



XXIII LIGA GALLEGA DE ORIENTACION A PIE

7ª PRUEBA - FORGOSELO

BOLETÍN 2º

Hace unos días falleció Patxi Arufe, era nuestro Amigo y Compañero desde los inicios de la orientación gallega, por lo que hemos decidido dedicarle la carrera de Forgoselo. Momentos antes del comienzo de la prueba, 10:15h., haremos un minuto de silencio en su memoria, nos gustaría contar con vuestra presencia.

El sábado día 05 de julio , la Sección de orientación de Ártabros, organiza la 7ª prueba de la Liga Gallega 2014, en la que os esperamos a TODOS.

Información específica de la prueba:

Mapa a utilizar : FORGOSELO

Hora comienzo : 10,30 H.

Zona de concentración : Curro de Forgoselo

Queda prohibido el acceso a la zona de competición

Señalización : Desde el Cementerio de As Neves (carretera de Pontedeume - As Pontes)

Inscripciones : Hasta las 22,00H. del martes 01 de julio, para todas las categorías.

- **Clubs de la FEGADO** : a través de la intranet en la web : <https://intranet.fegado.es/>
- **Independientes**, enviar justificante de pago antes de las 24h. del martes 01 de julio :
 - **Opción 1** : registrarse en <https://intranet.fegado.es/users/register/> como usuario, e inscribirse en la Liga Gallega de Orientación 7ª prueba en Forgoselo
 - **Opción 2**: enviar a alfonsomancera@gmail.com
 - Nombre y Apellidos
 - Nº del DNI
 - Fecha nacimiento
 - Recorrido elegido

- N° de tarjeta electrónica (si la tiene, sino tiene que alquilarla, ya que su uso es obligatorio)
- Los ingresos de las inscripciones será mediante transferencia bancaria a :
 - Novagalicia Banco: ES25 2080 5565 00 3040002362
 - Titular de la cuenta: S.M. Ártabros
 - Concepto : 71100203 + (club / persona que realiza el ingreso)
 - Enviar justificante de pago a malenaponte@gmail.com
- Para la solicitud de recibo a: malenaponte@gmail.com , enviar datos fiscales

Sistema sport ident :

- Todas las categorías usarán el sistema sport ident.
- Quien no tenga tarjeta sport ident, tendrá que pagar 3€ por el alquiler (se abonaran con la inscripción). Al finalizar la prueba se devolverá la tarjeta. En el caso de pérdida, se tendrá que pagar las siguientes cantidades: Pcard 13€ y SI 6/8 28€.

TODOS los participantes deben limpiar y comprobar su tarjeta electrónica antes de salir a competir. Habrá estaciones de limpieza y control en la salida.

Recorridos :

- Los **deportistas no federados**, independientemente de la edad, solo podrán inscribirse en INI CORTA o LARGA. Para estos dos recorridos:
 - La salida será en la modalidad **Estación Start** (sin hora de salida fijada), entre las 10:30 - 12:00h., habrá habilitado un pasillo SOLO para ellos y serán controlados por los jueces responsables de sus salidas.
 - Los padres que participen en categorías oficiales, no podrán salir con sus hijos, que participen en INI, antes de realizar su recorrido.
 - Los padres / madres que compitan en categorías oficiales podrán solicitar la salida al principio o hacia el final, por el cuidado de su hijo/a, la solicitud se enviará antes de las 24h. del martes 1 de julio a alfonsomancera@gmail.com

Recorrido	Categorías	Distancia	Desnivel
Rec 1	INI CORTA / ALEVIN M-12, ALEVIN H-12	2500m	60m
Rec 2	INFANTIL M-14, INFANTIL H-14	2700m.	65m
Rec 3	INI LARGA	3600m	105m
Rec 4	CADETE D-16, CADETE H-16	4500m.	110m
Rec 5	M-21C, H-18, M-18	5100m.	130m
Rec 6	M-21, H21C	5000m.	135m
Rec 7	M-45, M-55, H-55	4100m.	145m
Rec 8	M-35, H-45	5500m.	210m
Rec 9	M-21L, H-21	7100m.	220m
Rec 10 A	H-35	7600m.	240m
Rec 10 B	M-E, H-21L	7800m.	275m
Rec 11	E	9600m	305m

A la hora de elegir entre los recorridos de INI corta e INI larga, hay que tener en cuenta que el recorrido de INI Corta, está pensado para niños y que en cambio, el recorrido de INI Larga ha sido preparado siguiendo las indicaciones técnicas del Director Técnico, por lo que os aconsejamos que participen mayores de 13 años.

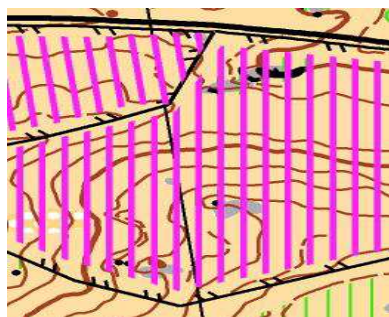
El recorrido 10 se ha desdoblado en 10 A y 10 B debido a la numerosa participación.

Precios de las inscripciones :

- Federados : 4 €
- Participantes en Iniciación Corta , sin licencia federativa : 6 €
- Participantes en Iniciación Larga , sin licencia federativa : 8 €
- Alquiler de tarjeta sport ident : 3€, a ingresar con la inscripción

OBSERVACIONES :

1. No se permitirá la salida de participantes, federados, sin el dorsal de la Liga 2014.
2. Es obligatorio ir desde el punto de recogida del mapa hasta la baliza de salida
3. A falta de una revisión completa del mapa y debido a que la vegetación ha variado bastante en algunas zonas, se advierte a los corredores de que deben usar con precaución la simbología del mapa relativa a árboles aislados, vegetaciones y penetrabilidad del terreno. Las manchas blancas siguen indicando las masas de bosque más antiguo, pero hay que tener en cuenta que, en general, la vegetación no está reflejada de forma precisa y, en particular, **los árboles aislados no son una referencia válida en este mapa.**
4. Hay una zona prohibida dentro del mapa. Ninguno de los recorridos saca ventaja con el uso de esta zona. En cualquier caso, y aunque la valla que la delimita ha sido abierta en algunos tramos, **está absolutamente prohibido meterse en ella**, puesto que se está repoblando con pinos jóvenes. Reiteramos que ningún recorrido se beneficiaría con su uso. Aún así se descalificará a quien las atraviese.



5. Se recuerda a los participantes que Forgoselo es un mapa muy bonito, pero muy exigente, apenas hay caminos, y por tanto se recomienda especialmente:
 - Correr de forma segura, manejando varias referencias, no apoyarse solo en una (por si nos equivocamos de vaguada, de grupo de piedras... seguro que os suena:-)

- Hacer cada uno su carrera y nunca seguir a otro corredor, ya que en este mapa puede ser más difícil volver a ubicarse. Tener siempre asegurada una vuelta atrás, al último punto de referencia.
- **Es OBLIGATORIO pasar siempre por meta, se finalice o no la carrera, para que la organización pueda llevar bien el control de participantes y saber si alguien queda en el monte.**
- Recordamos la conveniencia de uso de polainas o ropa protectora de brazos y piernas en TODAS las categorías. En las categorías superiores, debido a la gran cantidad de obstáculos y árboles caídos de algunas zonas. En las categorías inferiores, por la existencia de tojo y matorral en las áreas abiertas.

6. La competición se realizará teniendo en cuenta el respeto:

- A la naturaleza
- A los cultivos y propiedades privadas
- A otros competidores
- A las indicaciones de la Organización
- Ayudar a cualquier participante que se encuentre en problemas o lesionado

7. Se recomienda a TODOS los participantes, que no debe beberse el agua del monte, al ser una zona ganadera, y por la presencia de algunos animales muertos.

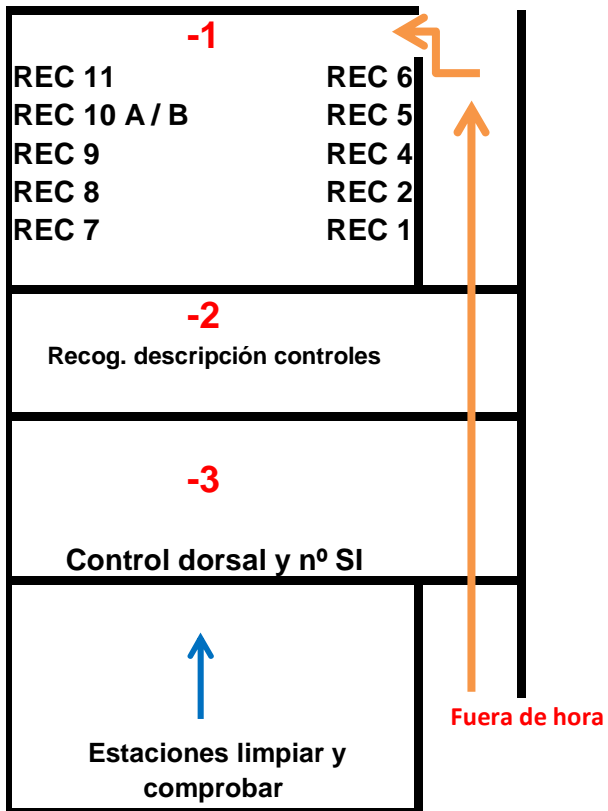
8. Queda prohibido el acceso a la zona de competición.

ENTIDADES COLABORADORAS :



Montaje de la salida

CATEGORÍAS OFICIALES



SALIDA INI CORTA Y LARGA



Estaciones limpiar
y comprobar