

# VII Liga Local de Promoción da Orientación

## Porto do Son 2023

### Proba nº 6: PORTOSÍN

#### BOLETÍN FINAL

##### DATA:

Domingo, 3 de setembro de 2023.

##### LUGAR:

Portosín (Porto do Son).

##### ORGANIZA:

Asociación Deportiva e Cultural ARNELA

##### COLABORAN:

Concellería de Xuventude, Deportes e Acción Cultural.

##### PROBA:

Sexte e última proba da VII Liga de promoción da Orientación de Porto do Son que se vai a celebrar no casco urbano de Portosín.

As características principais desta proba podémolas resumir en:

- **Modalidade lineal:** obrigatorio realizar o percorrido visitando os controis ou balizas na orde indicada no mapa.
- **Puntos de control:** son os lugares marcados no mapa e que deben visitar os participantes. Os puntos de control están formados polas balizas, co seu número de baliza, unha estación electrónica e unha pinza tradicional por si fallase a estación electrónica.
- **Sistema de cronometraxe:** utilizaremos a tecnoloxía SportIdent. Consta dun dispositivo dixital tipo pinza ou tarxeta que o corredor leva consigo durante a carreira e que permite rexistrar o seu paso polas balizas. Para este fin, en cada baliza, haberá un dispositivo (base) no que o orientador debe pousar/introducir a súa tarxeta/pinza ata que escoite un pitido e vexa que se acende un led vermello na estación, momento no que se realiza a gravación do seu paso por ese punto. Unha vez chegados a meta, deberá "descargarse" o dispositivo, na mesa da organización, onde se poderá obter a folla de tempos de cada corredor. **Tódolos participantes están obrigados a descargala súa tarxeta electrónica (aínda que abandonen a proba) para que a organización poida controlar se queda algún participante no terreo.** Os corredores que non dispoñan de pinza/tarxeta poderán alugar unha sen custe. No caso de que o participante perda a tarxeta, deberá aboar o importe da mesma (12 €).
- **Clasificación:** establecerase por categorías, en función do tempo empregado por cada participante para completar o seu percorrido. O gañador, en cada unha das categorías, será aquel que realice o percorrido correctamente empregando o menor tempo en chegar á meta, ordenándose o resto dos participantes polo mesmo criterio.

- Os participantes que non presenten tódalas picadas correctamente terán un "ERRO EN TARXETA".

#### MAPA:

- Portosín (Porto do Son).
- Autor: David Lareo (2015).
- Revisión: Antonio Piñeiro (2023).
- Características:
  - Escala: 1:4000
  - Equidistancia: 5 m

#### PROGRAMA:

- 10.00: Apertura da Secretaría.
- 10.30: Saída dos primeiros participantes.
- 13.30: Peche de meta e recollida de balizas (todos os participantes deberán estar de volta na Meta).

#### CATEGORÍAS:

Segundo o REGULAMENTO da Liga, establécense 3 percorridos, sen distinción de sexos:

- Iniciación curta: INI CURTA
- Iniciación longa: INI LONGA
- Adestramento: ADESTRAMENTO

#### SAIDA:

O lugar de concentración e saída imos a cambialo e desta volta será a Praza do Curro de Portosín (**ver ubicación**).

Establecerase un horario de saída, de forma que cada participante sairá a unha hora predeterminada. Estes horarios serán publicados na web e na páxina de Facebook do club.

As saídas nas probas de orientación a pé son individuais (tipo contrarreloxo), e dicir, a cada participante contrólase o tempo invertido na proba segundo a súa hora de saída e a hora de chegada a meta. A hora de saída asignada a cada participante será válida, aínda que o participante a tome con retraso.

Na zona de saída, haberá dispostas dúas bases SportIdent, que o participante debe utilizar para "LIMPAR" e "COMPROBAR" a súa tarxeta ou pinza SI. LIMPAR serve para eliminar os datos que conteña a pinza/tarxeta de outras probas e COMPROBAR utilízase para asegurarse de que o dispositivo funciona correctamente. É responsabilidade do corredor facer esta limpeza e comprobación ao comezo de cada proba.

A saída é "con chamada", e realízase según o listado das hora de saída dos participantes, os cales deben estar na zona de saída, como mínimo, 3 minutos antes da súa hora asignada.

Unha vez que se dea a saída, cada participante collerá o mapa correspondente ó seu percorrido (será responsabilidade de cada participante asegurarse de que o mapa corresponde ó seu percorrido), e seguirán as cintas de balizamento ata chegar á baliza de saída (triángulo no mapa), onde orientarán correctamente o mapa e seguirán co seu percorrido, visitando os puntos de control na orde indicada no mapa (modalidade lineal), e rexistrando cada un dos controis ou balizas na súa pinza/tarxeta, colocando a mesma, sen movela, sobre a estación SI, asegurándose de escoitar o pitido e/ou ver o destello do led antes de retirala.

É obrigatorio picar as balizas na orde indicada no mapa (modalidade lineal) polo que calquera picada que non cumpra este requisito será causa de descalificación.

### **INSCRICIÓNS:**

Faranse a través da web do club, por medio do formulario (colgado na cabeceira deste boletín) deseñado para tal fin. Pinchando no enlace, accederás a un formulario que hai que completar e enviar. Para os non Federad@s, a inscrición inclúe un seguro deportivo para o participante o día da proba.

Os prezos das inscricións para cada unha das probas son os seguintes:

- **Socios do club ADC ARNELA:**
  - Federad@s: gratis.
  - Non Federad@s con licencia de proba (menores de 16 anos): 2,00 €.
  - Non Federad@s con licencia de proba (maiores de 16 anos): 3,00 €.
- **Resto de participantes:**
  - Federad@s: 3,00 €.
  - Non Federad@s con licencia de proba (menores de 16 anos): 3,00 €.
  - Non Federad@s con licencia de proba (maiores de 16 anos): 4,00 €.
- **Recargo por inscrición fóra de prazo (só federad@s): 1 €.**
- **Aluguer de tarxeta PCard Sportident:**
  - Gratis para tod@s os participantes.
  - Perda da Tarxeta PCard: 12€.

**O prazo de inscrición remata o MARTES 29 de agosto ás 23:00.**

Os métodos de pago establecidos son dous:

- **Opción 1.- INGRESO EN CONTA ou TRANSFERENCIA:**
  - Entidade: OPENBANK
  - Número de conta (IBAN): ES08 0073 0100 5905 0538 8597
  - Titular: Asociación Deportiva e Cultural ARNELA
  - Concepto: Proba PORTOSÍN + Nome do participante inscrito (pódese facer o pago conxunto de varios participantes).
  - Por último, remite ó noso correo electrónico (adcarnela@gmail.com) a copia do xustificante bancario, indicando o nome dos inscritos os que corresponde o pago.
- **Opción 2.- PAGO EN MAN:**
  - Poñerse en contacto cos organizadores a través do correo electrónico (adcarnela@gmail.com) ou podedes chamar ou enviar un whatsapp ó seguinte telefono 659 34 50 36 para solicitar o pago en man.

## OBSERVACIÓNS, NORMAS e RECOMENDACIÓNS:

1. Roupa e calzado para cambiarvos.
2. As probas de orientación realízanse en silencio, non se pode falar, salvo en casos excepcionais. Está totalmente prohibido gritar e berrar.
3. É obrigatorio realizalo percorrido na orde indicada no mapa, e hai que completalo enteiro (pasar por tódolos puntos de control) para que a proba sexa válida, senón, prodúcese “erro en tarxeta”.
4. É obrigatorio pasar por meta e descargar a pinza/tarxeta SportIdent aínda que se produza o abandono, para que este feito lle conste á Organización.
5. Para a realización do percorrido, o participante só pode contar coa axuda dun compás, ademais do mapa aportado pola Organización.
6. É moi importante ofrecer axuda a calquera participante que se atope en problemas ou mancado.
7. PERMÍTESE levar o teléfono móbil na carreira para que os participantes se atopen máis seguros. So se permitirá o seu uso en causas debidamente xustificadas.

## INFORMACIÓN COMPLEMENTARIA – PERCORRIDOS – ÚLTIMAS RECOMENDACIÓNS

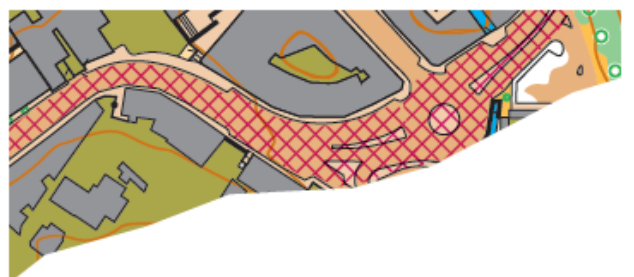
- A **Secretaría** estará situada na **Praza do Curro de Portosín** sita a carón da zona portuaria no casco urbano -> Enlace [Google Maps](#).
- **Aparcamento:** Soe haber pola zona portuaria e na Praia de Coira.
- **Recomendamos:**

- Chegar á Secretaría uns 15 minutos antes da hora de saída para poder prepararse con tranquilidade: recoller as tarxetas, aclarar dúbidas, gardar roupa e outras pertenzas,...
- Recoméndase traer calzado e roupa cómoda para andar. Non se precisa una protección especial por ser unha proba urbana.

- **Previsión meteorolóxica** con nubes e claros e posibilidade de choiva miúda nalgún momento da mañá -> [Consultar](#).

- **Seguridade:**

- **Estrada AC-550 (Ribeira – Noia): Ningunha categoría ten que cruzar esta estrada** posto que non hai ningún control na zona leste do pobo, **quedando desclasificado calquera que o faga**. No mapa aparecerá toda a estrada cuberta co **símbolo 709 (área prohibida)**. Esta estrada soporta bastante tráfico e pode resultar perigoso facelo.
- A estrada AC-550 conta con **beirarrúas ó longo de case todo o seu percorrido polas que si está permitido desprazarse** para chegar ós controis que así o requiran. Na imaxe podedes ver un exemplo de como aparece representada no mapa.
- En caso de choiva recomendase ter moito coidado en zonas esvaradías (pasarelas de madeira, xardíns, pavimentos pulidos,...).



- Non haberá avituallamento sólido, pero si auga a disposición dos corredores e acompañantes.
- As estacións de control terán activado o modo AIR+ para aqueles corredores que teñan unha tarxeta SIAC.
- **Cartografía:**
  - **Elaborado por David Lareo (2015).**
  - Actualizado por Antonio Piñeiro no 2023 á norma cartográfica **ISSprOM 2019 (consultar)**.
- **Procedemento de Saídas:**
  - **Minuto -2:** Chamada/Control tarxetas SI + LIMPAR/COMPROBAR.
  - **Minuto -1:** Mapa/Descriptor de controis (só para Adestramento).
  - **Saída** con estación START.
- **Distancias e Desniveis (\*):**

Categoría	Distancia (Qms)	Desnivel + (mtrs)	Nº controis	Escala	Equidistancia
Iniciación Curta	1.3	10	11	1:3000	5 mtrs
Iniciación Longa	2.4	30	18	1:4000	5 mtrs
Adestramento	3.6	70	28	1:4000	5 mtrs

*\* Medidas en liña recta entre controis.*