RAIDBOOK
CATEGORÍA 3+0



Material obrigatorio:

Por equipo sempre en carreira:
Compás, xeolocalizador, botiquín, tlfno. móvil

Por corredor sempre en carreira:
Mochila, silvato, manta térmica, recipiente auga, cortaventos, camisola térmica, gorro ou buff, sportident

Kaiak: kaiak, chaleco e pá (facilitado pola organización)

BTT:
por equipo: kit reparacións
por corredor: casco, luz vermella, bici en bo estado

BERGONDO RAID
3+0

12 de abril de 2025

	3+0															
R	► 70,5 km ◄	▲	1.510	▼	1.510			►		◄						6h 10'
	Distancia		Desnivel +		Desnivel -		Saida		Corte		Cierre		Escala mapas			Mejor tiempo
S1	► 14 km ◄	▲	160	▼	160		10:00	►		◄			E 1:15.000			1h 45´
S2	► 19 km ◄	▲	450	▼	450			►		◄			E 1:15.000			2h 10'
S3	► 37,5 km ◄	▲	900	▼	900			►		◄	19:30		E 1:20.000			2h 15'

Emerg.: Pablo López (Director): 679 253 177 / Ricardo (Seguridad): 644567614

SECCIÓN 1 : TREKKING-KAYAK-TREKKING



Material obrigatorio:
Sempre en carreira
kaiak (facilitado pola organización)

S1	▶ 14 KM ◀		▲ 160	▼ 160		10:00 ▶		◀	E : 1/15.000 ♥ 1h 45'
	BALIZA	PUNTOS	DESCRIPCIÓN			SALIDA	CORTE	PECHE	Escala mapas	Mellor tempo
	▷	S1	Area deportiva			10:00				
	1-62	1	Cruce de Sendas							
	2-63	1	Camiño							
	3-64	1	Praia							
	4-65	3	Praia, escalera							
	5-66	2	Orilla							
	6-67	2	Orilla - fin de camiño							
	7-64	1	Praia							
	8-68	2	Curva Camiño							
T1	◯ 69		Area deportiva							

O corredor que non fai o kaiak, fará un percorrido a pe.

Dito corredor terá o seu mapa co PC 4.1 (59) e 5.1 (68) a descripción do control está no mapa

Entre o PC 3 e o 4.1 o corredor terá que transitar pola líña de costa pola praia

Este corredor terá un paso obrigatorio que será unha pasarela para cruzar a estrada. É de uso obrigatorio

Emerg.: Pablo López (Director): 679 253 177 / Richi Figueroa(Seguridad): 644567614

SECCIÓN 2 : TREKKING



Material obligatorio:
Sempre en carreira

S2	▶ 19 KM ◀	▲ 450	▼ 450	▶		◀	E : 1/15.000	♥ 2h 10'
	BALIZA	PUNTOS	DESCRIPCIÓN	SALIDA	CORTE	PECHE	Escala mapas	Mellor tempo
	▷	S2	Area deportiva					
	1-31	1	fin do camiño ao leste					
	2-32	1	fin do camiño ao sudeste					
	3-33	2	ruina lado sur					
	4-34	1	camiño árbore					
	5-35	1	camiño árbore					
	6-36	1	camiño árbore					
	7-37	1	ruina					
	8-38	1	área recreativa					
	9-39	1	construcción esquina norte					
	10-40	1	bifurcación camiños					
	11-41	1	camiño tocón					
	12-42	1	río camiño					
	13-43	1	loma tocón					
	14-44	1	camiño					
	15-45	1	camiño					
T2	◯ 69		Área deportiva					

SECCIÓN 3 : BTT



Material obligatorio:
Sempre en carreira

Material btt equipo e individual

S3	37,5 KM		900	900			19:30	E : 1/20.000	2h 15'
	BALIZA	PUNTOS	DESCRIPCIÓN		SALIDA	CORTE	PECHE	Escala mapas	Mellor tempo
		S3	Área deportiva						
	1-46	1	Caseta						
	2-47	1	Curva Camiño						
	3-48	1	Entre ruinas						
	4-49	1	Camiño						
	5-50	1	Senda						
	6-51	1	Camiño arbusto						
	7-52	1	Valo						
	8-53	2	Cortalumes						
	9-54	1	Senda						
	10-55	1	Senda						
	11-56	1	Curva Camiño						
	12-57	1	Curva Camiño						
	13-58	1	Camiño						
	14-41	1	Tocón						
	15-60	1	Fin de camiño/cortado de terra						
	16-61	1	Curva camiño						
META	69		Área deportiva				**19:30**		

Obrigatorio o uso dos pasos simbolizados nos mapas para cruzar as estradas principais

Entre a saída e o PC1 deberedes cruzar unha estrada polo paso de cebra e baixándonos da btt. Ao chegar a dita estrada simbolizamos polo borde da mesma un camiño que é a acera. É obrigatorio transitar por ela ata o paso de cebra i é obrigatorio cruzalo baixándonos da bicicleta.

Existen outros pasos simbolizados con símbolo de perigo. Por favor, cruzade as estradas extremando a precaución

Hai outro paso que ten simbolizado un semáforo. Debedes pulsar no semaforo e cruzar cando en verde para peatóns.

Prohibido circular ou cruzar polas estradas en magenta ou raiado de prohibido. Só polos pasos sinalizados