

DATOS IMPORTANTES

FILOSOFÍA DE LA PRUEBA: Llegar , Correr, Marchar.

PROTOCOLO COVID es de aplicación el Protocolo FISICOCVID DXT GALEGO FEGADO. Actualización xaneiro 2021.

Prueba declarada sin público , la progresión será INDIVIDUAL y en SILENCIO, respetando distancias de seguridad antes, durante y después de la prueba.

PRUEBA PARA FEDERADOS NO HAY CATEGORÍA INICIACIÓN (NI CORTA NI LARGA)

PARA LAS INSCRIPCIONES

Necesario aceptar **DECLARACIÓN RESPONSABLE** durante el proceso de inscripción a través de la web FEGADO.

Los **Coordinadores Covid de cada club** deben enviar al correo (fluviallugo.o@gmail.com) las posibles “ burbujas de viaje” (es decir, personas que vendrán en el mismo coche , para evitar largas esperas en zona de concentración).

PARA LA CARRERA

Se elimina el espacio -3.

No habrá descripciones de control en la salida (se subirán a la web FEGADO con antelación) en todo caso estarán impresas en el mapa.

Se recomienda uso chip SIAC (las estaciones estarán en modo mixto) para reducir contactos.

No habrá avituallamiento (ni en carrera ni en meta)

No se entregarán tickes de descarga. Resultados y clasificación en Web liveresultat.orientering

No habrá duchas ni entrega de trofeos.

ORGANIZACIÓN

CLUB ORGANIZADOR: CLUB FLUVIAL LUGO

ROLES:

- Dirección carrera: Francisco Varela.
- Juez controlador: Jorge Piñeiro (Club Artabros).
- Técnico Sportident: Sonia Gómez, Pablo Aller.
- Delegado de campo Covid : Carlos Diaz.
- Responsable seguridad : Carlos Fernández.
- Cartografía y recorridos: Francisco Varela.

DATOS MAPA

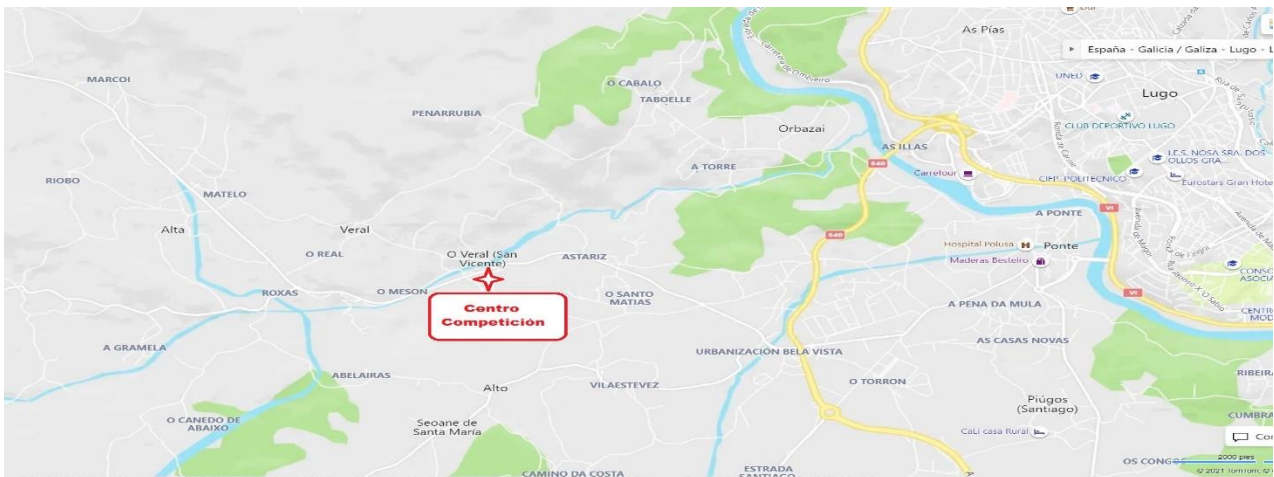
VERAL-PENARRUBIA INVIERNO. Pendiente Registro FEDO.

ZONA DE SECRETARÍA PARKING Y ACCESOS

La zona de concentración se ubica en el margen izquierdo, dirección Lugo-Friol de la carretera LU 232 p.k- 3.300
COORDENADAS: 42.994866 -7.617199.

Se señalizará con baliza.

Servicio de AMBULANCIA urgencias proporcionado por [Cruz Roja Española](#)



Aparcamiento: Se utilizará en primer lugar la explanada marcada como parking 1 y en caso de necesidad los márgenes de la carretera indicados como parking 2.

PRESALIDA DE 10 MIN (800MTS)



HORARIOS

09:30 SECRETARÍA Y SPORTIDENT

PRESALIDA: 10 MIN

10:30 SALIDA DE LOS PRIMEROS CORREDORES

14:20 CIERRE DE META (Provisional)

14:20 INICIO RETIRADA DE LAS BALIZAS DEL TERRENO (Provisional)

RECORRIDOS Y CATEGORÍAS

PRESALIDA DE 10 MIN (800MTS)

CATEGORÍAS:

CATEGORÍA	AÑOS NACIMIENTO
ALEVÍN M/F-12	2009-2010
INFANTIL M/F-14	2007-2008
CADETE M/F-16	2005-2006
M/F-18	2003-2004
M/F-21	Sin límite de edad
E/FE	Sin límite de edad
M/F-35	1986 y anteriores
M/F 40	1981 y anteriores
M/F 45	1976 y anteriores
M/F50	1971 y anteriores
M/F-55	1966 y anteriores

RECORRIDOS:

RECORRIDO	BALIZAS	DISTANCIA (metros)	DESNIVEL (metros)	RECORRIDO	BALIZAS	DISTANCIA (metros)	DESNIVEL (metros)
F12	8	1,7	45	M12	8	1,7	45
F14	10	2,1	55	M14	12	2,1	60
F16	12	2,5	80	M16	13	2,4	115
F18	15	2,8	120	M18	14	2,9	140
F21B	15	2,4	100	M21B	14	2,7	100
F21A	15	2,8	115	M21A	17	3,2	160
FE	17	3,2	155	E	21	3,6	170
F35	17	3,1	125	M35	18	3,4	165
F40	15	2,8	120	M40	17	3,1	150
F45	14	2,8	110	M45	17	3,1	125
F50	13	2,5	100	M50	15	2,8	115
F55	15	2,4	90	M55	14	2,8	110

La escala de competición será 1:7500 para todas las categorías.

INSCRIPCIONES

Necesario aceptar **DECLARACIÓN RESPONSABLE** durante el proceso de inscripción a través de la web FEGADO.

Hasta el domingo, 28 de Febrero a las 23:00h, en la web: www.fegado.es

¡ATENCIÓN! Tarjeta SportIdent para todas las categorías. **Se asignará automáticamente una tarjeta SportIdent en alquiler a quien no indique el nº de tarjeta en los datos de inscripción.** Alquiler: 3€ (a pagar junto con la inscripción). La pérdida conlleva pago de 30€.

CLUBS: A través de <http://fegado.es/events/>. Enviar el justificante de ingreso en la cuenta nº ES06 2080 0152 6230 4005 3133 de ABANCA a: fluviallugo.o@gmail.com La cantidad a ingresar será la suma del resumen de las inscripciones

del club en la carrera, más 3€ por cada corredor que alquile tarjeta SI. En el concepto del ingreso poner: ORI SPRINT + (más el nombre del club). Aquellos clubs que precisen factura, no olviden enviar sus datos fiscales.

INDEPENDIENTES: Realizarán la inscripción a través del sistema de inscripciones de la fegado, a través de su página web (<http://fegado.es/intranet>).

Los deportistas que no estén dados de alta en la intranet, tienen que crear un perfil en la misma, siguiendo las instrucciones de la propia web. Para luego entrar en el evento de la carrera y darse de alta en la categoría que desean competir. Si disponen de tarjeta sportident, indicarán el número correspondiente a la misma, en caso contrario dejarán la celda en blanco y se les asignará una en régimen de alquiler para la carrera.

Antes de realizar la inscripción se deberá disponer del justificante de pago, para poder adjuntarlo en la inscripción.

Así mismo se enviará copia de dicho justificante por e-mail a fluviallugo.o@gmail.com, indicando en el asunto: ORI LUGO + PAGO "NOMBRE DEL CORREDOR" si se ha abonado la inscripción de varios corredores, se detallará en el mail. El ingreso se realizará en la cuenta nº ES06 2080 0152 6230 4005 3133 de ABANCA indicando en el concepto: ORI LUGO + (nombre y apellidos). La cantidad será la suma del resumen de la inscripción en la carrera, más 3€ si necesita alquilar tarjeta SI. (para cualquier consulta contactar en el 630 674 775 (Carlos) o en fluviallugo.o@gmail.com).

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

LAS PINZAS SPORTIDENT ALQUILADAS SE DEVOLVERÁN EN EL MOMENTO DE LA DESCARGA

PRECIOS DE LAS INSCRIPCIONES:

- Federados categoría **F/M 18** e inferiores: **7 € + 3€** (si alquila tarjeta sportident)
- Federados resto de categorías: **10 € + 3€** (si alquila tarjeta sportident)
- Cambio de tarjeta S.I.: **3 €**

CONTACTOS DE LA PRUEBA

Correo del Club: fluviallugo.o@gmail.com.

Francisco Varela Lorenzo 653795106

Sónia Gómez Naya 696459544

Carlos Fernández Martínez 630674774

NORMAS Y SEGURIDAD

- Todo competidor debe prestarle ayuda a un corredor si lo ve lesionado.
 - En caso de abandono, será obligatorio presentarse en la meta y descargar SportIdent en Secretaría.
 - El corredor debe respetar la propiedad privada y las zonas ajardinadas
-
- SEGURIDAD: Cuidado con algunas pistas en las que pueden circular bicicletas de montaña o motos de cross
 - (se colocarán carteles avisando de la prueba).

ORGANIZACIÓN Y COLABORACIONES

ORGANIZAN:



COLABORAN:

