

ORIENTACIÓN

3ª PRUEBA DE LA LIGA GALLEGA DE ORIENTACIÓN A PIE 2025

O BOLO OURENSE 22 MARZO '25

BOLETÍN II

RECORRIDOS OFICIALES Y DE INICIACIÓN

INFORMACIÓN E INSCRIPCIONES HASTA EL 16 DE MARZO EN WWW.FEGADO.ES

ORGANIZAN



PATROCINAN E COLABORAN

INFORMACIÓN GENERAL

El club OUR-O organiza la **3ª prueba de la Liga Gallega de Orientación a pie** de la temporada 2025 el **próximo 22 de marzo de 2025**, la misma es una competición oficial y esta pertenece al calendario oficial de la Federación Gallega de Orientación (Fegado).

La prueba se celebrará en los alrededores de la localidad ourensana de O Bolo.

El concello de O Bolo forma parte de la Comarca de Valdeorras y se encuentra situado al suroeste de dicha comarca. Limita al norte con los municipios de Petín y Larouco, al sur con el municipio de Viana do Bolo, al este con A Veiga y al oeste con el municipio de Manzaneda.

Su relieve en su mayor parte es montañoso y accidentado, destaca una depresión y una unidad de más altura en el lado oeste. Se encuentra entre el macizo de Manzaneda y las sierras de Trevinca y Segundeira, alcanzando en el norte elevaciones superiores a los 1200 metros.



PROGRAMA

Domingo 16 de Marzo

23:50 Cierre del plazo de inscripciones en Fegado.es

Jueves 20 de Marzo

Publicación de listados de horas de salida en la web de Fegado

Sábado 22 de Marzo

9:30 Apertura de la secretaría

10:30 Salida de los primeros corredores (distancia a secretaria: 1000m - 15 minutos andando)

Tiempo máximo de carrera: 3 horas

14:00 Entrega de premios a las categorías menores en el pabellón.

15:00 Cierre de meta (3 horas después de que salga el último corredor)

Avituallamiento líquido en carrera y meta

NORMAS

De acuerdo con el Reglamento FEGADO 2025, se prohíbe el acceso a la zona de competición. Los corredores participan en la prueba bajo su propia responsabilidad, asumiendo los riesgos inherentes a las carreras de orientación. Todas las personas que forman parte en una carrera de orientación deben mostrar respeto hacia los otros participantes y organizadores,

El corredor debe respetar la señalización de la carrera y las balizas-control. Todo competidor debe prestarle ayuda a un corredor si lo ve lesionado.

La pérdida del chip de cronometraje SportIdent o el no paso por todos los controles será motivo de descalificación. En caso de abandono, será obligatorio presentarse en la meta e ir al área de descarga SportIdent en Secretaría, para que la organización acredite la finalización de la participación.

Se recuerda el uso obligatorio del dorsal. Los clubs que no lo tengan tienen que recogerlos en la secretaría o solicitar uno para esta prueba en secretaría

CATEGORÍAS

CATEGORIAS OFICIALES

F-12, M-12: nacido@s en 2013 o posteriores
F-14, M-14: nacido@s 2011 o posteriores
F-16, M-16: nacido@s en 2009 o posteriores
F-18, M-18: nacido@s en 2007 o posteriores
F-21, M-21: Sin límite de edad
F-SENIOR, SENIOR Sin límite de edad
F-35, M-35: nacido@s en 1990 y. anteriores
F-45, M-45: nacido@s en 1980 y. anteriores
F-55, M-55: nacido@s en 1970 y anteriores

CATEGORIAS NO OFICIALES

Iniciación corta: sin límite de edad
Iniciación larga: sin límite de edad

INSCRIPCIONES:

Las inscripciones se harán a través de la web de fegado, hasta el 16 de marzo a las 23:50 horas.

CATEGORÍAS OFICIALES:

Categorías M / F-18 e inferiores: 7€ Categorías M / F-21 y superiores: 10€

CATEGORÍAS NO OFICIALES:

Iniciación corta 7€, sin licencia federativa 10€. Iniciación adultos 10€, sin licencia federativa 13€

No se considera realizada la inscripción del corredor hasta haber recibido copia del justificante bancario.

A los precios antes indicados habrá que incrementarlos en 3€ sino se posee el chip obligatorio de cronometraje sportident en concepto de alquiler. En caso de pérdida, e abonará su precio oficial dependiendo del modelo. Se asignará automáticamente un chip SportIdent en alquiler a toda persona que no indique el número en los datos de su inscripción.

Cambio de tarjeta sportident (a pagar por el deportista):

• una vez cerradas las inscripciones y antes de la competición: 2€, • día de la carrera: 5€

Inscripciones fuera de plazo (si es posible): +100% de la cuota correspondiente.

Reposición de dorsal: 3€ (válido exclusivamente para este evento)

El pago de las inscripciones se realizará en el siguiente número de cuenta de Santander:

IBAN ES49 0049 7798 0724 1003 7913

Indicando en el concepto: OPIE OBOLO + nombre del club (o participante independiente).

Una vez realizado el pago, enviar copia del justificante al e-mail del club

(club.ouro@yahoo.com). Si desea factura deberán adjuntar sus datos fiscales.

DEPORTISTAS NO PERTENECIENTES A FEGADO

El método de inscripción de los corredores de otras federaciones estatales será:
enviar al e-mail: club.ouro@yahoo.com los siguientes datos:

- Nombre y apellidos
- Club al que pertenece
- N° tarjeta SportIdent
- Categoría en la que participa
- N° licencia en vigor
- Justificante de pago.

SALIDA

No habrá presalida, la salida estará a 700 m de la secretaría (CEIP de O Bolo) (10 min. andando).

Una vez en la salida, mantener silencio. Habrá cajas de salida, (-3) donde se lo llamará por el dorsal, (-2) y (-1) y se llevará acabo **la salida por medio de una baliza "Start"**.

En el caso de salidas fuera de hora habrá un pasillo específico, sin picar la baliza "start".

CRONOMETRAJE Y RESULTADOS

Es obligatorio el uso del sistema de cronometraje electrónico Sportident en todos los recorridos y categorías, para ello el corredor puede inscribirse con un chip SportIdent de su propiedad que pueda registrar su paso por los controles necesarios en su recorrido, la elección del modelo es responsabilidad de cada corredor. Se recomienda el uso de los chips SI-Card 8, SI-Card 9, SI-Card 10, SI-Card 11 y SIAC que permiten por lo menos 30 picadas.

Las estaciones estarán configuradas en el modo MIXTO (clásico y modo AIR+), y si este procedimiento fallase, habrá que picar con la pinza manual tradicional que se encuentra en cada estaca.

Es responsabilidad y obligación de los orientadores una vez finalizado su carrera, pasar por el puesto de cronometraje para la descarga de su tarjeta electrónica. Se instalarán línea de salida y meta inalámbricas.

RESULTADOS

Seguimiento en vivo de la competición con publicación de resultados online en la plataforma liveresult.

DATOS DEL MAPA

Mapa: O Serro - A Mourela. Concello de O Bolo (Ourense).

Registro FEDO OU-2745. Escala original 1:10.000 equidistancia: 5 m.

Cartógrafo: realizado en 2021 y ampliado 2024 y 2025 por Martín Morales Ferreiro.

Características de la zona: *"En O Bolo atoparemos un terreo moi variado onde os percorridos alternarán entre soutos de castiñeiros, piñeirais, prados, toxeias, viñedos e carballeiras. Nalgunhas ladeiras orientadas ao Sur, zonas con vexetación mediterránea onde abundan as enciñeiras, lavanda, tomillo e xaras. Está última é a parte mais técnica do mapa, xa que tamén conta con numerosos detalles rochosos. Nalgunhas ladeiras podremos atopar muros formando terrazas representados como cortados franqueables no mapa. »*

SECRETARÍA, APARCAMIENTOS, DUCHAS Y SUELO DURO

Viendo que se prevee que llueva el día de la carrera se decidió que la secretaría se encontrará dentro del pabellón municipal, desde aquí a la salida hay una distancia de 1000 metros aprox. (15 minutos andando)

Se han determinado 2 zonas de aparcamiento para el mejor funcionamiento de las actividades y no entorpecer en sus actividades a los habitantes de la localidad.

Parking turismos y furgos

(42.307543, -7.103102).

Distancia aprox. a la secretaría: 250 m

Tiempo en bicicleta: menos de 2 minutos



Parking Autocaravanas

(42.315795, -7.1128245)

Distancia aprox. a la secretaría: 2 km

Tiempo en bicicleta: menos de 10 minutos



DUCHAS Y SUELO DURO

El pabellón municipal cuenta con aseos y servicio de 2 duchas para cada sexo.

Desde la organización se ha gestionado el uso del pabellón como **SUELO DURO**, desde el **viernes por la tarde hasta el domingo a las 16 horas**, el mismo tendrá un costo de 2 euros para solventar los gastos de limpieza. **Para el uso del suelo duro es obligatorio haberse registrado previamente al e-mail info@terrasgigurras.com** indicando, nombre y apellido, teléfono y club.

CRUCE DE CARRETERAS

Todos los corredores tienen que cruzar una carretera, por tal motivo, la organización a puesto un control antes de cruzar la misma y personal para regular el tráfico en la zona. Recordar que hay que esperar la autorización de los mismos para cruzar la carretera. Solo se podrá cruzar por este paso y está prohibido transitar por la carretera.

OTRAS INFORMACIONES

- Primeros auxilios en la zona de meta.
- Avituallamiento líquido en carrera y en zona de descarga.
- Es posible que durante la prueba se encuentren senderistas en algunos puntos del recorrido.

TELÉFONOS MÓVILES Y GPS

El transporte y uso de teléfonos móviles, GPS, así como de relojes GPS con capacidad para mostrar mapas, está prohibido. La organización podrá realizar revisiones de material, de cara a garantizar el cumplimiento de esta norma.

COMO LLEGAR:

Desde A Coruña y Lugo: A6 hasta salida 405 hacia N-120 dirección Monforte. Salir en A Rúa y toma carretera OU-533 por 10km, dirección A Gudiña hasta el desvío a la izquierda a O Bolo. Desde ahí hay 2 km a la zona de aparcamiento.

Desde Vigo y Pontevedra: A-55 y A-52 hasta la salida 230 (Ourense), continua por carretera N-120. Salir en A Rúa y toma carretera OU-533 por 10km, dirección A Gudiña hasta el desvío a la izquierda a O Bolo. Desde ahí hay 2 km a la zona de aparcamiento.

Desde Ourense: carretera de Ponferrada/N-120. Salir en A Rúa y toma carretera OU-533 por 10km, dirección A Gudiña hasta el desvío a la izquierda a O Bolo. Desde ahí hay 2 km a la zona de aparcamiento.

DONDE COMER

- **MESÓN VOLOBRIGA (O BOLO).** Tel. 988 32 30 99
- **RESTAURANTE A CAPILLA - GRANJA ESCUELA (O BOLO).** Tel. 605 90 34 22
- **RESTAURANTE BOAVISTA (LENTELLAIS - O BOLO).** Tel.: 988 32 30 61
- **BAR MURIAS (CAMBELA).** Tel.: 988 35 10 22 / 676 89 28 62
- **PIZZERÍA ORBALLO (A RÚA).** Tel.: 988 09 71 43 • 722 37 44 13

ORGANIZACIÓN

Organiza: Club OUR-O

Director de la Prueba: Diego de la Torre

Cartografía, ampliación de mapa: Martín Morales

Trazados: Pablo Aller

Responsables de Seguridad: Miguel García Fernández

Salidas: José Agudo Fernández

Juez Controlador FEGADO: Dailo Díaz Hernández

Cronometraje: Óscar Gómez y Pablo Aller

3ª CARRERA DE ORIENTACIÓN DE O BOLO

3ª PRUEBA LIGA GALLEGA DE ORIENTACIÓN A PIE 2025



ORGANIZAN



PATROCINAN E COLABORAN

