

XIV LIGA GALEGA DE RAIDS DE AVENTURA

RAID

DESTINO VERDE-CONCELLO DE ARZÚA CLUB BRIGANTIA AVENTURA

17 MARZO 2018

VERDE

DESTINO

III RAID DESTINO VERDE
CONCELLO DE ARZÚA





I PROBA LIGA GALEGA RAIDS AVENTURA

Arzúa raid

17 marzo 2018

BRIGANTIA AVENTURA

III RAID DESTINO VERDE CONCELLO ARZÚA

Información: 627496679
clubbrigantiaaventura@gmail.com
Inscripciones: www.tracktherace.com

 Concello de Arzúa

 Deputación da Coruña

 XUNTA DE GALICIA
PRESIDENCIA
Secretaría Xeral para o Deporte

 fegado
Federación Galega de Orientación
www.fegado.es

 CASA BRAÑADARIZ
Turismo Rural con los 5 sentidos

 HAGLÖFS

 Barrab

 Zalaeta

 CUME NORTE

 CASA Y BAÑO
www.casaybano.es

 Lago Empedrado
Espírito de aventura

 MASTIL

 Inscripciones y seguimiento GPS en tracktherace.com

DIRECTOR DE CARREIRA (MARCOS): 627.496.679
XEFE DE SEGURIDADE (ANGEL GARCÍA): 649.112.142
EMERXENCIAS: 112

RAID BOOK ORIENTA-RAID

RAID DESTINO VERDE-CONCELLO DE ARZÚA

17 de marzo de 2018

ORIENTA-RAID

17/03/2018

R	▶ 100,7km ◀	▲ 2140 m	10:00 ▶ ◀ 19:00	♥ 6:45h
	Distancia	Desnivel +	Salida ▶ ◀ Corte ▶ ◀ Peche	Escala mapas
S1	▶ 3,5 km ◀	▲ 0m	10:00 ▶  ◀ 12:00	♥ 45'
S2	▶ 14 km ◀	▲ 250 m	▶  ◀	♥ 2 h
S3	▶ 3,7 km ◀	▲ 0 m	11:30 ▶  ◀ 15:00	♥ 1:15h
S4	▶ 8,5 km ◀	▲ 300 m	▶  ◀	♥ 1:30h
S5	▶ 7 km ◀	▲ 170 m	▶  ◀ 19:00	♥ 1:15h

MATERIAL POR EQUIPO:

Material seguridade: Segundo se detalla en cada sección

Material obrigatorio: Botiquín, teléfono móbil, brúxula e o detallado en cada sección

Material recomendado: Segundo se detalla en cada sección

MATERIAL POR RAIDER:

Material seguridade: Segundo se detalla en cada sección

Material obrigatorio: Mochila, bidón ou camelback 1 litro mínimo, manta térmica, silbato, camiseta térmica, Cortaventos, buff e o detallado en cada sección

Penalizacións según Regulamento FEGADO en vigor para a XIV Liga Galega de Raids.

O RAID DESTINO VERDE – CONCELLO DE ARZÚA é **TODO LINEAL**

DIRECTOR DE CARREIRA (MARCOS): 627.496.679
XEFE DE SEGURIDADE (ANGEL GARCÍA): 649.112.142
EMERXENCIAS: 112

SECCIÓN 1: PROBA ESPECIAL ORIENTACIÓN RELEVOS (LINEAL)



Material seguridade:

Material obrigatorio: O xeral para todo o raid

Material recomendado:

S1	▶ 3.5 km ◀		▲ 0 m		10:00 ▶  ◀ 12:00		1:5000	♥ 45'
	CÓD.	Ptos.	Descripción		Saída ▶ ◀ Corte ▶ ◀ Peche	Escala mapa	Tempo medio	
					10:00 ▶			
1	31							
2	32							
3	33							
4	34							
5	35							
6	36							
7	37							
8	38							
9	39							
10	40							
					◀ 12:00			

DESCRICIÓN DA SECCIÓN:

ÉLITE:	Sección completa:	3 puntos
AVENTURA:	Sección completa:	2 puntos
ORIENTA-RAID:	Sección completa:	1 punto

DIRECTOR DE CARREIRA (MARCOS): 627.496.679
XEFE DE SEGURIDADE (ANGEL GARCÍA): 649.112.142
EMERXENCIAS: 112

SECCIÓN 2: BTT (LINEAL)



Material seguridad: Casco BTT + luz vermella traseira

Material obrigatorio: BTT e o xeral para todo o raid

Material recomendado: Kit reparación BTT e portamapas BTT

RAID ARZÚA 2018						
SECCIÓN 2		14,0 km			250 m	
BTT1 PROMOCIÓN						
▷						puntos
1	41		/			1
2	44		/	/	×	1
3	45		/	/	×	1
4	TRANSICCIÓN					0

10:00 ▶		◀ 19:00	E 1:20000	♥ 2:30 h
Saída ▶	◀ Corte ▶	◀ Peche	Escala mapa	Tempo Medio
10:00 ▶	sendero Cruce de caminos Cruce de caminos			
		◀ 19:00		

SECCIÓN 3: KAYAK (LINEAL)



Material seguridad:

Material obrigatorio: chaleco e pala (facilitaos a organización) e xeral para todo o raid

Material recomendado: chaqueta impermeable, pantalón de augas e bolsa estanca

RAID ARZÚA 2018						
SECCIÓN 3		3,7 km				
KAYAK PROMOCIÓN						
▷						puntos
1	50					1
2	TRANSICCIÓN					0

10:00 ▶		◀ 15:00	1:15000	♥ 1:15h
Saída ▶	◀ Corte ▶	◀ Peche	Escala mapa	Tempo medio
10:00 ▶				
		◀ 15:00		

DIRECTOR DE CARREIRA (MARCOS): 627.496.679
 XEFE DE SEGURIDADE (ANGEL GARCÍA): 649.112.142
 EMERXENCIAS: 112



Material obligatorio: o xeral para todo o raid

RAID ARZUA 2018						
SECCIÓN 4		8,5 km			300 m	
TREKKING PROMOCIÓN						
						puntos
1	53					1
2	54					1
		3320 m				

10:00 ▶  ◀ 19:00	1:20000	♥ 2:00h
Saída ▶ ◀ Corte ▶ ◀ Peche	Escala mapa	Tempo medio
10:00 ▶		
Construcción. Parte baja este Entre muros ◀ 19:00		



Material obrigatorio: BTT e o xeral para todo o raid

RAID ARZÚA 2018						
SECCIÓN 5		7,0 km			170 m	
BTT2 PROMOCIÓN						
▷						puntos
1	66					1
2	TRANSICCIÓN					0

10:00	▶		◀ 19:00	1:20000	♥ 2:30 h
Saída	▶ ◀	Corte	▶ ◀ Pech e	Escala mapa	Tempo medio
10:00	▶				
Intersección camino con puente					
◀ 19:00					

DIRECTOR DE CARREIRA (MARCOS): 627.496.679
XEFE DE SEGURIDADE (ANGEL GARCÍA): 649.112.142
EMERXENCIAS: 112

PREVENCIÓN DE RISCOS - INSTRUCCIÓN DE SEGURIDADE

1. Os participantes toman parte na proba baixo a súa propia responsabilidade, asumindo os riscos inherentes á proba de RAID. En caso de accidente, deberán comunicalo á Organización chamando aos teléfonos indicados no pé de cada páxina deste documento.
2. En caso de emerxencia non sendo posible o uso do teléfono móbil (avería, falta de coertura, ...), farase uso repetidamente do silbato para permitir a localización e rescate. O uso do silbato noutras situación que non sexan de emerxencia conlevará a descalificación do equipo.
3. Todo participante está obrigado a prestar axuda a outro corredor si o ve lesionado.
4. En caso de abandono, é obrigatorio comunicalo á Organización, xa sexa en meta o nas transicións.
5. Os participantes non se separarán dos seus compañeiros de equipo en ningún momento. Quedan exentos desta instrucción os componentes dos equipos élite que non realicen o kaiak e unicamente durante o desenrolo do mesmo.
6. Os participantes deben facer uso dos elementos marcados como de seguridade no RAID BOOK. A maiores portarán os indicados como obrigatorios.
7. Na sección de kaiak utilizaranse kaiaks autovaciabes. Se a pesar delo occurrise algún percando que non permitise continuar, avisarase a outros participantes ou á Organización para recibir auxilio.