

RAIDBOOK

1 BUDIÑO RAID SANTIAGUÑO 2023

29 DE ABRIL 23

INSCRIBETE EN TRACKTHERACE!!

CARREIRA ORIENTACIÓN COMPETICIÓN GENIAL
FEGADO (BTT+KAYAK+TREKKING)

BTT

Saida ás 15:00h Élite e Aventura desde Pazo de Mos

Saida ás 15:00h Orientaraid (iniciación) Alameda Redondela

Meta Pazo de MOS

KAYAK

TREKKING

COLABORAN

Logos of collaborating organizations: ATLAS, DEPUTACIÓN DE LUGO, RODOSA, SERTUY, Bar Casa VEIGA, MUNICIPIO DE LUGO.

RAID 3.0

2023

1º BUDIÑORAIID SANTIAGUIÑO 2023

29 Abril 2023

Categoría: RAID 3.0

R	▶ 90 KM ◀	▲ 2350 m	▼ 2350 m	15:00 ▶		◀ 23:30	▶ 8,30h ◀	♥ 9,30h
	Distancia	Des. Acum. +	Des. Acum. -	Salida ▶	Disciplina	◀ Cierre	T.efectivo	Mejor T.
S1	▶ 16,0 KM ◀	150 m	150 m	15:00 ▶	🚴			♥ 1,00 h
S2	▶ 2,0 KM ◀	50 m	50 m	15:00 ▶	🏃			♥ 0,15 h
S3	▶ 7,0 KM ◀	0 m	0 m	15:30 ▶	🚴🏃🚴	◀ 19:00		♥ 1,15 h
S4	▶ 19,0 KM ◀	800 m	800 m	15:00 ▶	🏃	◀ 22:00		♥ 2,30 h
S5	▶ 40,0 KM ◀	1200 m	1200 m	18:00 ▶	🚴	◀ 23:30		♥ 3,30 h
S6	▶ 6,0 KM ◀	150 m	150 m	21:30 ▶	🏃	◀ 23:30		♥ 1,00 h

Material obligatorio do Raid por equipo:

- Compás (brújula).
- Teléfono Móvil con batería apagado.
- Botiquín de Emerxencia con cando menos Esparadrupo (2,5m.), Venda (2,5m.), Compresas ou apósitos (5 ud), Antiséptico (50 ml.), Analxésicos (5 ud), Antiinflamatorios (5ud.).
- Kit ferramentas btt.
- Dispositivo GPS TRACKTHERACE

Material obligatorio do Raid por corredor sempre en carreira:

- Silbato, e coñecer o código morse de S.O.S (...---...).
- Manta Térmica.
- Camiseta Térmica manga larga.
- Mochila
- Recipiente para bebida (1 l.).
- Frontal e chaleco reflectante (postos dende a posta de sol).
- Ración Enerxética (200 gr.).

Material obligatorio do Raid por corredor según sector ou proba:

- Casco Btt (Sector BTT).
- Luz dianteira e vermella traseira encendidas dende a posta do sol (Sector BTT).
- Chaleco salvavidas (Sector Kaiak).(Proporcionado pola organización.)
- Pás Kaiak (Sector Kaiak).(Proporcionado pola organización.)

Material recomendado do Raid según sector ou proba:

- polainas (Sector Trekking).
- Portamapas estanco (Sector Kaiak).



Sector_1 BTT Mos Redondela

Raid 3.0

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

Lineal

S1	▶ 16 Km ◀	▲ 150m		▼ 150m		15:00 ▶	🚲	▶ ◀	T.efectivo	♥ 1,00h
		Orden	Codigo	Tipo	Situac.					
	▲				◊					
1		31	○		///	Y				
2		32	○		///	Y				
3		33	○		▲					
4		34	○		☒					
5		35	○		/					
6		36	○		4					
7		37	○		//	X				
8		38	○		✖					
9		39	○		✖					
10		40	○		☐	7				
☉		101	●		◊					

Teléfono Director Prueba: 635 348 635

Teléfono Ambulancia: 659 267 429

Emergencias: 112



Sector 2 O-Pé Redondela

Raid 3.0

Material obligatorio raid

Score

S2	▶ 2 Km ◀		▲ 50m		▼ 50m		15:00 ▶	15:00 ▶	▶ Corte ◀	▶ ◀	T.efectivo	♥ 15 min
	Orden	Codigo	Tipo	Situac.	Observ.	Valor						
▲				◇			15:00 ▶					
	78	○	○	×								
	79	○	○	△	→	1						
	80	○	○	▨	↙	1						
	81	○	○	↗	→	1						
	82	○	○	⚡		1						
	83	○	○	■	↙	1						
	84	○	○	⚡	⊥	1						
	85	○	○	△	↓	1						
	86	○	○	↗		1						
	87	○	○	↗		1						
	88	○	○	△		1						
	89	○	○	Π	□	1						
	90	○	○	↗		1						
	91	○	○	↗		1						
◎	104	●	●	◇		1						

Teléfono Director Prueba: 635 348 635

Teléfono Ambulancia: 659 267 429

Emerxencias: 112



Sector_3 KAIKAK San Simón

Raid 3.0

Material obligatorio raid, (recomendado portamapas estanco).
Para o Kaiak pás e chaleco salvavidas facilitado pola organización.

Lineal

Orden	Codigo	▲ 0m		▼ 0m		15:30 ▶	🚣▶	◀ 19:00	▶▶	♥ 1,15 h
		Tipo	Situac.	Observ.	Valor					
▲			↘			Salida ▶	▶ Corte ◀	◀ Cierre	T. efectivo	Mejor T.
1	65	○	↗		2	15:30 ▶				
2	66	○	△		3					
3	67	○	×		3					
4	68	○	×		5					
◎	103	●	↘		1			◀ 19:00		

Descarga Tarxeta Sportident

Teléfono Director Prueba: 635 348 635

Emerxencias: 112

Teléfono Protección Civil: 660 307 735

Preamar: 12,51; Baixamar: 18,46h



Sector_4 TREKKING Vixiador

Raid 3.0

Material obligatorio raid, frontal (recomendado roupa larga ou polainas).

Lineal

S4	▶ 19 Km ◀		▲ 800m		▼ 800m		15:00 ▶	▶	◀ 22:00	▶	◀	♥ 2,30 h
	Orden	Codigo	Tipo	Situac.	Observ.	Valor	Salida ▶	▶ Corte ◀	◀ Cierre	T.efectivo	Mejor T.	
▲				◊			15:00 ▶					
1	40	○		□	☞	1						
2	41	○		⊗		1						
3	42	○		⚡	×	5						
4	43	○		⊙		2						
5	44	○		↯		4						
6	45	○		⚡		3						
7	46	○		⋯		1						
8	47	○		▲		2						
9	48	○		▲		3						
10	49	○		///	Y	1						
11	50	○		✱		1						
12	51	○		///	×	1						
◎	102	●		◊		1			◀ 22:00			

Teléfono Director Prueba: 635 348 635

Emerxencias: 112

Teléfono Ambulancia: 659 267 429

Posta do sol: 21:31



Sector_5 BTT Galleiro

Raid 3.0

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

Lineal

S5	▶ 40 Km ◀		▲ 1200m		▼ 1200m		18:00 ▶	🚲	◀ 23:30	▶ ◀	♥ 3,30h
	Orden	Codigo	Tipo	Situac.	Observ.	Valor					
▲				◇			18:00 ▶				
1	52	○		🌀							
2	53	○		🌀							
3	54	○		□	⌂	4					
4	55	○		///	X	2					
5	56	○		⊙		3					
6	57	○		🌀		2					
7	58	○		///	Y	3					
8	59	○		🌀		5					
9	60	○		///	X	6					
10	61	○		///	Y	3					
11	62	○		///	X	1					
12	63	○		△		1					
13	64	○		///	Y	1					
☉	105	●		◇		1			◀ 23:30		

Teléfono Director Prueba: 635 348 635

Teléfono Ambulancia: 659 267 429

Emerxencias: 112

Posta do sol: 21:31



Sector 6 Trekking Pazo de Mos

Raid 3.0

Material obligatorio raid

Lineal

S6	▶ 6 Km ◀	▲ 100m		▼ 100m		21:30 ▶	🏃	◀ 23:30	▶	▼ 1,00h
		Codigo	Tipo	Situac.	Observ.					
▲				◇		21:30 ▶				
1	69	○		/		21:30 ▶				
2	70	○		⊗						
3	77	○		⋯						
4	71	○		⋯						
5	72	○		//	Y					
6	73	○		//	Y					
7	74	○		//	X					
8	75	○		/						
9	76	○		⚡	ñ					
©	106	●		◇				◀ 23:30		

Descarga Tarxeta Sportident

Teléfono Director Prueba: 635 348 635

Teléfono Ambulancia: 659 267 429

Emerxencias: 112

Posta do sol: 21:31



