

RAIDBOOK

4º BUDIÑO RAID 2018 BAIXO MIÑO

CAMPIONATO GALEGO DE RAIDS DE ORIENTACIÓN 2018

colaboran:

Tomino
CONCELLO



CONCELLO
DO ROSAL



fegado
Federación Galega
de Orientación



DEPUTACIÓN
PONTEVEDRA

SERTUY



VIP
CENTRO DEPORTIVO
986622987 / 682263744

HOTEL RESTAURANTE
NUEVA COLINA



POWERADE

información:

www.fegado.es
www.aforna.org

80 Km
10 horas
6 SECTORES
6 DISCIPLINAS



Sumipor
SUMINISTROS INDUSTRIALES



RENAULT

RODOSA
VIGO - NIGRÁN - CANGAS - PONTEAREAS

www.rodosa.com

organiza:



SÁBADO
27
OUTUBRO

5ª PROBA da LIGA GALEGA DE RAIDS DE ORIENTACIÓN 2018

ÉLITE e AVENTURA

2018

4º BUDIÑORAIID Baixo Miño 2018

27 Outubro 2018

Categoría: Elite e Aventura

| R | ▶ 85 KM ◀ | ▲ 2415 m | ▼ 2475 m | 09:30 ▶ | | ◀ 19:30 | ▶ 10 h ◀ | ♥ 10 h |
|----|-------------|--------------|--------------|----------|------------|----------|------------|----------|
| | Distancia | Des. Acum. + | Des. Acum. - | Salida ▶ | Disciplina | ◀ Cierre | T.efectivo | Mejor T. |
| S1 | ▶ 16+2 KM ◀ | 235 m | 285 m | 09:30 ▶ | H IF | | | ♥ 2,30 h |
| S2 | ▶ 9+2 KM ◀ | 90 m | 105 m | | G H | ◀ 14:30 | | ♥ 1,50 h |
| S3 | ▶ 26,0KM ◀ | 1035 m | 875 m | | B | | | ♥ 2,30 h |
| S4 | ▶ 8,5 KM ◀ | 475 m | 475 m | | H | | | ♥ 1,25 h |
| S5 | ▶ 16,0 KM ◀ | 480 m | 635 m | | B | | | ♥ 1,15 h |
| S6 | ▶ 5,0 KM ◀ | 100 m | 100 m | | F | ◀ 19:30 | | ♥ 30 min |

4º BUDIÑORAIID Baixo Miño 2018

27 Outubro 2018

Categoría: Orienta-Raid

| R | ▶ 60 KM ◀ | ▲ 1875m | ▼ 1935m | 09:30 ▶ | | ◀ 10:30 | ▶ 10 h ◀ | ♥ 10 h |
|----|-------------|--------------|--------------|----------|------------|----------|------------|----------|
| | Distancia | Des. Acum. + | Des. Acum. - | Salida ▶ | Disciplina | ◀ Cierre | T.efectivo | Mejor T. |
| S1 | ▶ 2,0 KM ◀ | 0 m | 0 m | 09:30 ▶ | IF | | | ♥ 35 min |
| S2 | ▶ 7,0 KM ◀ | 55 m | 115 m | | H | | | ♥ 1,15 h |
| S3 | ▶ 6+2 KM ◀ | 90 m | 105 m | | G H | ◀ 13:45 | | ♥ 2,00 h |
| S4 | ▶ 19,0 KM ◀ | 825 m | 655 m | | B | | | ♥ 2,30 h |
| S5 | ▶ 5,5 KM ◀ | 325 m | 325 m | | H | ◀ 18:00 | | ♥ 1,35 h |
| S6 | ▶ 13,0 KM ◀ | 380 m | 535 m | | B | | | ♥ 1,30 h |
| S7 | ▶ 5,0 KM ◀ | 100 m | 100 m | | F | ◀ 19:30 | | ♥ 35 min |

Material obligatorio do Raid por equipo:

- Compás (brújula).
- 1 Teléfono Móbil con batería, apagado e co PIN escrito no exterior .
- Botiquín de Emerxencia con cando menos Esparadrappo (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.).
- Camiseta Térmica Manga Longa.
- Cortaventos/Chuvaqueiro Manga Longa.

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, 2 bloqueadores e 2 pedais. (Probas especiais Rappel, Escalada e Jumar).

HI**Sector 1 - TREKKING + PROBA ESPECIAL**Elite e
AventuraMaterial obrigatorio raid, recomendado polainas . Para as probas especiais casco,
arnes, oito,dous mosquetons,vaga de 60cm, cordino, 2 bloqueadores e 2 pedales

Lineal

| S1 ▶ 16+2,5 Km ◀ | | ▲ 235m | | ▼ 285m | | 09:30 ▶ | HI | ▶ ◀ | ♥ 2,30 h | |
|------------------|--------|----------------|---------|---------|-------|---|-----------|----------|------------|----------|
| Orden | Codigo | Tipo | Situac. | Observ. | Valor | Salida ▶ | ▶ Corte ◀ | ◀ Cierre | T.efectivo | Mejor T. |
| ▲ | | | S | | | | | | | |
| 1 | 31 | ○ | ⌋ | | 1 | | | | | |
| 2 | 32 | ○ | ♠ | | 1 | | | | | |
| 3 | 33 | ○ | V | | 1 | | | | | |
| 4 | 34 | ○ | r | 1 | 1 | | | | | |
| 5 | 35 | ○ | ∞ | æ | 1 | | | | | |
| 6 | 36 | ○ | ⌋ | æ | 1 | | | | | |
| 7 | 37 | ○ | ⌋ | æ | 1 | | | | | |
| 8 | 38 | ○ | 8 | | 1 | | | | | |
| 9 | 39 | ○ | S | | 1 | | | | | |
| 10 | 40 | PROBA ESPECIAL | | | 3 | Para conseguir os 3 puntos da proba especial hai que conseguir un total de 15 minipuntos entre as catro probas. RAPPEL 2ptos;ESCALADA 5ptos;JUMAR 8ptosO-PÉ MEMORIA 15ptos | | | | |
| 11 | 41 | ○ | X | | 1 | | | | | |
| 12 | 42 | | - | | 1 | | | | | |
| 13 | 43 | ○ | | | 1 | | | | | |
| # | 100 | ● | ⌋ | ~ | 1 | | | | | |

Teléfono Director Prueba: 651 413 204

Emerxencias: 112

Teléfono Ambulancia: 625 177 044

Sector 2- KAIK + TREKKING

Elite e
Aventura

GH

Material obligatorio raid.

Para o Kaiak pás e chaleco salvavidas facilitado pola organización.

Score

| S2 | ▶ 9,3 Km ◀ | ▲ 20m | | ▼ 20m | | | G | | ▶ ◀ | ♥ 1,50 h |
|-------|------------|-------|---------|---------|-------|----------|-----------|----------|------------|----------|
| Orden | Codigo | Tipo | Situac. | Observ. | Valor | Salida ▶ | ▶ Corte ◀ | ◀ Cierre | T.efectivo | Mejor T. |
| ▲ | | | JUL | ~ | | | | | | |
| 15 | 44 | GH | ♠ | X | 1 | | | | | |
| 16 | 45 | GH | ♠ | | 2 | | | | | |
| 17 | 46 | G | ^ | | 3 | | | | | |
| 18 | 47 | GH | P | I | 1 | | | | | |
| 19 | 48 | G | X | | 3 | | | | | |
| 20 | 49 | GH | ♠ | | 1 | | | | | |
| 21 | 50 | GH | — | | 1 | | | | | |
| 22 | 51 | H | — | | 1 | | | | | |
| # | 200 | ● | S | | 1 | | | ◀ 14:30 | | |

Descarga tarxeta SportIdent

Teléfono Director Prueba: 651 413 204

Emerxencias: 112

Teléfono Ambulancia: 625 177 044

Preamar 6:05 ; Baixamar 12:13

B**Sector 3 - BTT**Elite e
Aventura

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

Score

| S3 | | ▶ 26 Km ◀ | ▲ 1035m | | ▼ 875m | | B | | ▶ ◀ | ♥ 2,30h |
|-------|--------|-----------|---------|---------|--------|----------|-----------|----------|------------|----------|
| Orden | Codigo | Tipo | Situac. | Observ. | Valor | Salida ▶ | ▶ Corte ◀ | ◀ Cierre | T.efectivo | Mejor T. |
| ▲ | | | S | | | | | ◀ 15:00 | | |
| 24 | 52 | ○ | JUL | ~ | 2 | | | | | |
| 25 | 53 | ○ | JUL | ~ | 1 | | | | | |
| 26 | 54 | ○ | FF | | 2 | | | | | |
| 27 | 55 | ○ | m | | 2 | | | | | |
| 28 | 56 | ○ | = | | 2 | | | | | |
| 29 | 57 | ○ | m | | 2 | | | | | |
| 30 | 58 | ○ | JUL | ~ | 1 | | | | | |
| 31 | 59 | ○ | V | | 3 | | | | | |
| # | 100 | ● | S | | 1 | | | | | |

Teléfono Director Prueba: 651 413 204

Emerxencias: 112

Teléfono Ambulancia: 625 177 044

Sector 4- TREKKING

H

Material obligatorio raid, recomendado polainas .

Elite e
Aventura

Score

| S4 | | ▶ 8,5 Km ◀ | ▲ 475m | ▼ 475m | | H | | ▶ ◀ | ♥ 1,25 h | |
|-------|--------|------------|---------|---------|-------|----------|-----------|----------|------------|----------|
| Orden | Codigo | Tipo | Situac. | Observ. | Valor | Salida ▶ | ▶ Corte ◀ | ◀ Cierre | T.efectivo | Mejor T. |
| | | | S | | | | | | | |
| 33 | 60 | ○ | 1 | | 1 | | | | | |
| 34 | 61 | ○ | ⊥ | Đ | 1 | | | | | |
| 35 | 62 | ○ | 9 | | 2 | | | | | |
| 36 | 63 | ○ | U | | 2 | | | | | |
| 37 | 64 | ○ | ♂ | | 3 | | | | | |
| 38 | 65 | ○ | ⊥ | | 2 | | | | | |
| # | 200 | ● | S | | 1 | | | | | |

Teléfono Director Prueba: 651 413 204

Emerxencias: 112

Teléfono Ambulancia: 625 177 044

B**Sector 5 - BTT**

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

Elite e
Aventura

Lineal

| S5 | | ▶ 16 Km ◀ | | ▲ 480m | | ▼ 635m | | B | | ▶ ◀ | | ♥ 1,15h |
|-------|--------|-----------|---------|---------|-------|----------|-----------|----------|------------|----------|--|---------|
| Orden | Codigo | Tipo | Situac. | Observ. | Valor | Salida ▶ | ▶ Corte ◀ | ◀ Cierre | T.efectivo | Mejor T. | | |
| ▲ | | | S | | | | | | | | | |
| 40 | 66 | ○ | hh | æ | 1 | | | | | | | |
| 41 | 67 | ○ | hh | ~ | 2 | | | | | | | |
| 42 | 68 | ○ | hh | æ | 2 | | | | | | | |
| 43 | 69 | ○ | hh | æ | 1 | | | | | | | |
| 44 | 70 | ○ | hh | æ | 1 | | | | | | | |
| # | 300 | ● | S | | 1 | | | | | | | |

Teléfono Director Prueba: 651 413 204

Emerxencias: 112

Teléfono Ambulancia: 625 177 044

Sector 6 - ORIENTACIÓN URBANA

F

Material obligatorio raid

Elite e
Aventura

Score

| S6 | ▶ 5 Km ◀ | ▲ 100m | | ▼ 100m | | 17:00 ▶ | F | ◀ 19:30 | ▶ ◀ | ♥ 30 min |
|-------|----------|--------|---------|---------|-------|----------|-----------|----------|------------|----------|
| Orden | Codigo | Tipo | Situac. | Observ. | Valor | Salida ▶ | ▶ Corte ◀ | ◀ Cierre | T.efectivo | Mejor T. |
| | | | S | | | 17:00 ▶ | | | | |
| 46 | 71 | ○ | ♠ | | 0,5 | | | | | |
| 47 | 72 | ○ | — | | 0,5 | | | | | |
| 48 | 73 | ○ | { | | 0,5 | | | | | |
| 49 | 74 | ○ | ~ | | 0,5 | | | | | |
| 50 | 75 | ○ | ♠ | | 0,5 | | | | | |
| 51 | 76 | ○ | S | | 0,5 | | | | | |
| 52 | 77 | ○ | { | | 0,5 | | | | | |
| 53 | 78 | ○ | ♠ | | 0,5 | | | | | |
| 54 | 79 | ○ | ♠ | | 0,5 | | | | | |
| # | 400 | ● | S | | 0,5 | | | ◀ 19:30 | | |

Descarga tarjeta SportIdent

Teléfono Director Prueba: 651 413 204

Emerxencias: 11

Teléfono Ambulancia: 625 177 044