



## II Raid de Orientación "Concello de Cariño"

SECCIÓN 1 - Score 100



SCORE

## II Raid de Orientación "Concello de Cariño"

9 de Abril

R	▶ 79,6 km ◀	▲ 2450 m		10:00 ▶    ◀ 20:00	▶ 8h.15' ◀
	Distancia	Des. acum. +	BALIZAS	Salida ▶ ◀ Corte ▶ ◀ Cierre	Promedio
S1	▶ 3 km ◀	▲ 50 m	21		▶ 30' ◀
S2	▶ 17,3 km ◀	▲ 600 m	5		▶ 1 h.15' ◀
S3	▶ 13,3 km ◀	▲ 700 m	7		▶ 2h.30' ◀
S4	▶ 40 km ◀	▲ 1100 m	6		▶ 2 h.45' ◀
S5	▶ 6 km ◀	▲ 0 m	3	14:30 ▶  ◀ 18:30	▶ 1 h.15' ◀

En tódalas seccións, é obrigatorio levar o material obrigatorio do raid.

### MATERIAL OBLIGATORIO DO RAID

- \* Mochila (progresión). (Unha por participante).
- \* Silbato (unha por participante) e coñecer o código Morse SOS (...---...).
- \* 1 Teléfono móbil co Pin indicado na parte posterior do teléfono
- \* Recipiente para bebida de polo menos 1,5 litros (un por participante)
- \* Manta térmica (unha por participante)
- \* Botiquín (un por equipo) con (2 vendas elásticas, 2 gasas esterilizadas, betadine, esparadrapo, paracetamol, 2 tiritas).
- \* Buff ou similar
- \* Cortaventos
- \* Brúxula
- \* A organización poderá ampliar o material obrigatorio nas seccións que considere convintes.

\*\* Prohibido calquer tipo de aparato de navegación con sistema GPS ou similar.

▶	S1				PUNTOS
	31				15
	32				5
	33				10
	34				10
	35				10
	36				10
	37				10
	38				5
	39				5
	40				5
	41				5
	42				5
	43				5
	44				15
	45				15
	46				10
	47				5
	48				5
	49				10
	50				10
	51				15

## II Raid de Orientación "Concello de Cariño"



SECCIÓN 2 - BTT1

SCORE

II RAID CONCELLO DE CARIÑO							
S2-BTT 1		17,3 km			600 m		
▷							
1	52		///	///	×		
2	53		///				
3	54		///				
4	55		///	~	Y		
5	56						

Material obrigatorio do raid + Bicicleta BTT e casco

Material recomendado: kit de reparación Btt, portamapas, brúxula,

comida e guantes

### Material obrigatorio para proba especial "rappel" (1 por equipo):

- Arnés
- Descensor con autoblocante (stop, oito con machard ou prusik, ...)
- 3 mosquetóns
- 2 cintas cosidas ou бага dobre
- guantes longos para a corda
- Zapatillas de trekking (non serve zapatillas btt)
- Casco (cedido pola organización –especifico de rappel-).

## II Raid de Orientación "Concello de Cariño"



SECCIÓN 3 - TREKKING

LINEAL

II RAID CONCELLO DE CARIÑO							
TREK AVENTURA		13,3 km			700 m		
▷							
1	57		///				
2	58		⋈				
3	59		∩				
4	60		///	///	×		
5	61		○				
6	62		▲	///			
7	63		///			<	
○	×	2060 m			○		

Material obrigatorio do raid

### Material para a sección de trekking:

- **Maia longa ou perneiras que cubran toda a perna (obrigatorio)**
- Polainas (recomendables)
- Camiseta manga longa (recomendable)

## II Raid de Orientación "Concello de Cariño"



SECCIÓN 4 - BTT2

LINEAL

II RAID CONCELLO DE CARIÑO									
BTT2		40,0 km				1100 m			
▶									
1	65		///	▲					
2	66		///	///	×				
3	67		///	///	×				
4	68		○						
5	69		☰						
KAYAK									
6	73		⊙						
⊙	1080 m								⊙

Material obrigatorio do raid + Bicicleta BTT e casco

Material recomendado: kit de reparación Btt, portamapas, brúxula,  
comida e guantes

### Material obrigatorio para proba especial "rappel" (1 por equipo):

- Arnés
- Descensor con autoblocante (stop, oito con machard ou prusik, ...)
- 3 mosquetóns
- 2 cintas cosidas ou boga dobre
- guantes longos para a corda
- Zapatillas de trekking (non serve zapatillas btt)
- Casco (cedido pola organización –específico de rappel-).

## II Raid de Orientación "Concello de Cariño"



SECCIÓN 5 - KAIK

SCORE

II RAID CONCELLO DE CARIÑO									
KAYAK		4,0 km							
▶									
1	71			×					
2	72		///	×					
3	70		///	▲					

Material obrigatorio do raid

### Material para sección de kaiak:

- Palas e chalecos cedidos pola organización, aínda que os equipos que teñan pala poderán utilizalas entregándoas en secretaría identificadas co número do seu dorsal
- Impermeable (recomendables)
- Portamapas estanco (recomendable)
- Zapatillas de trekking (recomendable)

Abre ás 14:30 e pecha ás 18:30