



Recomendamos especialmente por razones medioambientales **no usar zapatillas de clavos ni tacos**. No es necesario y nos ayudarás a preservar mejor el entorno.

Organizan



Colaboran



FOR ORIENTACIÓN

# III Campeonato Gallego O-Sprint

Deporte de Orientación

Comunicado Final



Galicia Caranza

Ortigueira  
6 junio 09



Inscripciones e información en:  
Club Galicia Caranza  
Móvil: 680 680 960  
[galiacaranzaorientacion@gmail.com](mailto:galiacaranzaorientacion@gmail.com)  
<http://www.orientacionforo.es>

3 4 5

## PROGRAMA >>>

09:00 h. Entrega de dorsales y tarjetas de control con la hora personal de salida.

10:30 h. Salida de los primeros corredores.

13:30 h. Entrega de trofeos y clausura.

14:00 h. Cierre de meta.

## ZONA DE COMPETICIÓN >>>

Situada en el campo de fútbol del lugar de San Martiño, cercano a la playa de Morouzos (Concello de Ortigueira - A Coruña)

Indicaciones desde Ortigueira hasta la zona de competición

En la zona de competición: amplio aparcamiento, área recreativa: con mesas y barbacoas, baños y gran playa

Coordenadas para el navegador del coche:

43°41'57.77"N

7°50'48.08"O



## RECORRIDOS >>>

RECORRIDOS, CATEG., DISTANCIA, DESNIVEL, CONTROLES

1: D-12, H-12, INICIACIÓN CORTA: 1,4 km, 35 m, 8 controles

2: D-14, H-14, 2º FC: 1,6 km, 30 m, 9 controles

3: INICIACIÓN LARGA, 3º FC: 1,8 km, 75 m, 10 controles

4: D-16, H-16, D-45, 4º FC: 3,3 km, 35 m, 15 controles

5: D-20, H-20, D-21, H-21B, D-35, D-45, 5º FC: 4,3 km, 45 m, 18 controles

6: D-E, H-21, H-35, 6º FC: 5,0 km, 45 m, 21 controles

7: H-E 5,8 km, 50 m, 23 controles

## SEGURIDAD >>>

Os recordamos que **NO SE DE PODRÁ ESTAR EN CARRERA MÁS DE 2 HORAS Y 30 MINUTOS**. A partir de este momento el corredor se considera descalificado, debiendo abandonar la carrera y dirigirse inmediatamente a la meta.

Durante la prueba estarán operativos dos teléfonos de la organización para llamar en caso de emergencia

654 612 352

680 680 960

## PAGO INSCRIPCIONES >>>

Nº Cuenta:

Banco de Santander

0049 420 51 2594011178