

## ORGANIZACIÓN

**Club organizador:** [Sociedad de Montaña ÁRTABROS](#) | **Director de proba e responsable de medio ambiente:** Jorge Piñeiro **Trazados:** Javier Sevilla **Xuíz/a de Cronometraxe:** Alfonso Mancera e Malena Ponte. **Colocación de balizas:** Javier Sevilla, María Piñeiro, Santiago Traveso, Santiago Riestra, Antonio Gómez, Jorge Piñeiro, Juan Roibás e Alejandro Mancera. **Xuíz controlador designado por FEGADO:** Alberto Taberno (LICEO).

## CENTRO DE COMPETICIÓN

**Centro de competición:** [Curro de Forgoselo \(A Capela\)](#). **Coordenadas GPS:** 43°28'03.7"N 7°59'59.5"W. **Acceso:** O acceso ao curro **NON** estará sinalizado. **OLLO** coas fochancas ("baches") no tramo final da estrada dende Sande a Forgoselo. Pista de terra de acceso ao centro de competición en bo estado. *Máis información sobre o acceso no [ANEXO I](#).*

## DATA E MAPAS

**Data:** Sábado 16 de setembro de 2023 | **Mapa:** **FORGOSELO** (A Capela) | Mapa realizado por Iván Mera (mapeO) e Martín Morales (Trick-Track). Actualizado en 2023 e adaptado á normativa ISOM 2017-2 | **Prohibición de acceso a mapas** dende o 24 de xullo de 2023 [\[+info embargo de área de mapa\]](#)

## PERCORRIDOS E CATEGORÍAS

Categoría	Distancia (Km)	Desnivel (m)	Escala	Tiempo Máx
INI-C	2,2	65	1:7.500	2h
INI-L	4,5	120	1:7.500	2h30m
F12	2,7	60	1:7.500	2h
F14	3,7	80	1:10.000	2h30m
F16	4,7	140	1:10.000	2h30m
F18	5,3	150	1:10.000	2h30m
F21B	5,2	120	1:10.000	2h30m
F21A	5,9	140	1:10.000	3h
FE	7,1	230	1:10.000	3h
F35	6,7	175	1:10.000	3h
F40	6,0	170	1:10.000	3h
F45	5,1	155	1:10.000	3h
F50	4,7	140	1:10.000	2h30m
F55	3,7	80	1:10.000	2h30m
M12	2,7	60	1:7.500	2h
M14	3,7	80	1:10.000	2h30m
M16	5,9	140	1:10.000	3h
M18	6,0	170	1:10.000	3h
M21B	5,2	120	1:10.000	2h30m
M21A	7,5	250	1:10.000	3h
ME	9,1	310	1:10.000	3h
M35	7,5	250	1:10.000	3h
M40	6,7	175	1:10.000	3h
M45	6,1	175	1:10.000	3h
M50	5,3	150	1:10.000	2h30m
M55	5,2	120	1:10.000	2h30m

### HORARIOS

- 9:30 apertura de secretaría
- 10:30 saída dos primeiros corredores de categorías oficiais
- 10:45- 12:30 saídas de iniciación
- 14:30 entrega de diplomas

### INFORMACIÓN DA CARREIRA

**Presaída:** NON.

**Avituallamento en carreira:** **NON**. Recoméndase correr con mochila de hidratación.

**Avituallamento en meta:** SI. Será necesario que cada persoa traia o seu **propio recipiente** para poder enchelo coas garrafas que proporcionará en meta a organización.

**Aplicación de restricións medioambientais:** **SI**. Sinalización das zonas prohibidas no mapa e/ou no terreo. **MOI IMPORTANTE** ler o **ANEXO II** coas indicacións medioambientais.

**Aplicación do Protocolo FISICOID-DXT GALEGO da FEGADO:** SI.

**Servizos:** ambulancia e zona de aparcamento.

### INSCRICIÓNS

**Data límite e información actualizada** Ata as **23:50 horas do domingo 10 de setembro** [[+info EVENTO](#)]  
**Obrigatoriedade de uso de tarxeta SPORTident (SI).** É obrigatorio o uso de tarxeta SPORTident para todas as categorías. Asignarase automaticamente unha tarxeta SPORTident en alugamento a quen non indique o número de tarxeta nos datos de inscrición | **Custos SI:** Alugamento 3 euros (a pagar xunto coa inscrición). A perda da tarxeta SPORTident conleva o pago de 30 euros.

**Inscricións persoas independentes:** As inscricións realizaranse seleccionando o [evento correspondente](#) a través da intranet da FEGADO (no caso de non estar rexistrados, deberán [crear un novo perfil](#) seguindo as instrucións da propia web) ou ben poñéndose en contacto cun [club da FEGADO](#).

**Inscricións dos CLUBS da FEGADO/FEDO:** Seleccionando o evento correspondente en <http://fegado.es/events/>. Enviar o xustificante de ingreso na conta nº **ES25 2080 5565 0030 4000 2362** de ABANCA a [deporte.orientacion@artabros.org](mailto:deporte.orientacion@artabros.org). A cantidade a ingresar será a suma das inscricións do club na carreira, máis 3 euros por cada corredor que alugue tarxeta SI. No concepto do ingreso indicar: **71100377 FORGOSELO + (máis o nome do club ou no seu caso nome do corredor que se inscribe)**. Aqueles clubs que precisen factura, deberán enviar os seus datos fiscais.

**Inscricións dos/das deportistas dos CLUBS do NORTE DE PORTUGAL.** A través da plataforma [Orioasis](#)

### NORMATIVA DE APLICACIÓN

A presente proba é una competición oficial de la Federación Galega de Orientación (FEGADO), e polo tanto serán de aplicación obrigatoria (artigo 5.1 do Regulamento), tanto o [Regulamento FEGADO O-PÉ 2023](#) e os seus correspondentes ANEXOS, como as [Normas Anuais FEGADO O-PÉ 2023](#). Aplicará tamén o Regulamento vixente da **LIGA TRANSFRONTEIRIZA GALIZA-NORTE DE PORTUGAL**.

**Advertencia sobre a protección do medio ambiente.** A actividade deportiva e recreativa é autorizable en aplicación do DECRETO 37/2014. Como en edicións anteriores, a organización adoptará as medidas da autorización expresa que resolta o Servizo de Patrimonio Natural.

### ONDE COMER, ONDE DURMIR...

Nos seguintes enlaces á [web do Concello de A Capela](#) atoparedes información turística e unha serie de recomendacións de [aloxamento](#), [restauración](#) e outros servizos da zona.

# 8ª PROBA XXXII LIGA GALEGA DE ORIENTACIÓN A PÉ 2023

## MONTE FORGOSELO | Campionato Xunta de Galicia de Distancia Longa

### IV Proba da Liga Transfronteiriza Galicia- Portugal

#### ORGANIZAN E COLABORAN

##### ORGANIZAN:



##### COLABORAN:

