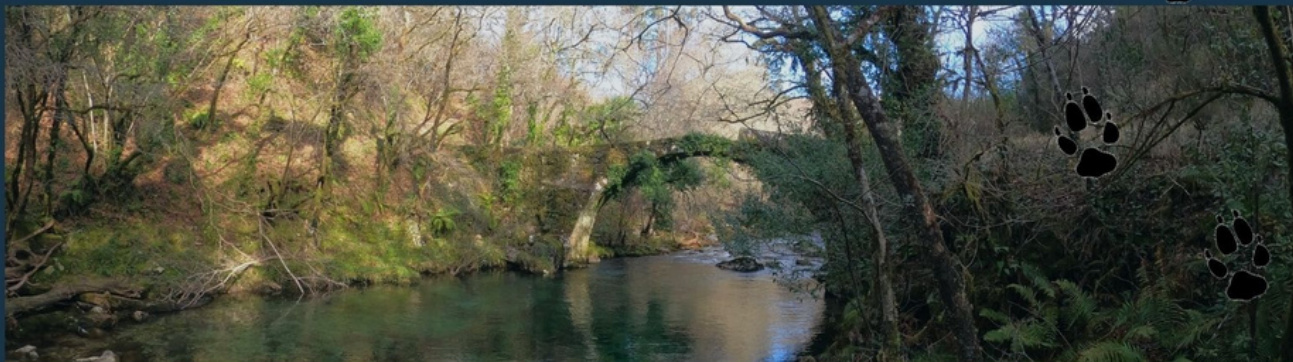


2º PROBA DA LIGA GALEGA DE RAIDS DE ORIENTACIÓN



Fuente: Gonzalo Mucientes/Ecoloxía Azul



BOLETIN 1

RAID COVELO

TRALAS PEGADAS DO LOBO

26 de Marzo de 2022
Concello de Covelo

Inscripcións abertas ata o martes 22/03/22:
www.fegado.es

Contacto: info@xestanatureza.com | 644567614

Patrocina:



Colaboran:



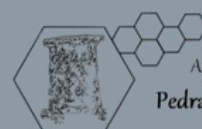
Organizan:



Colaboran:



Rectoral
de Fofe
Descanso en entorno rural



Apicola
Pedra do Lobo®



Índice

1. Resumo do evento
2. Centro de competición
3. Inscripcións
4. Programa
5. Categorías
6. Seccións
7. Información de mapas
8. Esquema de carreira
9. Material obrigatorio e prohibido
10. Normativa
11. Aloxamentos e restauración
12. Entrega de Trofeos e sorteos

1 - RESUMO DO EVENTO



O Raid de Orientación é unha competición multidisciplinar destinada a probar a capacidade de orientación e resistencia dos equipos, sen axuda externa. Os equipos en moitas ocasións deben ser mixtos, e mulleres e homes compiten en igualdade de condicións, polo que estamos ante un dos deportes máis inclusivos do mundo.

O deporte dos Raids de Orientación consiste en realizar un percorrido, preestablecido pola organización, marcado no terreo mediante balizas e sinalado no mapa específico de ese terreo que se entregará a cada participante.

Os percorridos serán lineais (deberán realizarse en orde), pero poderanse deixar as balizas que se consideren, podendo recurtar as seccións (recomendable), e haberá diferentes modalidades deportivas.

Os participantes, coa axuda dun compás, realizarán o percorrido elixindo o itinerario a seguir entre os puntos de control.

En cada punto de control rexistrarán o seu paso mediante a tarxeta de control electrónica SportIdent, aportada por cada participante ou pola organización do evento.

Cada equipo, en función da súa propia estratexia, decide qué distancia percorre, qué puntos de control visita, e qué probas especiais realiza; tendo en conta que non pasar polos puntos de control supón non sumar os puntos que otorga dito control.

O tempo empregado e a puntuación conseguida en realizar o percorrido serán os determinantes da clasificación final.

2 - CENTRO DE COMPETICIÓN



O centro de competición do Raid de Covelo estará ubicado na praza do campo da Feira, concretamente, aquí:



3 - INSCRICIÓNS

O importe da inscrición, por equipo (3.0 e 2+1), ou por participante (Orienta-Raid), detállase na seguinte táboa:

CATEGORÍA	Ata o 15/03	Dende o 15/03 ata o 22/03
3.0	66€	75€
2+1	66€	75€
ORIENTA-RAID (*prezo por corredor)	20€	22€

[INSCRICIÓNS](#)[INSCRICIÓNS](#)[INSCRICIÓNS](#)

CUOTAS ADICIONAIS

Aluguer de tarxeta Sportident (1 por participante)	3€
Licenza de día (persoas non federadas)	3€

4 - PROGRAMA

Sábado, 26 de marzo de 2022

- **08:30: Apertura de Secretaría (Centro de Competición)**
 - Lugar: Concello de Covelo
 - Recollida de documentación e entrega de bolsa do corredor
- **09:30: Saída da categoría 2+1.**
- **09:45: Saída da categoría 3.0.**
- **10:00: Saída da categoría Orienta-Raid.**
- **16:00: Peche de Meta da categoría Orienta-Raid.**
- **19:00: Peche de Meta da categoría 2+1.**
- **19:15: Peche de Meta da categoría 3.0.**
- **20:00: Entrega de trofeos e sorteo de agasallos entre tódolos asistentes.**

5 - CATEGORÍAS

3.0 (9,5h)

- Deportistas (maiores de 18 años) que teñan experiencia en Raids.
- Percorrido máis esixente, tanto física como técnica.
- Os equipos estarán formados por 3 persoas, sempre en carreira.
- Disciplinas: Trekking, BTT.

2+1 (9,5h)

- Deportistas (maiores de 18 años) que teñan experiencia en Raids.
- Percorrido máis esixente, tanto física como técnica.
- Os equipos estarán formados por un mínimo de 2 persoas e un máximo de 3. Sempre deberán estar en carreira un máximo de 2 persoas.
- Disciplinas: Trekking, BTT.

ORIENTA-RAID (6h)

- Persoas (maiores de idade) que non teñan gran experiencia en Raids.
- Poderán participar menores de idade que teñan (ou cumpran no 2022) 16 ou 17 anos, sempre debidamente autorizados (pai/nai/tutor legal) e acompañados durante todas as seccións do percorrido por polo menos un maior de idade con experiencia acreditada na modalidade deportiva de Orientación.
- Percorrido sinxelo, con pouca dificultade técnica.
- Os equipos estarán formados por un mínimo de 2 persoas, e un máximo de 5. Sempre deberán estar en carreira un mínimo de 2 persoas.
- Disciplinas: Trekking, BTT.

6 - SECCIÓN

3.0 / 2+1 (9,5h)

SECCIÓN	DISTANCIA	DESNIVEL +/-	MELLOR TEMPO	TEMPO MEDIO
1 - BTT	37 km	1100m/1100m	2:40h	3:00h
2 - TREKKING	23 km	800m / 800m	3:20h	3:40h
3 - BTT	14 km	360m / 360m	1:00h	1:15h
4 - TREKKING	11 km	450m / 450m	1:50h	2:10h
PROBA ESPECIAL				

TOTAL: 85 km 2710m 8:50h 10:05h

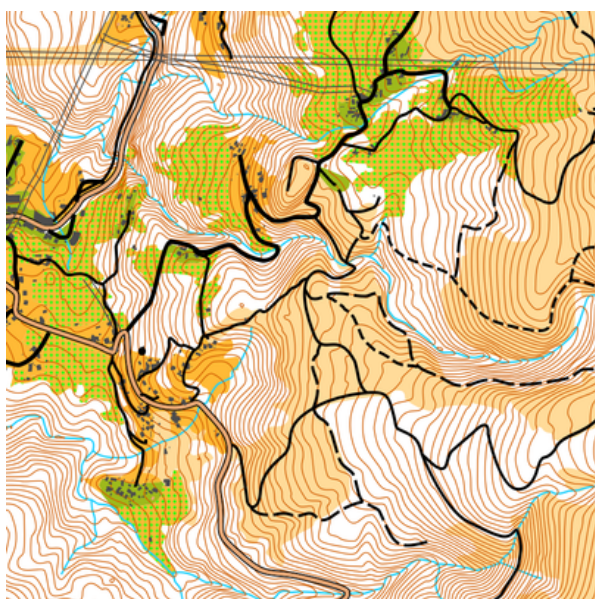
ORIENTA-RAID (6h)

SECCIÓN	DISTANCIA	DESNIVEL +/-	MELLOR TEMPO	TEMPO MEDIO
1 - BTT	15 km	500m / 500m	1:30h	2:00h
2 - TREKKING	6 km	230m / 230m	1:00h	1:15h
3 - BTT	14 km	360m / 360m	1:30h	1:45h
4 - TREKKING	5 km	200m / 200m	1:00h	1:20h
PROBA ESPECIAL				

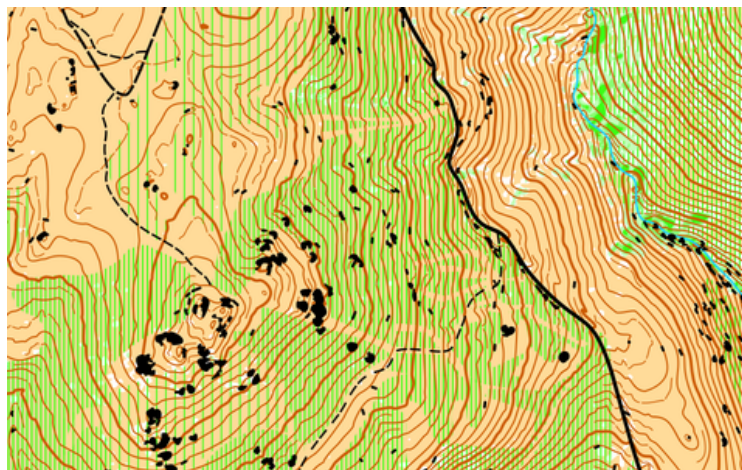
TOTAL: 40 km 1290m 5:00h 6:20h

7 - INFORMACIÓN DE MAPAS

- Os mapas que se empregarán durante o "Raid de Covelo, tralas pegadas do lobo", serán específicos de BTT e Trekking:
 - Nos mapas das seccións de BTT, figurarán tódalas estradas e camiños. Está revisada a ciclabilidade de todas elas e así queda reflexado segundo a continuidade do trazo do camiño. En canto a cores, diferénciase entre bosque (branco), zona despexada (marrón) zonas privadas (verde) e zonas de cultivo.

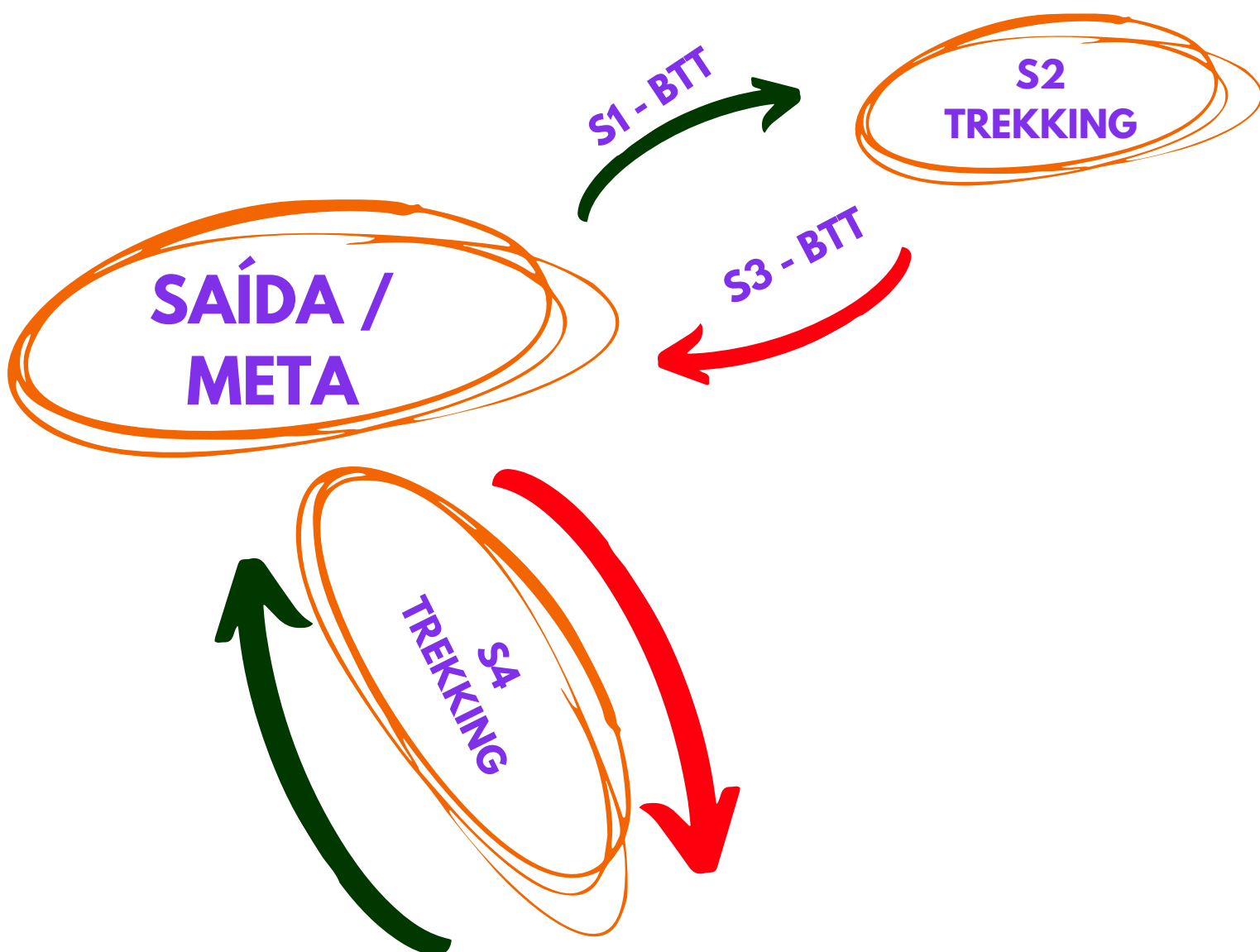


- Nos mapas de Trekking, emprégase base de Mapant, aínda que se detalla cómo está a vexetación baixa (toxeiras), para poder ter máis detalle en canto a eleccións de ruta sen empregar camiños.



8 - ESQUEMA DE CARREIRA

3.0 / 2+1 / ORIENTA-RAID



- Os equipos poderán ter asistencia nas transicións.
 - No caso de que os equipos non tiveran asistencia (ou relevo), terán que portear na S1 (BTT) as zapatillas e material obrigatorio para realizar a S2 (Trekking).

9- MATERIAL OBRIGATORIO E PROHIBIDO

MATERIAL OBRIGATORIO POR CORREDOR@

- Dúas máscaras.
- Xel hidroalcohólico.
- Tarxeta SportIdent.
 - Aquelas persoas que dispoñan de tarxeta poderán empregar a súa propia, sendo obrigatorio que o modelo sexa SI-10, SI 11 ou SIAC (non sendo válidos outros modelos diferentes aos indicados).
- Recipiente con auga.
- Mochila pequena de, alomenos, 1l de capacidade.
- Bicicleta de montaña, que inclúa: casco homologado, repostos para pinchazos e luz vermella traseira.
- Manta térmica.
- Chaqueta cortaventos e impermeable (* en función das previsións climatolóxicas*).
- Camiseta térmica.
- Asubío.
- Buff ou similar.
- Comida enerxética para a carreira (barritas, xeles, froita, ...)

MATERIAL OBRIGATORIO POR EQUIPO

- Compás.
- Teléfono móbil apagado, con carga completa. Queda terminantemente prohibido a utilización do teléfono móbil, excepto para casos de emerxencia.
- Botiquín de emerxencia que conteña: vendas, gasas antiinflamatorios, povidona iodada, analxésicos.
- Luz frontal ou lanterna.

MATERIAL RECOMENDABLE POR EQUIPO

- Portamapas BTT (en seccións específicas BTT).
- Funda portamapas.

MATERIAL PROHIBIDO

- Reloxos con GPS que amosen mapas.
- O feito de levar un GPS (con mapa) enriba será motivo de descalificación.

10 - NORMATIVA

As normas, regulamentos e protocolo que rexirán o I Raid de Covelo son as recollidas na Federación Galega de Orientación:

- [Normas anuais de Raids de Orientación FEGADO 2022](#)
- [Regulamento de Raids de Orientación](#)
- [Protocolo FISICOVID FEGADO \(febreiro 2022\)](#)

Cabe destacar que:

- Os membros do equipo, mentres estén en competición, deberán manterse xuntos en todo momento, podendo mediar entre eles unha distancia máxima de 20 metros.
- Nas categorías Mixto, ao menos o 30% das seccións deberán disputarse con, alomenos, un compoñente feminino.
- Deberase levar a máscara en todo momento nas zonas de transición e cando non se poda manter a distancia con outros corredores.
- Por motivos de seguridade, o abandono da competición deberá ser comunicada coa maior antelación posible á organización.
- A organización estará en todo momento a disposición dos participantes, se ben, non se poderá solicitar ningunha axuda que poda supoñer ventaxa con respecto aos demais participantes.
- Os participantes deberán cumprir calquera indicación concreta que lles dé a organización.
- Mentres os equipos se atopen realizando unha sección deberán ser autosuficientes e non poderán recibir ningunha axuda exterior, salvo caso de emerxencia.
- Non se pode empregar outro medio de transporte distinto ao designado para cada sección.
- A perda de unha tarxeta SportIdent suporá a penalización de tódalas balizas para as que estaba prevista. O importe da tarxeta SportIdent en caso de extravío, perda ou deterioro é de 60€
- A entrada en meta dun equipo estará materializada pola entrada de tódolos seus compoñentes.

11 - ALOXAMENTOS E RESTAURACIÓN

- HOTEL LA RECTORAL

- 10% de desconto para tódalas persoas aloxadas no establecemento, na fin de semana de celebración do Raid co código RAIDCOVELO2022.

- RECTORAL DE FOFE:

- 10% de desconto para tódalas persoas aloxadas no establecemento, na fin de semana de celebración do Raid. É preciso acreditar a participación no Raid de Covelo.

- LUGAR DOS DEVAS:

- 10% de desconto para tódalas persoas aloxadas no establecemento, na fin de semana de celebración do Raid.

- RESTAURANTE/PENSIÓN CASA COSTA

12 - ENTREGA DE TROFEOS E SORTEOS

- ÁS 20h terá lugar a entrega de trofeos do I Raid de Covelo, entre os 3 primeiros equipos das categorías 3.0 e 2+1.
- Asímesmo, realizaranse diversos sorteos de produtos locais, así como de estancias nos establecementos colaboradores (só se entregarán os premios aos equipos que estén ao completo no sorteo).