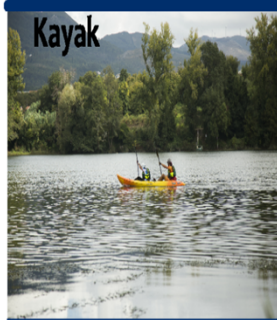


RAIDBOOK

f 80 Km
10 horas
6 SECTORES
5 DISCIPLINAS

2º BUDIÑO RAID TERRAS DO LOURO



4ª PROBA de LIGA e Cto. GALEGO DE RAIDS DE ORIENTACIÓN 2016

**SÁBADO
29
OUTUBRO
2016**

organiza:	colaboran:	información:
 	 	www.fegado.es www.afoma.org Inscripción y seguimiento GPS en:
colaboran: 		
patrocinan: 		

ÉLITE e AVENTURA

2016

2º BUDIÑORAIID Terras do Louro 2016

29 Outubro 2016

Categoría: Elite e Aventura

R	► 85 KM ◀	▲ 2495 m	▼ 2445 m	09:00 ►		◀ 19:00	► 10 h ◀	♥ 10 h
	Distancia	Des. Acum. +	Des. Acum. -	Salida ►	Disciplina	◀ Cierre	T.efectivo	Mejor T.
S1	► 12,0 KM ◀	620 m	300 m	09:00 ►				♥ 1,10 h
S2	► 16,5 KM ◀	480m	750m			◀ 13:00		♥ 2,20 h
S3	► 11,7 KM ◀	320 m	380 m					♥ 1,20 h
S4	► 18,3 KM ◀	320 m	255 m	12:00 ►		◀ 17:10		♥ 2,20 h
S5	► 20,0 KM ◀	670 m	710 m					♥ 2,00 h
S6	► 6,5 KM ◀	85m	50m			◀ 19:00		♥ 50 min

2º BUDIÑORAIID Terras do Louro 2016

29 Outubro 2016

Categoría: Orienta-Raid

R	► 58,3 KM ◀	▲ 1740m	▼ 1725m	09:00 ►		◀ 19:00	► 10 h ◀	♥ 9 h
	Distancia	Des. Acum. +	Des. Acum. -	Salida ►	Disciplina	◀ Cierre	T.efectivo	Mejor T.
S1	► 9,0 KM ◀	480 m	170 m	09:00 ►				♥ 1,30 h
S2	► 6,5 KM ◀	125 m	390 m			◀ 12:00		♥ 50min
S3	► 9,5 KM ◀	290 m	350 m					♥ 1,30 h
S4	► 15,5 KM ◀	200 m	130 m	12:00 ►		◀ 16:45		♥ 2,40 h
S5	► 17,8 KM ◀	645 m	685 m			◀ 19:00		♥ 2,30 h

Material obligatorio do Raid por equipo:

- Compás (brújula).
- 1 Teléfono Móvil con batería, apagado e co PIN escrito no exterior .
- Botiquín de Emerxencia con cando menos Esparadrapo (2,5m.), Venda (2,5m.), Compresas ou apósitos (5 ud), Antiséptico (50 ml.), Analxésicos (5 ud), Antiinflamatorios (5ud.).
- GPS de Tracktherace (facilitado pola organización).
- Kit ferramentas btt.

Material obligatorio do Raid por corredor sempre en carreira:

- Silbato, e coñecer o código morse de S.O.S (... ---...).
- Manta Térmica.
- Mochila
- Recipiente para bebida (1 l.).
- Ración Enerxética (200 gr.).

Material obligatorio do Raid por corredor según sector ou proba:

- Casco Btt (Sector BTT).
- Chaleco salvavidas (Sector Kaiak).
- Pás Kaiak (Sector Kaiak).
- Arnés, cinta de 60cm cosida, oito ou descensor, 2 mosquetóns e cordino para nudo Machard (Proba especial Rappel).



Sector 1 - BTT

Material obligatorio raid, casco BTT, kit herramientas BTT (equipo)

Elite e
Aventura
Lineal

S1

► 12 Km ◀		▲ 620m		▼ 300m		09:00 ►			► ◀	♥ 1,10 h
Orden	Codigo	Tipo	Situac.	Observ.	Valor	Salida ►	► Corte ◀	◀ Cierre	T.efectivo	Mejor T.
▲			▨			09:00 ►				
1	31	○	~		1					
2	32	○	/		3					
3	33	○	//	×	1					
4	34	○	⌘		2					
5	35	○	/		1					
6	36	○	⌘		1					
◎	100	●	×		1					

Teléfono Director Prueba: 651 413 204

Teléfono Ambulancia: 625 177 044

Emerxencias: 112



Sector 2.1 - Trekking + Rappel

Elite e
Aventura

Material obligatorio raid, recomendado polainas .

Para Rappel casco, arnes, oito, dous mosquetons,vaga de 60cm, cordino.

Score

S2	▶ 8 Km ◀		▲ 310m		▼ 310m		09:00 ▶	▶ Corte ◀	◀ Cierre	▶ ◀	♥ 1,30 h
	Orden	Codigo	Tipo	Situac.	Observ.	Valor	Salida ▶	▶ Corte ◀	◀ Cierre	T.efectivo	Mejor T.
	▲			×							
1		37	○			1					
2		38	○			1					
3		39	○			1					
4		40	○			1					
5		41	○			1					
6		42	○			1					
7		43	○			1					
8		44	🏠			3	10:00 ▶		◀ 12:30		
9		45	□			1	SI NON SE QUERE REALIZAR O RAPPEL PODESE CONSEGUIR OS MESMOS PUNTOS COLLEND O AS BALIZAS MARCADAS CUN CADRADO				
10		46	□			1					
11		47	□			1					
12		48	○			1					
13		49	○			2					
14		50	○			2					
15		51	○			1					
16		52	○			1					

Teléfono Director Prueba: 651 413 204

Teléfono Ambulancia: 625 177 044

Emerxencias: 112



Sector 2.2 - BTT

Material obligatorio raid.Casco BTT, kit herramientas BTT (equipo)

Elite e
Aventura
Lineal

S2 ▶ 8,5 Km ◀		▲ 170m		▼ 440m				◀ 13:00	▶ ◀	♥ 50min
Orden	Codigo	Tipo	Situac.	Observ.	Valor	Salida ▶	▶ Corte ◀	◀ Cierre	T.efectivo	Mejor T.
1	53	○	×	○	1					
2	54	○	⚡		1					
3	55	○	▲	↖	2					
4	56	○	□	┌	1					
5	57	○	■	○	1					
©	200	●	▨		1			◀ 13:00		

Descarga tarxeta SportIdent

Teléfono Director Prueba: 651 413 204

Teléfono Ambulancia: 625 177 044

Emerxencias: 112



Sector 3 - Trekking

Elite e
Aventura
Lineal

Material obligatorio raid.

Recomendado polainas.

S3	▶ 11,7 Km	▲ 320m		▼ 380m		Salida ▶	▶ Corte ◀	◀ Cierre	▶ ◀	♥ 1,20 h
	Orden	Codigo	Tipo	Situac.	Observ.					
	▲			▨				◀ 13:30		
1		58	○	4						
2		59	○	///	Y					
3		60	○	~						
4		61	○	⌘						
5		62	○	⚡	└					
6		63	○	□	└					
7		64	○	⚡						
8		65	○	⚡						
9		100	●	⚡						

Teléfono Director Prueba: 651 413 204

Teléfono Ambulancia: 625 177 044

Emergencias: 112



Sector 4.1 - KAIK

Elite e
Aventura

Material obligatorio raid.
Para o Kaiak pás e chaleco salvavidas facilitado pola organización.

Lineal

S4 ▶ 9,3 Km ◀		▲ 10m		▼ 0m		12:00 ▶		▶ ◀	♥ 1,20 h
Orden	Codigo	Tipo	Situac.	Observ.	Valor	Salida ▶	▶ Corte ◀	◀ Cierre	Mejor T.
▲			■ ■ ■ ■			12:00 ▶			
1	66	○	4		4				
2	67	○	■ ■ ■ ■		4				
3	68	○	■ ■ ■ ■		4				
◎	69	●		↗	2				

Teléfono Director Prueba: 651 413 204

Teléfono Ambulancia: 625 177 044

Emerxencias: 112



Sector 4.2 - Trekking

Material obligatorio raid; recomendado polainas

Elite e
Aventura
Lineal

▶ 9 Km ◀		▲ 310m		▼ 255m		🏃		◀ 17:10	▶ ◀	♥ 1h
Orden	Codigo	Tipo	Situac.	Observ.	Valor	Salida ▶	▶ Corte ◀	◀ Cierre	T.efectivo	Mejor T.
1	70	○	☉		2					
2	71	○	☼	☉	1					
3	72	○	⚡	✓	2					
4	73	○	⚡	☉	2					
5	74	○	///	X	1					
6	75	○	☐	⊥	1					
☉	200	●	▨		1			◀ 17:10		

Descarga tarxeta SportIdent

Teléfono Director Prueba: 651 413 204

Teléfono Ambulancia: 625 177 044

Emerxencias: 112



Sector 5 - BTT

Material obligatorio raid, casco BTT, kit herramientas BTT (equipo)

**Elite e
Aventura
Lineal**

S5	► 20 Km ◀		▲ 670m		▼ 710m			◀ 19:00	► ▶	♥ 2,00h
	Orden	Codigo	Tipo	Situac.	Observ.	Valor				
	▲			▨						
	1	76	○	—/—		1				
	2	77	○	≡	└	1				
	3	78	○	⊙		2				
	4	79	○	▲	└	2				
	5	80	○	//	×	4				
	6	81	○	/	Y	2				
	7	31	○	~		1				
◎	100	●	▨		1					
			Salida ►	► Corte ◀	◀ Cierre	T.efectivo	► ▶	♥ 2,00h		
					◀ 17:40					

Teléfono Director Prueba: 651 413 204

Teléfono Ambulancia: 625 177 044

Emerxencias: 112



Sector 6 - Orientación específica

Material obligatorio raid

Elite e
Aventura

Score

S6	► 6,5 Km ◀		▲ 85m		▼ 50m		17:00 ►		◀ 19:00	► ◀	♥ 50 min
	Orden	Codigo	Tipo	Situac.	Observ.	Valor	Salida ►	► Corte ◀	◀ Cierre	T.efectivo	Mejor T.
	▲			▨			17:00 ►				
	1	32	○			0,5					
	2	33	○			1					
	3	34	○			0,5					
	4	35	○			0,5					
	5	36	○			0,5					
	6	37	○			0,5					
	7	38	○			1					
	8	39	○			0,5					
	9	40	○			0,5					
	10	41	○			0,5					
	11	42	○			0,5					
	12	43	○			0,5					
	13	44	○			0,5					
	14	45	○			0,5					
	15	46	○			0,5					
	16	47	○			1					
	17	48	○			0,5					
	18	49	○			0,5					
	19	50	○			0,5					
	◎	200	●	▨		0,5			◀ 19:00		

Descarga tarxeta SportIdent

Teléfono Director Prueba: 651 413 204

Emerxencias: 112

Teléfono Ambulancia: 625 177 044