

BOLETÍN 1

 **2ª PROBA LIGA GALEGA
SPRINT**

 **2ª PROBA LIGA GALEGA
TRAIL-O**

 **3ª PROBA LIGA GALEGA
SPRINT**

2º PROBA LIGA GALEGA SPRINT
2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O
3ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT

30 de Maio, 2026



PRESENTACIÓN
ORGANIZACIÓN
PROGRAMA XERAL
CATEGORÍAS
INSCRICIÓNS
REGULAMENTO
ÁREA EMBARGADA
CRONOMETRAXE
MEDIOAMBIENTE
COLABORACIÓN Y PATROCINADORES

2º PROBA LIGA GALEGA SPRINT
2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O
3ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT



PRESENTACIÓN

O club Raid Gallaecia asume o reto de organizar tres carreiras da Liga Galega o 30 de maio de 2026, co apoio do Club Ártabros e do Club de Orientación Liceo.

Dúas destas carreiras pertencen á Liga Galega de Sprint, unha integramente no bosque e a outra completamente urbana.

Tres mapas de nova creación no Concello de Oleiros.

Ademais, grazas ao apoio de Javi Arufe, tamén organizamos a segunda carreira da Liga Galega de Trail-O.

Coa organización destas carreiras, tamén queremos formar parte dos eventos deportivos que conmemoran o 40 aniversario da creación da Facultade de Ciencias do Deporte e a Educación Física.

Queremos agradecer especialmente ao Concello de Oleiros o seu apoio para poder organizar esta proba que esperamos que vos guste.

Descubre Oleiros a través do deporte da orientación.

2º PROBA LIGA GALEGA SPRINT
2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O
3ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT



ORGANIZACIÓN

Clube organizador: Gallaecia Raid

Dirección y Coordinación Xeneral da proba: Claudia Oreiro

Dirección Técnica Sprint Bosque: Angel Albarrán Rodríguez

Dirección Técnica Trail-O: Iván Somoza y Anxo Somoza

Dirección Técnica Sprint Urbano: Luis Javier Ramos Asensio

Cartografía: Javier Arufe y Angel Albarrán Rodríguez

Trazados: Angel Albarrán y Luis Javier Ramos

Cronometraxe: Club Gallaecia Raid

Xuez Controlador: Alfonso Rosado

Sportident: Clube Gallaecia Raid

Email de contacto: secretaria@gallaeciaraid.org

2º PROBA LIGA GALEGA SPRINT
2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O
3ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT



PROGRAMA XERAL

<u>HORARIO</u>	<u>EVENTO</u>	<u>LOCALIZACIONS</u>
09:00 10:00 10:10 11:10 12:00	SPRINT BOSQUE APERTURA SECRETARIA SAÍDA 1º CORREDOR SAÍDA INI ÚLTIMA SAÍDA INI INICIO RECOLLIDA BALIZADO	EN BOLETÍN FINAL
12:30 12:30 14:00 15:00	TRAIL-O APERTURA SECRETARIA SAÍDA 1º CORREDOR / SAÍDA OPEN INI ÚLTIMA SAÍDA OPEN-INI INICIO RECOLLIDA BALIZADO	EN BOLETÍN FINAL
15:00 15:30 16:30 16:40 17:40 18:30	SPRINT URBANO APERTURA SECRETARIA INICIO CUARENTENA SAÍDA 1º CORREDOR SAÍDA INI ÚLTIMA SAÍDA INI INICIO RECOLLIDA BALIZADO	EN BOLETÍN FINAL

DISTANCIAS ZONA DE CARREIRA

TEMPOS DESPRAZAMENTO

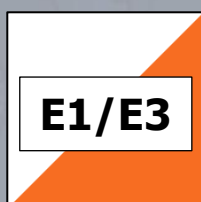
Dado que o concello de Oleiros é un lugar de adestramento común para deportistas tanto da Coruña como de Oleiros, e xa que implica tres novos mapas, non se definiu ningunha zona embargada para evitar limitar estas zonas de adestramento. As localizacións exactas das Secretarías, as zonas de estacionamento e a zona de corentena (no caso da carreira urbana) indicaranse no Boletín Final.

2º PROBA LIGA GALEGA SPRINT
2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O
3ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT



A seguinte táboa mostra as distancias entre as diferentes zonas de estacionamento.

	APARCADOIRO SPRINT BOSQUE	APARCADOIRO TRAIL-O	CUARENTENA SPRINT URBANO
APARCADOIRO SPRINT BOSQUE		3,4 KM 7 MINUTOS	6 KM 10 MINUTOS
APARCADOIRO TRAIL-O	3,4 KM 7 MINUTOS		2,6 KM 5 MINUTOS
CUARENTENA SPRINT URBANO	6 KM 10 MINUTOS	2,6 KM 5 MINUTOS	



2º e 3ª Proba Liga Galega Sprint

A competición desenvolverase na modalidade de ORIENTACIÓN EN LIÑA. As normas aplicables nesta proba serán as seguintes:

REGULAMENTO FEGADO ORIENTACIÓN 2026 O-PÉ | O-PÉ Sprint | MTBO
| Trail-O [695abb3587-rev05-reglamento-fegado-orientacion-2026_v0.pdf](#)

NORMAS ANUAIS FEGADO LIGA GALEGA DE ORIENTACIÓN O-PÉ
[695abce630-rev02-normas-anuais-fegado-o-pe-2026_v0.pdf](#)

2º PROBA LIGA GALEGA SPRINT
2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O
3ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT



CATEGORÍAS

Categorías non oficiais:

Iniciación curta: sen límite de idade.

Iniciación longa: sen límite de idade.

Categorías oficiais:

M-12, F-12: 2014 E POSTERIORES

M-14, F-14: 2012-2013

M-16, F-16: 2010-2011

M-18, F-18: 2008-2009

M-21, F-21: sen límite de idade.

M-35, F-35: 1991 Y ANTERIORES.

M-45, F-45: 1981 Y ANTERIORES

M-55, F-55: 1971 Y ANTERIORES

M-65, F-65: 1961 Y ANTERIORES

SENIOR M, SENIOR F: sen límite de idade

Distancias y Desniveles:

Próximos Boletins

2º PROBA LIGA GALEGA SPRINT
2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O
3ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT



INSCRIPCIONES

As inscricións realizaranse a través da páxina web da FEGADO:

[2ª LGDO Sprint \(Oleiros\) - Gallaecia / Artabros / Liceo - FEGADO](#)

[3ª LGDO Sprint \(Oleiros\) - Gallaecia / Artabros / Liceo - FEGADO](#)

Peche inscricións:

Domingo 23 de maio, ás 23:50 h.

Taxas de inscrición por proba:

CATEGORIAS OFICIAIS:

Categoría M/F-17 e inferiores: 2€

Categoría M/F-20: 7€

Categoría M/F-21 e superiores: 10€

CATEGORIAS NON OFICIAIS:

Iniciación Curta: **2€ + Seguro de día (2,5 €)**

Iniciación Longa: **2€ + Seguro de día (2,5 €)**

OUTROS CARGOS

- Reposición de dorsal: **3 €**
- Aluguer da pinza S.I. 3€ por proba
- Cambio de tarjeta S.I. (a pagar polo deportista) una vez pechadas inscricións: **2 €**
- Cambio de tarjeta S.I. (a pagar polo deportista) o día da competición: **5 €**
- Perda da tarxeta S.I. leva ou pago de 30 €.

2º PROBA LIGA GALEGA SPRINT
2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O
3ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT



CORREDORES INDEPENDIENTES:

Poderán inscribirse en categoría oficial, fóra de competición, membros doutros clubs non galegos sempre que teñan licencia federativa oritanci3n FEDO.

Os atletas que non estean rexistrados na intranet poder3n crear un perfil e facer a súa inscripci3n a trav3s do seu perfil independente o ben neste enlace.

<https://form.jotform.com/253236301957356>

Os participantes independentes non federados soamente poder3n facer a inscripci3n nas categoria:

Iniciaci3n Curta ou Longa

Este mesmo enlace ser3 o usado para os asistentes de INEF (aniversario).

Antes de rexistrarse, os participantes deber3n ter un comprobante de pagamento para anexar 3 s3a inscripci3n. As3 mesmo, enviarase unha copia de devandito recibo por correo electr3nico a secretaria@gallaeciaraid.org indicando no asunto:

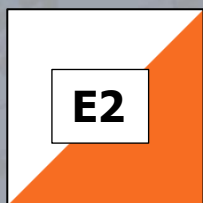
SPRINT (BOSQUE o URBANA, segundo corresponda) + PAGO "NOME e APELLIDOS DO CORREDOR".

Os pagamentos realizaranse no seguinte n3mero de conta:

ES63 2080 0036 6030 4002 0466

2º PROBA LIGA GALEGA SPRINT
2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O
3ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT





2ª Proba Liga Galega Trail O

Esta é unha proba en formato Sprint-O.

Xestionarase mediante o sistema:

Na primeira proba de liga, que tivo lugar en Abadín (Lugo), utilizouse o sistema ToePunch (Guía de uso na seguinte ligazón: https://vilafranca2025.fedocv.org/wp-content/uploads/2025/01/ES_ToePunch-Competitors.pdf).

Esta segunda proba xestionarase co sistema Sportident, pero cun formato de utilización similar ao ToePunch. Cada competidor utilizará un xogo de tarxetas P-Card, as cales serán subministradas pola organización no Centro de Competición.

Información técnica:

O formato de sprint require unha toma de decisións rápida, baseada na lectura do mapa, na identificación de elementos importantes e na toma dunha decisión. O cálculo de distancias ou as triangulacións non adoitan ser as técnicas máis recomendadas.

O mapa é moi detallado e preciso, pero tamén se deben seguir os principios cartográficos para garantir unha boa lexibilidade, como a esaxeración, a simplificación gráfica ou o desprazamento.

Para cada punto de control, hai unha baliza no terreo. Se a baliza está na localización correcta, estará no punto marcado polo centro do círculo ou xunto ao elemento puntual do centro do círculo (A). Se o marcador non está na localización indicada, a resposta será (Z).

2º PROBA LIGA GALEGA SPRINT
2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O
3ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT



Non haberá puntos de observación marcados no chan; no seu lugar, a base Sportident (sistema de marcado de respostas) estará situada nun dos puntos dende os que a baliza é visible

Tolerancia Zero: 4 metros

Se hai una baliza a menos de 4 metros da localización correcta, a resposta NON será Zero.

En calquera caso, isto só se aplica ao competidor, non ao organizador, que sempre colocará os marcadores na localización correcta (cando corresponda).

A única excepción posible sería se o marcador situado a menos de 4 metros de distancia se coloca nun punto diferente debuxado no mapa.

Para os controis situados en áreas ou elementos lineais sen referencias próximas, a tolerancia será claramente superior a 4 metros.

CATEGORÍAS

Categorías oficiais:

OPEN-ÉLITE. Sen límite de idade. Calquera sexo. Só persoas federadas

PARALÍMPICO. Sen límite de idade. Calquera sexo. Só persoas federadas

Categorías non oficiais:

OPEN-INICIACIÓN. Sen límite de idade. Calquera sexo. Federados/as ou non federados/as

2º PROBA LIGA GALEGA SPRINT
2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O
3ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT



INSCRIPCIONS

As inscricións realizaranse a través da páxina web da FEGADO:

[2ª LGTO \(Oleiros\) - Gallaecia / Artabros / Liceo / - FEGADO](#)

Peche inscricións:

Domingo 23 de maio, ás 23:50 h.

Taxas de inscrición por proba:

- Federados/as: 3,5 €.
- Non federados/as categoría de OPEN-INICIACIÓN: 2,0 € + 2,5 € (prezo do seguro por persoa e día)

Poderán inscribirse en categoría oficial, fóra de competición, membros doutros clubs non galegos sempre que teñan licencia federativa oritanción FEDO.

<https://form.iotform.com/253236301957356>

Este mesmo enlace será o usado para os asistentes de INEF (aniversario).

Antes de rexistrarse, os participantes deberán ter un comprobante de pagamento para anexar á súa inscrición. Así mesmo, enviarase unha copia de devandito recibo por correo electrónico a secretaria@gallaeciaraid.org indicando no asunto:

TRAIL O + PAGO "NOME e APELLIDOS DO CORREDOR".

Os pagamentos realizaranse no seguinte número de conta:

ES63 2080 0036 6030 4002 0466

2º PROBA LIGA GALEGA SPRINT
2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O
3ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT



REGULAMENTO

REGULAMENTO FEGADO ORIENTACIÓN 2026 O-PÉ O-PÉ Sprint | MTBO | Trail-O

[695abb3587-rev05-reglamento-fegado-orientacion-2026_v0.pdf](#)

Normas Anuais FEGADO TRAIL-O 2026

[695abe2e27-rev04-normas_anuais-fegado-trail-o-2026_v0.pdf](#)

2º PROBA LIGA GALEGA SPRINT
2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O
3ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT



MEDIOAMBIENTE

Dentro do noso compromiso co medio ambiente, o Clube acordou adoptar una serie de medidas dentro da área de competición, desde o punto de vista ecolóxico.

IMPORTANTE SÓ PARA PROBA SPRINT BOSQUE:

Haberá unha zona de estacionamento restrinxida para **vehículos con catro ou máis persoas** preto da saída da carreira.

Esta zona ten unha capacidade máxima de 15 vehículos.

Prohíbese o estacionamento de autocaravanas ou furgonetas camper nesta zona.

A zona de estacionamento principal **está situada a 800 metros** (12 minutos andando aprox) da zona de saída.

Non realizaremos marcas nin sinais identificativas permanentes para a proba. Tan só estará marcado con cintas o tramo duns metros desde saída ao triangulo de saída (cintas reutilizadas de carreiras previas e posteriores).

Nos puntos de concentración, secretaria e saídas, colocásenos diferentes contedores para a selección de residuos, polo que rogamos a colaboración de tódolos corredores no proceso de reciclaxe. Empregaremos pancartas da zona de saída, reutilizadas en carreiras previas.

Tamén procederemos á retirada de todo tipo de sinalizacións instaladas o mesmo día da proba e tras a finalización desta, así como á eliminación de todos os residuos eventualmente xerados.

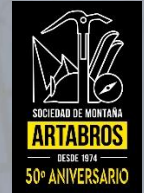
Para o avituallamiento líquido dispoñeráse de garrafas de auga, e os participantes deberán aportar o seu propio vaso reutilizable para o seu uso.

Os resultados da proba comunicásenos de forma on-line para eliminar a utilización de papel.

2º PROBA LIGA GALEGA SPRINT
2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O
3ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT



ORGANIZA



COLABORAN



2º PROBA LIGA GALEGA SPRINT
2ª PROBA LIGA GALEGA TRAIL-O
3ª PROBA LIGA GALEGA SPRINT

