

1ª Proba Liga Galega de Trail-O

CONCELLO DE NOIA

Data da proba:
5 de Outubro 2024
ás 18:00

Inscripcións ata:
29 de Setembro
ás 23:50

Máis info:
fegado.es



Índice

PRESENTACIÓN

ORGANIZACIÓN E CONTACTO

NORMATIVA

INSCRICIÓNS E PREZOS

TROFEOS E AGASALLOS

PROGRAMA

CENTRO DE COMPETICIÓN E ZONA EMBARGADA

MODALIDADE DE COMPETICIÓN E SISTEMA DE CRONOMETRAXE

INFORMACIÓN TÉCNICA

TEMPOS, DISTANCIAS E DESNIVEIS

SEGURIDADE

MEDIO AMBIENTE

AVITUALLAMENTO

GASTRONOMÍA E TURISMO

COLABORADORES

PRESENTACIÓN

O club **ADC Arnella** organiza para o vindeiro **sábado 5 de Outubro** do presente 2024 a **1ª proba da IV Liga Galega de Trail-O**.

A carreira será na modalidade de **Sprint**.

Os participantes poderán desfrutar dunha xornada completa de orientación con outras dúas probas de distintas modalidades que organiza o ADC Arnella:

- *Pola mañá no Monte Iroite: **8ª proba da XXXIII Liga Galega de O-Pé (distancia media)** → [Enlace](#).*
- *Pola tarde na mesma vila de Noia: **4ª proba da VI Liga Galega de Sprint (O-Pé)** → [Enlace](#).*

ORGANIZACIÓN E CONTACTO

- Director da proba: **Antonio Piñeiro**
- Responsable de seguridade: **David Lareo**
- Xuíz controlador: **Ángel Álvarez Serto (Club Aromon)**
- Cartografía/Revisión de mapa: **Antonio Piñeiro**
- Trazados: **Ramón Fernández**
- Cronometraxe: **Ramón Fernández e Camilo Serantes**
- Responsable saídas: **Alfonso Rosado**
- Colocación de balizas: **ADC Arnella**
- Contacto: adcarnela@gmail.com

NORMATIVA

A proba estará suxeita ó regulamento e á normativa anuais da FEGADO:

https://fegado.es/web/uploads/documents/file/900/65bde5d785-reglamento-fegado-orientacion_2024_v0a.pdf

https://fegado.es/web/uploads/documents/file/3fc/659b24a51c-normas-anuais-fegado-o-pe-2024_v0.pdf

- **Obrigatorio levar visible na parte dianteira o dorsal:**
 - **Corredores con licenza FEDO** → Dorsal único oficial FEDO.
 - **Corredores estranxeiros e non federados** → Facilitado pola organización.
- **Os corredores participan na proba baixo a súa propia responsabilidade**, asumindo os riscos inherentes das carreiras de orientación.
- **Os clubs son responsables de inscribir ós menores de idade nun recorrido axeitado ó seu nivel físico e técnico.**
- **O compás será o único instrumento permitido para orientarse xunto co mapa facilitado pola organización. Prohíbese o uso de dispositivos electrónicos durante a proba (móbil, GPS...).**
- **Respecto polo medio ambiente.**
- **Respecto polos demais competidores, organizadores e público.**
- **Respecto polo material de sinalización da carreira.**
- **Obrigatorio pasar pola Secretaría a descargar aínda en caso de abandono da carreira.**
- **A perda da tarxeta de control será motivo de descalificación.**

INSCRICIÓNS E PREZOS

Data límite 23:50 horas do domingo 29 de setembro de 2024.

Todas as categorías precisan Tarxeta Sportident. Asignaráselle unha PCard gratis a todo aquel que non indique un número de Tarxeta SI na súa inscrición. En caso de perda o corredor deberá aboar o seu custo.

- **Clubs:**
 - A través do sistema de inscricións da FEGADO <https://intranet.fegado.es>
 - Datos para realizar o pago:
 - TITULAR: Asociación Deportiva e Cultural Arnella
 - IBAN: ES08 0073 0100 5905 0538 8597
 - CONCEPTO: Trail-O Noia + Nome Club.
 - Enviar copia do comprobante de pago ó correo: inscricions.arnela@gmail.com
 - Os clubs que desexen factura deberán indicalo e achegar os seus datos fiscais.
- **Independentes, FEDO non galegos e/ou estranxeiros** → A través do seguinte [formulario](#).



- **Prezos:**
 - **Federados en orientación: 3.5€** (participando en calquera categoría).
 - **Non federados en orientación: 5€** (só poden participar en Iniciación).
 - **Reposición de dorsal: 2€** (válido só para esta/s carreira/s → solicitar en Secretaría).
 - **Aluguer de tarxeta SI: 0€** (PCard).
 - **Inscrición fora de prazo** (se fose posible): **+100% da cota inscrición** correspondente.
 - **Cambio de tarxeta SI** (a pagar polo deportista):
 - Pechadas as inscricións: **2€**
 - O mesmo día da proba: **5€**

TROFEOS E AGASALLOS

Haberá trofeos para os tres primeiros clasificados de cada categoría (Open - Paralímpica - Iniciación).

A entrega será o antes posible unha vez teñamos os resultados dispoñibles (ás 20:00 aproximadamente).

PROGRAMA

A proba vaise disputar a continuación dunha proba de sprint que comeza ás 17:00. É moi probable que a maior parte dos participantes tamén participen no sprint, pero pode que non sempre sexa así, polo que imos a diferenciar as dúas posibilidades:

- **Participantes que NON COMPITEN na proba de sprint:**
 - 17:00 → Apertura Secretaría e Corentena.
 - 17:30 → Peche da Corentena.
 - 18:00 → Saída dos primeiros participantes.
 - 20:00 → Peche de Meta.
- **Os participantes que SI COMPITEN na proba de sprint:**
 - Finalizado o Sprint deberán ir directamente desde a Meta ó recinto do IES San Alberto (Secretaría - Corentena) sen apartarse do percorrido balizado pola organización.

- Logo de descargar, coller folgos e o material que precisen xa poderán participar no TrailO. O material deberán deixalo preparado previamente na zona de Corentena.
- Non se permite abandonar o recinto do IES San Alberto sen participar no TrailO e volver máis tarde para facelo sen causa xustificada e permiso do Xuíz.

CENTRO DE COMPETICIÓN E ZONA EMBARGADA

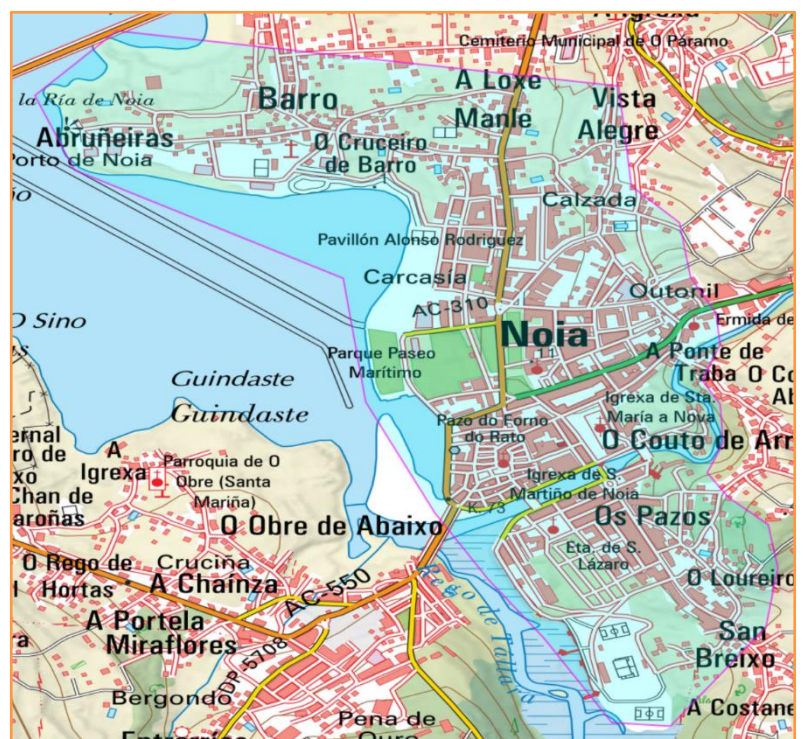
O Centro de competición e Corentena desta proba estarán nas instalacións que nos cede amablemente o **IES San Alberto** de Noia e que se atopan a carón da Alameda (na parte norte).

Dentro do recinto do **IES San Alberto** hai sitio para aparcар uns 50 coches (non auto caravanas). Os demais poden atopar sitio na zona da **Estación de autobuses - Mercadona - Paseo marítimo**. As auto caravanas deberán facelo no aparcamento do **Paseo marítimo**.

Picade en cada un dos enlaces para saber como chegar a estes sitios.



A zona de competición queda embargada desde o momento da publicación deste Boletín. Achégase o mapa e ortofoto correspondentes.



MODALIDADE DE COMPETICIÓN E SISTEMA DE CRONOMETRAXE

A proba celebrarase na modalidade de “sprint”, moito máis dinámica e moito máis atractiva para o común de orientadores e orientadoras de O-Pé sen experiencia en Trail-O. Aparte, trátase dunha modalidade cunha duración relativamente breve (30 - 40 minutos).

A proba vai a consistir en decidir se para cada control sinalado no mapa hai unha baliza colocada correctamente (Resposta A) ou non (Resposta Z).

A clasificación terá en conta en primeiro lugar o maior número de acertos e, para desfacer calquera posible empate, en segundo lugar terase en conta o tempo empregado en rematar a proba.

Serán desafíos relativamente sinxelos que se poderán resolver cunha atenta lectura do mapa.

Para controlar as respostas usaremos unha “tarxeta de control” e unha pinza marcadora clásica. Cada corredor pode traer a súa ou ben solicitar unha prestada na propia saída.

Para controlar o tempo empregado usaremos o sistema SportIdent.

INFORMACIÓN TÉCNICA

- **Cartografía:**

- Mapa: **Noia** (sen rexistro **FEDO**).
- Autor: **Antonio Piñeiro (2024)**.
- Normativa cartográfica **ISSprOM 2019-2**.
- **Comentarios:** Trátase dun paseo con diversos elementos de vexetación, rochas, camiños... A visibilidade é moi boa e os controis están relativamente preto.

- **Trazados:**

- **Trail-O na modalidade de sprint.**
- **Comentarios:** A proba discorre polo paseo, sen desnivel e sen tráfico de vehículos a motor (pode ser que pase algunha bicicleta ou patinete). Os participantes só se poderán desprazar pola beirarrúa. O carril bici existente servirá de límite que os participantes non deberán pisar, sendo desqualificados se o fixesen. Haberá xuíces auxiliares comprobando que isto se cumpra.

Os controis estarán numerados na orde en que os van atopando ó avanzar polo paseo. Nesta modalidade non existen puntos de decisión para resolver os controis. Estes pódense resolver en calquera orde, pero resulta moi recomendable facelo na orde en que aparecen para evitar confusións nas casiñas ou deixar algún atrás sen resolver.

Na última columna da descrición de controis aparecerá indicada a dirección de visualización da zona de cada control desde o seu punto de observación natural para axudar a atopalos de xeito máis rápido.

▶							
1	A-C	↑	mm			↑	↖
2	A-C	↙	mm			↓	↑

TEMPOS, DISTANCIAS E DESNIVEIS

- **Distancia total:** 650 metros.
- **Número de controis:**
 - OPEN / PARA: 20
 - INICIACIÓN: 12
- **Tempos máximos:**
 - OPEN / INI: 30 minutos.
 - PARA: 35 minutos.
 - CADEIRAS: 40 minutos.
- **Penalización de 1 acerto menos por cada minuto ou fracción por enriba do tempo máximo.**
- **Fora de control:**
 - OPEN / INI: 40 minutos.
 - PARA: 45 minutos.
 - CADEIRAS: 50 minutos.
- **Tolerancia:** En caso de Resposta Z a baliza máis próxima estará a máis de **4 metros** do sitio correcto.

Os controis situados máis lonxe estarán a uns 100 metros.

As horas de saída son unha referencia e serán aplicadas con certa flexibilidade segundo a dispoñibilidade dos participantes xa que moitos correrán antes a proba de “sprint”. Usaremos unha estación START para que empece a contar o tempo e unha de META que deberán picar logo de marcar a última resposta.

Na Secretaría haberá algúns mapas de solucións, publicándose na web tan pronto remate a proba.

SEGURIDADE

- **Responsable de seguridade David Lareo.** O número de teléfono para calquera emerxencia aparecerá impreso en todos os mapas.
- Para ir desde a Presaída ata a Saída (e tamén para volver desde a Meta ata a Secretaría) haberá que cruzar varios pasos de peóns. Lembra que ides fóra de competición e o tempo é suficiente para chegar en hora. Membros da organización vivirán a vosa seguridade e daránvos indicacións para cruzar. Obrigatorio seguir as súas indicacións.
- Cabe lembrar que **os corredores teñen a consideración de “peóns” a efectos legais, polo que teñen a obriga de respectar en todo momento o Regulamento General de Circulación.**
- Por motivos de seguridade non está permitido facer a proba con animais de compañía.
- A participación na proba implica a aceptación expresa de todas estas normas e indicacións así como a responsabilidade implícita á hora de respectar as normas de seguridade vial vixentes.
- Dispondremos de servizo de Ambulancia e Médico.
- **Predición meteorolóxica Concello de Noia no seguinte enlace: [Meteogalicia](#).**

MEDIO AMBIENTE

En principio, as probas urbanas non requiren ningún coidado especial a ter en conta, máis alá dun comportamento cívico no que se refire ó respecto tanto polas árbores e zonas axardinadas como polo mobiliario urbano en xeral.

Desde a organización pedímosvos un comportamento á altura do que se agarda de nos.

Pola nosa parte, comprometémonos a **recoller todo o balizado e sinalización** que utilizemos para o desenrolo da proba e a poñer todo da nosa parte para non causar ningún tipo de dano na vila de Noia.

Tamén tentaremos usar os **mínimos envases plásticos nos avituallamentos**.

AVITUALLAMENTO

Contaremos con avituallamento ó rematar a proba na zona de descargas.

GASTRONOMÍA E TURISMO

Na zona podemos atopar variedade de establecementos gastronómicos e tamén podeades atopar opcións para facer turismo consultando a web de noiaturismo.com picando na seguinte imaxe.



COLABORADORES

