

**II RAID FLUVIAL LUGO – CONCELLO DE
BECERREÁ**

13 DE MARZO DE 2021

FLUVIAL[®]

BOLETÍN OFICIAL

ÍNDICE

1.	PRESENTACIÓN.....	3
2.	DESCRIPCIÓN DE LA COMPETICIÓN.....	3
3.	ACCESOS. CENTRO DE COMPETICIÓN.....	4
4.	DATOS TÉCNICOS DEL RAID. DISCIPLINAS Y SECCIONES.....	8
5.	ESQUEMAS DE CARRERA.....	10
6.	MATERIAL OBLIGATORIO.....	11
7.	NORMAS PARTICULARES DEL RAID. INSTRUCCIONES FINALES.....	11
8.	INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD. PROTOCOLO FISICOVID FEGADO.....	17
9.	PARTICIPACIÓN.....	19
	10. REGLAMENTACIÓN. CLASIFICACIONES Y RECLAMACIONES.....	19
11.	EQUIPOS INSCRITOS Y HORAS DE SALIDA.....	20
12.	HORARIOS DEL EVENTO.....	20
13.	MEDIO AMBIENTE.....	22
14.	PREMIOS.....	22
15.	INFORMACIÓN TURÍSTICA, ALOJAMIENTOS Y RESTAURACIÓN.....	22
16.	ORGANIZACIÓN.....	22
17.	ORGANIZAN, PATROCINAN, COLABORAN.....	25

1. PRESENTACIÓN

El II Raid Fluvial Lugo – Concello de Becerreá supone la 1ª prueba del calendario de la Liga Gallega de Raids de Aventura 2021. Se celebrará el día 13 de marzo de 2021 en el Concello de Becerreá.

Enclavado en la montaña lucense, Becerreá presenta una orografía muy accidentada, enmarcada dentro del conjunto de Sierras Orientales de Galicia, su escarpado relieve se caracteriza por su versatilidad.

Límites:

Norte: Baleira y Navia de Suarna

Sur: As Nogais y Triacastela

Este: Cervantes

Oeste: Baralla y Láncara

Las distancias que hay desde Becerreá (núcleo) a otras ciudades gallegas son las siguientes:

Distancia a Lugo: 44 km.

Distancia con las principales ciudades por carretera:

- A Coruña: 134 km
- Ferrol: 158 km
- Ourense: 132 km
- Pontevedra: 226 km
- Santiago de Compostela: 173 km
- Vigo: 251 km

El eje de comunicación más importante es la autovía A-6 Madrid-A Coruña, que atraviesa el ayuntamiento de Este a Oeste.

2. DESCRIPCIÓN DE LA COMPETICIÓN

El Raid es una prueba multidisciplinar por equipos, en la que los participantes deben completar un recorrido de orientación, en el menor tiempo posible, superando las dificultades naturales que se encuentren a su paso y utilizando exclusivamente las propias fuerzas, usando siempre medios no motorizados.

El recorrido ha de ser desconocido de antemano (secreto hasta la salida de carrera) y se organiza en etapas, secciones, pruebas especiales y puntos de control intermedios, de paso obligado o voluntario. El itinerario de los controles es libre y no estará señalizado en el terreno. Pudiendo escoger los participantes aquellos recorridos que mejor puedan afrontar en base a sus cualidades físicas o técnicas.

El principal objetivo de esta competición es que pueda ser asequible a todos los participantes, independientemente de su estado físico o conocimientos técnicos. Se ofrece la participación en las siguientes categorías:

RAID-O 3.0: Categoría oficial obligada, con formato 3 componentes siempre en competición

RAID-O 2+1: Categoría oficial obligada (intermedia, aunque pudiendo compartir recorrido con la categoría élite) con formato 2.1 reserva-asistencia, dos componentes siempre en competición y un posible reserva-asistencia, que podrá sustituir a sus compañeros en los puntos indicados por la organización

ORIENTA-RAID: Categoría de iniciación optativa para los organizadores de las pruebas (recorrido fácil, exigencias físicas medias, exigencias técnicas mínimas), con formato 2+sin límites, con dos componentes mínimo y máximo 5 en competición y sin límite de componentes reservas-asistencias, que podrán sustituir a sus compañeros en los puntos indicados por la organización. **En la medida de lo posible, recomendamos hacer equipos de menos de cinco componentes, debido a la situación sanitaria actual.**

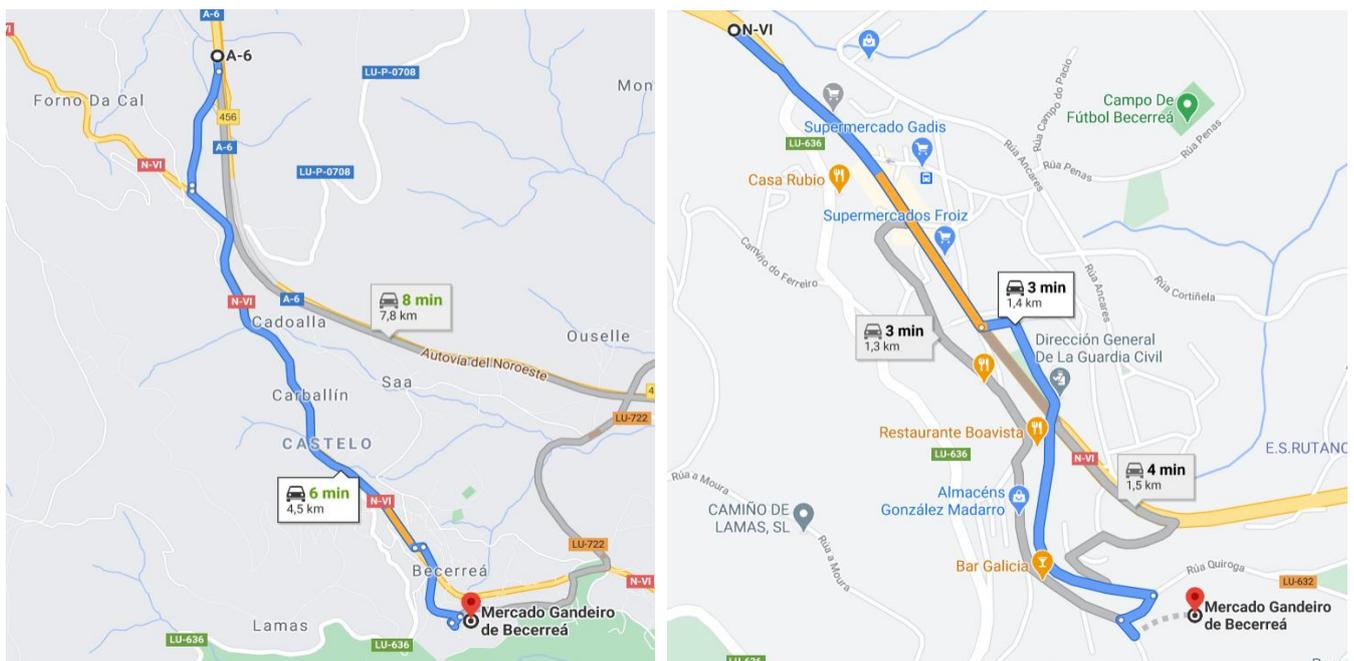
3. ACCESOS. CENTRO DE COMPETICIÓN

PLANO GENERAL DE ACCESOS A LA ZONA DE COMPETICIÓN

El **centro de competición (secretaría sábado)** estará situado en el mercado ganadero del ayuntamiento de Becerreá:

<https://www.google.es/maps/place/Mercado+Gandeiro+de+Becerre%C3%A1/@42.8491965,-7.1589775,18z/data=!4m2!1m6!3m5!1s0xd3056c20257a677:0x41a85564bc282d4b!2sMercado+Gandeiro+de+Becerre%C3%A1!8m2!3d42.8491021!4d-7.1578992!3m4!1s0xd3056c20257a677:0x41a85564bc282d4b!8m2!3d42.8491021!4d-7.1578992>

Rúa Quiroga, 86, 27640 Becerreá, Lugo
42.84948081995571, -7.157991470821935



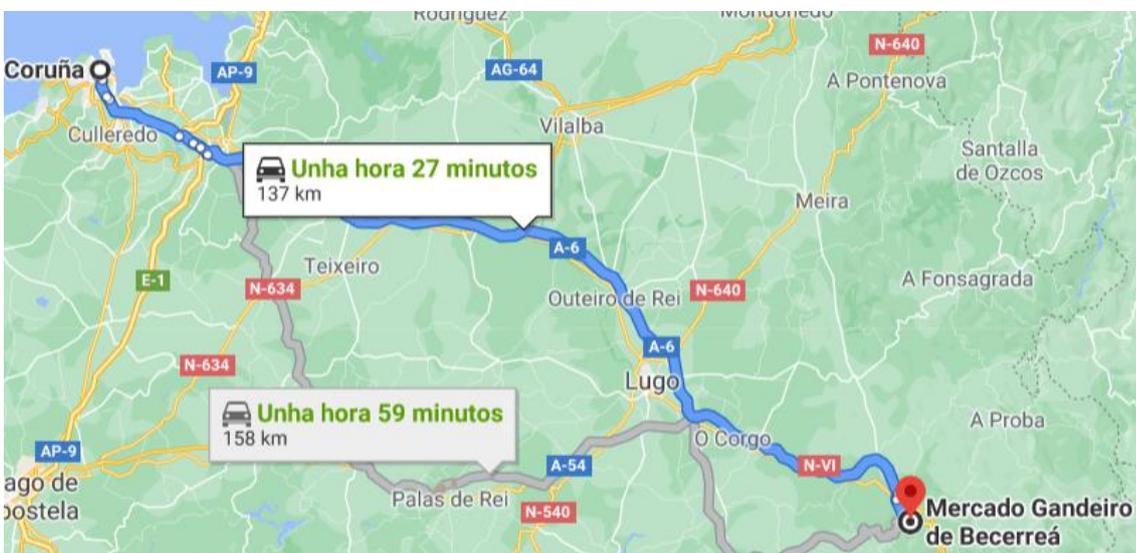


Siguiendo las recomendaciones del protocolo FISICOVID Fegado para Raids, no habrá servicio de duchas ni suelo duro.

Habrá baños dentro del centro de competición, pedimos que se use mascarilla en su interior y que se respeten al máximo las normas de higiene.

ACCESOS A BECERREÁ DESDE PRINCIPALES PUNTOS

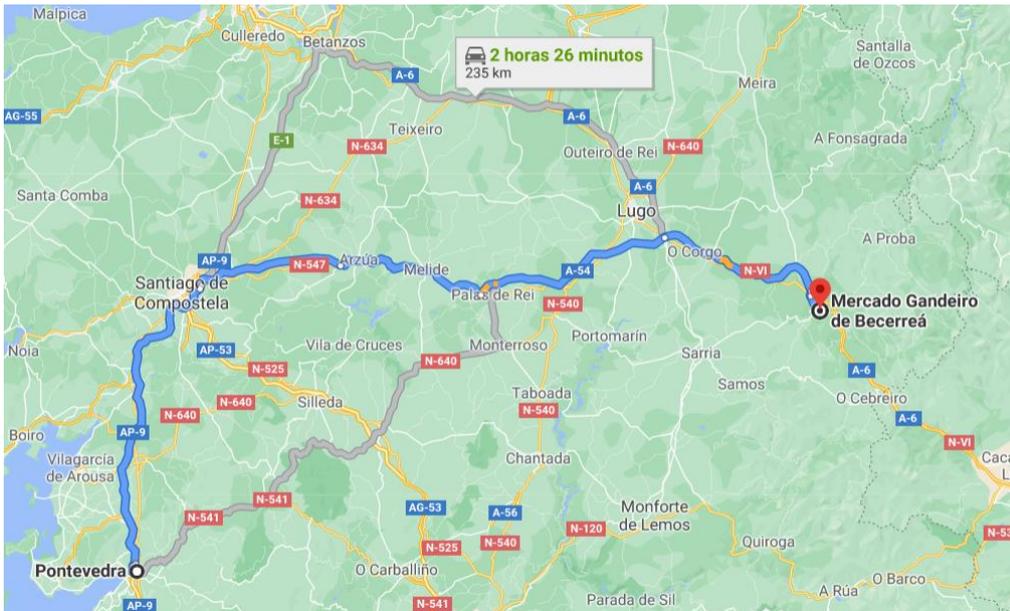
Desde A Coruña



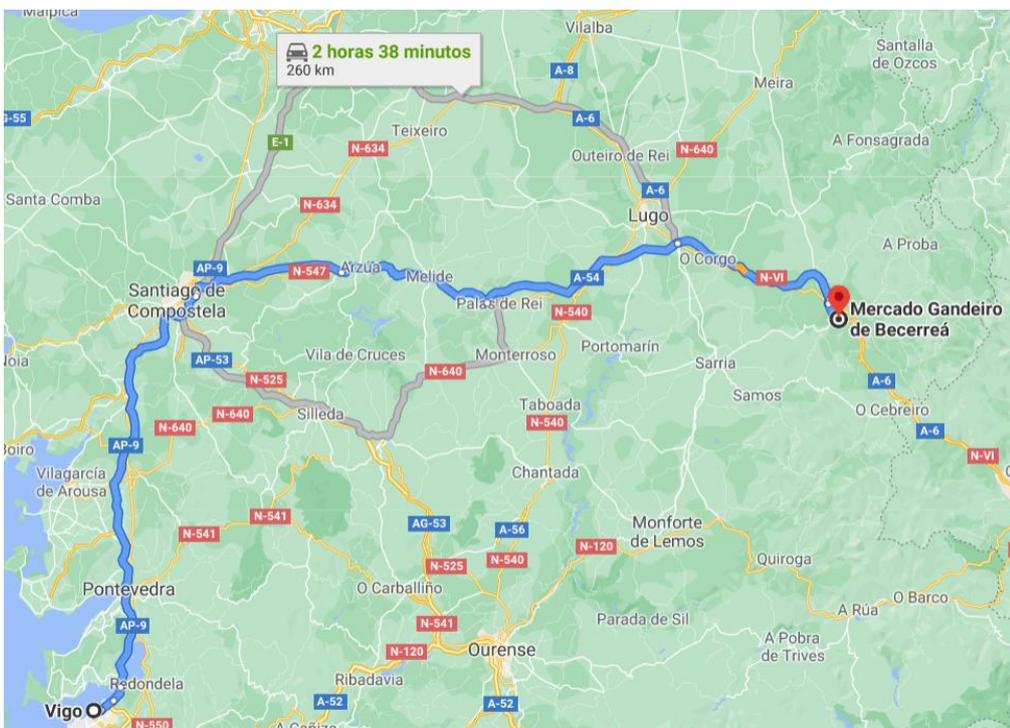
Desde Santiago de Compostela

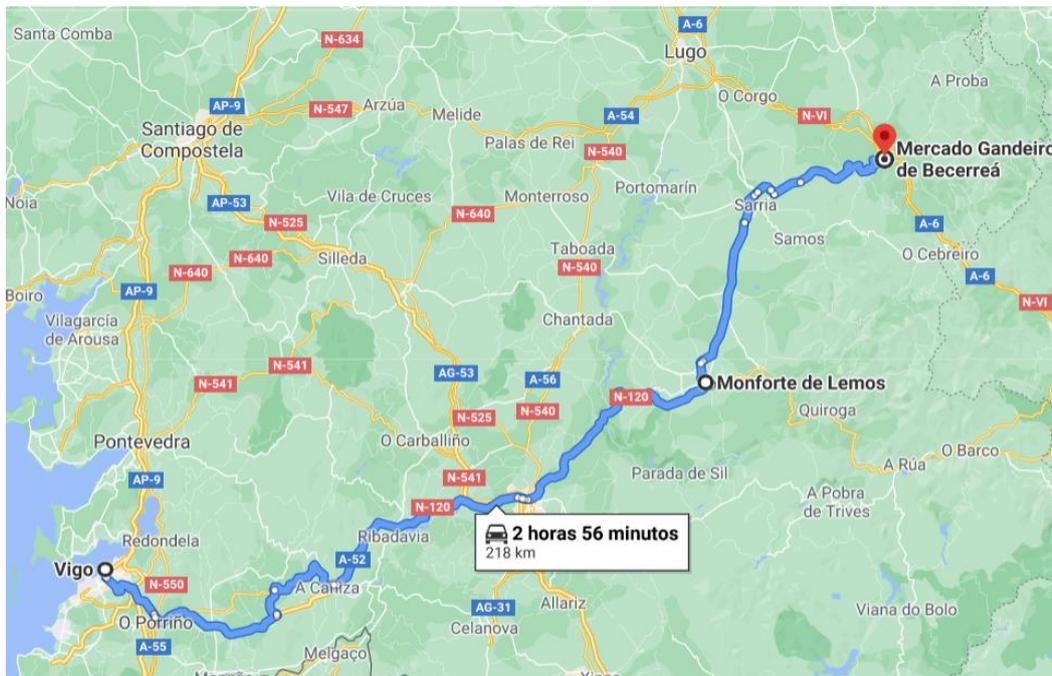


Desde Pontevedra

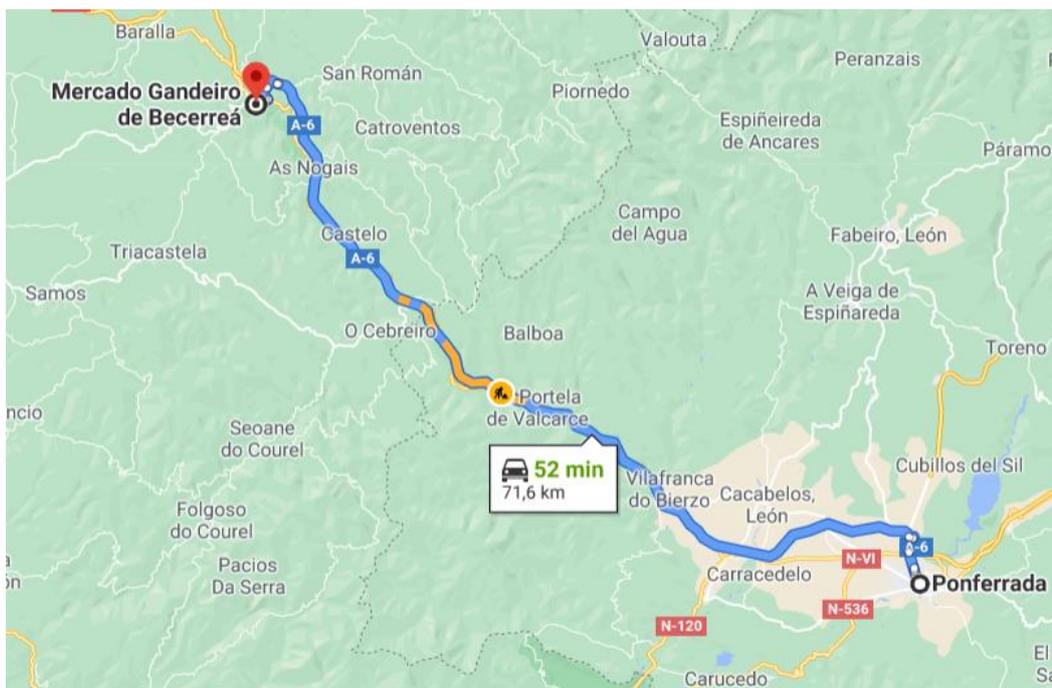


Desde Vigo:





Desde Ponferrada



Información sobre medios de transporte en autobús hasta la zona de competición

Autobuses Lugo-Becerreá

http://gonzalezdelariva.es/mediapool/97/978977/data/16.03.05_Horarios_Lugo-Hula-Baralla-Becerre.pdf

Autobuses Santiago-A Coruña-Lugo-Becerreá

<https://www.alsa.es/>

Autobuses Ponferrada-Becerreá

<https://www.alsa.es/>

4. DATOS TÉCNICOS DEL RAID. DISCIPLINAS Y SECCIONES

ASISTENCIAS:

No estará permitida la asistencia para las categorías **Raid-O 3.0** y **Orienta-Raid**. Habrá una localización diferente de cambio de sección (transición) para la categoría **Raid-O 2+1** y **3.0**, pero sólo **2+1** podrá tener asistencia en este lugar. **Aclaración: la asistencia para la categoría Raid-O 2+1 no es imprescindible, puede realizarse la carrera sin desplazamiento de la asistencia al punto de transición en dos situaciones: equipos de dos corredores/as y equipos que deseen realizar las dos secciones implicadas de manera consecutiva por los mismos corredores/as.**

DISCIPLINAS:

Trekking y Btt.

PRUEBAS ESPECIALES: no habrá, atendiendo a recomendaciones protocolo FISICOVID Fegado.

MAPAS: Mapas para btt tipo MTBO sin especificar el tipo de vegetación, la información que ofrecerán, serán curvas de nivel, red de carreteras, pistas, senderos y caminos, edificaciones, poblaciones y algún elemento singular. La ciclabilidad ha sido actualizada, aunque dependiendo de las condiciones meteorológicas los días previos a la competición puede empeorar un poco en ciertos caminos si el terreno está muy mojado. Mapas para trekking de iguales características, pero con **información somera** sobre el tipo de vegetación. Escalas 1:15000 (S1 Trek1), 1:10000 (S4 Trek2) y 1:20000 (S2 y S3 BTTs).

TIPO Y CARACTERÍSTICAS DE LA COMPETICIÓN:

MODALIDAD	Race y "Non Stop" Tiempo máx de carrera: 9h		Tiempo máx de carrera:6h
	RAID-O 3.0	RAID-O 2+1	ORIENTA-RAID
Nº DE SECCIONES	4	4	3
Nº KM APROXIMADO	77,5	77,5	49
DESNIVEL+ ACUM. APROX.	3130	3130	1820
HORARIO CARRERA	Primera salida: 9.00h Máximo 9h efectivas	Primera salida: 9.01h Máximo 9h efectivas	Primera salida: 09:45h Máximo 6h efectivas

CATEGORÍAS RAID-O 3.0

CATEGORÍAS RAID-O 3.0

Sección	Disciplina	Distancia	Desnivel +	Desnivel -	Mejor T	Tiempo Medio
S1	TREKKING	17 km	800 m	800 m	2h15min	2h40min
S2	BTT1	26 km	1000 m	1020 m	2h	2h30min
S3	BTT2	23 km	800 m	780 m	1h50min	2h15min
S4	TREKKING	11,5 km	530 m	530 m	1h15min	1h35min
	Total	77,5 km	3130 m	3130 m	7h20min	9h

CATEGORÍA RAID-O 2+1

CATEGORÍAS RAID-O 3.0

Sección	Disciplina	Distancia	Desnivel +	Desnivel -	Mejor T	Tiempo Medio
S1	TREKKING	17 km	800 m	800 m	2h15min	2h40min
S2	BTT1	26 km	1000 m	1020 m	2h00min	2h30min
S3	BTT2	23 km	800 m	780 m	1h50min	2h15min
S4	TREKKING	11,5 km	530 m	530 m	1h15min	1h35min
	Total	77,5 km	3130 m	3130 m	7h20min	9h00min

CATEGORÍA ORIENTA RAID

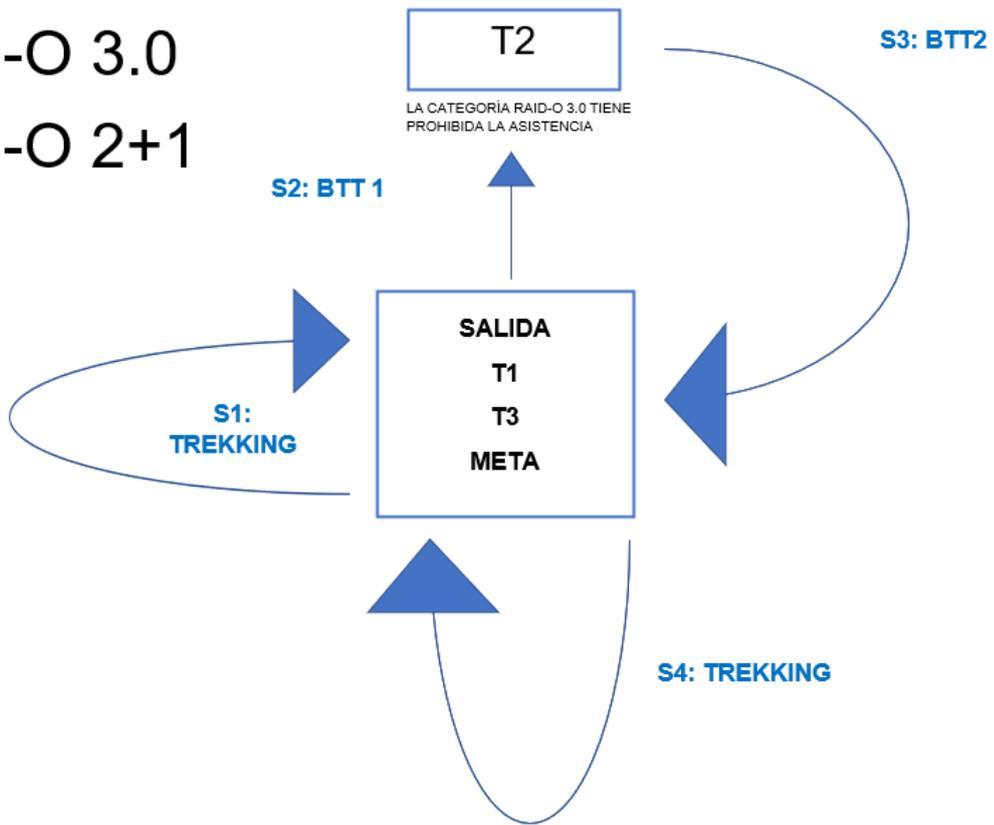
CATEGORÍAS RAID-O 3.0

Sección	Disciplina	Distancia	Desnivel +	Desnivel -	Mejor T	Tiempo Medio
S1	TREKKING	14 km	550 m	550 m	1h45min	2h00min
S2	BTT	26 km	870 m	870 m	2h30min	2h50min
S3	TREKKING	9 km	400 m	400 m	1h	1h10min
	Total	49 km	1820 m	1820 m	5h15min	6h00min

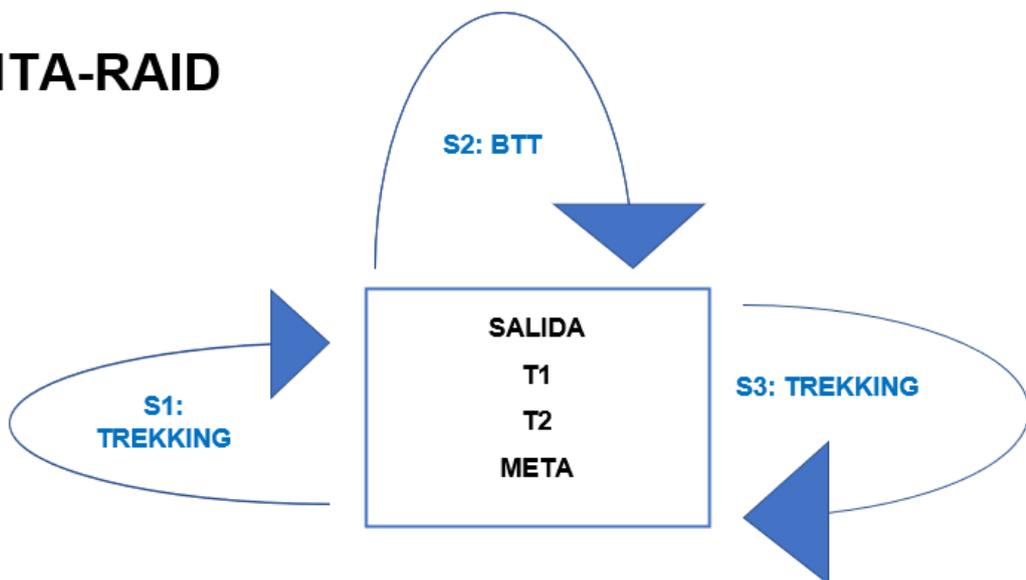
5. ESQUEMAS DE CARRERA

RAID-O 3.0

RAID-O 2+1



ORIENTA-RAID



6. MATERIAL OBLIGATORIO

TODAS LAS CATEGORÍAS	
POR RAIDER	POR EQUIPO
<p>Dos mascarillas. Gel hidroalcohólico. Mochila. Silbato y conocer el código Morse de SOS (...---...).</p> <p>Manta térmica. Recipiente con agua de al menos 1L. Comida energética para la carrera. Bicicleta de montaña, casco homologado, repuestos para pinchazo y luz roja trasera. Chaqueta cortavientos impermeable Camiseta térmica Gorro o prenda tipo buff. Prenda larga para piernas: mallas, culotte largo o perneras.</p> <p>MATERIAL RECOMENDABLE Polainas para sección trekking (u otro tipo de protección para las piernas)</p>	<p>Tarjeta Sport-Ident SI-9, SI-10, SI-11 o SIAC <u>una por equipo.</u></p> <p>Portamapas bicicleta en secciones btt Teléfono móvil con el PIN indicado en la parte posterior en una bolsa estanca Botiquín (venda, antiséptico, esparadrapo, gasas estériles, analgésicos, antiinflamatorios) Kit de herramientas de BTT Brújula Luz frontal o linterna</p> <p>MATERIAL RECOMENDABLE Funda portamapas estanca (será obligatorio portear el mapa de la S3 durante toda la S2 en categoría Raid-O 3.0 y Raid-O 2+1 si no usan asistencia)</p>

*Se recuerda que está prohibido utilizar cualquier tipo de aparato de navegación con sistema GPS o similar

7. NORMAS PARTICULARES DEL RAID. INSTRUCCIONES FINALES.

La BALIZA START será obligatoria, se picará en el momento de la salida para marcar el horario de carrera de cada equipo en las salidas escalonadas.

Los equipos de la categoría Raid-O 2+1 podrán tener asistencia en T2, la asistencia deberá marcharse en cuanto su equipo inicie la **S3**.

Atención: **todas las balizas de fin de sección son obligatorias**, como T1, T3 y Meta coinciden en espacio (para Orienta-Raid T1, T2 y Meta), mucho ojo a la hora de picar el fin de sección correspondiente. Estará bien señalado, pero recomendamos concentración en ese momento.

Recordamos que aunque por protocolo Fisicovid Fegado los equipos competirán con una sola tarjeta SI, todos los/las componentes en carrera deben llegar hasta el lugar de la baliza. Pedimos juego limpio en este sentido.

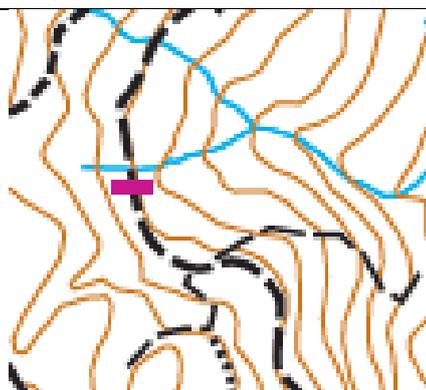
Podéis consultar el raidbook en:

https://intranet.fegado.es/intranet/media/attachments/file/f74/604a932578-raidbook_3.0-y-2.1.pdf

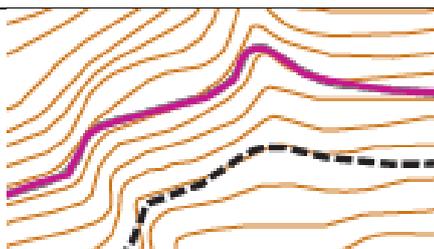
https://intranet.fegado.es/intranet/media/attachments/file/746/604a93257a-raidbook_orienta-raid.pdf

(NO SE ENTREGARÁN COPIAS IMPRESAS)

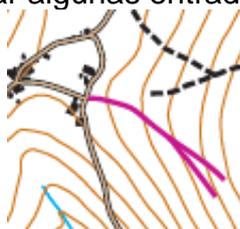
REGLAS CARTOGRÁFICAS

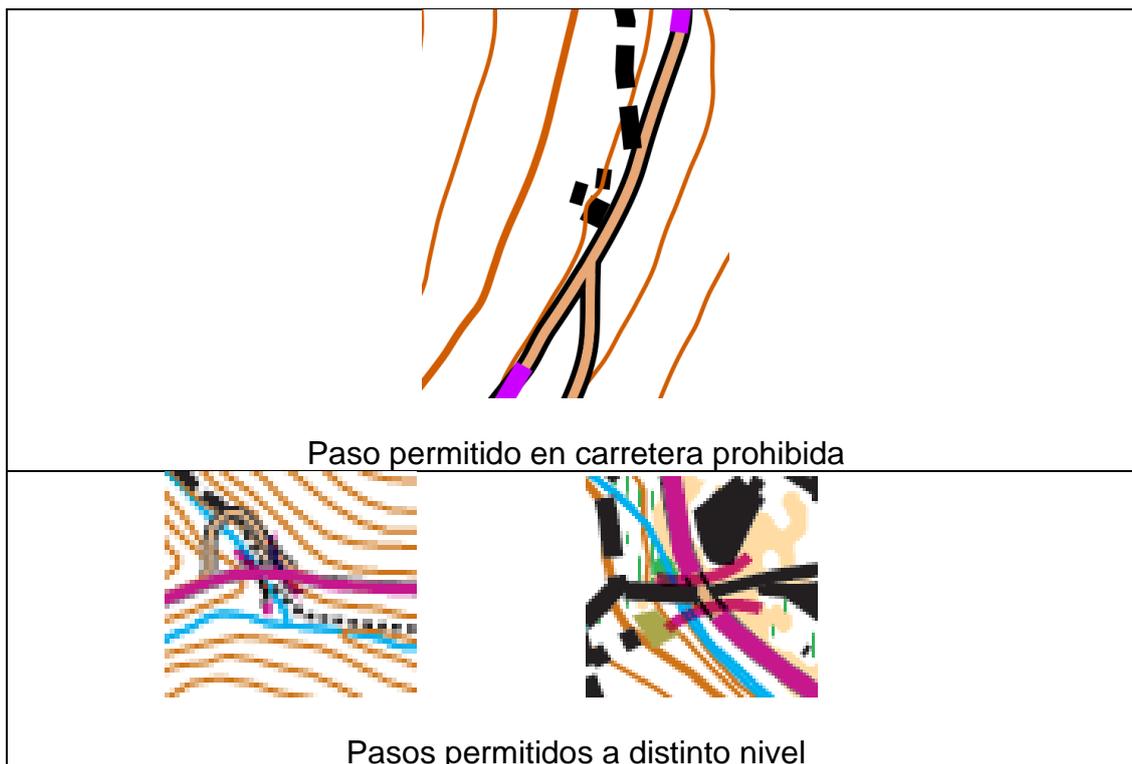


Líneas magentas transversales indican obstáculo. Se han pintado sólo obstáculos puntuales en secciones de bicicleta (árboles caídos), como aviso de seguridad, no porque sean insalvables. En las secciones de trekking no se han pintado, ya que no reportan peligro.



Línea magenta indica carretera prohibida. También se ha utilizado línea magenta para indicar algunas entradas de pista privadas.





RECOMENDACIONES GENERALES

Es importante llevar protección para las piernas.

Cubiertas de las bicicletas en buen estado y con buen taqueado, sobre todo en la rueda delantera. Circularéis por terreno favorable si el tiempo está seco, pero en caso de lluvia se forma mucho barro y en algunos sitios mezclado con piedras resbaladizas.

En este momento la previsión meteorológica indica que lloverá el día de la carrera. Alcanzaremos cotas elevadas en las btt, por encima de los 1000m, con zonas expuestas al viento, por este motivo no debéis escatimar en ropa de abrigo.

Recordaros que es responsabilidad de cada equipo **limpiar y comprobar** su tarjeta SI antes del inicio de la carrera. Las estaciones de limpieza y comprobación estarán en la zona de presalida a la que cada equipo accederá 5 minutos antes del comienzo de su carrera.

Los mapas del raid se entregarán 15 minutos antes de la hora de comienzo de carrera de cada equipo (salidas escalonadas). Habrá dos juegos de mapas para cada equipo, no se entregarán más copias durante la carrera, por lo que cada equipo es responsable de conservarlos y de organizarse para tenerlos en el momento necesario. **Los equipos sin asistencia deben acordarse de llevar el mapa de la S3 durante la S2:** los equipos de la categoría Raid-O 3.0 tienen prohibida la asistencia, por lo que en la **S2** (Btt1) deberán portear los mapas de la **S3** (Btt2). Esto también es importante para los equipos de la categoría Raid-O 2+1 que no utilicen asistencia entre S2 y S3.

Son resistentes al agua, la tinta no se difumina, pero tienen un límite y no son indestructibles, por lo que se recomienda llevar una funda portamapas estanca como ayuda.

En la **S3 BTT2 para categorías oficiales y en la S2 BTT para OrientaRaid** será obligatorio llevar encendida la luz roja trasera.

RECOMENDACIONES ESPECIALES POR SECCIONES

S1 SCORE RAID-O 3.0/RAID-O 2+1/ORIENTARAID

Sección de orientación a pie de **tipo score en bucle**. La carretera principal que atraviesa el pueblo de sur a norte sólo se podrá cruzar a nivel en los pasos de peatones. (Aunque el trazado del recorrido no exige atravesar el pueblo por esta calle).

Es importante prestar especial atención a los peatones y vehículos que puedan circular en el momento de la salida y la llegada al pueblo.

Mapa topográfico escala 1:15000. Se han representado las pistas y sendas con simbología MTBO. Información somera sobre el tipo de vegetación, ofrece información aproximada acerca del terreno pero no ofrece fiabilidad a la hora de un posible ataque de la baliza campo a través, para hacerlo es necesaria la lectura in situ del terreno, ya que si que es posible en algunos casos.

Existe un río franqueable utilizando un medio físico (no es imprescindible esta trazada). Si elegís esta opción, debéis extremar la precaución. (Sólo categorías oficiales).

Se cruza una carretera prohibida por un paso a distinto nivel. Está señalizado en el mapa con el símbolo explicado en “reglas cartográficas”.

Al llegar a la T1 debéis picar la baliza de final de sección (obligatoria).

S2 BTT1 RAID-O 3.0/RAID-O 2+1/ BTT ORIENTARAID

La asistencia de Raid-O 2+1 tiene 15 minutos a la T2, tiempo más que suficiente.

Sección de BTT tipo Score con final en distinto lugar para categorías oficiales y de orden lineal en bucle para OrientaRaid. Se caracteriza por el gran desnivel positivo.

Prestad especial atención al tráfico en la salida del casco urbano de Becerreá.

Los equipos RAID-O 3.0 y equipos sin asistencia debéis portear el mapa de la S3.

Al llegar a la T2 debéis picar la baliza de final de sección (obligatoria).

Por favor, al acceder a la T2 extremad la precaución porque está situada al final de un pueblo pequeño con poco tráfico normalmente y puede haber habitantes paseando, perros y tránsito de ganado.

Mapa tipo MTBO con solo curvas de nivel, carreteras, pistas y sendas donde se ha actualizado la ciclabilidad de las mismas. El mapa es blanco sin colores de vegetación. Escala 1:20000.

S3 BTT2 RAID-O 3.0/RAID-O 2+1

Sección de BTT tipo Score con final en distinto lugar.

En una de las posibles trazadas a una de las balizas tendréis que cruzar un regato con cierto caudal, hacedlo con precaución, pero se ha cruzado en condiciones peores que las actuales y es pasable.

Precaución en la última parte de carretera para acceder a Becerreá.

Al llegar a la T3 debéis picar el final de sección (obligatoria).

Mapa tipo MTBO con solo curvas de nivel, carreteras, pistas y sendas donde se ha actualizado la ciclabilidad de las mismas. El mapa es blanco sin colores de vegetación. Escala 1:20000.

S4 TREKKING RAID-O 3.0/RAID-O 2+1/ S3 ORIENTARAI

Sección de Trekking **tipo Score** donde tendréis muchas opciones de recorte.

Transitaréis principalmente por pastizales, soutos y carballeiras. Estos soutos y carballeiras se encuentran limpios de vegetación, solo en alguna zona encontraréis un leve rayado verde que ha aparecido con el calor de los últimos días.

Según la elección de ruta, podéis transitar por fincas privadas, hacedlo por los bordes y respetad los cierres (si abrís alguno dejadlo cerrado y si no se puede abrir, sortearlo con cuidado para no romperlo). Máximo respeto a los animales que puedan estar en alguna finca o en el bosque.

Mapa tipo MTBO con solo curvas de nivel, carreteras, pistas y sendas, además de construcciones. Información somera sobre el tipo de vegetación, ofrece información aproximada acerca del terreno pero no ofrece fiabilidad a la hora de un posible ataque de la baliza campo a través, para hacerlo es necesaria la lectura in situ del terreno. Escala 1:10000.

Existe una carretera prohibida, la cual es una opción tentadora en una trazada, sabed que estará controlada y los equipos que sean vistos circulando o cruzando por ella serán sancionados. Sólo se podrá cruzar en el paso a distinto nivel señalado en el mapa.

Mapa tipo MTBO con solo curvas de nivel, carreteras, pistas y sendas donde se ha actualizado la ciclabilidad de las mismas. El mapa es blanco sin colores de vegetación.

IMPORTANTE!!! NORMAS A SEGUIR PARA ENTRADA/SALIDA EN LAS TRANSICIONES SITUADAS EN EL CENTRO DE COMPETICIÓN

- **Mascarilla puesta.**
- **En el centro de competición hay dos portones: siempre escogemos el de nuestra derecha, de modo que un portón es de entrada y el otro es de salida.**

- Desinfectamos tarjeta SI y picamos fin de sección correspondiente.
- Nos dirigimos a nuestro box, siguiendo el recorrido balizado.
- Una vez realizadas las tareas estimadas en el box, salimos realizando el recorrido balizado.

Nota: el recorrido balizado representado en la imagen será obligatorio para todos los equipos, ya que iguala la distancia realizada durante la transición, al estar unos boxes más alejados que otros de los accesos.

IMPORTANTE!!! NORMAS A SEGUIR PARA ENTRADA/SALIDA EN LA T2

- Mascarilla puesta.
- Desinfectamos tarjeta SI y picamos fin de sección correspondiente.
- Nos dirigimos hacia nuestro compañero.
- Una vez realizadas las tareas de relevo, salimos a la S3.
- La asistencia abandona la T2 lo antes posible.



PREGUNTAS FRECUENTES

¿La camiseta térmica obligatoria ha de ser de manga larga o vale corta?

Ha de ser de manga larga para protegernos del frío en caso de algún percance o durante la carrera. Hay que llevarla, pero cada uno decide si ponerla o portearla.

¿Me vale un pantalón de membrana impermeable como prenda para cubrir las piernas?

Si, es importante que nos proteja de las inclemencias si nos hiciese falta.

¿Vale un culotte corto y unas medias o unas polainas que deje al aire las rodillas como prenda de abrigo inferior?

No, ha de cubrir las piernas completamente, aunque no es obligatorio llevarlo puesto. Valen mallas largas, mallas cortas o culotte y perneras completas.

Todo el material obligatorio es necesario portearlo en cada sección (en la mochila o puesto), aunque no se utilice, salvo que se indique la obligatoriedad de utilizarlo. (Por ejemplo: luz roja trasera encendida en Btt2 oficial y Btt OrientaRaid).

La ropa de abrigo puede que en movimiento no os haga falta, pero si os paráis a realizar una reparación o debéis esperar para ser socorridos, necesitaréis protegeros de las inclemencias.

NOTAS FINALES

Este será el briefing de la prueba. Si tenéis cualquier duda llamad a **Alberto (686197572)** o **Luisa (659142547)** para resolverlas cuanto antes. También podéis enviar consultas técnicas a luluafull@gmail.com o a rolling@a-full.com.

8. PREVENCIÓN DE RIESGOS. INSTRUCCIONES DE SEGURIDAD. RECORDATORIO PROTOCOLO FISICOVID FEGADO PARA RAIDS.

En el centro de competición y en cualquier momento de tránsito o permanencia en las zonas urbanas será obligatorio el uso de mascarilla.

S1 Trekking: precaución ante resbalones especialmente si lloviese. La salida de la sección es cerca del entorno urbano, por lo que puede haber peatones a los que hay que respetar. El tráfico estará abierto. **En esta zona será obligatorio el uso de mascarilla hasta salir del pueblo.** Se aconseja tomar precauciones ante garrapatas, no se ha observado que haya muchas pero en alguna zona están presentes. Según la elección de ruta, puede ser aconsejable cubrir totalmente las piernas.

S2 Btt1: posible salida por un tramo de carretera en función de la elección de ruta, imprescindible respetar las normas de tráfico y circular con precaución en este tramo. Atención a los tramos marcados como prohibidos. El terreno tiene algunas pistas y caminos pedregosos y muy embarrados, además de algunas zonas de tala reciente en las que aconsejamos precaución.

El final de esta sección coincidirá en espacio con la llegada de vehículos de asistencia de la categoría Raid-O 2+1, por lo que pedimos especial cuidado en la zona de llegada a T2, tanto a ciclistas como a conductores/as.

Recordamos la necesidad de evitar aglomeraciones, por lo que la permanencia en esta zona debe reducirse al mínimo tiempo necesario y las asistencias deben abandonarla lo antes posible. **En entrada/salida al pueblo y durante el tiempo que se esté en la zona de transición el uso de mascarilla será obligatorio.**

S3 Btt2: pistas con fuertes pendientes, puede haber pequeños palos, barro y piedras, extremad la precaución, especialmente si el terreno estuviese mojado. Atención a las carreteras prohibidas. Cuidado si elegís la trazada especificada por el cruce del regato

con caudal abundante. Precaución cuando lleguéis a Becerreá, respetad a los peatones y a los vehículos que transiten dentro del pueblo. Mucho cuidado en todos los tramos de carretera. Luz roja trasera encendida.

Recordad que para entrar en la zona de transición el uso de mascarilla será obligatorio.

S4 Trekking: La salida/llegada de la sección es cerca del entorno urbano, por lo que puede haber peatones a los que hay que respetar. El tráfico estará abierto. Ojo con los cierres de las fincas, además de respetarlos, alguno puede estar electrificado. La carretera nacional estará prohibida, de existir algún paso permitido estará señalizado en el mapa, no podréis cruzarla en ningún otro lugar. Se aconseja tomar precauciones ante garrapatas, no se ha observado que haya muchas pero en alguna zona están presentes. Según la elección de ruta, puede ser aconsejable cubrir totalmente las piernas.

Recordad que para entrar en la zona de transición el uso de mascarilla será obligatorio.

*Las precauciones para la categoría Orienta-Raid son las mismas, ya que las secciones coinciden en parte del recorrido con las otras categorías.

RECORDATORIO PROTOCOLO FISICOVID FEGADO PARA RAIDS

DELEGADO DE CAMPO COVID: Carlos Fernández

Distancias mínimas que deben mantener las personas de un mismo equipo entre sí cuando progresen sin mascarilla: 3,0 m en trekking y 6,0 m en BTT.

Cuando se reduzcan las distancias para planificar estrategias, etc. : uso de mascarilla obligatorio!!!

Punto de filtro de toma de temperaturas: box en el momento previo a la entrega de mapas. (15 minutos antes de la hora de salida de cada equipo).

Importante: Desinfectar manos y tarjeta antes y después de "fichar" en los puntos de control.

Prácticas para evitar agrupación de personas:

- Que los equipos lentos cedan el paso a los rápidos
- Que no se acumulen personas en los puntos de control: picar e inmediatamente apartarse 6 m para que entre el siguiente equipo

No se pueden compartir bebidas ni alimentos.

La persona que realice la asistencia en categoría Raid-O 2+1 debe tener licencia federativa.

La BALIZA START será obligatoria, se picará en el momento de la salida para marcar el horario de carrera de cada equipo en las salidas escalonadas.

Sólo se permitirá la entrada a las transiciones y el acceso a las balizas fin de sección y Meta si todos los/las miembros del equipo tienen puesta la mascarilla.

9. PARTICIPACIÓN

Para participar será obligatorio tener los 18 años cumplidos, estar en posesión de licencia federativa o tramitar licencia de un día (la tramita la organización), poseer las capacidades físicas y técnicas suficientes para afrontar la prueba y no encontrarse sujeto a alguna sanción disciplinaria que así lo impida.

En categoría Orienta-Raid, podrán participar menores con 16 y 17 años de edad, siempre que estén debidamente autorizados (padre/madre, etc.) y, además, lo hagan acompañados de por lo menos una persona mayor de edad durante el recorrido. Con respecto a esta categoría, recordamos la información publicada en la página de Fegado sobre la Tecnificación que tendrá lugar durante el Raid: "... el 13/03/2021 coincidiendo en lugar y horario, con la prueba del II RAID FLUVIAL DE LUGO -CONCELLO DE BECERREÁ, pero sin pertenecer a la misma, haremos una tecnificación con Juveniles (de las edades anteriormente indicadas) para introducir y mejorar aspectos físico-técnicos, tácticos y logísticos de los Raids. Los equipos progresarán en todo momento en compañía de un "monitor/tutor" y tendrán un coche de apoyo". Los equipos participantes en esta actividad no entrarán en la clasificación de la carrera de esta categoría, aunque oficiosamente publicaremos una incluyéndolos por si fuese de interés para alguien esta información.

10. REGLAMENTACIÓN. CLASIFICACIONES Y RECLAMACIONES

La Liga Gallega de Raid de Orientación estará sujeta a los reglamentos y normas de la FEGADO <http://fegado.es> y FEDO <http://www.fedo.org>, para los Raids.

- Reglamento raid 2021

<http://fegado.es/web/uploads/documents/file/99c/5febd92c6e-regulamento-raid-fegado-2021.pdf>

- Normas raid 2021

<http://fegado.es/web/uploads/documents/file/91d/5febd8e545-normas-anuais-raid-fegado-2021.pdf>

- PROTOCOLO FISICOVID FEGADO

<http://fegado.es/federation/downloads/#panel-covid-19>

Resultados online de la prueba en:

<https://fluvial-raid.herokuapp.com/>

Una vez finalizada la prueba, las clasificaciones provisionales serán publicadas lo antes posible, para posibles observaciones y reclamaciones. **(En internet, ya que siguiendo el protocolo Fisicovid Fegado no se publicarán clasificaciones en el centro de competición con el fin de evitar aglomeraciones y favorecer la filosofía de llegar/correr/marchar).** Las reclamaciones pueden presentarse en tanto la Jueza Controladora no haya suscrito el acta de la prueba. Se harán llegar por escrito a la Jueza Controladora, según el modelo que está a disposición de los equipos interesados en <https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfGQEgMVGh0nF-uEnyTN-HZXKhqdwflthxwLfpM56YEWI6WnQ/viewform>

Todo este proceso, debido a las recomendaciones actuales, se hará de manera telemática. No existe ninguna cuota por realizar una reclamación. Las clasificaciones provisionales se darán por definitivas una vez resueltas todas las reclamaciones y se publicarán con la mayor brevedad posible en www.fegado.es

11. EQUIPOS INSCRITOS Y HORAS DE SALIDA

Pueden consultarse las inscripciones definitivas en www.fegado.es

Horas de salida:

<https://intranet.fegado.es/intranet/media/attachments/file/c61/604a674527-listado-con-horas-de-salida.pdf>

12. HORARIOS DEL EVENTO.

HORARIO PREVISTO PARA LA PRUEBA

Atención: se adelanta 15 minutos la salida OrientaRaid con respecto a la información del boletín anterior.

SÁBADO 13 DE MARZO	
08.00h	Apertura del centro de competición: podrá acceder un vehículo como máximo por equipo, competidores/as y una persona de asistencia para la categoría Raid-O 2+1
08:30h	Cierre de centro de competición, a esta hora todos los equipos deben estar dentro (todas las categorías), por lo que se cerrará el acceso a los vehículos
08.45h/08:46h	Entrega de mapas al equipo con la primera hora de salida categorías Raid-O 3.0 y Raid-O 2+1
08:55h/08:56h	Primer equipo se desplaza a la zona de salida categorías Raid-O 3.0 y Raid-O 2+1

09.00h/09:01h	Comienzo de las salidas escalonadas categorías Raid-O 3.0 y Raid-O 2+1
09:30	Entrega de mapas al equipo con la primera hora de salida categoría Orienta-Raid
09:40h	Primer equipo se desplaza a la zona de salida categoría Orienta-Raid
09:45h	Comienzo de las salidas escalonadas categoría Orienta-Raid
15:45h	Comienzo de cierre de meta categoría Orienta-Raid
18.00h	Comienzo de cierre de meta resto de categorías



- **LOS BOXES ESTARÁN ASIGNADOS DE ANTEMANO POR NÚMERO DE DORSAL. EN EL MISMO LUGAR APARCARÁ UN VEHÍCULO POR EQUIPO.**
- **15 MINUTOS ANTES DE LA HORA DE SALIDA SE OS MEDIRÁ LA TEMPERATURA Y ENTREGARÁN LOS MAPAS DE LA CARRERA.**
- **5 MINUTOS ANTES DE LA HORA DE SALIDA SE OS AVISARÁ PARA IR A LA PRESALIDA.**
- **EN LA ZONA DE PRESALIDA DESINFECTARÉIS LAS MANOS, LA TARJETA SI, LIMPIARÉIS Y COMPROBARÉIS.**
- **ENTRE 1 Y 2 MINUTOS ANTES DE LA HORA DE SALIDA SE OS LLAMARÁ PARA LA MISMA.**
- **A LA HORA ASIGNADA PICARÉIS LA BALIZA START Y SALDRÉIS POR EL PORTÓN QUE SE INDIQUE.**

13. MEDIO AMBIENTE

Parte de la carrera discurrirá por terrenos cercanos a la Reserva de Biosfera de Os Ancares Lucenses y Montes de Cervantes, Navia y Becerreá, que coincide en buena parte con la Zona de Especial Protección de los Valores Naturales (ZPVN) llamada Cruzul-Agüeira. Esta zona concreta no la transitaremos, por estar especialmente protegida, pero estaremos en los alrededores.

Os recordamos algunas normas básicas a tener en cuenta durante la carrera:

No dejar restos de basura de ningún tipo, a pesar de que puedan ser biodegradables ya que la acumulación de estos residuos orgánicos conlleva impactos paisajísticos negativos. Además, la ingestión por parte de la fauna de estos restos produce cambios en sus hábitos alimentarios.

Respeto a la vegetación y fauna de la zona. No ahuyentar al ganado o causarle molestias.

Respetar las lindes de las fincas y procurar no atravesar huertos o zonas de siembra.

En la medida de lo posible, competir en silencio.

14. PREMIOS

Siguiendo las medidas establecidas en el protocolo Físicovid Fegado no se celebrará ceremonia de entrega de premios ni de clausura de la carrera. **Además, pedimos a los equipos que abandonen el centro de competición en cuanto terminen su carrera, para evitar así aglomeración de personas en el momento de las llegadas.**

Pódium virtual: se hará una foto a cada equipo (con mascarillas puestas) a la entrada de la zona de salida (escalonada). Con estas fotos se elaborará el pódium de cada categoría para su posterior publicación en la página de la Fegado. Los trofeos se entregarán a posteriori, el modo se concretará con los equipos correspondientes.

Categoría Raid-O 3.0: 3 primeros equipos clasificados

Categoría Raid-O 2.1: 3 primeros equipos clasificados

Categoría Orienta Raid: 3 primeros equipos clasificados

15. INFORMACIÓN TURÍSTICA, ALOJAMIENTOS Y RESTAURACIÓN

(Publicamos la información, aunque las posibilidades turísticas dependerán de las restricciones que estén vigentes en la fecha de la carrera)

Históricamente Becerreá es, por un lado, puerta de entrada y **capital de A Comarca de Os Ancares**, y por otro, lugar estratégico en la conexión de Galicia con la Meseta. De lo primero, dan fe el patrimonio etnográfico y natural; de lo segundo, dos grandes vías históricas que testimonian que Becerreá fue lugar secular de paso. Hace dos mil años los romanos trazaron por estas tierras la **vía romana XIX**, que unía Astorga, Lugo y Braga, las tres capitales de la Gallaecia. Más reciente, pero también con más impacto

en nuestro presente es la **nacional VI**, que en este caso llega de Pedrafita, ideada por Carlos III en el último tercio del siglo XIX y que tiene en el **punte bicentenario de Cruzul** su símbolo. Los viaductos de la Nacional VI y la A6 han sido también referentes en las comunicaciones con Castilla.

Con estas referencias es impensable que Becerreá no estuviera en la **ruta de peregrinación jacobea**. Actualmente el Concello está trabajando en la recuperación de la **Vía Künig** que está luchando por ser oficialmente Camino de Santiago. Argumentos no faltan: Hermannus Künig fue un monje alemán que a finales del siglo XV peregrinó a Compostela desde la ciudad de Vach (Turingia) pasando por Becerreá, lo que le permitió evitar las cuestas de O Cebreiro y visitar la capital de las murallas. **También sirvió de Camino de Santiago la vía romana XIX**, como lo demuestran documentos que constatan el paso de peregrinos, y los numerosos templos románicos a lo largo de lo que fue calzada, con presencia significativa del culto a Santiago. El espléndido templo románico de **Santa María de Penamaior** es el emblema del Camino de Santiago en la montaña.

QUÉ VISITAR:

Rutas:

- **Vía Künig**. Recorrido senderista señalizado entre Agüeira y Campo de Árbol (unos 12 kms).
- **Nacional VI**. Tramo histórico entre Agüeira y Cruzul. (Coincide con la vía Künig)
- **Vía romana XIX**. Recorrido senderista entre la carretera de Navia LU-722 km 3,900 y Cadoalla (5 kms).
- Recorridos senderistas señalizados (info Concello)

Monumentos:

- Iglesia románica de Santa María de Penamaior
- Iglesia románica de San Remixio de Liber
- Iglesia románica de San Cosme de Ouselle.
- Iglesia románica de San Pedro de Cadoalla.
- Iglesia neoclásica de Becerreá (arquitecto Nemesio Cobreros)
- Puente de Pontes de Gatín (de origen romano pero reconstruído)
- Puente neoclásico de Cruzul (siglo XVIII)
- Punto kilométrico de la nacional VI (1850). En Agüeira.

Monumentos naturales:

- **Espectacular paisaje kárstico dos Grobos**, no perderselo. Ciudad encantada de Becerreá. (En Agüeira)
- Aciñeiral de Cruzul. (Cruzul)

Para informarse más:

- Blog de la asociación Patrimonio de Ancares (espléndido estudio y divulgación de todos los monumentos).

<http://arqueoloxiadossancares.blogspot.com/2011/01/patrimonio-relixioso-da-comarca-dos.html>

- Todo sobre la vía Künig promocionada conjuntamente por los concellos de la zona: <https://www.viakunig.es/>
- **Información sobre os grobos y puentes:**
 - La voz de Galicia: https://www.lavozdegalicia.es/noticia/lugo/becerrea/2009/06/07/ciudad-encantada-becerrea/0003_7769440.htm
 - Diputación de Lugo: <http://turismo.deputacionlugo.gal/es/conece/lugoinedito/osgrobos>
 - Puentes de Becerreá: https://www.lavozdegalicia.es/noticia/lugo/2009/05/24/tres-puentes-forjan-historia/0003_7737872.htm

DÓNDE DORMIR

- Casa Poy 982 360 324
- Pensión Os Ancares 610 449 673
- Pensión Hostal Herbón 982 360 134
- Hotel Pontes de Gatín (a 9 kms) 982 360 958
- Palacio de Cantiz (a 18 kms) 683 235 580
- Hostal Rivera 982360185

DÓNDE COMER

- Restaurante Casa Poy. Cenas con reserva 982 360 324
- Restaurante O Ardis. Cenas con reserva. 685 595 341
- Restaurante Bar Correos. Cenas con reserva. 982 360 875 (cierra el domingo)
- Pizzería Vilela (pizzas y hamburguesas). 982 36 10 09
- Bar Loureiro. Menús, pizza y hamburguesas. Preferible reserva. 982 303 078 (cierra el domingo)
- Pulpería María y Luis. Preferible reserva. 679 419 897 (cierra el domingo)
- Restaurante Boavista. 982 360 853
- Palacio de Cantiz (a 18 kms). Cenas y comidas por encarga 683 235 580

16. ORGANIZACIÓN

DIRECCIÓN DE LA PRUEBA:	fluviallugoorientacion@gmail.com
EVENTO EN FACEBOOK:	II Raid Fluvial Lugo – Concello de Becerreá
MÁS INFORMACIÓN:	www.fegado.es http://www.clubfluviallugo.com
DIRECTORA DE CARRERA:	Fernanda Follana
DIRECTOR TÉCNICO:	Luisa Felpeto
DIRECTOR DE SEGURIDAD:	Carlos Fernández
DELEGADO DE CAMPO COVID:	Carlos Fernández
CONTROL SPORTIDENT:	Sonia Gómez
EQUIPO DE CAMPO:	Fernanda Follana, Alberto Corral, Luisa Felpeto, José Manuel Nogueras, Diego Indalecio Fernández y Roberto Amarelle
RESPONSABLE DE PRENSA:	Iago Viana
SECRETARÍA:	Luisa Felpeto y Carlos Fernández
JUEZA CONTROLADORA:	Victoria Eugenia López Permuy

17. ORGANIZAN, PATROCINAN, COLABORAN

ORGANIZAN:



PATROCINAN:



Concello de Becerreá