

3º PRUEBA LIGA GALLEGA DE OPIE
XX TROFEO EL PROGRESO-CONCELLO DE LUGO
BOLETÍN Nº3 16/03/2024



ORGANIZACIÓN

CLUB ORGANIZADOR: CLUB FLUVIAL LUGO

DIRECCIÓN: EUGENIO RODRIGUEZ NÚÑEZ

EQUIPO TÉCNICO:

- Cartografía: Valentín Vladimirov (2001), Revisión cartografía Eugenio Rodríguez Núñez, Pedro Parga Andón (febrero 2024)
- Recorridos: Eugenio Rodríguez Núñez, Pedro Parga Andón
- Revisión de mapa, trazados y balizado: Eugenio Rodríguez Núñez, Pedro Parga Andón.
- Sportident: Alberto Corral Alonso, Carlos Fernández Martínez
- Seguridad: Luisa Felpeto
- Juez controlador: Iván Somoza (Club Gallaecia)

INFORMACIÓN GENERAL

3ª PRUEBA LIGA GALLEGA DE OREINTACIÓN A PIE

Prueba oficial del calendario de la Federación gallega de orientación. Temporada 2024

Especialidad: Orientación a pie

Distancia: Larga

INFORMACIÓN DEL MAPA

Monte Segade - Lugo. Registro FEDO: LU-44201. ESCALA 1:10.000. Actualizado en febrero de 2024 por Eugenio Núñez y Pedro Parga.

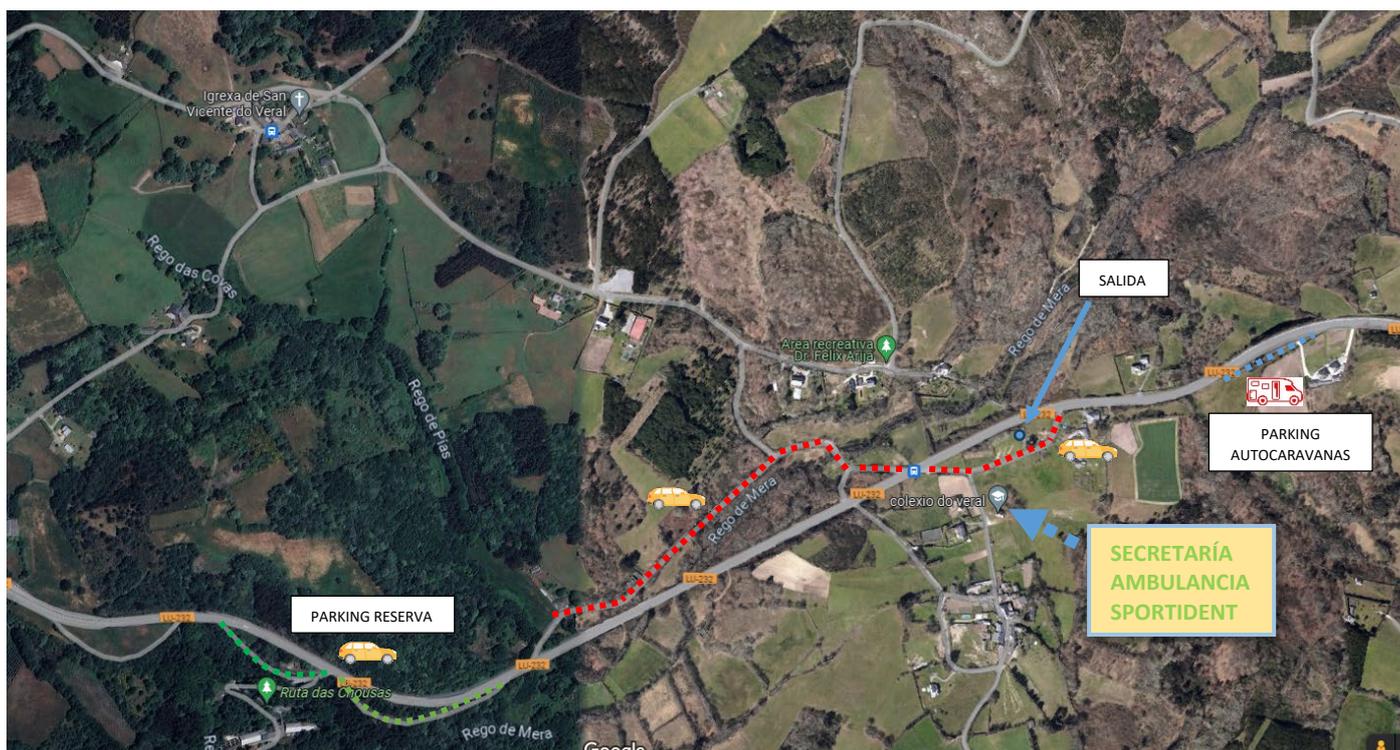
APARCAMIENTO, SECRETARÍA Y PRESALIDA

El centro de competición se ubica en el entorno de la Escuela de Rebordaos, en el punto kilométrico 3.3, en el margen izquierdo de la carretera Lugo-Friol LU-232. Estará señalizado con una baliza.



COORDENADAS DEL CENTRO DE COMPETICIÓN: 42.994866 -7.61719

3º PRUEBA LIGA GALLEGA DE OPIE
XX TROFEO EL PROGRESO-CONCELLO DE LUGO
 BOLETÍN Nº3 16/03/2024



RECORRIDOS Y CATEGORÍAS

CATEGORÍAS:

CATEGORÍA	AÑOS NACIMIENTO
ALEVÍN M/F-12	2012 -
INFANTIL M/F-14	2010-2011
CADETE M/F-16	2008-2009
M/F-18	2006-2007
M/F-21	Sin límite de edad
E/FE	Sin límite de edad
M/F-35	1989 y anteriores
M/F 40	1984 y anteriores
M/F 45	1979 y anteriores
M/F-50	1974 y anteriores
M/F-55	1969 y anteriores
M/F-60	1964 y anteriores
INI CORTA	Sin límite de edad
INI LARGA	Sin límite de edad

RECORRIDOS:

CATEGORÍAS	Nº de controles	Distancia lineal (m)	Desnivel positivo (m)
Iniciación corta	12	3500	130
Iniciación larga	14	4100	160
F12	13	3500	130

3º PRUEBA LIGA GALLEGA DE OPIE
XX TROFEO EL PROGRESO-CONCELLO DE LUGO
BOLETÍN Nº3 16/03/2024



F14	14	4100	180
F16	15	5000	190
F18	17	5100	190
F21B	15	5000	190
F21A	18	6400	240
F35	19	6600	215
F40	17	6000	195
F45	16	5800	190
F50	16	5000	175
F55	13	4300	150
F60	13	4300	150
FE	19	7000	240
M12	13	3500	130
M14	14	4100	180
M16	17	5100	190
M18	18	6400	230
M21B	17	6000	195
M21A	19	7000	240
M35	18	7300	245
M40	19	6600	215
M45	18	6100	200
M50	16	5800	190
M55	16	5000	175
M60	13	4300	150
E	19	8400	270

ESCALA 1:7.500 PARA TODAS LAS CATEGORÍAS

INSCRIPCIONES

Hasta el domingo, 10 de marzo a las 23:50 h, en la web: www.fegado.es

¡ATENCIÓN! Tarjeta SportIdent para todas las categorías. **Se asignará automáticamente una tarjeta SportIdent en alquiler a quien no indique el nº de tarjeta en los datos de inscripción.** Alquiler: 3€ (a pagar junto con la inscripción). La pérdida conlleva pago de 60€. **La prueba contará con sistema AIR+ activo para las pinzas SIAC.**

CLUBS: A través de <http://fegado.es/events/>. Enviar el justificante de ingreso en la cuenta nº **ES94 3070 0031 4862 0365 1226** de **CAIXA RURAL** a: fluviallugo.o@gmail.com La cantidad a ingresar será la suma del resumen de las inscripciones del club en la carrera, más 3€ por cada corredor que alquile tarjeta SI. En el concepto del ingreso poner: ORI VERAL + (más el nombre del club). Aquellos clubs que precisen factura, no olviden enviar sus datos fiscales.

INDEPENDIENTES: Realizarán la inscripción a través del sistema de inscripciones de la fegado, a través de su página web (<http://fegado.es/intranet>).

Los deportistas que no estén dados de alta en la intranet, tienen que crear un perfil en la misma, siguiendo las instrucciones de la propia web. Para luego entrar en el evento de la carrera (<https://intranet.fegado.es/events/view/4jgp3o7op8bv/>) y darse de alta en la categoría que desean competir (iniciación corta o iniciación larga). Si disponen de tarjeta sportident, indicarán el número correspondiente a la misma, en caso contrario dejarán la celda en blanco y se les asignará una en régimen de alquiler para la carrera.

3º PRUEBA LIGA GALLEGA DE OPIE
XX TROFEO EL PROGRESO-CONCELLO DE LUGO
BOLETÍN Nº3 16/03/2024



Antes de realizar la inscripción se deberá disponer del justificante de pago, para poder adjuntarlo en la inscripción. Así mismo se enviará copia de dicho justificante por e-mail a fluviallugo.o@gmail.com, indicando en el asunto: ORI VERAL + PAGO "NOMBRE DEL CORREDOR" si se ha abonado la inscripción de varios corredores, se detallará en el mail. El ingreso se realizará en la cuenta nº **ES94 3070 0031 4862 0365 1226** de **CAIXA RURAL** indicando en el concepto: ORI MEDIA + (nombre y apellidos). La cantidad será la suma del resumen de la inscripción en la carrera, más 3€ si necesita alquilar tarjeta SI. (para cualquier consulta contactar en el 630 674 775 (Carlos) o en fluviallugo.o@gmail.com).

Los federados de otros clubes (no gallegos) podrán inscribirse en categoría oficial, fuera de competición.

PRECIOS DE LAS INSCRIPCIONES:

- Federados categoría **F/M 18** e inferiores: **7 € + 3€** (si alquila tarjeta sportident)
- Federados resto de categorías: **10 € + 3€** (si alquila tarjeta sportident)
- Iniciación Corta (Niños) sin licencia fed.: **10 € + 3€** (si alquila tarjeta sportident)
- Iniciación Larga (May.), sin licencia fed.: **13 € + 3€** (si alquila tarjeta sportident)
- Federados en categorías iniciación: **7 € + 3€** (si alquila tarjeta sportident)
- Reposición de dorsal: **3 € (a abonar para la fegado)**
- Cambio de tarjeta S.I. a pagar por el deportista, antes del día de competición: **2 €**
- Cambio de tarjeta S.I. a pagar por el deportista, el día de competición: **5 €**

HORARIOS

09:00	ENTREGA DE SPORTIDENT
10:00	SALIDA DE LOS PRIMEROS CORREDORES CATEGORÍAS OFICIALES
10:15	APERTURA SALIDA CORREDORES INICIACIÓN
12:00	CIERRE SALIDA CORREDORES INICIACIÓN
13:30	ENTREGA DE PREMIOS Y SORTEO DE REGALOS
14:00	CIERRE DE META (<u>tiempo límite de carrera 2 horas 45 minutos</u>)
14:00	INICIO RETIRADA DE LAS BALIZAS DEL TERRENO

SALIDAS INICIACIÓN: ENTRE LAS 10:00 Y LAS 12:00

Aquellos padres que compitan y que necesiten acompañar a sus hijos en categoría iniciación han de remitir mail, solicitando salida a las 10:00 e indicando a que menor van a acompañar.

ENTREGA DE PREMIOS Y SORTEOS

Se realizará entrega de trofeos para los tres primeros clasificados de las categorías élite, 12, 14, 16 y 18.

Al finalizar la entrega de premios se realizará un sorteo de regalos entre todos los participantes en la prueba.

- 6 vales dobles para usar el servicio de SPA del Club Fluvial de Lugo
- 6 lacones

SERVICIOS

Durante el desarrollo de la prueba, se contará con los siguientes servicios.

- Servicio de atención de urgencias proporcionado por **Cruz Roja Española**
- **Duchas:** Se pondrán duchas y vestuarios a disposición de los corredores en los vestuarios de piragüismo del Club Fluvial de Lugo.

CONTACTOS DE LOS RESPONSABLES DE LA PRUEBA

EUGENIO RODRÍGUEZ NÚÑEZ	600 940 240
PEDRO PARGA ANDÓN	620 737 014
CARLOS FERNÁNDEZ MARTÍNEZ	630 674 775

fluviallugo.o@gmail.com

NORMAS DE LA PRUEBA

- En base al artículo 17.2 del Reglamento de Orientación FEGADO 2024, se declara embargado el terreno ocupado por el mapa (zona Veral desde la fecha de publicación del presente boletín).
- DORSALES (Federados FEDO-FEGADO: OBLIGATORIO llevar visible por delante el oficial de la Liga Gallega 2024 (Dorsal único liga Española). Otros federados (Dorsal único liga española) y no federados: sin dorsal).
- En esta competición serán de aplicación las normas ISOM2017-2 (normativa opie), el reglamento de O-Pie 2024 y las Normas Anuales XXXIII Liga Gallega de O-Pie (Accesibles estas dos últimas en la web de la FEGADO, portal transparencia, apartado "normativa")
- Los corredores participan en la prueba bajo su propia responsabilidad, asumiendo los riesgos inherentes a las carreras de orientación a pie.
- La carrera se establece con tráfico abierto, utilizando parcialmente carreteras con baja densidad de tráfico.
- En el caso de los menores de edad, sus clubs son los responsables de inscribirlos en el recorrido adecuado a su nivel físico y técnico.
- Es recomendable que el participante lleve ropa ligera.
- El participante debe llevar como instrumento de orientación y medida solo su brújula. El mapa con la información de los controles lo recoge en el momento en el que se le da la salida.
- Todas las personas que forman parte en una carrera de orientación deben mostrar respeto hacia los otros participantes, organizadores y espectadores.
- Todo competidor debe prestarle ayuda a un corredor si lo ve lesionado.
- El corredor debe respetar la señalización de la carrera y las balizas-control.
- La pérdida de la tarjeta de control o el no paso por todos los controles será motivo de descalificación.
- En caso de abandono, será obligatorio presentarse en la meta y descargar SportIdent en Recepción
- El corredor debe respetar la propiedad privada y las zonas cultivadas.
- Tanto organizadores como competidores están obligados a respetar el entorno de carrera
- Tiempo límite de carrera: 2 horas 45 minutos.

SEGURIDAD

- La carrera está estipulada como de larga distancia. No se colocará avituallamiento en el monte, cada corredor será responsable de llevar con él, la hidratación que considere necesaria para afrontar la prueba.
- La carrera se realizará circulando en momentos puntuales o cruzando varios viales con baja densidad de tráfico. Se recuerda que la carrera se establece con tráfico abierto y que todos los corredores han de respetar las normativas vigentes de circulación y tránsito por carretera.
- En el monte no se han detectado zonas peligrosas, pero se debe de ser prudente, debido a las alteraciones que se pueden producir en el terreno derivadas de las fuertes y abundantes lluvias que nos están afectando.
- Se recomienda el uso de pantalones largos, polainas, calzado adecuado y camiseta de manga larga. Así mismo, la ropa térmica se deberá de adaptar a las condiciones climáticas del día de la prueba.

NOTAS IMPORTANTES PARA LA CARRERA

- Se han realizado modificaciones de última hora en los recorridos con el objeto de evitar incidencias con las parcelas privadas de la zona. Se recuerda la obligación de respetar los terrenos marcados como prohibidos en el mapa y que en las parcelas de cultivo y pastizales se deberá de circular por los bordes, sin dañar la parcela.
- El mapa se ha revisado en el mes de febrero, pero en las últimas semanas se han tenido fuertes lluvias y temperaturas que potencian el desarrollo vegetativo, por lo que se prevé que en alguna zona la vegetación esté más alta de lo marcado y por supuesto, los caminos muy embarrados.
- En relación a la indicación anterior, en algunas zonas, no está muy claro si el símbolo a reflejar es el 407 “rayado verde separado, pasable, buena visibilidad, carrera algo lenta” o el 409 “rayado verde junto “pasable, visibilidad carrera muy lenta”. Como son zonas pasables, se ha priorizado el uso de la simbología 407.
- En la zona se están realizando pequeños trabajos agrícolas que en algún caso podría alterar el terreno, y que no se pueden plasmar a tiempo en el mapa, al no ser conocedores de las mismas a tiempo para imprimir los mapas.

FUNCIONAMIENTO DE SALIDAS

FEDERADOS

RELOJ DE LLAMADAS
EL RELOJ INDICARÁ LAS
10:00 A LAS 09:57

INICIACIÓN

INICIO SALIDAS
10:15

-3	LIMPIAR Y COMPROBAR
-2	DESCRIPCIONES DE CONTROL
-1	PLANOS DE CARRERA

SALIDA A LAS 10:00

SALIDA CON HORARIO LIBRE

FIN DE SALIDAS
12:00

3º PRUEBA LIGA GALLEGA DE OPIE
XX TROFEO EL PROGRESO-CONCELLO DE LUGO
BOLETÍN Nº3

16/03/2024



PREDICCIÓN METEOROLÓGICA

El tiempo el					
Sábado 16.03.2024	00 h	6°	Suroeste	7 km/h	0 l/m ²
	01 h	7°	Sur	7 km/h	0 l/m ²
	02 h	8°	Sur	11 km/h	0 l/m ²
	03 h	8°	Sur	11 km/h	0 l/m ²
	04 h	8°	Sur	11 km/h	0 l/m ²
	05 h	8°	Sur	11 km/h	0 l/m ²
	06 h	9°	Sur	14 km/h	0 l/m ²
	07 h	9°	Suroeste	14 km/h	0 l/m ²
	08 h	9°	Sur	14 km/h	0 l/m ²
	09 h	10°	Sur	14 km/h	0 l/m ²
	10 h	12°	Sur	18 km/h	0 l/m ²
	11 h	13°	Sur	18 km/h	0 l/m ²
	12 h	15°	Sur	22 km/h	0 l/m ²
	13 h	16°	Suroeste	25 km/h	0 l/m ²
	14 h	15°	Sur	22 km/h	0 l/m ²
	15 h	16°	Sur	22 km/h	0 l/m ²
16 h	16°	Sur	18 km/h	0 l/m ²	

JURADO TÉCNICO

JUEZ DE LA PRUEBA: IVÁN SOMOZA (GALLAECIA)

JURADO 1: TITO ARUFE (LICEO)

JURADO 2: ANTONIO DOMÍNGUEZ PORTAS (RAZA PALLEIRA)

MIEMBRO ORGANIZACIÓN: EUGENIO RODRÍGUEZ NÚÑEZ (FLUVIAL)

3º PRUEBA LIGA GALLEGA DE OPIE
XX TROFEO EL PROGRESO-CONCELLO DE LUGO
BOLETÍN Nº3 16/03/2024

FLUVIAL®

ORGANIZACIÓN, PATROCINIO Y COLABORACIONES

ORGANIZAN:



PATROCINAN:

ELPROGRESO



Concello de Lugo

COLABORAN:



il farabutto
TRATTORIA & PIZZERIA

il farabutto
TRATTORIA & PIZZERIA