

# PREBREAFIG I RAID FLUVIAL LUGO

## S1 ORIENTACIÓN SEMIURBANA:

Sección **LINEAL** de carrera a pie con mapa ortofoto. Se trata de conseguir los puntos de control en el orden establecido. En el raidbook dispondréis de la descripción de cada baliza y su puntuación, pero éste no será el orden en el que debéis realizar la prueba. El orden a seguir es el establecido en vuestro mapa.

Salida: un corredor de cada equipo se colocará en el lugar designado por la organización, 5 minutos antes de la salida se entregarán los mapas y se colocarán boca abajo en el suelo. El resto de componentes del equipo esperarán en otro lugar designado por la organización. A las 9:00 se dará la salida y los corredores encargados de coger los mapas podrán dirigirse hacia sus compañeros y comenzar la sección.

Una vez completado el recorrido picaréis fin de S1 en T1 y comenzaréis la S2 (Btt).

## S2 BTT1:

Sección **LINEAL** de bicicleta de montaña donde debéis picar los controles en el orden establecido.

En esta sección alcanzaréis las cotas más altas de la carrera, que sin ser de gran relieve pondrán a prueba vuestra pericia tanto en subida como en bajada.

**ATENCIÓN!!!** Debéis prestar máxima atención a las **carreteras prohibidas y pasos permitidos** de las mismas durante todo el recorrido. Estos últimos son pocos, pero si no os fijáis bien antes de trazar puede que os veáis encerrados sin más posibilidad que dar vuelta atrás. Por favor, prestad máxima atención a la salida y llegada del casco urbano. Dispondremos de personal auxiliar que vigilará los puntos de paso para controlar el tráfico y que vais por el lugar correcto.

Llegada a T2 y picamos fin de sección.

### S3 BTT2 + PE Rápel:

Sección **LINEAL** de bicicleta de montaña donde debéis picar los controles en el orden establecido.

**ATENCIÓN!!!** Debéis prestar máxima atención a las **carreteras prohibidas y pasos permitidos** de las mismas durante todo el recorrido. Estos últimos son pocos, pero si no os fijáis bien antes de trazar puede que os veáis encerrados sin más posibilidad que dar vuelta atrás. Por favor, prestad máxima atención a la salida y llegada del casco urbano. Dispondremos de personal auxiliar que vigilará los puntos de paso para controlar el tráfico y que vais por el lugar correcto.

Tendréis una opción de recorte si se os va el tiempo de carrera.

Al final esta sección tendréis que realizar la prueba especial de **rápel**, si lo deseáis. La llegada al lugar estará marcada con cintas, no os salgáis del camino marcado, es importante por seguridad. Debéis poner os las zapatillas de trekking, por lo que cuando lleguéis a la transición y **antes** de picar fin de sección, el componente que vaya a realizar la prueba podrá coger el material obligatorio y necesario para realizarla y desplazarse al lugar de realización del rápel con el fin de conseguir 30 minutos de bonificación adicional. Esta prueba dispondrá de dos líneas de descenso y no será neutralizada. Una vez finalizada regresará este componente del equipo a la transición para picar fin de sección con sus compañeros. El material del rápel podréis dejarlo en la transición (T3).

La prueba especial de rápel será supervisada por personal de la organización y si no se muestran las destrezas necesarias para realizarla dicho personal está autorizado a prohibir la realización de la misma y como consecuencia no se conseguirá la bonificación.

En esta sección tendréis una opción de recorte hacia el final si se os va el tiempo de carrera.

Llegada a T3 y picamos fin de S3.

**DESCARGA INTERMEDIA LOS 3 COMPONENTES!!!! LIMPIAR Y COMPROBAR!!!**

#### S4 TREKKING + PE Tiro con Arco

Sección **SCORE** donde podréis picar los controles en el orden que queráis. Prestad atención a las carreteras prohibidas y pasos obligatorios.

Tendréis que atravesar un canal de agua que tiene un camino pintado en el mapa en el lugar por el que debéis cruzar. Esta circulación será de ida y vuelta siendo OBLIGADO pasar por él dos veces, aunque en el mapa no aparezca como OBLIGATORIO. Veréis unas cintas indicado este punto de paso. Dicha obligación viene impuesta por los servicios de conservación de la naturaleza ya que estamos corriendo por una zona protegida y de alto valor ecológico.

El **Tiro con arco** será la prueba especial que podréis realizar en esta sección con el fin de conseguir una bonificación de 30 minutos si sumáis 15 puntos con el lanzamiento de 3 flechas desde una distancia de 10 metros. Puede tirar las tres flechas un corredor o repartirlas entre dos. Esta prueba no será neutralizada.

En esta sección disponéis de una opción de recorte importante si vais un poco justos de tiempo con respecto a vuestras previsiones.

MUY RECOMENDABLE el uso de protección en las piernas, ya que esta primavera tras las intensas lluvias el calor ha hecho proliferar rápidamente la vegetación. También encontraréis muchos insectos, por lo que, si alguien necesita protección extra contra ellos, que no lo dude.

Llegada a T4 y picamos fin de sección.

#### S5 KAYAK:

Sección **SCORE** donde podréis picar los controles en el orden que queráis.

Tendréis que sortear diferentes rápidos y realizar pequeños porteos. Estos no son peligrosos, pero exigen estar atentos y poner todas las precauciones posibles.

En el mapa veréis pintados algunos **pasos obligatorios y pasos prohibidos**. Es la forma que hemos utilizado para indicar por donde debéis sortear las zonas comprometidas con la máxima seguridad.

**IMPORTANTE!!! CASCO MATERIAL OBLIGATORIO NO LO OLVIDÉIS!!!**

Vale el de la bici y siempre los componentes del kayak deberán llevarlo puesto. Si no tenéis este material obligatorio no podréis comenzar la sección.

Podréis utilizar vuestras propias palas.

En esta sección hay alguna opción de recorte.

**El fin de sección estará en el lugar en el que se desembarca.** Llegada a T5.

### **S6 Orientación Específica:**

Esta sección **SCORE** pondrá a prueba las habilidades de orientación del conjunto del equipo. Dispondréis de un mapa ubicado en la transición. Deberéis memorizarlo para llegar al inicio del mapa específico. Una vez allí recibiréis 2 mapas iguales y podréis repartiros las balizas que contienen como deseéis para picarlas en conjunto o por separado. Es suficiente con que cada control lo pique un componente (excepto la baliza de fin de mapa específico), pero cada miembro del equipo ha de picar al menos un control obligatoriamente. Una vez terminado el recorrido que hayáis decidido, picaréis juntos la baliza de fin de mapa específico los dos componentes a la vez en el mismo minuto y os dirigiréis a la meta para picar **fin de carrera** (mismo lugar que T1, T3 y T5).

**DESCARGA!!!!**

### Reglas cartográficas:

Camino negro continuo de igual entidad que los blancos. Rayado discontinuo corto, son senderos.



Pasos subterráneos de carreteras prohibidas.



Pasos prohibidos y pasos permitidos.



Pasos prohibidos y obligatorios Kayak.

