

XVII TROFEO EL PROGRESO – CIUDAD DE LUGO

BOLETÍN Nº2 MEDIA

26/01/2019



ORGANIZACIÓN

CLUB ORGANIZADOR: CLUB FLUVIAL LUGO

DIRECCIÓN: CARLOS FERNÁNDEZ / JAVIER LIZ

EQUIPO TÉCNICO:

- Cartografía y recorridos: Carlos Fernández, Javier Liz
- Revisión de mapa, trazados y balizado: Javier Liz
- Sportident: Sonia Gómez, Alberto Corral
- Juez controlador: Jorge Piñeiro (Club Artabros)

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: Carlos Fernández. Revisado en enero de 2018 por: Javier Liz.

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 cogeremos 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

RECORRIDOS Y CATEGORÍAS

CATEGORÍAS:

CATEGORÍA	AÑOS NACIMIENTO
ALEVÍN M/F-12	2007-2008
INFANTIL M/F-14	2005-2006
CADETE M/F-16	2003-2004

M/F-18	2001-2002
M/F-21	Sin límite de edad
E/FE	Sin límite de edad
M/F-35	1984 y anteriores
M/F 40	1979 y anteriores
M/F 45	1974 y anteriores
M/F-50	1969 y anteriores

RECORRIDOS:

RECORRIDO	BALIZAS	DISTANCIA (metros)	DESNIVEL (metros)	RECORRIDO	BALIZAS	DISTANCIA (metros)	DESNIVEL (metros)
INI CORTA	18	2000	45	INI LARGA	18	2830	67,5
F12	18	2150	47,5	M12	18	2150	47,5
F14	18	2530	65,0	M14	18	2940	65,0
F16	28	2990	70,0	M16	29	3640	77,5
F18	28	3130	70,0	M18	29	4540	97,5
F21B	23	2390	67,5	M21B	24	3320	80,0
F21A	24	3320	80,0	M21A	29	4330	97,5
FE	27	3920	92,5	E	29	5070	92,5
F35	21	2530	65,0	M35	28	4280	90,0
F40	21	2170	62,5	M40	25	3570	70,0
F45	19	1980	60,0	M45	26	3180	65,0
F50	18	1890	50,0	M50	28	3130	70,0

La escala de competición será 1:4000 para todas las categorías.

Equidistancia curvas de nivel: 2,5 metros

INSCRIPCIONES

Hasta el domingo, 20 de enero a las 23:50 h, en la web: 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 30€.

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: fluviallugo.o@gmail.com 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 MEDIA + (más el nombre del club). Aquellos clubs que precisen factura, no olviden enviar sus datos fiscales.

INDEPENDIENTES: Realizarán la inscripción a través del sistema de inscripciones de la fegado, a través de su página web (<http://fegado.es/intranet>).

Los deportistas que no estén dados de alta en la intranet, tienen que crear un perfil en la misma, siguiendo las instrucciones de la propia web. Para luego entrar en el evento de la carrera (<https://intranet.fegado.es/events/view/csybod47mtm3/>) y darse de alta en la categoría que desean competir (iniciación corta o iniciación larga). Si disponen de tarjeta sportident, indicarán el número correspondiente a la misma, en caso contrario dejarán la celda en blanco y se les asignará una en régimen de alquiler para la carrera.

Antes de realizar la inscripción se deberá disponer del justificante de pago, para poder adjuntarlo en la inscripción. Así mismo se enviará copia de dicho justificante por e-mail a fluviallugo.o@gmail.com, indicando en el asunto: ORI LUGO + PAGO "NOMBRE DEL CORREDOR" si se ha abonado la inscripción de varios corredores, se detallará en el mail. El ingreso se realizará en la cuenta nº ES06 2080 0152 6230 4005 3133 de ABANCA indicando en el concepto: ORI LUGO + (nombre y apellidos). La cantidad será la suma del resumen de la inscripción en la carrera, más 3€ si necesita alquilar tarjeta SI. (para cualquier consulta contactar en el 630 674 775 (Carlos) o en fluviallugo.o@gmail.com).

Los federados de otros clubes (no gallegos) podrán inscribirse en categoría oficial, fuera de competición.

Los corredores no federados que disputen las dos pruebas tendrán un descuento de 2€ del coste total de la inscripción.

LAS PINZAS SPORTIDENT ALQUILADAS SE DEVOLVERÁN EN EL MOMENTO DE LA DESCARGA DE CADA CARRERA Y SE ENTREGARÁN OTRAS PINZAS PARA LA SIGUIENTE PRUEBA

PRECIOS DE LAS INSCRIPCIONES:

- Federados categoría **F/M 18** e inferiores: **5 € + 3€** (si alquila tarjeta sportident)
- Federados resto de categorías: **7 € + 3€** (si alquila tarjeta sportident)
- Iniciación Corta (Niños) sin licencia fed.: **7 € + 3€** (si alquila tarjeta sportident)
- Iniciación Larga (May.), sin licencia fed.: **10 € + 3€** (si alquila tarjeta sportident)
- Federados en categorías iniciación: **5 € + 3€** (si alquila tarjeta sportident)
- Recargo por inscripción fuera de plazo (si es posible): **1 €**
- Reposición de dorsal: **1 €**
- Cambio de tarjeta S.I.: **3 €**

HORARIOS

09:30 ENTREGA DE **DORSALES*** Y SPORTIDENT
10:30 SALIDA DE LOS PRIMEROS CORREDORES
13:30 CIERRE DE META (TIEMPO LÍMITE DE CARRERA – 90 MINUTOS)
13:30 INICIO RETIRADA DE LAS BALIZAS DEL TERRENO

SALIDAS INICIACIÓN: ENTRE LAS 10:30 Y LAS 11:30

Aquellos padres que compitan y que necesiten acompañar a sus hijos en categoría iniciación han de remitir mail, solicitando salida a las 10:30 e indicando a que menor va a acompañar.

* **Los dorsales se entregarán a un responsable por club. No realizando entrega individual de los mismos.**

ENTREGA DE PREMIOS Y SORTEOS

Se realizará al finalizar la prueba sprint de la tarde, al sumarse los resultados (de ambas pruebas para el XVII TROFEO EL PROGRESO – CIUDAD DE LUGO

Al finalizar las pruebas se procederá a realizar la entrega de premios, con trofeos para los tres primeros clasificados en categorías élites y en las categorías hasta 18 años. Con presencia de las autoridades locales.

ENTRE LOS TRES PRIMEROS CLASIFICADOS

- **Un cheque regalo de 50 € de INTERSPORT**, categorías M/F-12, M/F-14, M/F-16, M/F-18
- **Un cheque regalo de 50 € de INTERSPORT**, categorías M/F-21A, M/F-21B, E, FE
- **Un cheque regalo de 50 € de INTERSPORT**, categorías M/F-35, M/F-40, M/F-45, M/F-50

ENTRE TODOS LOS PARTICIPANTES DE LA PRUEBA (INCLUIDOS INICIACIÓN)

- **SEIS lacones** (Lacón Gallego) con la colaboración de Jamones González

Los agraciados en el sorteo tendrán que estar presentes para recibir el regalo, en el supuesto de ausencia, se volverá a realizar el sorteo.

Los agraciados con el cheque regalo, podrán utilizarlo en las instalaciones de INTER SPORT Miguel Sport ubicadas en la calle Obispo Aguirre, 3 (Lugo). Para los corredores foráneos, indicar que el sábado está abierta hasta las 20:30 horas.

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
- **Duchas:** Se pondrán duchas y vestuarios a disposición de los corredores en las **INSTALACIONES DE PIRAGUISMO DEL CLUB FLUVIAL DE LUGO**. El horario de este servicio será desde las 11:30 horas hasta las 14 horas.

CONTACTOS DE LOS RESPONSABLES DE LA PRUEBA

CARLOS FERNÁNDEZ MARTÍNEZ

630 674 775

fluviallugoorientacion@gmail.com

NORMAS DE LA PRUEBA

- En base al artículo 17.2 del Reglamento de Orientación FEGADO 2019, se declara embargado el terreno acupado por el mapa (zona universitaria, pistas deportivas y parque del Miño-Rato) desde la fecha de publicación del presente boletín.
- **DORSALES** (Federados FEDO-FEGADO: OBLIGATORIO llevar visible por delante el oficial de la Liga Gallega 2019. Otros federados y no federados: sin dorsal).
- En esta competición serán de aplicación las normas ISSOM 2007 (normativa sprint), el reglamento de O-Pie 2019 y las Normas Anuales XXVIII Liga Gallega de O-Pie (Accesibles estas dos últimas en la web de la FEGADO)
- La prueba tendrá un **tiempo límite de competición de 90 minutos**.
- Los corredores participan en la prueba bajo su propia responsabilidad, asumiendo los riesgos inherentes a las carreras de orientación a pie.
- **La carrera se establece con tráfico abierto**, si bien el 70% de la prueba discurrirá por zonas peatonales o con baja densidad de vehículos.

- En el caso de los menores de edad, sus clubs son los responsables de inscribirlos en el recorrido adecuado a su nivel físico y técnico.
- Es recomendable que el participante lleve ropa ligera.
- 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 las zonas ajardinadas
- Tanto organizadores como competidores están obligados a respetar el entorno de carrera

FUNCIONAMIENTO DE SALIDAS**FEDERADOS****RELOJ DE LLAMADAS**

EL RELOJ INDICARÁ LAS

10:30 A LAS 10:27

INICIACIÓN

INICIO SALIDAS

10:30

-3	LIMPIAR Y COMPROBAR
-2	DESCRIPCIONES DE CONTROL
-1	PLANOS DE CARRERA

SALIDA A LAS 10:30

SALIDA CON HORARIO LIBRE

FIN DE SALIDAS
11:30

SEGURIDAD

- Se prestará especial atención al circular por algunos pasadizos ya que existe el riesgo de golpear la cabeza con las estructuras de las edificaciones o elementos fijos, por el gálibo de los mismos.
- Debido a las pruebas deportivas que se realizan en la zona el tráfico puede ser más intenso de lo habitual. Los corredores respetarán en todo momento las normas de tráfico, circulando y cruzando viales por las zonas habilitadas de modo ordinario a tal efecto.
- Para el día la carrera se prevén bajas temperaturas, por lo que existe la posibilidad de en varias zonas de la carrera se generen riesgos de caída al mismo nivel, por placas de hielo o superficies húmedas.
- Los riesgos de caídas distinto nivel, tanto en edificaciones como en taludes son mínimos. Pero se prestará especial atención a las zonas marcadas con mayor pendiente en el mapa y a las zonas con escaleras.

UBICACIÓN PRUEBA y APARCAMIENTO



ZONA DE COMPETICIÓN



DUCHAS



XVII TROFEO EL PROGRESO – CIUDAD DE LUGO

BOLETÍN Nº2 MEDIA

26/01/2019

FLUVIAL®

ORGANIZACIÓN, PATROCINIO Y COLABORACIONES

ORGANIZAN:



PATROCINAN:

EL PROGRESO



Concello de Lugo

COLABORAN:



DEPUTACIÓN DE LUGO



il farabutto
TRATTORIA & PIZZERIA



il farabutto
TRATTORIA & PIZZERIA

