonas de paso. Hai un punto onde teredes que cruzar unha estrada principal, no que haberá un voluntario indicándovos cando podedes cruzar. Moito ollo nesta sección coa circulación. Estamos nunha zona rural na que abunda a maquinaria agrícola.

Os camiños están inundados de auga e con moito barro, aconsellámosvos unha boa revisión da bici, levádeas ben engraxadas e levade aceite durante a carreira e cubertas en bo estado.



CLUB BRIGANTIA AVENTURA
G-70396205
r/ Hospital 37 Baixo C
15003-A Coruña



Ao final desta sección os equipos elite teredes as vosas caixas onde poderedes meter as zapatillas de bici e o que non precisedes para as dúas seccións seguintes. O casco da bici, poderédelo deixar amarrado á bici.

Encontraredes de novo as bicis e a caixa na T4.

Lembrar que as caixas teñen que estar pechadas e identificadas.

3 Sección. KAIKAK 7,3 km (3,7 km Promoción) Lineal

Inicio na T2 e final na T3

Os equipos elite dous remarán e o terceiro terá que facer un percorrido a pé duns 4 km aproximados. O corredor que faga este percorrido a pé terá que orientar durante este percorrido e ticar unha baliza (código 51) e atoparse cos seus compañeiros na T3, **onde picarán fin de sección cando estean os tres xuntos.**

Os dous corredores que fagan o kaiak, deberán realizaar os controis 49 e 50 en orden lineal e xuntarse co terceiro corredor na T3.

Aos equipos elite entregaránselle dous mapas, un para o kaiak e outro para o corredor que progresa a pé.

Os equipos aventura e promoción non terán que facer este control (51).

Os equipos cando cheguen ao control 50 terán que deixar os kaiaks e dirixiranse a transición, que estará a 400 metros deste punto.

Moito ollo con esta sección. Aconsellamos levar roupa de augas completa e ir ben abrigados. Ao final desta sección os equipos elite non atoparán a súa caixa, só terán auga e terán que partir con todo o seu material, salvo as palas que as poderán deixar na transición.

Lembramos a dificultade desta transición para a circulación de vehículos. Pedímosvos que despracedes os vehículos mínimos e a poder ser vehículos de pequenas dimensións.

Calquera equipo que chegue a transición e non teña kaiak, será neutralizado, e ese tempo será engadido a súa hora de fin de meta.



CLUB BRIGANTIA AVENTURA
G-70396205
r/ Hospital 37 Baixo C
15003-A Coruña



4 Sección . TREKKING 14,9 km (8,5 km promoción) 500 m desnivel positivo. Lineal

Trekking moi rápido con posibles navegacións con elementos lineais que son fáciles de usar coma guía.

Recoméndase o uso de maias longas e perneiras.

Importante o acceso á baliza 53. Moitísimo ollo ca ponte, esvara moitísimo.

Nos arredores da baliza 57 hai unha propiedade privada ben limitada por un cercado de madeira. Poderase rodear perfectamente á hora da elección de ruta. Lembrade que moitos cercados teñen tensión eléctrica.

Coidado coas estradas prohibidas e observade ben as eleccións de ruta e os posibles pasos se decidides recortar.

Nesta sección tedes una primeira parte mais lineal e unha segunda parte con mais posibilidades de recorte.

5 Sección. BTT 40,8 km (7 km promoción) 950 desnivel positivo. Lineal

Inicio na T4 e final e Arzúa. Aquí atoparedes de novo, as vosas caixas e auga.

Estades ante a última sección do raid. Moito ollo coa hora, xa que a meta pecha ás 19.00 horas. Tedes moitas zonas onde acurtar.

Coidado nesta sección cas zonas prohibidas. Teredes varias opcións de zonas de paso.

Atención nesta sección coa circulación. Estamos nunha zona rural na que abunda a maquinaria agrícola.

Os camiños están inundados de auga e con moito barro. Aconsellámosvos unha boa revisión da bici, levalas ben engraxadas e aceite durante a carreira e cubertas en bo estado.

Lembrade de descargar o final da carreira.



CLUB BRIGANTIA AVENTURA
G-70396205
r/ Hospital 37 Baixo C
15003-A Coruña



Meta e Clausura

A meta pechará as 19:00 horas.

Ás 20:00 horas será a entrega de premios e pincho de confraternización no pavillón do recinto feiral.

Rogamos a todos os participantes que nos acompañedes nesta cerimonia para desfrutar dun momento de convivencia, recoñecementos e agradecementos.