

1º PRUEBA XXXIII LIGA GALLEGA O-PIE 2024

Organización : Club Orientación Compás. Director de Carrera Francisco Varela. Juez controlador Claudia Oreiro (Gallaecia) Técnicos Sportident: Sonia Gomez/ Roberto Amarelle / Pablo Rocha. Responsable de seguridad: Alberto Lamela. Responsable Salidas: Sonia Gomez.

Zona Prohibida. Montes de Labrada y Fanoi. A partir del 3 de Enero 2024.

Datos mapa. Comentarios

Elaborado por Francisco Varela (Octubre 2023) .Registro FEDO LU-3414-23

El mapa: Básicamente es una colina con una ladera de bosque con relieves bien definidos y otra con múltiples zonas de árboles aislados, bosquecillos y árboles dispersos . También tiene alguna zona pantanosa, que en esta época del año estará con bastante agua.

En la elaboración del mapa se usa símbolo 416 (límite vegetación distinta) modificado, para facilitar la lectura de las zonas pobladas con árboles dispersos .

El símbolo 419 (tocón), se utiliza para arboles cortados o raíces. El símbolo 418 (árbol prominente), se usa en arboles aislados y/o especiales.

Trazados: Necesario el uso de la brújula (rumbos) . Importante apoyarse en las curvas de nivel. Carrera rápida , tramos cortos que exigen concentración, cambios bruscos de dirección. Especial atención a la lectura de la vegetación. Las rocas y cortados , por lo general, tienen un tamaño reducido (se indica la altura en las descripciones).

Croquis Aparcamientos.

Publicamos Foto-guía para llegar a la zona de aparcamiento. Balizaremos con indicadores.

Consideramos "obligatorio" hacer la aproximación por el pueblo de Tezán, viniendo desde el norte, si Google os marca por el sur, no hagáis caso pues los caminos están en mal estado y entrareis al revés en la zona de carrera. Gracias.

Secretaría. Descarga Sportident.

La secretaría estará ubicada en "carpas" señalizada al lado de la presalida.

En la zona de **secretaria** se ubicará los jueces cronometradores, control inicial de carrera y **descarga**.

Sportident

En Secretaria se darán los dorsales oficiales de la temporada (a recoger por un responsable por club)

Los aparcamientos serán en línea y ya colocados para salir hacia el norte, (existen algunas zonas donde no hay espacio, tendremos personal de la organización indicando donde podéis dejar el vehículo)

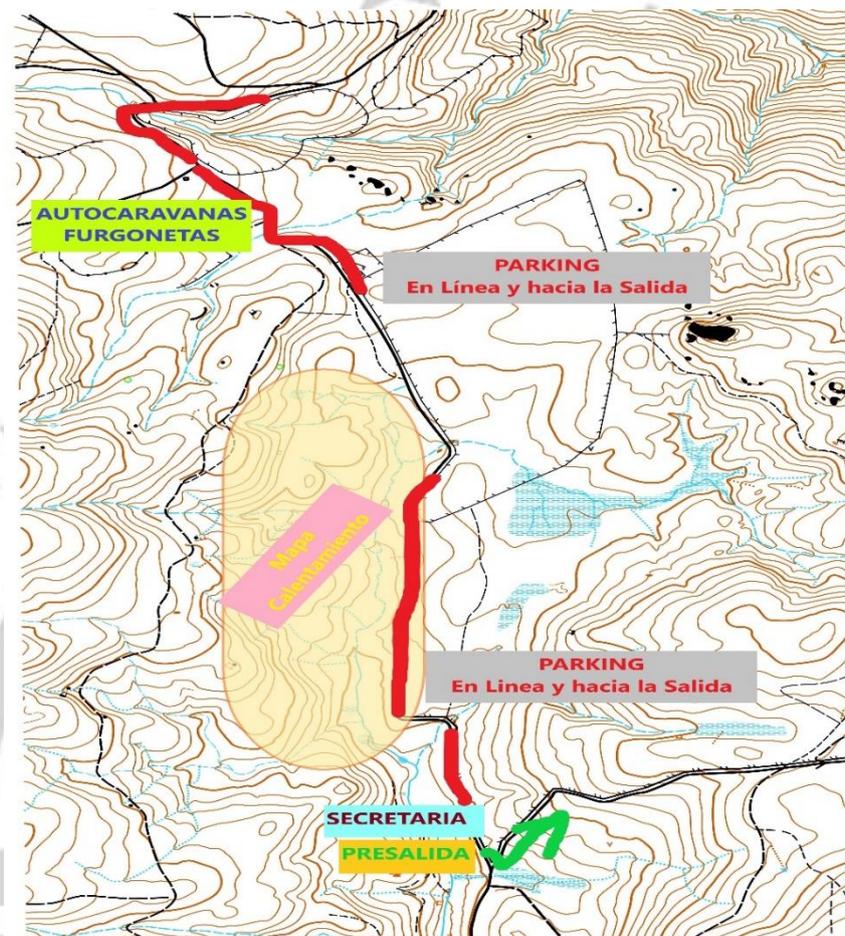
Las autocaravanas y furgonetas grandes es mejor aue aparqueis al principio del camino en la zona indicada .

Dorsales

Dorsales. Non se permitirá la salida de ningún corredor sin dorsal oficial de FEGADO.

A recoger en secretaria desde 2 horas antes de la 1º salida,

Los corredores que lleguen a la salida sin dorsal oficial, tendrán la obligación de volver a secretaría para el alquiler de un dorsal oficial da FEGADO. Reposición de dorsal Fegado 3€ .



Mapa de Calentamiento

Se publicará , unos días antes de la prueba ,un mapa en PDF 1:5000 para hacer un recorrido con balizas pero sin estación. Os servirá de toma de contacto con el terreno. Quien no lo quiera usar podrá bajar directamente por el camino hacia la presalida.

Colocaremos un **punto de recogida de mapas** al final del recorrido para que podais deshaceros de él..

LA ORGANIZACIÓN NO DISPONE DE COPIAS DE MAPA, QUIEN QUIERA USARLO TENDRÁ QUE IMPRIMIRLO POR SU CUENTA.

Horarios .Tiempos máximos de carrera.

SALIDA CON BALIZA START EN TODAS LAS CATEGORÍAS

9:00 SECRETARÍA Y SPORTIDENT (RECOGER DORSALES)

PRESALIDA: 10 min

11:00 SALIDA DE LOS PRIMEROS CORREDORES

11:15 SALIDAS DE INICIACIÓN CORTA Y LARGA

TIEMPO MÁXIMO DE CARRERA: 2 HORAS

CIERRE DE META: 2 HORAS DESPUES DE LA SALIDA DEL ÚLTIMO CORREDOR

AVITUALLAMIENTO AL FINAL DE CARRERA.

Categorías. Recorridos. Oficiales.

CATEGORIA	RECORRIDO	BALIZAS	DISTANCIA (metros)	DESNIVEL (metros)	ESCALA
F12	R 2	15	2800	30	1:7500
F14	R 3	15	3200	50	1:7500
F16	R 5	15	3200	95	1:7500
F18	R 6	16	3900	125	1:7500
F21A	R 9	18	4200	170	1:7500
FE	R 11	19	4800	180	1:7500
F35	R 10	19	4300	170	1:7500
F40	R 9	18	4200	170	1:7500
F45	R 8	18	4100	175	1:7500
F50	R 7	17	4000	120	1:7500
F55	R 6	16	3900	125	1:7500
F60	R 5	15	3200	95	1:7500
M12	R 2	15	2800	30	1:7500
M14	R 3	15	3200	50	1:7500
M16	R 6	16	3900	125	1:7500
M18	R 11	19	4800	180	1:7500
M21A	R 11	19	4800	180	1:7500
ME	R 12	20	5100	180	1:7500
M35	R 11	19	4800	180	1:7500
M40	R 10	19	4300	170	1:7500
M45	R 9	18	4200	170	1:7500
M50	R 8	18	4100	175	1:7500
M55	R 7	17	4000	120	1:7500
M60	R 7	17	4000	120	1:7500

No oficiales.

CATEGORIA	RECORRIDO	BALIZAS	DISTANCIA (metros)	DESNIVEL (metros)	ESCALA
INI CORTA	R 1	11	2700	20	1:7500
INI LARGA	R 4	14	3400	75	1:7500
F21B	R 5	15	3200	95	1:7500
M21B	R 6	16	3900	125	1:7500

Inscripciones.

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

A través del sistema de inscripciones de la FEGADO.

Límite a las 23:50 horas del domingo 28 de Enero 2024

OFICIALES:

Categorías M / F-20 e inferiores: 7€ Categorías M / F-21 y superiores: 10€

NO OFICIALES: Tienen que inscribirse a través de un club FEGADO.

Iniciación corta 7€ , sin licencia federativa 10€

Iniciación adultos 10 € sin licencia federativa 13€ Alquiler tarjeta sportident 3€ Pérdida de tarjeta 30€

Cambio de tarjeta sportident (a pagar por el deportista) una vez cerradas las inscripciones 2€, día de la carrera 3€

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

TITULAR: Club orientación Compás. Caixa Rural .IBAN: ES08 3070 0031 4562 8769 0520 · CONCEPTO :Opie Abadin 2024

Una vez realizado el pago, enviar copia del justificante al correo del Club orientación Compás.(compas.orientacion@gmail.com). Si desea factura deberán adjuntar sus datos fiscales

Inscripciones de deportistas no pertenecientes a FEGADO.

El método de inscripción de los corredores de la **otras federaciones estatales** será:

enviar al correo compas.orientacion@gmail.com los siguientes datos:

Nombre y apellidos . Categoría en la que participa. Club al que pertenece. N° licencia en vigor . N° tarjeta Sportident y justificante de pago.

Sportident.

Se usará el sistema Sportident+ en todas las categorías. Además del modelo SIAC también se puede usar:

SI-Card 8 / SI-Card 9 / SI-Card 10 / SI-Card 11/ comCard / prCard .

El resto de modelos están descatalogados, aunque Sportident no ofrece garantías de que funcionen correctamente , el corredor las usará bajo su responsabilidad.

Resultados y clasificación en Web liveresultat.orientering

Normativa. Reglamento.

Se prohíbe el acceso a la zona según el [Reglamento de FEGADO 2024](#).

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, y cumplir las medidas sanitarias correspondientes.

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 picado 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.

Seguridad. Prevención de Riesgos.

Posibilidad de encontrar ganado suelto (caballos y/o vacas). También alguna liebre... No se han detectado garrapatas.

Pequeñas zonas con laderas de gran inclinación, ojo tobillos.

Zonas con terreno encharcado. Calzado bien sujeto.

Atención a ramas bajas de árboles (importante visera protectora). Peligro arañazos en cara o brazos.

Contactos de la prueba.

Sonia Gómez Naya: 696459544. / Francisco Varela Lorenzo: 653795106.

Organización y Colaboraciones.

