



Concello de
Camariñas
A Coruña

ANÍMATÉ A PARTICIPAR
NO RAID DE AVENTURA
DE CAMARIÑAS

!! BUSCA UNS AMIGOS E ENGÁNCHATE ÓS RAIDS !!

6º PROBA DA LIGA GALEGA DE RAIDS

CAMARIÑAS

18 DE OUTUBRO

PATROCINAN



Concello de
Camariñas
A Coruña



ORGANIZAN



Información, inscricións
e seguimento en directo
en: tracktherace.com

I Raid Concello de Camariñas

Camariñas – 18 de Outubro de 2014

MATERIAL OBLIGATORIO DEL RAID

POR EQUIPO:

- * Botiquín (venta de 1,5 mts. de largo, antiséptico, esparadrapo, 2 sobres de gasas estériles, crema protectora solar) **(Prev.)**
- * Silbato - Señales sos (...---...) **(Prev.)**
- * Teléfono móvil con pin escrito en la parte posterior **(Prev.)**
- * Brújula **(Prev.)**
- * Tracker GPS de TrackTheRace (proporcionado por la organización) **(Prev.)**

POR CORREDOR:

- * Mochila de al menos 10 litros de capacidad **(Prev.)**
- * Manta térmica **(Prev.)**
- * Chaqueta impermeable y camiseta manga larga **(Prev.)**
- * Gorro o prenda tipo Buff **(Prev.)**

6ª PROBA DA LIGA GALEGA DE RAIDS
CAMARIÑAS
18 DE OUTUBRO

DIR. 679 253 177
SOS. 657 752 849

Concello de Camariñas A Coruña

DEPORTE GALEGO

RG 2015

FEDE

CSD

POWERRADE

Coca-Cola

tracktheRace

Trileuco

FRIDAMA

GADIS

galorient

OUTLET descainjo

desarrolla

Boya



Concello de Camariñas A Coruña

RAID CONCELLO DE CAMARIÑAS 2014

18 de Octubre 2014

Categoría: ELITE Y AVENTURA

18 / 10 / 2014

R	▶68.1km◀	▲ 1435m	▲ 1435m	10:00▶		◀19:15	▶09h15'◀	♥ 6h 15'
	Distancia	Des. Acum.+	Des. Acum.-	Salida▶	◀Corte▶	◀Cierre	T. Efectivo	Mejor T.
S1	▶5.3km◀	▲ 80m	▼ 80m	10:00▶				♥ 25'
S2	▶10.5km◀	▲ 215m	▼ 215m					♥ 1h 20'
S3	▶20.0km◀	▲ 525m	▼ 525m					♥ 1h 25'
S4	▶6.5km◀	▲ 150m	▼ 150m	12:00▶		◀16:45		♥ 55'
S5	▶19.3km◀	▲ 465m	▼ 465m					♥ 1h 20'
S6	▶6.5km◀	▲ 0m	▼ 0m	14:30▶ ◀18:00		◀19:15		♥ 50'

Emerg.: 112 / Pablo López (Director): 679 253 177 / José Balseiro (Seguridad): 657 752 849



SECCION 1 – O-PIE URBANO (SCORE)

ELITE Y AVENTURA

Obligatorio del raid

S1 ▶5.3km◀		▲ 80m		▼ 80m		10:00▶				♥ 25'
Orden	Cód.	Tipo	Situac.	Obs.	Valor	Salida▶	◀Corte▶	◀Cierre	T. Efectivo	Mejor T.
						10:00▶				♥ 0'
1	31	○		○	1					
2	32	○		·○	1					
3	33	○			1					
4	34	○		○	1					
5	35	○		└┘	1					
6	36	○			1					
7	37	○		└┘	1					
8	38	○			1					
9	39	○		○	1					
10	40	○			1					
	41				0					♥ 25'

Emerg.: 112 / Pablo López (Director): 679 253 177 / José Balseiro (Seguridad): 657 752 849



SECCION 2 – TREKKING (SCORE)

ELITE Y AVENTURA

Obligatorio del raid

S2 ▶10.5km◀		▲ 215m		▼ 215m				◀00:00		♥ 1h 20'
Orden	Cód.	Tipo	Situac.	Obs.	Valor	Salida▶	◀Corte▶	◀Cierre	T. Efectivo	Mejor T.
										♥ 0'
1	42	○			1					
2	43	○		·○	1					
3	44	○		○	1					
4	45	○			1					
5	46	○		○	1					
6	47	○			1					
7	48	○			1					
	49				0					♥ 1h 20'

Emerg.: 112 / Pablo López (Director): 679 253 177 / José Balseiro (Seguridad): 657 752 849



SECCION 3 – BTT (LINEAL)

ELITE Y AVENTURA

Obligatorio del raid, casco BTT (Seg.), Kit herramientas BTT (equipo) (Prev.), Guantes (Prev)

S3 ▶20.0km◀		▲ 525m		▼ 525m				▶00:00	♥ 1h 25'	
Orden	Cód.	Tipo	Situac.	Obs.	Valor	Salida▶	◀Corte▶	◀Cierre	T. Efectivo	Mejor T.
										♥ 0'
1	50	○			1					
2	51	○			1					
3	52	○			1					
4	53	○			1					
	54				0					♥ 1h 25'

Emerg.: 112 / Pablo López (Director): 679 253 177 / José Balseiro (Seguridad): 657 752 849



SECCION 4 – TREKKING (LINEAL)

ELITE Y AVENTURA

Obligatorio del raid

S4 ▶6.5km◀		▲ 150m		▼ 150m		12:00▶			▶16:45	♥ 55'	
Orden	Cód.	Tipo	Situac.	Obs.	Valor	Salida▶	◀Corte▶	◀Cierre	T. Efectivo	Mejor T.	
						12:00▶				♥ 0'	
5	55	○			1						
6	56	○			1						
7	57	○			1						
8	58	○			1						
9	59	○			1						
10	60	○			1						
11	61	○			1						
	62				0			▶16:45		♥ 55'	

Emerg.: 112 / Pablo López (Director): 679 253 177 / José Balseiro (Seguridad): 657 752 849



SECCION 5 – BTT (SCORE)

ELITE Y AVENTURA

Obligatorio del raid, casco BTT (Seg.), Kit herramientas BTT (equipo) (Prev.), Guantes (Prev), chaleco reflectante (Seg.), luz frontal con pilas de respuesto (Seg.), luz roja trasera (Seg.)

S5	▶ 19.3km ◀	▲ 465m	▼ 465m	00:00▶		◀00:00		♥ 1h 20'		
Orden	Cód.	Tipo	Situac.	Obs.	Valor	Salida▶	◀Corte▶	◀Cierre	T. Efectivo	Mejor T.
			◊							♥ 0'
1	63	○	▲	○	1					
2	64	○	⋯		1					
3	65	○	⚠		1					
4	66	○	⚡	⚡	1					
5	67	○	⚡	⚡	1					
6	68	○	⋯		1					
7	69	○	⊗		1					
	70		▨		0					♥ 1h 20'

Emerg.: 112 / Pablo López (Director): 679 253 177 / José Balseiro (Seguridad): 657 752 849



SECCION 6 – KAYAK (LINEAL)

ELITE Y AVENTURA

Obligatorio del raid, zapatillas de trekking, chaleco reflectante (Seg.), luz frontal con pilas de respuesto (Seg.), luz roja trasera (Seg.), funda portamapas estanco (equipo – recomendado) (Prev.), palas (Seg.), chalecos (Seg) y teléfono movil adicional para componente que va en btt (Prev.)

S6	▶ 6.5km ◀	▲ 0m	▼ 0m	14:30▶		◀19:15		♥ 50'		
Orden	Cód.	Tipo	Situac.	Obs.	Valor	Salida▶	◀Corte▶	◀Cierre	T. Efectivo	Mejor T.
			▨			14:30▶				♥ 0'
8	71	○	⚡	⊥	3	◀18:00				
	72		▨		0			◀19:15		♥ 50'

Emerg.: 112 / Pablo López (Director): 679 253 177 / José Balseiro (Seguridad): 657 752 849