

Deporte de Orientación

XI TROFEO EL PROGRESO-CIDADE DE LUGO

LUGO, 20 de abril de 2013

Saída-meta: ORBAZAI (Igrexa), 10:30 h



www.agaco.es/

www.clubfluviallugo.com



XI TROFEO EL PROGRESO-CIDADE DE LUGO

Deporte de Orientación

Sábado, 20 de abril de 2013



PROBA PARA:

- FEDERADOS (4ª da Liga Galega 2013).
- CALQUERA PERSOA:
(sola ou en grupo: a) *Ini corta*; b) *Ini longa*)

ORGANIZAN

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

<http://www.clubfluviallugo.com>
<http://www.agaco.es>

PATROCINA

El Progreso. Diario de Lugo e Provincia



COLABORAN

Concellería de Deportes. Concello de Lugo
Secretaría Xeral para o Deporte. Xunta de Galicia
Oca. Termal Hotels
Lacón Gallego. Indicación Geográfica Protegida
Coca-Cola. Begano, S.A.
Gadis. Supermercados



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

PROGRAMA:

Sábado, **20 de abril** (diante da Igrexa de Orbazai).
09:00 h. Entrega de dorsais e *SIdent* de control.
10:30 h. Saída dos primeiros corredores.
13:30 h. Entrega de trofeos, sorteos e clausura.

ZONA DE COMPETICIÓN e MAPA:

Zona de **Orbazai-Monte Segade**, coa **zona de concentración** ó lado da Igrexa de Orbazai.
¿Cómo chegar?: na marxe SurOeste do río Miño, coller a carretera hacia Orbazai. A unhas 2 km, estará a zona de saída-meta.

Mapa elaborado segundo normas IOF por Valentin Vladimirov en marzo de 2001 (revisado parcialmente en marzo 2013). Terreo típico galego, con diferentes tipos de bosque, prados, leiras, e diversas zonas de vexetación. Escala 1:10000. Equidistancia: 5m.

CATEGORÍAS:

a) Con licencia federativa:

•As contempladas no Regulamento da Liga Galega de Deporte de Orientación 2013

<http://www.agaco.es/>

b) Sen licencia federativa:

- Iniciación corta (P1).
- Iniciación longa (P3).
- En percorrido oficial (non puntúa en ránking. Si é categoría da súa idade compite en trofeo. Si vai noutra categoría é “*Fora de Concurso*”).

Percorrido 1
Percorrido 2
Percorrido 3
Percorrido 4
Percorrido 5
Percorrido 6
Percorrido 7
Percorrido 8
Percorrido 9

¡control SportIdent!

TROFEOS :

•Trofeos ós tres primeiros clasificados en categorías de federados.

INSCRIPCIONES:

Data límite: Martes, 16 de abril, 22 h

COTAS OFICIAIS A.Ga.C.O.: (+ 3 € de SportIdent, si se alquila)

FEDERADOS: 3 €.

NON FEDERADOS (inclúe licencia-seguro federativo de un día): a)INI CORTA: 5 €.

b)INI LONGA: 6 €. c)EN PERCORRIDO OFICIAL: 8 €

a)CLUBS AGaCO: Polo sistema INTRANET na web www.agaco.es/intranet

b)INDEPENDENTES:

Opción 1: Rexistrarse como usuario en www.agaco.es/intranet e inscribirse na sección eventos en “LIGA GALEGA DE ORIENTACIÓN A PÉ 2012: PROBA Nº 9. LUGO”.

Opción 2: enviar a orientacionlugo@hotmail.com NOME+APELLIDOS, DNI, DATA DE NACEMENTO, PERCORRIDO ELEXIDO (Iniciación corta ou longa, ou nº de oficial), nº de tarxeta SportIdent.

Os ingresos de “inscripciones+alquiler SIdent” serán por transferencia na conta:

NovaGaliciaBanco: **2080 0152 62 3040053133**

Titular: **Club Fluvial de Lugo**

Concepto: **ORI LUGO + (nome do club ou dos participantes)**

Enviar o xustificante de ingreso a orientacionlugo@hotmail.com

¡¡!! **TÓDALAS CATEGORÍAS USARÁN O SISTEMA SPORT IDENT.** QUÉN NON DISPOÑA DE TARXETA, A ALQUILARÁ (3 € que se aboan coa inscrición. A tarxeta Sport Ident devolverase ao rematar a proba. Si se perde hai que pagala: 30 €)

Algunhas normas:

- **OBRIGATORIO SAÍR CON DORSAL** (Federados FEDO-AGaCO: oficial da Liga. Outros: específico da proba).
- Os corredores participan na proba baixo a súa propia responsabilidade, asumindo os riscos inherentes as carreiras de orientación a pé.
- No caso dos menores de idade, os seus clubs son os responsables de inscribilos no percorrido adecuado ó seu nivel físico e técnico.
- É recomendable que o participante leve roupa lixeira, mellor que cubra brazos e pernas.
- 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.
- Tódalas persoas que forman 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 e descargar SportIdent en Recepción**
- O corredor debe respetar a propiedade privada e os cultivos.
- Tanto organizadores como competidores están obrigados a respetar o medio natural.

SORTEOS:

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

A) Entre 3 primeiros clasificados:

- Un **lacón** (*Lacón Gallego, IGP*), entre categorías H/D < 21.
- Un **lacón** (*Lacón Gallego, IGP*), entre categorías D-21, D-21B, D-35, e D-45.
- Un **lacón** (*Lacón Gallego, IGP*), entre categorías H-21, H-21B, H-35, H-45 e H-55.
- Un **lacón** (*Lacón Gallego, IGP*), entre categorías D-E e Élite.

B) Entre tódolos participantes sortearáse:

- **a) Unha estancia con circuito termal** para dúas persoas no *Hotel Golf Balneario Augas Santas* (Pantón-Lugo) <http://www.augassantas.es/>
- **b) Dous lacóns** (*Lacón Gallego, IGP*).
- **d) Tres bonos por 4 sesións de SPA** (circuito de hidroterapia no *Club Fluvial*).

<http://www.clubfluviallugo.com>

OUTRAS INFORMACIÓN: (982221167 / 600940240)

- Sistema de control electrónico *SportIdent*.
- A saída e a chegada será ó lado da Igrexa de Orbazai.
- Non haberá avituallamento ó largo da proba.
- Haberá *reconstituíntes* ó final da proba, de *Gadis* e de *Coca-Cola*.
- Vestiarios e duchas no *Club Fluvial* (aprox. 3 km da zona de saída-meta).
- Estacionamento e primeiros auxilios na zona.

ZONA DE CONCENTRACIÓN ORBAZAI (Igrexa)



ORBAZAI
(Igrexa)

Lat. N 43.007°
Lon. O -7.595°

Organizan:



Patrocina:

EL PROGRESO

Colaboran:



Concello de Lugo
Concellería de Deportes



**XUNTA
DE GALICIA**