

Deporte de Orientación

Sábado, 25 de abril de 2009



PROBA PARA:

- **FEDERADOS** (puntuable para Liga Galega 2009)
- **ESCOLARES** (**CAMPIONATO PROVINCIAL ESCOLAR 09** infantil-cadete)
- **CALQUERA PERSOA** (soa ou en grupo: Iniciación corta e longa)



<http://www.clubfluviallugo.com>
<http://es.geocities.com/webagaco>

Organizan

Club Fluvial de Lugo (sección de deporte de orientación)
 Asociación Galega de Clubs de Orientación (AGaCO)
 Federación Española de Orientación (FEDO)

Patrocinan

Concellería de Deportes. Concello de Lugo
 El Progreso. Diario de Lugo

Colaboran

Consellería de Cultura e Deporte. Xunta de Galicia
 Fundación Deporte Galego. Xunta de Galicia
 Hotel Balneario Río Pambre de Palas de Rei-Lugo
 Lacón Gallego. Indicación Geográfica Protegida
 Élide. Fútbol-Sportswear-Aventura
 Coca-Cola. Begano, S.A.
 Galén. Centro Educativo
 Carrefour. Centros Comerciales



<http://www.fedo.org/mambo/>

Inscripcións:

Data límite:

Mércores, 22 de abril, 24 h Indicar nome, apelidos, categoría, club e nº de licencia ou de DNI.

Os de percorridos 4 a 7, deben indicar nº **tarxeta SportIdent**, si a alquilan (3€+fianza 28€) ou compran (31€)

Lugar:

Club Fluvial: fax 982251420

fluvial@clubfluviallugo.com
eugenio.rodriguez@usc.es

(as **cotas** serán as establecidas no Regulamento da Liga Galega 2009)

(**NOTA:** As inscricións na xornada de iniciación-adestramento faranse ata o venres 17 de abril, 17h; cota 1€).

Programa:

Día **18 de abril** (no Monte Segade).

11:00 h. Xornada de iniciación-adestramento.

Día **25 de abril** (no Colexio Galén).

09:00 h. Entrega de dorsais e tarxetas de control

10:30 h. Saída dos primeiros corredores.

13:30 h. Entrega de trofeos, sorteos e clausura.

Zona de competición:

Situada a 2 km de Lugo, por encima da estación potabilizadora de auga do río Miño, coa zona de concentración no *Colexio Galén*. Estará sinalizado o seu acceso desde a N-VI e desde a estrada Lugo-Hombreiro.

Mapa:

Mapa elaborado segundo normas IOF por Valentin Vladimirov en marzo de 2001 (revisado parcialmente en marzo 2009). Terreo típico galego, con diferentes tipos de bosque, prados, leiras, e diversas zonas de vexetación impenetrable. Escala 1:10000. Equidistancia: 5 m.

CATEGORIAS:

a) Con licencia federativa:

- As contempladas no Regulamento da Liga Galega de Deporte de Orientación 2009

<http://es.geocities.com/webagaco/>

b) Sen licencia federativa:

Escolares (CAMPEONATO PROVINCIAL ESCOLAR 09):

- Infantís Feminino/Masculino: nacidos/as en 1995-96
- Cadetes Feminino/Masculino: nacidos/as en 1993-94

Outros:

- Iniciación corta (P 1)
- Iniciación larga (P 3)

- Percorrido 1:** (aprox. 2500 m; 10 controles)
- Percorrido 2:** (aprox. 3500 m; 12 controles)
- Percorrido 3:** (aprox. 3500 m; 12 controles)
- Percorrido 4:** (aprox. 4000 m; 14 controles)
- Percorrido 5:** (aprox. 5000 m; 15 controles)
- Percorrido 6:** (aprox. 6000 m; 17 controles)
- Percorrido 7:** (aprox. 7000 m; 20 controles)

¡control Sport Ident para P4, 5, 6, 7

PREMIOS e OBSEQUIOS:

- Ós tres primeiros clasificados en categorías de federados e de escolares.
- Un **lacón** (*Lacón Gallego*, Indicación Geográfica Protegida), ós primeiros clasificados do P7 e do P6, e ás primeiras clasificadas do P6 e do P5.
- Camisetas** conmemorativas.

SORTEOS:

Entre tódolos participantes **sortearase ó finalizar a entrega de trofeos** (¡repetirase o sorteo ata que o premiado sexa identificado pola organización como un dos presentes!):

- a) Unha estancia con circuito termal** para dúas persoas no *Hotel Balneario Río Pambre* (Palas de Rei-Lugo) www.balnearioriopambre.com
- b) Dous lacóns** (*Lacón Gallego*, Indicación Geográfica Protegida)
- c) Dous vales de material deportivo** por 60 € (en *Élide*)
- d) Tres bonos por 4 sesións de SPA** (circuito de hidroterapia no *Club Fluvial*)

<http://www.clubfluviallugo.com>

Outras informacións: (982221167 / 600940240)

- Sistema de control electrónico *SportIdent* P4, 5, 6, 7.
- Sistema de control por pinza tradicional P1, 2, 3.
- A saída e a chegada será no Colexio Galén.
- Haberá *reconstituíntes* ó final da proba, de *Carrefour* e de *Coca-Cola*.
- Vestuarios e duchas no *Colexio Galén* e no *Club Fluvial*.
- Estacionamento e primeiros auxilios na zona.

Algunhas normas:

- É recomendable que o participante leve roupa lixeira, preferiblemente que cubra brazos e pernas.
- Obrigatorio o uso de dorsal
- O participante debe levar como instrumento de orientación e medida só o seu compás. O mapa coa información dos controis recólleo no momento en que se lle dá a saída.
- Todas as persoas que toman parte nunha carreira de orientación deben amosar respecto cara ós outros participantes, organizadores e espectadores.
- Todo competidor debe prestarlle axuda a un corredor se o ve lesionado.
- O corredor debe respetar a sinalización da carreira e as balizas-control.
- A perda da tarxeta de control ou o non paso por todos os controis será motivo de descalificación.
- En caso de abandono, será obrigatorio presentarse na meta.**
- O corredor debe respetar a propiedade privada e os cultivos.