

RAIDBOOK

5º BUDIÑO RAID

2019 TERRAS DO LOURO

colaboran:



información:

www.fegado.es
www.aforna.org

f 80 Km
10 horas
5 SECTORES
4 DISCIPLINAS



Sumipor
SUMINISTROS INDUSTRIALES



RODOSA
VIGO - NIGRÁN - CANGAS - PONTEAREAS
www.rodosa.com

organiza:



SÁBADO
19
OUTUBRO

4ª PROBA da LIGA GALEGA DE RAIDS DE ORIENTACIÓN 2019




ÉLITE e AVENTURA

2019

5º BUDIÑORAID Terras do Louro 2019

19 Outubro 2019

Categoría: Elite e Aventura

R	▶ 80 KM ◀	▲ 2640 m	▼ 2725 m	09:30 ▶		◀ 19:30	▶ 10 h ◀	♥10,20 h
	Distancia	Des. Acum. +	Des. Acum. -	Salida ▶	Disciplina	◀ Cierre	T.efectivo	Mejor T.
S1	▶ 26,0KM ◀	1210 m	895 m	09:30 ▶				♥ 3,00 h
S2	▶ 12+6 KM ◀	605+115 m	605+115 m					♥ 3,20 h
S3	▶ 21,0KM ◀	530 m	930 m					♥ 1,40 h
S4	▶ 9,0 KM ◀	30 m	30 m	15:00 ▶				♥ 1,40 h
S5	▶ 6,0 KM ◀	150 m	150 m	16:00 ▶				♥ 0,40 h

Material obligatorio do Raid por equipo:

- Compás (brújula).
- 1 Teléfono Móbil con batería, apagado e co PIN escrito no exterior .
- Botiquín de Emerxencia con cando menos Esparadrapo (2,5m.), Venda (2,5m.), Compresas ou apósitos (5 ud), Antiséptico (50 ml.), Analxésicos (5 ud), Antiinflamatorios (5ud.).
- GPS de Tracktherace (facilitado pola organización).
- Kit ferramentas btt.

Material obligatorio do Raid por corredor sempre en carreira:

- Silbato, e coñecer o código morse de S.O.S (... ---...).
- Manta Térmica.
- Camiseta Térmica manga larga.
- Chuvasquero.
- Mochila
- Recipiente para bebida (1 l.).
- Ración Enerxética (200 gr.).

Material obligatorio do Raid por corredor según sector ou proba:

- Casco Btt (Sector BTT).
- Chaleco salvavidas (Sector Kaiak).
- Pás Kaiak (Sector Kaiak).



Sector 1 - BTT

Material obligatorio raid, casco BTT, kit herramientas BTT (equipo)

Elite e
Aventura

Score

S1	▶ 26 Km ◀	▲ 1210m		▼ 895m		Salida ▶	▶ Corte ◀	◀ Cierre	▶ ◀	▼ 3,00h
		Tipo	Situac.	Observ.	Valor					
▲						09:30 ▶				
1	31	○			1					
2	32	○		X	2					
3	33	○		Y	2					
4	34	○		Y	2					
5	35	○		X L	2					
6	36	○			2					
7	37	○		X	2					
8	38	○			2					
9	39	○			2					
10	40	○		T	2					
11	41	○		Y	2					
12	42	○			2					
13	43	○			2					
14	44	○			2					
◎	100	●			1					

Descarga Tarxeta Sportident

Teléfono Director Pruebas: 651 413 204

Teléfono Ambulancia: 625 177 044

Emergencias: 112



Sector 2.1- TREKKING

Material obligatorio raid, recomendado polainas .

Elite e
Aventura

Score

Orden	▶ 12 Km ◀	▲ 605m		▼ 605m		Salida ▶	▶ Corte ◀	◀ Cierre	▶ ◀	T. efectivo	Mejor T.
		Codigo	Tipo	Situac.	Observ.						
▲				◇							
16	45	○		△							
17	46	○		▲							
18	47	○		⊗							
19	48	○		□							
20	49	○		⌘							
21	50	○		⌘							
22	51	○		∩							
23	52	○		▲							
24	53	○		◇							
◎	200	●		▨							
Inicio e Fin de Proba Especial de O-Pé											

Descarga Tarxeta Sportident

Teléfono Director Prueba: 651 413 204

Teléfono Ambulancia: 625 177 044

Emerxencias: 112



Sector 2.2 - PROBA ESPECIAL O-PÉ

Material obligatorio raid, recomendado polainas .

Elite e
Aventura

Lineal

S2		▶ 6 Km ◀		▲ 115m		▼ 115m				▶ ◀		♥ 1,00 h	
Orden	Codigo	Tipo	Situac.	Observ.	Valor	Salida ▶	▶ Corte ◀	◀ Cierre	T.efectivo	Mejor T.			
			◊										
	54	○	▲ ←	○	0,5								
	55	○	▲ —	∩ ○	0,5								
	56	○	▲	○	0,5								
	57	○	∩	∥	0,5								
	58	○	— m	└	0,5								
	59	○	▲	○	0,5								
	60	○	▧	✓	0,5								
	61	○	m ▲	—	0,5								
	62	○	▲		0,5								
	63	○	∧		0,5								
	64	○	m m	—	0,5								
	65	○	m m	—	0,5								
	66	○	⊗	—	0,5								
	67	○	∩	(0,5								
	68	○	▧	└	0,5								
	69	○	∩		0,5								
	70	○	m m	—	0,5								
	71	○	▲	○	0,5								
	72	○	m m	—	0,5								
	73	○	m	↘	0,5								
	74	○	∩	(0,5								
	75	○	m ▲	└	0,5								
	76	○	∩		0,5								
	77	○	m	└	0,5								
	78	○	m	└	0,5								
	79	○	m m	—	0,5								
	80	○	▧	└	0,5								
	81	○	m m	↘	0,5								
	82	○	▲	—	0,5								
	83	○	m m	—	0,5								

Teléfono Director Prueba: 651 413 204

Emergencias: 112

Teléfono Ambulancia: 625 177 044



Sector 3 - BTT

Elite e
Aventura
Score

Material obligatorio raid, casco BTT, kit herramientas BTT (equipo)

Orden	▶ 21 Km ◀	▲ 530m		▼ 930m		Salida ▶	BTT	◀ Cierre	▶ T.efectivo	♥ 1,40h
		Codigo	Tipo	Situac.	Observ.					
▲				▨						
26	84	○	○	▨	Y					
27	85	○	○	▨	<					
28	86	○	○	□	⌊					
29	87	○	○	▨	X					
30	88	○	○	▨						
31	89	○	○	▨						
32	90	○	○	▨	X					
33	91	○	○	▨						
34	92	○	○	▨	○					
◎	100	●	●	▨						

Teléfono Director Prueba: 651 413 204

Teléfono Ambulancia: 625 177 044

Emerxencias: 112



Sector 4- KAIK

Elite e
Aventura

Material obligatorio raid.

Para o Kaiak pás e chaleco salvavidas facilitado pola organización.

Score

S4	▶ 9 Km ◀		▲ 30m		▼ 30m		Salida ▶	▶ Corte ◀	◀ Cierre	▶ ◀	▼ 1,40 h
	Orden	Codigo	Tipo	Situac.	Observ.	Valor					
	▲			▨			15:00 ▶				
36	93	○	▲			3					
37	94	○	▨	▨		4					
38	95	○	▲			5					
39	96	○	▨	▨		7					
◎	400	●	▨	▨		1					

Teléfono Director Prueba: 651 413 204

Teléfono Ambulancia: 625 177 044

Emerxencias: 112



Sector 5 - ORIENTACIÓN URBANA

Material obligatorio raid

Elite e
Aventura

Lineal

S5	▶ 6 Km ◀		▲ 150m		▼ 150m		16:00 ▶	▶ Corte ◀	◀ 19:30	▶ T.efectivo	▼ 40 min
	Orden	Codigo	Tipo	Situac.	Observ.	Valor					
▲							16:00 ▶				
41	31	○			→	0,5					
42	32	○				0,5					
43	33	○			○	1					
44	34	○			X	0,5					
45	35	○			▶	0,5					
46	36	○				0,5					
47	37	○			○	1					
48	38	○			▶	1					
49	39	○	○		○	0,5					
50	40	○				1					
51	41	○			▶	1					
52	42	○			▶	0,5					
53	43	○			▶	0,5					
54	44	○	○			0,5					
◎	500	●				0,5			◀ 19:30		

Descarga tarxeta Sportident

Teléfono Director Prueba: 651 413 204

Teléfono Ambulancia: 625 177 044

Emerxencias: 112