



El presente BOLETÍN 2 supone una actualización y sustitución de lo publicado en los BOLETINES 0 y 1, que quedan derogados.

## ORGANIZACIÓN

**Club organizador:** Sociedad de Montaña ÁRTABROS (A Coruña)

**Dirección de la Prueba:** Santiago Traveso

**Recorridos:** Javier Sevilla

**Sportident:** Alfonso Mancera y Malena Ponte

**Salidas:** Charo Candela y Francisco G.Cobas

**Colocación de balizas:** Javier Sevilla, Santiago Traveso, Santiago Riestra, Antonio Gómez, Natnael Candela y Benjamín Roca.

**Juez controlador:** Alfonso Rosado (AD ARNELA)

**Jurado técnico:** será designado por el juez controlador y se publicará en la web FEGADO como muy tarde el viernes 31 de mayo en la correspondiente ficha de ARBITRAXE.

**Jueces auxiliares:** Sí. Velarán por el cumplimiento del reglamento y de las normas específicas de la prueba.

## FECHA Y DATOS MAPA

**Fecha de celebración.** Sábado 1 de junio de 2019

**Mapa.** LIÁNS (Zona Bastiagueiro). Registro FEDO: C01455-13, normativa **ISOM 2017**. **Escala 1:7500 para todas las categorías (salvo indicación contraria en próximo boletín)** | Equidistancia 5 m | Creación: 2013, ampliado y revisado en enero 2015 por Javier Arufe e Iván Mera (APA Liceo) | Actualizado por Javier Arufe (APA Liceo) y Santiago Traveso (Artabros) en abril-mayo 2019.

**Prohibición de acceso a mapa.** Se recuerda que está prohibido el acceso al terreno de competición desde el momento en que se ha declarado su utilización para esta prueba (artículo 17.2 del Reglamento de Orientación FEGADO).

## CARRERA

**Denominación de la prueba.** Campeonato Gallego de SCORE.

**Orden en que los controles deben ser visitados.** SCORE (sin orden específico, recorrido libre), excepto para la categoría INI CURTA e INI LONGA, donde el recorrido será lineal.

**Longitud de los recorridos.** Tiempos máximos de carrera y penalizaciones en cuadros adjuntos. Desniveles medios.

**Salidas.** Salidas en masa para todas las categorías excepto INI curta e INI longa.

**Cronometraje.** Sistema electrónico Sportident.

**SIAC** estará activado.



## INSCRIPCIONES

**Fecha límite.** Hasta las 23:50 horas del **domingo 26 de mayo** a través de la web [www.fegado.es](http://www.fegado.es)

**Obligatoriedad de uso de tarjeta SPORTident (SI).** ¡ATENCIÓN! Es obligatorio el uso de tarjeta SPORTident para todas las categorías. Se asignará automáticamente una tarjeta SPORTident en alquiler a quien no indique el número de tarjeta en los datos de inscripción. Coste del alquiler: 3 euros (a pagar junto con la inscripción). La pérdida de la tarjeta SPORTident conlleva el pago de 30 euros.

### Categorías

#### CATEGORÍAS:

CATEGORÍA	AÑOS NACIMIENTO
ALEVÍN M/F-12	2007-2008
INFANTIL M/F-14	2005-2006
CADETE M/F-16	2003-2004

M/F-18	2001-2002
M/F-21	Sin límite de edad
E/FE	Sin límite de edad
M/F-35	1984 y anteriores
M/F 40	1979 y anteriores
M/F 45	1974 y anteriores
M/F-50	1969 y anteriores

**Inscripciones CLUBS:** A través de <http://fegado.es/events/view/o5fi8pdyp04e/>. Enviar el justificante de ingreso en la cuenta nº **ES25 2080 5565 00 3040002362** de ABANCA a la dirección de e-mail [deporte.orientacion@artabros.org](mailto:deporte.orientacion@artabros.org). La cantidad a ingresar será la suma del resumen de las inscripciones del club en la carrera, más 3 euros por cada corredor que alquile tarjeta SI. En el concepto del ingreso indicar: **71100309 + (más el nombre del club)**. Aquellos clubs que precisen factura, no olviden enviar sus datos fiscales.

**Inscripciones NO FEDERADOS:** Todos los corredores NO FEDERADOS, tanto si pertenecen a un CLUB, como si son INDEPENDIENTES, deben registrarse a través de la web de la Federación Galega de Orientación (FEGADO) en el enlace <http://fegado.es/events/view/o5fi8pdyp04e/>.

- Una vez registrados los NO FEDERADOS PERTENECIENTES A UN CLUB, será el propio club quien gestione la inscripción y el ingreso.
- Los NO FEDERADOS INDEPENDIENTES deben enviar el justificante de ingreso en la cuenta nº **ES25 2080 5565 00 3040002362** de ABANCA a la dirección de e-mail [deporte.orientacion@artabros.org](mailto:deporte.orientacion@artabros.org) antes de las 23:50 horas del domingo 26 de mayo de 2019. En el concepto del ingreso indicar: **71100309 + (más el nombre del no federado independiente)**.

Los corredores no federados, independientemente de su edad, solo podrán inscribirse en las categorías de INICIACIÓN CURTA o INICIACIÓN LONGA.

Los federados de otros clubes (no gallegos) podrán inscribirse en categoría oficial, fuera de competición.



### Precios de las inscripciones

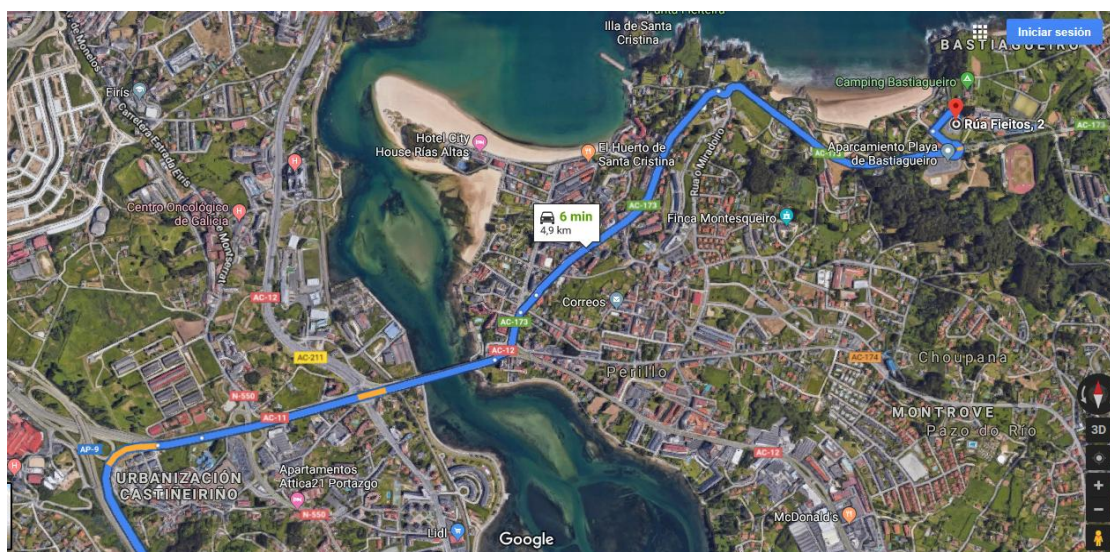
- Federados categoría F/M 18 e inferiores: **5 € + 3 €** (si alquila sportident)
- Federados resto de categorías: **7 € + 3 €** (si alquila sportident)
- Iniciación Curta (niños) sin licencia fed.: **7 € + 3 €** (si alquila sportident)
- Iniciación Longa (mayores), sin licencia fed.: **10 € + 3 €** (si alq. sportident)
- Federados en categorías iniciación: **5 € + 3 €** (si alquila sportident)
- Recargo por inscripción fuera de plazo (si es posible): **1 €**
- Reposición de dorsal: **1 €**
- Cambio de tarjeta SI: **3 €**

## CENTRO DE COMPETICIÓN Y ACCESOS

**Facultade de Ciencias do Deporte e a Educación Física (antiguo INEF).** Avda. Che Guevara, 121, Bastiagueiro (Concello de Oleiros, A Coruña)

**Coordenadas** UTM: zona 29T, 551950, 4798800

**Acceso.** Desde AP-9 por AC-11 (Ponte Pasaxe) y AC-173: 4,9 km (6 minutos)



**Avituallamiento.** No se pondrá avituallamiento en carrera. Avituallamiento líquido y sólido al finalizar la prueba. Cortesía de GADIS

**Estacionamiento.** Existen **espacios de estacionamiento para los vehículos** dentro del propio recinto INEF. Además, existen en las proximidades otra serie de aparcamiento (en algunos casos, la **zona ORA de pago** estará operativa el día 1 de junio).

**Estará señalizado el acceso a la zona de cuarentena (PABELLÓN 1) desde el parking situado dentro de las instalaciones del INEF.**



## HORARIOS

**10:00 am** apertura de secretaría y CUARENTENA en el pabellón de deportes

**10:30 am** BRIEFING en el interior del pabellón de deportes

**10:40 am** hora tope para acceder al pabellón de deportes

**10:40 am** llamamiento primer turno de salida

**11:00 am** salida primer turno de corredores

**11:05 am** llamamiento segundo turno de salida

**11:20 am** salida segundo turno de corredores

**11:25 am** llamamiento tercer turno de salida

**11:40 am** salida tercer turno de corredores

**13:30 pm** cierre de meta e inicio de retirada de las balizas del terreno

**13:30 pm** entrega de premios



## RECOMENDACIONES DEL TRAZADOR

**Estrategia.** “Para el Campeonato Galego de Score os proponemos un reto que va más allá de saber en qué orden debo hacer la carrera para completarla en el tiempo establecido.

La prueba se basará en la estrategia de cada corredor y ésta pasará por preguntarse:

*¿de verdad podré completar todos los puntos? Y si no,*

*¿cuáles dejaré sin picar y cómo organizaré mi carrera para llegar en tiempo sin penalizar y conseguir la máxima puntuación?”*

**Prohibición.** “La prohibición de cruzar a nivel la carretera general por punto alguno, utilizando exclusivamente los dos pasos elevados señalados en el mapa, complicará esta estrategia y aconsejará unos minutos de reflexión previos a la salida al mapa”.

**Indumentaria.** También aconsejaría utilizar pantalón largo, porque, aunque predomina la zona urbana sobre el monte, la prueba es realmente mixta, y dada la época del año vamos a encontrar vegetación en cualquier pequeña parcela, con presencia de algún que otro tojo, ortiga o ramas sueltas para las que el pantalón largo será muy útil.

**Orientación y playa.** La playa de Bastiagueiro, a la que se accede caminando en 5 minutos desde el área de concentración, dispone de todo tipo de servicios. Si el tiempo acompaña es un buen complemento a una jornada de orientación.

## NOVEDADES EN LA ORGANIZACIÓN DE LA SALIDA

**PRIMERA NOVEDAD: ZONA DE CUARENTENA.** Aprovechando que el INEF nos ha cedido el uso del pabellón de deportes (PABELLÓN Nº 1) vamos a utilizar estas instalaciones para crear una zona de cuarentena desde donde realizaremos las salidas.

**Estará señalizado el acceso a la zona de cuarentena (PABELLÓN 1) desde el parking situado dentro de las instalaciones del INEF.**

Está previsto que último turno de corredores salga a las 11:40 por lo que **como mucho los corredores estarán una hora en la zona de cuarentena.**

La utilización del pabellón nos permite por un lado estar a cubiertos en caso de lluvia y por otro lado evitar que los corredores que salgan en el segundo y tercer turno tengan alguna ventaja.



**SEGUNDA NOVEDAD: 3 turnos de salida.** Comprueba en el listado adjunto en cuál de los 3 turnos le corresponde salir a tu categoría.

TURNO SALIDA	CATEGORÍAS	LLAMAMIENTO	SE PUEDE VER MAPA	SALIDA
<b>TURNO 1</b>	F12/M14/F16/F21A/M35/M40/FE	10:45 am	10:55 am	11:00 am
<b>TURNO 2</b>	M12/F14/M18/M21B/M21A/F35/F45/F50	11:05 am	11:15 am	11:20 am
<b>TURNO 3</b>	M16/F18/F21B/M45/M50/F40/ME	11:25 am	11:35 am	11:40 am

La secuencia de salida de cada uno de los turnos es la siguiente:

**1º Llamamiento de cada turno** para colocación en la zona/cajón de salida de cada categoría.

- **Dispondremos de 10 minutos** para recogida de mapa (cajones) y descripción de control (caballetes).
- Se habilitarán estaciones de **clear & check** (limpiar y comprobar).
- Se verificará cada corredor con estación **check** para tener un control de qué corredores toman la salida.
- **Se advierte a los corredores que no pueden ver el mapa hasta que falten cinco minutos para la hora de salida (se presume fair play).**

**2º Autorización para la lectura de mapa.** Una vez colocados en la parrilla de salida, tendrá lugar un llamamiento para la autorización de la lectura mapa

Dispondremos de 5 minutos para lectura de mapa y elaboración de estrategias individuales

**3º Salida en masa de cada turno**

**SALIDAS INI CURTA e INI LONGA (recorridos lineales).** Las categorías no oficiales de INI CURTA e INI LONGA tendrán recorridos lineales y una zona de salida independiente con hora de salida libre mediante **estación start**.

**Inicio hora de salida de INICIACION desde las 11:10 y hasta las 12:15**

## NORMATIVA CARRERA SCORING

**Sistema de puntuación y penalización Scoring.** **La puntuación de cada baliza vendrá determinada por el primer dígito de su código de control.** Por ejemplo, los controles numerados del 80 al 89 tendrán un valor de 8 puntos. Se han utilizado los números de control comprendidos entre el 30 y el 99, por lo tanto, nos podemos encontrar con balizas que otorgan una puntuación desde 3 a 9 puntos.

**Triángulo de salida.** El triángulo de salida estará situado en la puerta de la esquina este del recinto del INEF. Aproximadamente a 25 metros (que estarán balizados) desde la puerta del pabellón que utilizaremos para salir.



**Advertencia sobre la obligatoriedad de paso por el triángulo de salida.** El triángulo de salida estará lo suficientemente separado de la zona de mapas para que no sea visible. Los competidores deben seguir obligatoriamente en su totalidad la longitud de dicho tramo balizado. La no utilización del mismo podrá dar lugar a la descalificación del corredor (artículo 20.3 del Reglamento).

**Tiempo para estudiar la estrategia.** Los corredores tendrán un tiempo de cinco minutos antes de la salida para que puedan estudiar el mapa. Así tendrán decidido una estrategia de carrera y se mitiga que se produzcan aglomeraciones en el triángulo de salida.

**Apertura pabellón.** El pabellón-zona de cuarentena estará abierto desde las 10:00 y **se cerrará el acceso a las 10:40**

**Penalización:** Una vez excedidos el tiempo máximo para la prueba los corredores serán penalizados con un descuento de puntuación de acuerdo al siguiente orden

TRAMO	EXCESO DESDE EL PRIMER SEGUNDO	PENALIZACIÓN (en puntos)
1	< 5 min Desde el primer segundo hasta los primeros 5 minutos	-3 puntos por minuto
2	≧ 5 min y < 10 min Desde el minuto 5 hasta el minuto 10	-5 puntos por minuto
3	≧ 10 min y < 20 min Desde el minuto 10 hasta el minuto 20	-10 puntos por minuto
4	≧ 20 min Tiempos con un exceso superior a los 20 minutos	Descalificación

**Cierre de meta:** Cierre de meta y retirada de controles 13:30



## RECORRIDOS, TIEMPOS DE CARRERA Y PENALIZACIONES

RECORRIDO	CATEGORÍAS	TIEMPO máx. DE CARRERA SIN PENALIZACIONES	PENALIZACIONES	Nº MÁX BALIZAS	Nº MÁX PUNTOS
<b>R1</b>	F/M 12	45 minutos	SÍ	12	50
<b>R2</b>	F/M 14	45 minutos	SÍ	17	69
<b>R3</b>	F/M 16	45 minutos	SÍ	15	71
<b>R4</b>	FM 21B	60 minutos	SÍ	19	93
<b>R5</b>	F/M 50	60 minutos	SÍ	19	101
<b>R6</b>	F/M 18	45 minutos	SÍ	20	105
<b>R7</b>	F/M 45	60 minutos	SÍ	22	124
<b>R8</b>	F/M 40	60 minutos	SÍ	24	138
<b>R9</b>	F/M 21A	60 minutos	SÍ	24	138
<b>R10</b>	F/M 35	60 minutos	SÍ	26	151
<b>R11</b>	F/M E	60 minutos	SÍ	28	173
<b>INI CURTA</b>		LINEAL 3,6 km	NO	12	-
<b>INI LONGA</b>		LINEAL 5,2 km	NO	16	-

## SEGURIDAD DE LOS CORREDORES vs TRÁFICO

**Prohibición de cruzar la Avenida Che Guevara.** Por razones de seguridad, estará prohibido cruzar la Avenida Che Guevara al mismo nivel en toda la longitud del mapa. Estará representada con el símbolo **magenta 708 (paso prohibido)**. **Esta prohibición se hace extensible a las rotondas, pasos de peatones y cruces regulados por semáforos.**

**Prohibición de utilizar los arcenes de la plataforma de la Avenida Che Guevara.** También estará prohibido ir a lo largo de dicho vial por los arcenes.

**Permitida la circulación por aceras.** Sí estará permitida la utilización de las aceras separadas de la calzada, debiendo extremar la precaución en cruces, accesos a propiedades privadas, etc.





Avenida Che Guevara **magenta 708** (paso prohibido): línea que está prohibido cruzar.



Avenida Che Guevara: prohibida la circulación por arcenes. **Permitida** la circulación por aceras.

**Puntos de paso o cruce sobre la Avenida Che Guevara.** Se habilitarán **dos únicos puntos de cruce**, representados con el símbolo **magenta 710** (punto de paso o cruce).



Puntos de paso o cruce n° 1 sobre la Avenida Che Guevara



Puntos de paso o cruce nº 2 sobre la Avenida Che Guevara

**Tráfico abierto en el resto de los viales del mapa.** Recordamos que el mapa de la prueba Scoring incluye carreteras abiertas al tráfico rodado en las que, pese a que es un día no lectivo y la densidad de tráfico es baja, puede darse la posibilidad de encontrarse con algún vehículo. Se ruega que los corredores no olviden que, aunque participen en una prueba deportiva, nada los exime de cumplir las normas de seguridad y tráfico pertinentes (normativa de circulación y educación vial). Por ello, se recuerda la obligatoriedad de circular por las aceras o arcenes (en su defecto) así como de atender las indicaciones de cualquier miembro de la organización.

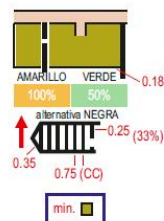
**Extremar las precauciones al cruzar o circular a lo largo de otros viales.** Habrá que extremar las precauciones en esquinas, cruces, viales estrechos, ... para evitar tanto atropellos, como colisiones con otros peatones o con otros corredores.

## NORMATIVA DE APLICACIÓN

La presente prueba es una competición oficial de la Federación Galega de Orientación (FEGADO), y por tanto serán de aplicación obligatoria (artículo 5.1 del Reglamento), tanto el Reglamento FEGADO O-PIE 2019 y sus correspondiente ANEXOS, como las Normas Anuales FEGADO O-PIE 2019.

**Zonas particulares.** Todos los corredores tienen el deber de respetar las zonas particulares marcadas en el mapa como privadas o prohibidas.

**Áreas prohibidas.** Estarán representadas por el símbolo 520 Área prohibida (**verde oliva**). También existirá la alternativa negra (líneas negras verticales) en la zona de ampliación del Parque de As Galeras (en obras).



### 520 Área prohibida

Un área cuyos límites definen una propiedad privada, un jardín, una fábrica u otra zona industrial. Sólo se representarán en su interior curvas de nivel y elementos destacados tales como ferrocarriles y/o grandes edificaciones. Las líneas negras verticales pueden ser usadas donde es importante mostrar la representación completa del terreno (p.ej. cuando una parte del bosque está prohibida). Esta área será interrumpida donde un camino o una pista la cruzan. Las áreas prohibidas deben estar limitadas por la línea de límite negra u otro símbolo de línea negra (p.ej. valla). El símbolo de sobreimpresión 709 se puede usar para áreas prohibidas temporalmente. La versión de líneas negras verticales de este símbolo esta orientada hacia el norte. Un área prohibida no debe franquearse. Área mínima: 1 mm x 1 mm (superficie real 15 m x 15 m). Color: amarillo + verde 50%, o negro (33%).

**Zonas prohibidas.** Estarán representadas por la trama **magenta 709** (zona prohibida).

**Normas generales de la prueba**



**Dorsales de FEDERADOS FEDO-FEGADO:** será obligatorio llevar visible por delante el dorsal oficial de la Liga Galega de Orientación a Pé 2019.

**Dorsales de OTROS FEDERADOS y NO FEDERADOS:** sin dorsal.

Los corredores participan en la prueba bajo su propia responsabilidad, asumiendo los riesgos inherentes a las carreras de orientación a pie. En el caso de los menores de edad, sus clubs son los responsables de inscribirlos en el recorrido adecuado a su nivel físico y técnico.

Es recomendable que el participante lleve ropa ligera, mejor que cubra brazos y piernas.

El participante debe llevar como instrumento de orientación y medida solo su brújula.

El mapa con la información de los controles lo recoge en el momento en el que se le da la salida.

Todas las personas que forman parte en una carrera de orientación deben mostrar respeto hacia los otros participantes, organizadores y espectadores.

Todo competidor debe prestarle ayuda a un corredor si lo ve lesionado. El corredor debe respetar la señalización de la carrera y las balizas-control.

La pérdida de la tarjeta de control o el no paso por todos los controles será motivo de descalificación.

En caso de abandono, será obligatorio presentarse en la meta y descargar el SPORTident.

El corredor debe respetar la propiedad privada y los cultivos. Tanto organizadores como competidores están obligados a respetar el medio natural.



## ORGANIZACIÓN Y COLABORADORES

### ORGANIZAN



### COLABORAN



XUNTA DE GALICIA  
PRESIDENCIA  
Secretaría Xeral para o Deporte



DEPORTE  
GALEGO

Concello de  Oleiros



UNIVERSIDADE DA CORUÑA



FACULTADE DE CIENCIAS DO DEPORTE E A EDUCACIÓN FÍSICA

