



XIV LIGA GALEGA DE RAIDS

III RAID DESTINO VERDE
CONCELLO DE ARZÚA
CLUB BRIGANTIA AVENTURA



BOLETÍN 2

VERDE

DESTINO

III RAID DESTINO VERDE

CONCELLO DE ARZÚA



Arzúa raid

17 marzo 2018

III RAID DESTINO VERDE CONCELLO ARZÚA

I PROBA LIGA GALEGA RAIDS AVENTURA

BRIGANTIA AVENTURA A CORUÑA

Arzúa
O DESTINO VERDE

CLUB BRIGANTIA AVENTURA

Información: 627496679
clubbrigantiaaventura@gmail.com
Inscripciones: www.tracktherace.com





XIV LIGA GALEGA DE RAIDS

III RAID DESTINO VERDE
CONCELLO DE ARZÚA
CLUB BRIGANTIA AVENTURA



INDICE

- 1. PRESENTACIÓN**
- 2. DESCRICIÓN DA COMPETICIÓN**
- 3. DATOS TÉCNICOS DO RAID**
- 4. MATERIAL OBRIGATORIO**
- 5. PARTICIPACIÓN**
- 6. REGULAMENTACIÓN**
- 7. INSCRICIÓN. PRAZOS E COTA DE INSCRICIÓN**
- 8. PREMIOS**
- 9. INFORMACION TURÍSTICA, ALOXAMENTOS E RESTAURACIÓN**
- 10. ORGANIZACIÓN**
- 11. COLABORAN**



1. PRESENTACIÓN

III Raid Destino Verde - Concello de Arzúa. 17 de marzo.

O [Concello de Arzúa](#) está situado na parte suroriental da provincia da Coruña. Tamén se lle coñece como “*Terra do Queixo*” en referencia ao queixo elaborado con leite de vaca e con denominación de orixe Arzúa-Ulloa.

No territorio arzuán podemos ver múltiples gandeirías vacunas rodeadas de grandes praderíos que sirven de alimento ao ganado, de ahí que tamén é coñecido como o *Destino Verde de Galicia*.

A “*Festa do Queixo*” (festa de Interés Turístico Galego), celébrase cada ano o primeiro domingo de marzo dende o 1975, un evento multitudinario con multitude de actividades ao redor do queixo e a gastronomía, concertos e programación cultural variada.

Arzúa ofrécelle ao visitante a posibilidade de gozar de diversas áreas de recreo e de coñecer a pegada que a cultura romana e, en especial, a cultura xacobeá deixaron no seu territorio.

Destaca o seu arte relixioso, con múltiples capelas e igrexas moitas delas procedentes do século XVIII e tamén a súa arquitectura civil, cunha paisaxe rica en construcións típicas da zona, casas señoriais e, como non, edificios destinados a pousada de peregrinos, pois Arzúa é lugar de paso dos peregrinos e peregrinas de Camiño a Compostela (Camiño de Santiago).

2. DESCRICIÓN DA COMPETICIÓN

O Raid de Orientación é unha proba multidisciplinar por equipos, na que os participantes deben completar un percorrido de orientación, no menor tempo posible, superando as dificultades naturais que atopan ao seu paso, e utilizando exclusivamente as propias forzas, usando sempre medios NON motorizados (a pé, en btt, mediante cordas, kaiak, ...).

O noso principal obxectivo, como organizadores e deportistas, é a promoción dos deportes na natureza. Basándonos nesta premisa a proba ten estas características principais:

- Experiencia na natureza
- Todos os públicos
- Diversión
- Entorno natural único

O **PERCORRIDO** é descoñecido de antemán e o itinerario entre controis é libre e non estará sinalizado no terreo.



XIV LIGA GALEGA DE RAIDS

III RAID DESTINO VERDE CONCELLO DE ARZÚA CLUB BRIGANTIA AVENTURA



O III Raid Destino Verde – Concello de Arzúa, terá **5 seccións**, sendo completamente lineal e moi dinámico.

Os equipos **ÉLITE**, teñen prohibida a asistencia, mentres que nos equipos **AVENTURA e ORIENTA-RAID**, poderá facer dita asistencia o compoñente/s que descanse/n.

Neste raid contaremos co sistema de xeolocalización **TRACKTHERACE** que, ademáis de velar pola seguridade da proba, servirános como ferramenta de control para que todos os equipos repecten os lugares prohibidos e pasos obrigatorios.

Aínda que “a priori” poida parecer un raid longo en distancia, a carreira será rápida debido ao tipo de terreo que atoparemos. Os equipos máis rezagados, terán a posibilidade de acortar nalgunha zona.

PROGRAMACIÓN / HORARIOS:

VENRES 16 DE MARZO	
21 horas	Apertura de chan duro no pavillón municipal
SÁBADO 17 DE MARZO	
8:30 horas	Recepción dos equipos e recollida de documentación no centro neurálxico da proba, sito na Plaza da Feira (Arzúa) , xunto ao recinto feiral “Terra do Queixo” e control de material obrigatorio .
9:15 horas	“Briefing” coas últimas novas do raid
10:00 horas	SAÍDA EN MASA
19:00 horas	PECHE DE META
20:00 horas	Entrega de trofeos e pinchos de confraternidade



XIV LIGA GALEGA DE RAIDS

III RAID DESTINO VERDE CONCELLO DE ARZÚA CLUB BRIGANTIA AVENTURA



PLANO XERAL DE ACCESOS AO CENTRO DE COMPETICIÓN:



3. DATOS TÉCNICOS DO RAID

TIPO E CARACTERÍSTICAS DA COMPETICIÓN:

A modalidade será "Non Stop"

	<u>Élite/Aventura</u>	<u>Orienta-Raid</u>
Km aproximados:	100 km aprox	40 km aprox
Desnivel positivo acumulado:	2200 m+	500m+
Seccións:	5	5
Probas especiais:	0	0

EQUIPOS e CATEGORÍAS:

ÉLITE: (cat. Oficial)	Formato 3+0 Tres compoñentes sempre en competición. Prohibida asistencia.
AVENTURA (cat. Oficial)	Formato 2+1 Dous compoñentes en competición e un reserva-asistencia, que poderá substituír aos seus compañeiros nos puntos indicados pola organización. O compoñente que descanse poderá facer as



XIV LIGA GALEGA DE RAIDS

III RAID DESTINO VERDE CONCELLO DE ARZÚA CLUB BRIGANTIA AVENTURA



	labores de asistencia.
ORIENTA-RAID:	Formato 2 + sen límite Categoría de iniciación (percorrido fácil, esixencias físicas medias, esixencias técnicas mínimas), dous compoñentes sempre en competición e sen límite de compoñentes reservas-asistencias, que poderán substituír aos seus compañeiros nos puntos indicados pola organización. Esta categoría é de promoción, con menos horas de carreira e menos balizas, pero igual número de seccións. O compoñente que descanse poderá facer as labores de asistencia.

DISCIPLINAS:

Trekking, Btt e Kaiak

ASISTENCIAS:

Prohibida a asistencia en categoría elite.

Haberá 4 puntos de cambio de sección (transicións).

MAPAS:

Topográficos 1:20.000, 1:10.000, 1:5.000 e específico de o-pé

MATERIAL NECESARIO:

EQUIPOS ÉLITE:

Terán que portear durante todo o raid as zapatillas de trekking.

Unha hora antes do inicio, poderán deixar en Secretaría unha caixa pechada co seu número de dorsal que a organización moverá ás transicións T2 (fin da Btt1) e T4 (fin Trekking).

En todas as transicións terán auga.

É recomendable que leven para a sección 3, unha bolsa estanca para levar unha posible roupa de cambio xa que despois de dita sección non terán asistencia e terán que facer a seguinte sección con toda a roupa mollada.



Material para as seccións de btt

- Bicicleta BTT
- Casco

Material recomendado:

- Guantes BTT
- Comida
- Kit de reparación BTT
- Porta mapas

Material para a sección de trekking:

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

Material para sección de kaiak:

- Palas e chalecos cedidos pola organización, aínda que os equipos que teñan pala poderán portalas (distancia dende fin de kaiak a transición: 500 m)
- Funda estanca (recomendable)
- Zapatillas de trekking
- Pantalón de augas
- Impermeable
- Bolsa estanca (recomendable)

MATERIAL FACILITADO POLA ORGANIZACIÓN:

Kaiak por equipo, chaleco e pala por participante

HORARIO ESTIMADO.

De 9:00 a 19:00 horas

4. MATERIAL OBRIGATORIO

- * Mochila (progresión). (Unha por participante).
- * Silbato (un 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



- * Camiseta térmica de manga longa
- * Brúxula
- * A organización poderá ampliar o material obligatorio nas seccións que considere convintes.

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

5. PARTICIPACIÓN

Para participar será obligatorio ter 18 anos cumpridos, e estar en posesión da licenza de Raid da FEDO ou licenza dun día (tramitaraa a organización).

6. REGULAMENTACIÓN

- A Liga Galega de Raid de Orientación estará suxeita aos regulamentos e normas da FEGADO <http://fegado.es> e FEDO <http://www.fedo.org>, para os Raids.
 - **Regulamento raid 2018**
<http://fegado.es/web/uploads/documents/file/b21/5a861ffab4-052-rgto-fegado-raid-2018-21-enero-2018.pdf>
 - **Normas raid 2018**
<http://fegado.es/web/uploads/documents/file/81b/5a861eac11-03-normas-anuales-raid-2018-aprobadas-21-enero-2018.pdf>
 - **Regulamento raid 2016 fedo.**
<http://www.fedo.org/web/competicion/raid-aventura/reglamentos>

7. INSCRICIÓNS. PRAZOS E COTAS DE INSCRICIÓN

A data límite de inscrición, improrrogable, será o martes 13 de marzo ata ás 22 horas.

Prezos:

Inscrición equipo:	54€ (ata o 6 de marzo ás 22 horas) 65€ (dende o 6 de marzo ás 22 horas ata o 13 de marzo ás 22 horas)
Aluguer pinza sportident:	3€ (a perda ou rotura da mesma suporá o pago de 30€)
Licencia de día:	2€/participante (se non posúes licencia anual)

Tanto a inscrición dos equipos como a solicitude de licenzas de día (así coma o aluguer da tarxeta sportident, se é o caso) faranse na web:



XIV LIGA GALEGA DE RAIDS

III RAID DESTINO VERDE CONCELLO DE ARZÚA CLUB BRIGANTIA AVENTURA



Os equipos que queiran facer uso do chan duro gratuito, deben enviar un correo a: clubbrigantiaaventura@gmail.com antes do martes 13 ás 22 horas. (asunto: chan duro)

A organización resérvase o dereito de cancelar o raid se non se consegue un número mínimo de equipos participantes, ou por causa maior.

8. PREMIOS

ELITE : Ós tres primeiros equipos clasificados

AVENTURA: Ós tres primeiros equipos clasificados

9. INFORMACIÓN TURÍSTICA, ALOXAMENTOS E RESTAURACIÓN

O centro da competición estará ubicado na localidade de Arzúa.

A organización ofrece aos participantes a posibilidade de durmir durante a noite do venres ó sábado en chan duro (pavillón polideportivo), onde contarán con duchas e servizos. Os participantes que desexen facer uso do chan duro terán que enviar un email a: clubbrigantiaaventura@gmail.com

A Concello de Arzúa, ofrece tamén un amplo catálogo de casas rurais, hostais, hoteis e todo tipo de aloxamentos a prezos moi económicos, ten en conta que é concello de paso do Camiño de Santiago.

<http://turismo.concellodearzua.com>

10. ORGANIZACIÓN

Dirección da proba : clubbrigantiaaventura@gmail.com

Inscricións: www.tracktherace.com

Evento facebook: [III Raid Destino Verde Concello de Arzúa](https://www.facebook.com/III-Raid-Destino-Verde-Concello-de-Arzua)

Máis información: www.fegado.es

Director de carreira: Marcos Varela 627.49.66.79
Control Sportident: Almudena Suárez, Quito González, Luís Villar



XIV LIGA GALEGA DE RAIDS

III RAID DESTINO VERDE CONCELLO DE ARZÚA CLUB BRIGANTIA AVENTURA



Equipo de campo: Ricardo Sánchez, Ángel García, Iván Brea, Quito
González e Marcos Varela
Seguridade: Ángel García
Secretaría: Quito González
Xuíz Controlador: Oscar Fernández (Club Montaña Ferrol)

PATROCINA:



11. COLABORAN

