

29 xaneiro 2022
XXXI LIGA GALEGA

1ª PROBA



ORIENTACIÓN

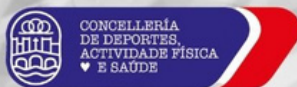
A PÉ - 2022

Inscripcións abertas ata o domingo 23/01/22:

www.fegado.es

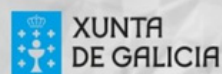
fegado@xestanatureza.com

Patrocinan:



Rias Motor

Colaboran:



Organizan:



1ª PROBA XXXI LIGA GALEGA DE ORIENTACIÓN A PÉ 2022

MONTE DO ACIBAL, 29/01/22

| BOLETÍN 1 |



Índice

1. Organización
2. Mapa e Información técnica
3. Programa
4. Cronometraxe
5. Distancias e desniveis
6. Inscripcións
7. Localizacións
8. Normativa

1ª PROBA XXXI LIGA GALEGA DE ORIENTACIÓN A PÉ 2022

MONTE DO ACIBAL, 29/01/22

| BOLETÍN 1 |



1 - ORGANIZACIÓN

ORGANIZA: XESTA NATUREZA

Dirección da proba: Adrián Moreira Alonso

Trazados: Ángel Álvarez Serto

Responsable SportIdent: Ricardo Figueroa Fernández

Responsable de saídas: Manuel Varela Rivera

Delegado de campo COVID: Ricardo Figueroa Fernández

Responsable de Campo: Ángel Álvarez Serto

Xuiz controlador: Alfonso Rosado Frade

1ª PROBA XXXI LIGA GALEGA DE ORIENTACIÓN A PÉ 2022

MONTE DO ACIBAL, 29/01/22

| BOLETÍN 1 |



2 - MAPA E INFORMACIÓN TÉCNICA

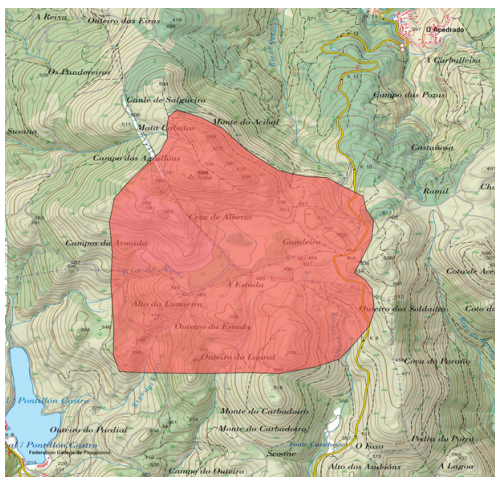
Data da competición: sábado, 29 de xaneiro de 2022

Centro de Competición: Monte do Acibal

Mapa: Acibal | Rexistro FEDO: PO-1792-16 | Realizado en 2016 por Manuel Varela Rivera e Manuel Fariña Martínez, revisado en xaneiro de 2022 por Ángel Álvarez Serto.

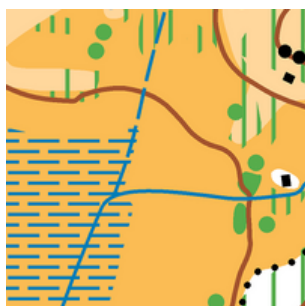
Prohibición de acceso a mapa: lémbrese que está prohibido o acceso ao terreo de competición dende o momento no que se declara a súa utilización para esta proba a través do presente boletín (artículo 17.2 do Regulamento de Orientación FEGADO). Polo tanto, prohibítese o acceso á zona de competición sinalada, na cal terán lugar as probas.

Zona Prohibida Acibal



INFORMACIÓN TÉCNICA E COMENTARIOS DO TRAZADOR:

- Carreira rápida con variedade de terreos e técnicas a empregar.
- Terreos pantanosos abertos combinados con zonas de bosque e vexetación máis densa.
- Recoméndase o uso de polainas.
- Precaución en zonas de auga.
- Nalgún momento da carreira tocarase unha pista forestal asfaltada, o tráfico é practicamente inexistente, pero é responsabilidade do orientador ser precavido.



1ª PROBA XXXI LIGA GALEGA DE ORIENTACIÓN A PÉ 2022

MONTE DO ACIBAL, 29/01/22

| BOLETÍN 1 |



3 - PROGRAMA

Sábado , 29 de xaneiro de 2022

- **09:00:** Apertura de Secretaría (Centro de Competición).
 - Lugar: Monte do Acibal.
 - Recollida de pinzas SportIdent (aluguer).
- **10:00:** Primeiras saídas.
- **TEMPO MÁXIMO DE CARREIRA:** (concretarase a hora de peche de meta unha vez realizado o sorteo de horas de saída e coñecida a hora de saída do derradeiro corredor/a). Establécese un tempo máximo de 2 horas para cada categoría. Unha vez declarado o peche de meta, iniciárase a retirada das balizas.
- **ENTREGA DE TROFEOS DA LIGA GALEGA DE ORIENTACIÓN 2021:** Nas instalacións do Pontillón do Castro estará montado un photocall coas medallas e trofeos dispoñibles para que as persoas premiadas pasen a recollelos de forma individual, sen aglomeracións. Haberá persoal para a entrega e foto correspondente. Se se xuntasen as persoas dun podio, permitirase unha fotografía xuntos, con mascarilla e mantendo as distancias oportunas.
 - Horario: de 12:30 a 15:30.

4 - CRONOMETRAXE

- Obrigatorio o uso de tarxeta Sportident para todas as categorías.
- As estacións estarán programadas para o uso das tarxetas SIAC no modo activo AIR+.
- A organización disporá de tarxetas SIAC para todo orientador que o solicite, en concepto de aluguer, para favorecer a igualdade na competición.

1ª PROBA XXXI LIGA GALEGA DE ORIENTACIÓN A PÉ 2022

MONTE DO ACIBAL, 29/01/22

| BOLETÍN 1 |



5 - DISTANCIAS E DESNIVEIS

CATEGORÍA	DISTANCIA (km)	DESNIVEL (m)	N.º CONTROIS	ESCALA
F-12	1,9	25	11	1:10000
F-14	1,7	50	12	1:10000
F-16	2,6	60	12	1:10000
F-18	3,0	80	15	1:10000
F-21B	2,6	60	12	1:10000
F-21A	3,3	85	15	1:10000
F-35	3,3	85	16	1:10000
F-40	3,2	85	17	1:10000
F-45	3,1	75	16	1:10000
F-50	2,1	55	13	1:10000
F-55	1,6	45	11	1:10000
F-E	4,2	135	19	1:10000
M-12	1,9	25	11	1:10000
M-14	2,1	55	13	1:10000
M-16	2,9	85	14	1:10000
M-18	3,3	110	17	1:10000
M-21B	2,9	85	14	1:10000
M-21A	3,3	105	17	1:10000
M-35	4,4	185	22	1:10000
M-40	4,2	140	19	1:10000
M-45	4,2	140	18	1:10000
M-50	3,2	80	16	1:10000
M-55	2,2	50	14	1:10000
E	4,6	185	25	1:10000
INI-C	2,0	20	10	1:10000
INI-L	2,9	50	11	1:10000

1ª PROBA XXXI LIGA GALEGA DE ORIENTACIÓN A PÉ 2022

MONTE DO ACIBAL, 29/01/22

| BOLETÍN 1 |



6 - INSCRICIÓNS

CATEGORÍAS OFICIAIS (persoas federadas):

- Será preciso aceptar a DECLARACIÓN RESPONSABLE durante o proceso de inscrición a través da web da FEGADO.
- As persoas coordinadoras COVID de cada club, deberán enviar ao email fegado@xestanatureza.com as posibles burbullas de viaxe (e decir, persoas que viaxarán no mesmo coche, para evitar largas esperas na zona de concentración), antes do martes 25 de febreiro ás 23:59h.
- Inscricións ata o domingo 23 de xaneiro, ás 23:50h, na web www.fegado.es.
- Tarxeta Sportident para todas as categorías. Asignarase unha tarxeta Sportident en aluguer a quen non indique o número de tarxeta na súa inscrición. Aluguer de Sportident: 3 € (a pagar xunto coa inscrición). A perda de esta tarxeta conleva o pago de 35 €.
- CLUBE: A través da web www.fegado.es. Enviar o xustificante do ingreso na conta de ING ES20 1465 01 00981730926982 a fegado@xestanatureza.com, no concepto poñer ACIBAL + nome do club. A cantidade a ingresar será a suma do resumo das inscricións do clube na carreira, máis 3€ por cada persoa que alugue a tarxeta Sportident. Os clubs que precisen factura, deben enviar os seus datos fiscais.
- **As inscricións non se considerarán formalizadas ata a realización do ingreso bancario, e enviado o correo electrónico fegado@xestanatureza.com**

CATEGORÍAS NON OFICIAIS (INICIACIÓN CURTA E LONGA):

- Só se permitirán inscricións realizadas no seguinte enlace: [INSCRICIÓNS](#)
- Haberá saídas separadas de categorías oficiais e de Iniciación.
- **Só se permitirá a saída ás persoas inscritas na carreira.**

PREZOS 2022:

- Federad@s: Categorías ata 18 M/F: 7€.
- Federad@s: Categorías de 21 M/F en diante: 10€.
- Iniciación Curta (nen@s), sen licenza federativa: 10€.
- Iniciación Longa (maiores), sen licenza federativa: 13€.
- Aluguer tarxeta Sportident: 3€.
- Recargo fora de prazo: 100% de cuota de inscrición.
- Cambio de tarxeta SI a pagar pol@ deportista: pechadas as inscricións, 2€; día de competición, 3€.

1ª PROBA XXXI LIGA GALEGA DE ORIENTACIÓN A PÉ 2022

MONTE DO ACIBAL, 29/01/22

| BOLETÍN 1 |



7 - LOCALIZACIÓNS

O centro de Competición estará ubicado no **Monte do Acibal**, concretamente no "Pastizal".

Próximamente poderanse consultar tódalas localizacións.



1ª PROBA XXXI LIGA GALEGA DE ORIENTACIÓN A PÉ 2022

MONTE DO ACIBAL, 29/01/22

| BOLETÍN 1 |



8 - NORMATIVA

A competición estará regulada por:

1. Regulamento de Orientación FEGADO 2022.
2. ANEXOS do anterior regulamento citado.
3. Normas Anuais FEGADO O-PE 2022.
4. Para o non contemplado, aplicaranse as Normas Xerais da FEDO e IOF.

NORMAS DA PROBA:

1. Será obligatorio levar visible por diante o dorsal oficial da Liga Galega de Orientación a Pé 2022. Nembargantes, ao tratarse da primeira proba da Liga Galega de Orientación 2022, a organización porá a disposición dos participantes dorsais oficiais en branco no evento da web FEGADO, e na secretaría (ao prezo de 1€) o día da proba.
2. A proba traballará baixo o Protocolo FISICOVID-DXT GALEGO de FEGADO na súa especialidade de Orientación a Pé en bosque, validado pola Secretaría Xeral para O Deporte con data 15/10/2020.
3. Publicaranse recomendacións relativas á observación e cumprimento do Protocolo FISICOVID-DXT GALEGO así como en materia de seguridade e saúde en boletíns complementarios.
4. Os orientadores participan baixo a súa propia responsabilidade, asumindo os riscos inherentes ás carreiras de Orientación a Pé.
5. Os clubs serán os responsables de inscribir a os menores de idade nun percorrido axeitado para o seu nivel físico e técnico.
6. Deberase levar únicamente como instrumento de Orientación e medida o compás.
7. Todas as persoas participantes nunha proba de Orientación deberán mostrar respecto cara os demais competidores, organizadores e espectadores, así como respectar a propiedade privada, os cultivos e as zonas de protección Medioambiental.
8. Todo competidor deberá prestar axuda a outro se o ve mancado.
9. Todo orientador debe respectar a sinalización da carreira e as balizas-control.
10. A perda da tarxeta de control ou o non paso por todos os controis será motivo de descalificación. En caso de abandono, será obrigado presentarse na meta e descargar SportIdent.
11. Tanto organizadores como competidores estarán obrigados a respectar o medio natural segundo as indicacións específicas que se publiquen en boletíns complementarios.
12. Farase especial vixilancia no respecto as zonas marcadas como prohibidas no mapa por parte da organización con persoal habilitado como xuíz auxiliar.
13. Será obrigado levar máscara cubrindo boca e nariz no centro de competición, presaída e saída. Poderase retirar no momento no que a organización o indique e volverase a colocar unha vez cruzada a meta.