



LIGA GALLEGA DE ORIENTACION A PIE

3ª PRUEBA DE LA LIGA GALLEGA

Hora comienzo : 10,45 H.

Sistema sportident : todas las categorías usarán el sistema sportident.

- Los participantes deben limpiar y comprobar su tarjeta electrónica antes de salir a competir. Habrá estaciones de limpieza y control en la salida.
- Las estaciones tienen dos indicadores de fichado, uno acústico y otro visual (una luz roja), normalmente deben funcionar los dos, pero si funciona uno, también válido.
- El corredor es responsable de haber fichado correctamente.
- Si los dos indicadores no funcionan , el corredor deberá hacer una de las siguientes opciones:
 - Fichar con la pinza tradicional, en una de las 3 casillas que lleva el mapa para estos casos
 - coger una baliza checa (papel con el nº de la baliza) y entregarlo en la meta
- Después de fichar en la estación finish, el corredor está obligado a descargar los datos de su tarjeta electrónica en la meta.

Recorridos : la afluencia de participantes en los recorridos 3 y 5, nos aconseja a subdividirlos para que todos salgamos ganando. La organización incluirá a los participantes en el recorrido 3A y 3B , por el orden de llegada de inscripciones.

| Recorrido | Distancia | Desnivel | Observaciones |
|-----------|-----------|----------|-----------------------|
| Rec 1 | 2,1 km. | 35m. | H/D12 INI CORTA |
| Rec 2 | 2,7 km. | 40m. | H 14 / D14 / 2FC |
| Rec 3 A | 4 km. | 85m | INI LARGA A |
| Rec 3 B | 3,3 km. | 75m. | INI LARGA B |
| Rec 4 | 4,2 km.. | 95m. | D16 / D45 / H16 / 4FC |
| Rec 5 A | 6,5 km. | 120m. | H20 / D21 / D35 / H45 |
| Rec 5 B | 5,7 km. | 115m. | H21B / D20 / 5º FC |
| Rec 6 | 7,7 km. | 155m. | DE / H21 / H35 / 6FC |
| Rec 7 | 9,4 km. | 235m. | HE / 7FC |

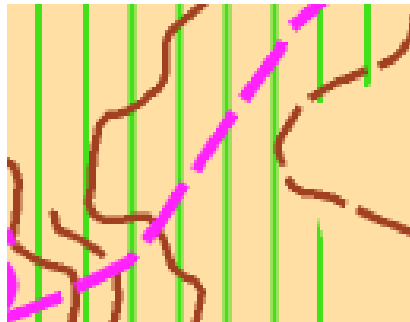
El recorrido de INI Corta, será para niños y que en cambio, el recorrido de INI Larga ha sido preparado siguiendo las indicaciones técnicas del Director Técnico, por lo que os aconsejamos que participen mayores de 13 años.

Precios de las inscripciones :

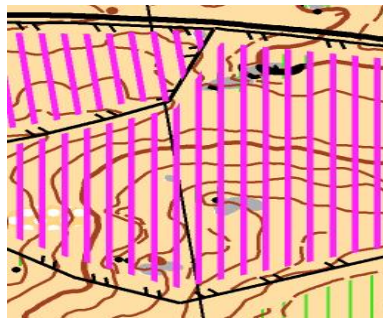
- Federados : 3 €
- Participantes en Iniciación Corta , sin licencia federativa : 5 €
- Participantes en Iniciación Larga , sin licencia federativa : 6 €
- Participantes en el resto de recorridos, sin licencia federativa : 8 €
- Recargo por inscripción fuera de plazo : 1€
- Reposición dorsal : 1€
- Alquiler de tarjeta electrónica 3€. La tarjeta electrónica se devolverá al finalizar la carrera, en la meta. La pérdida o no entrega de la tarjeta, conllevará el pago de su importe total 28€.

OBSERVACIONES :

- No se permitirá la salida de los participantes sin el dorsal.
- **Entre los puntos 5 y 6, del recorrido 1° (INI CORTA, H/D12), estará balizado con cinta , el tiempo realizado no será neutralizado**

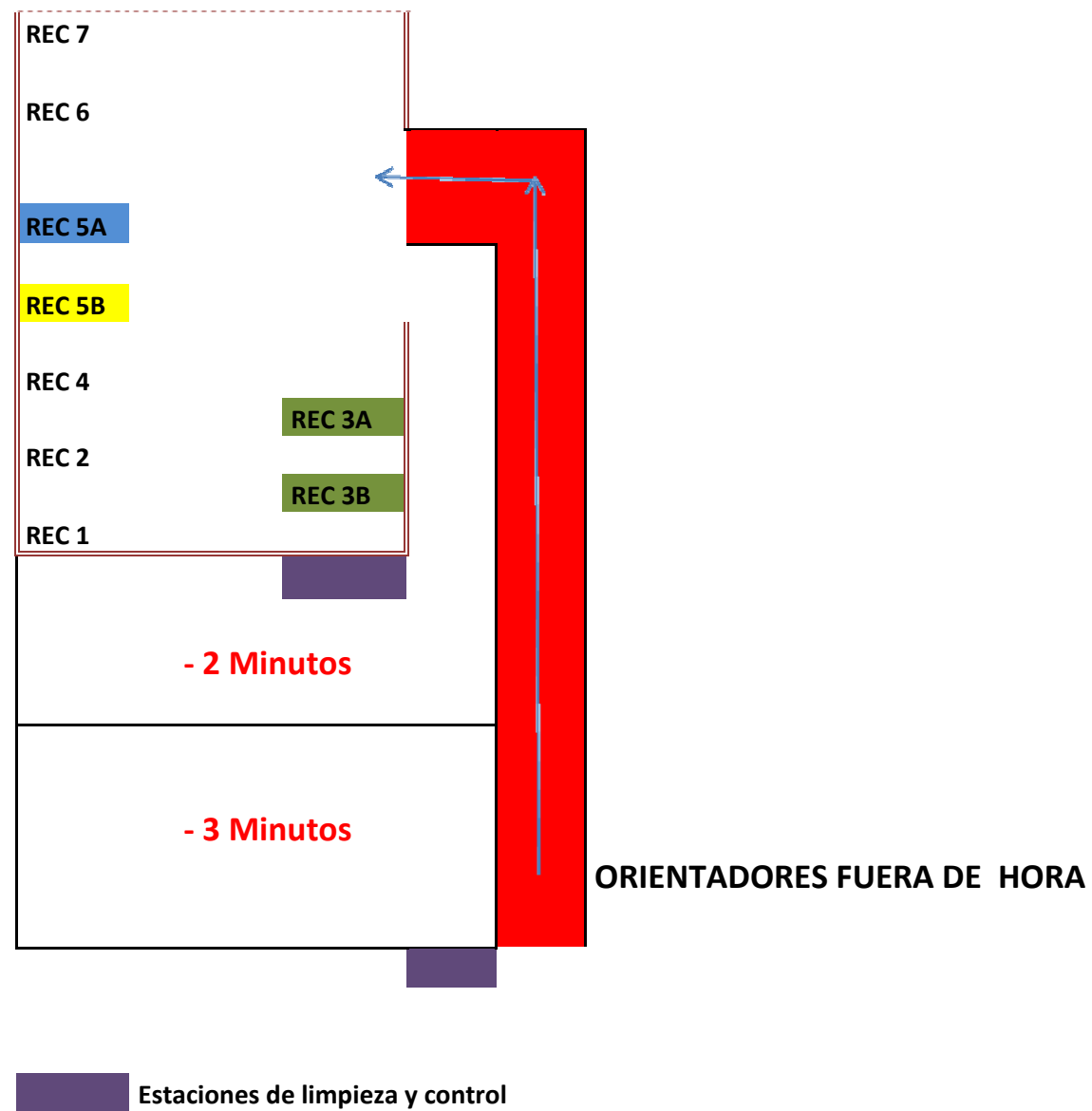


- El bosque está sufriendo en estos momentos algunas talas, repoblaciones y desbroces, por lo que se pueden encontrar ligeras modificaciones de vegetación en algunas zonas, así como alguna senda de tractor que puede no estar reflejada en el mapa. No obstante, hemos tratado de evitar las zonas afectadas en los trazados.
- Recordamos la conveniencia de uso de polainas o ropa protectora de brazos y piernas en TODAS las categorías. En las categorías superiores, debido a la gran cantidad de obstáculos y árboles caídos de algunas zonas. En las categorías inferiores, por la existencia de tojo y matorral en las áreas abiertas.
- **Los participantes que abandonen, están obligados a pasar por meta para comunicarlo**
- La competición se realizará teniendo en cuenta el respecto:
 - La naturaleza
 - A los cultivos e propiedades privadas
 - A otros competidores
 - A las indicaciones de la Organización
 - Ayudar a cualquier participante que se encuentre en problemas o lesionado
 - Se recuerda que las zonas prohibidas no pueden ser atravesadas en ninguna circunstancia



- Se recomienda a TODOS los participantes, que no debe beberse el agua del monte, al ser una zona ganadera, y por la presencia de algunos animales muertos.
- Habrá avituallamiento en carrera solo para los recorridos 7° y 6°. Asimismo, se recuerda a los corredores que hagan uso de este avituallamiento que está prohibido arrojar desperdicios al monte, por lo que las botellas que se usen deben ser depositadas en el mismo avituallamiento o al menos en otra baliza, para que la organización pueda recogerlas

ORGANIZACIÓN DE LA SALIDA



ENTIDADES Y EMPRESAS COLABORADORAS :

