

I TROFEO DE ORIENTACIÓN LA REGIÓN

7ª PROBA DA XXIV LIGA
GALEGA DE ORIENTACIÓN A PÉ

SÁBADO 20 DE XUÑO,
MONTEALEGRE (OURENSE)



7ª PROBA DA XXIV LIGA GALEGA DE ORIENTACIÓN A PÉ, ORGANIZADA POLA A.D. LIMIACTIVA E O CLUB PEÑA TREVINCA BARCO.

MAPA

MONTEALEGRE. Rexistro FEDO: OU-1676-15
Escala 1:7500 | Equidistancia 5m
Creación: maio 2015

ZONA DE CONCENTRACIÓN

Rúa 2, Urbanización de Montealegre, Ourense
Coordenadas: 42°19'51.3"N 7°49'14.7"W
(42.330913, -7.820750)

A zona da concentración situarase ó final da Rúa Dous da urbanización Montealegre.

Aínda que está relativamente preto do centro da cidade, é recomendable acceder á zona de carreira dende o Polígono Industrial de San Cibrao das Viñas.

En Ourense tomarase a estrada de Trives (OU-603, a que sae dende a rotonda da Policía Nacional). Dende aquí, 6,5 km ata a rotonda xunto ó embalse de Cachamuíña, onde xiraremos á dereita dirección ao Polígono Industrial.

A 1,7 km, na primeira rotonda (xunto a ITV) xiramos á dereita e a 100 m. de novo á dereita na rotonda.

Dende aquí, seguimos sempre de fronte e cara arriba, e en 1,5 km chegamos á Urbanización de Montealegre, xiramos á esquerda e a 500 m estará a zona de carreira.

Coordenadas GPS: 42.330913, -7.820750.
(Ver mapa adxunto de cómo chegar).

CARREIRA

Carreira puntuable para a liga galega.

Mapa novo cartografado Martín Morales.

Rexistro FEDO: OU-1676-15

Con apenas un quilómetro cadrado, desniveis entre suaves e moderados, e gran cantidade de detalles rocosos.

Moitas áreas cubertas de vexetación espesa composta fundamentalmente de brezo e carqueixa, e outras zonas con vexetación rasteira do mesmo tipo.

Existe gran cantidade de pequenos cortalumes (dous metros de ancho), que atravesan esas zonas verdes, pero que este ano aínda non están desbrozados e en ocasións non percíbense con claridade. Aínda así, é por eses cortalumes por onde se transitará principalmente polo que no mapa manteranse de cor amarelo para a súa mellor visualización.

Escala 1:7.500 en todos os percorridos.

En caso de pérdida sen solución, tomar rumbo norte ata a estrada, para logo seguir dirección este, ata a zona de concentración onde encóntranse a saída e meta.

PERCORRIDOS

Os contemplados na XXIV Liga Galega de Orientación. Nesta proba encontraredes gran cantidade de balizas moi cercanas, controlar ben o número de control para evitar erros.

Os percorridos de iniciación usarán baliza start e non terán hora de saída asignada.

SISTEMA DE CRONOMETRAXE

O sistema de control será SportIdent. As estacas terán pinzas manuais por si deixa de funcionar a estación SportIdent. **Os controis non terán baliza “checa”.**

DUCHAS

No complexo deportivo de Monterrei da Xunta de Galicia, a 2 km de distancia, de 12 a 15 horas.

CATEGORÍAS

a) Con licenza federativa:

As contempladas no Regulamento da XXIV Liga Galega de Deporte de Orientación.

b) Sen licenza federativa:

Iniciación Curta (P0) (ata 12/14 anos)

Iniciación Longa (P3) (+ de 12/14 anos)

I TROFEO DE ORIENTACIÓN LA REGIÓN

7ª PROBA DA XXIV LIGA
GALEGA DE ORIENTACIÓN A PÉ

SÁBADO 20 DE XUÑO,
MONTEALEGRE (OURENSE)



PROGRAMA

- 09:00 h. Apertura da secretaria.
- 10:30 h. Saída dos primeiros participantes.
- 13:30 h. Clausura
- 14:00 h. Peche de meta e entrega de premios.

INSCRICIÓNS

A través da web da Federación Galega de orientación (www.fegado.es) seleccionando o evento no calendario e marcando a categoría na que desexa inscribirse.

Os participantes que non teñan usuario na intranet terán que rexistrarse antes.

Data límite: martes 16 de xuño, as 22:00 horas.

CLUBS:

A través de <http://fegado.es/events/>. Enviar o xustificante do ingreso na **conta nº ES14 2100 4147 8322 0006 0569 de LA CAIXA** a: limiactiva@gmail.com. A cantidade a ingresar será a suma do resumen das inscricións do clube na carreira, máis 3€ por cada corredor que alugue tarxeta SI. No concepto do ingreso poñer: ORI MONTEALEGRE (máis o nome do clube) Aqueles clubes que precisen factura, no olviden enviar seus datos fiscais.

INDEPENDENTES:

Enviar por e-mail a limiactiva@gmail.com: Nome e apelidos, DNI, **Percorrido (Iniciación Curta o Longa)**, Data de nacemento, Nº tarxeta SportIdent, Teléfono de contacto e xustificante do ingreso na **conta nº ES14 2100 4147 8322 0006 0569 de LA CAIXA** indicando no concepto: ORI MONTEALEGRE (máis o nome do participante). A cantidade a ingresar será a suma do resumen de la inscripción na carreira, máis 3€ si necesita alugar tarxeta SI.

COTAS DE INSCRICIÓN

- Federados: 4 euros
- Non federados (con seguro e licenza de 1 día):
 - a) INICIACIÓN CURTA: 6 euros.
 - b) INICIACIÓN LONGA: 8 euros.

A estes importes engadiranse 3 euros en caso de precisar alugar a pinza sportident (obrigatoria para todos os percorridos).

¡ATENCIÓN! Obrigatorio tarxeta SportIdent para todas as categorías. Asignarase una tarxeta SportIdent en aluguer a quen non indique o nº de tarxeta nos datos de inscrición. Prezo do aluguer: 3€ (a pagar coa inscrición). A perda da tarxeta conleva o pago de seu prezo: 30€

Recoméndase facer o pago das inscricións na conta bancaria que indícase, antes da celebración da competición, e evitar os pagos en efectivo o día da carreira.

OUTRAS INFORMACIÓNS

- Listados de horas de saída en <http://fegado.es> a partir do xoves 18 de xuño pola tarde.
- Haberá avituallamento líquido en carreira e na meta para todos os percorridos.
- Contarase cunha ambulancia medicalizada na zona de meta.

NORMAS E RECOMENDACIÓNS

- Non permitirse a saída sen dorsal.
- Obrigatorio realizar o percorrido na orde indicada no mapa.
- É obrigatorio pasar por meta e facer a descarga da tarxeta sportident, aínda que abandónese, para que conste á organización.
- Para a realización do percorrido, o competidor só pode contar coa axuda dunha brúxula, ademais do mapa aportado pola organización.
- É recomendable levar roupa cómoda que cubra todo o corpo e tamén o uso de polainas.
- A competición basase no respecto pola natureza, aos cultivos e propiedades privadas, aos outros competidores e ás indicacións do persoal da organización
- É moi importante ofrecer axuda e asistir a calquer participante que encóntrese lastimado.
- O deporte de orientación practícase en silencio e de xeito individual, cun respecto máximo polo medio natural.

I TROFEO DE ORIENTACIÓN LA REGIÓN

7ª PROBA DA XXIV LIGA
GALEGA DE ORIENTACIÓN A PÉ

SÁBADO 20 DE XUÑO,
MONTEALEGRE (OURENSE)



DIRECCIÓN

Óscar Gómez Míguez e Pablo Aller

EQUIPO TÉCNICO

Cartografía e percorridos: Martín Morales

Balizado: Roberto Feijóo, Pablo Aller, Martín Morales, Xan Trigo e Fran Camba

Sportident: Pablo Aller / Fran Camba

Xuíz controlador: Ángel Álvarez Serto

ORGANIZAN

LIMIACTIVA
ASOCIACIÓN DEPORTIVA



fegado
Federación Galega
de Orientación

fedo
Federación Española de Orientación

CSD
Consejo Superior de Deportes

XUNTA DE GALICIA
PRESIDENCIA
Secretaría Xeral para o Deporte

PATROCINA

La Región

OURENSE

COLABORAN

Concello de
OURENSE

