



8ª Proba da XXXIII Liga Galega de O-Pé

# MONTE IROITE ORIENTACIÓN

**DATA DA PROBA**

5 de Outubro

ás 10:00

**INSCRICIÓNS ATA**

29 de Setembro ás 23:50

**MÁIS INFO**

[fegado.es](http://fegado.es)



# Índice

PRESENTACIÓN

ORGANIZACIÓN E CONTACTO

NORMATIVA

INSCRIPCIÓNS E PREZOS

PROGRAMA

CENTRO DE COMPETICIÓN E ZONA EMBARGADA

SISTEMA DE CRONOMETRAXE

INFORMACIÓN TÉCNICA E MAPA ANTIGO

DISTANCIAS E DESNIVEIS

SEGURIDADE

MEDIO AMBIENTE

AVITUALLAMENTO

GASTRONOMÍA E TURISMO

COLABORADORES

## PRESENTACIÓN

O club **ADC Arnela** organiza para o vindeiro **sábado 5 de Outubro** do presente 2024 a **8ª proba da XXXIII Liga Galega de O Pé**.

A carreira será de **Distancia Media** na modalidade de **orientación en liña**.

*Os participantes poderán desfrutar dunha xornada completa de orientación con outras dúas probas de distintas modalidades que organiza o ADC Arnela pola tarde na vila de Noia:*

- **4ª proba da VI Liga Galega de Sprint** → [Enlace](#).
- **1ª proba da IV Liga Galega de TrailO** → [Enlace](#).

## ORGANIZACIÓN E CONTACTO

- Director da proba: **Antonio Piñeiro**
- Responsable de seguridade: **David Lareo**
- Xuíz controlador: **Ángel Álvarez Serto (Club Aromon)**
- Cartografía/Revisión de mapa: **Antonio Piñeiro**
- Trazados: **Alfonso Rosado**
- Cronometraxe: **Ramón Fernández e Camilo Serantes**
- Responsable saídas: **Alfonso Rosado**
- Colocación de balizas: **ADC Arnela**
- Contacto: [adcarnela@gmail.com](mailto:adcarnela@gmail.com)

## NORMATIVA

A proba estará suxeita ó regulamento e á normativa anuais da FEGADO:

[https://fegado.es/web/uploads/documents/file/900/65bde5d785-reglamento-fegado-orientacion\\_2024\\_v0a.pdf](https://fegado.es/web/uploads/documents/file/900/65bde5d785-reglamento-fegado-orientacion_2024_v0a.pdf)

[https://fegado.es/web/uploads/documents/file/3fc/659b24a51c-normas-anuais-fegado-o-pe-2024\\_v0.pdf](https://fegado.es/web/uploads/documents/file/3fc/659b24a51c-normas-anuais-fegado-o-pe-2024_v0.pdf)

- **Obrigatorio levar visible na parte dianteira o dorsal:**
  - **Corredores con licenza FEDO** → Dorsal único oficial FEDO.
  - **Corredores estranxeiros e non federados** → Facilitado pola organización.
- **Os corredores participan na proba baixo a súa propia responsabilidade, asumindo os riscos inherentes das carreiras de orientación.**
- **Os clubs son responsables de inscribir ós menores de idade nun recorrido axeitado ó seu nivel físico e técnico.**
- **O compás será o único instrumento permitido para orientarse xunto co mapa facilitado pola organización. Prohíbese o uso de dispositivos electrónicos durante a proba (móbil, GPS...).**
- **Respecto polo medio ambiente e polos demais competidores, organizadores e público.**
- **As probas de orientación deberán facerse en silencio para non molestar ós animais da zona nin ós demais competidores cando están concentrados nos seus percorridos.**
- **Respecto polo material de sinalización da carreira.**
- **Todo competidor debe ofrecer axuda a outro corredor se o ve lesionado.**
- **Obrigatorio pasar pola Secretaría a descargar aínda en caso de abandono da carreira.**
- **A perda da tarxeta SportIdent será motivo de descalificación.**

## INSCRICIÓNS E PREZOS

Data límite 23:50 horas do domingo 29 de setembro de 2024.

Todas as categorías precisan Tarxeta Sportident. Asignaráselle unha de aluguer a todo aquel que non indique un número de Tarxeta SI na súa inscrición, sumando o importe á cota de inscrición. En caso de perda o corredor deberá aboar o seu custo.

- **Clubs:**

- A través do sistema de inscricións da FEGADO <https://intranet.fegado.es>
- Datos para realizar o pago:
  - TITULAR: Asociación Deportiva e Cultural Arnela
  - IBAN: ES08 0073 0100 5905 0538 8597
  - CONCEPTO: Monte Iroite + Nome Club.
- Enviar copia do comprobante de pago ó correo: [inscricions.arnela@gmail.com](mailto:inscricions.arnela@gmail.com)
- Os clubs que desexen factura deberán indicalo e achegar os seus datos fiscais.

- **Independentes, FEDO non galegos e/ou estranxeiros** → A través do seguinte formulario.

- **Prezos:**

- Categorias M/F 18 e inferiores: 7€
- Categorias M/F 21 e superiores: 10€
- Ini Longa: Federados 10€ / Non federados 13€.
- Ini Curta: Federados 7€ / Non federados 10€.
- Reposición de dorsal: 2€ (válido só para esta/s carreira/s → solicitar en Secretaría).
- Aluguer de tarxeta SI: 3€
- Inscrición fora de prazo (se fose posible): +100% da cota inscrición correspondente.
- Cambio de tarxeta SI (a pagar polo deportista):
  - Pechadas as inscricións: 2€
  - O mesmo día da proba: 5€



## PROGRAMA

O programa da proba será o seguinte:

- 09:00 → Apertura da Secretaría.
- 10:00 → Saída dos primeiros corredores: Presaída de 5 minutos.
- 10:30 → Saída categorías de Iniciación.
- Peche de Meta: 2 horas despois da última saída → O tempo máximo de carreira será de 120 minutos.

## CENTRO DE COMPETICIÓN E ZONA EMBARGADA

O centro de competición desta proba será o edificio xunto co recinto da antiga estación DECCA que moi amablemente nos cede o Concello de Lousame. Está situado no monte Iroite, a carón das instalacións da base militar do exército do aire EVA 10.

Para acceder a este Centro de Competición podemos facelo de varias maneiras:

- Desde Pontevedra por Boiro: AP-9, EP-8001, AC-553, AG-11, DP-1105 + estrada EVA 10.
- Desde Santiago por Noia: AG-56, CG-1.5, AC-550, DP-1105 + estrada EVA 10.
- Desde Ribeira por Boiro: AC-550, AG-11, DP-1105 + estrada EVA 10.

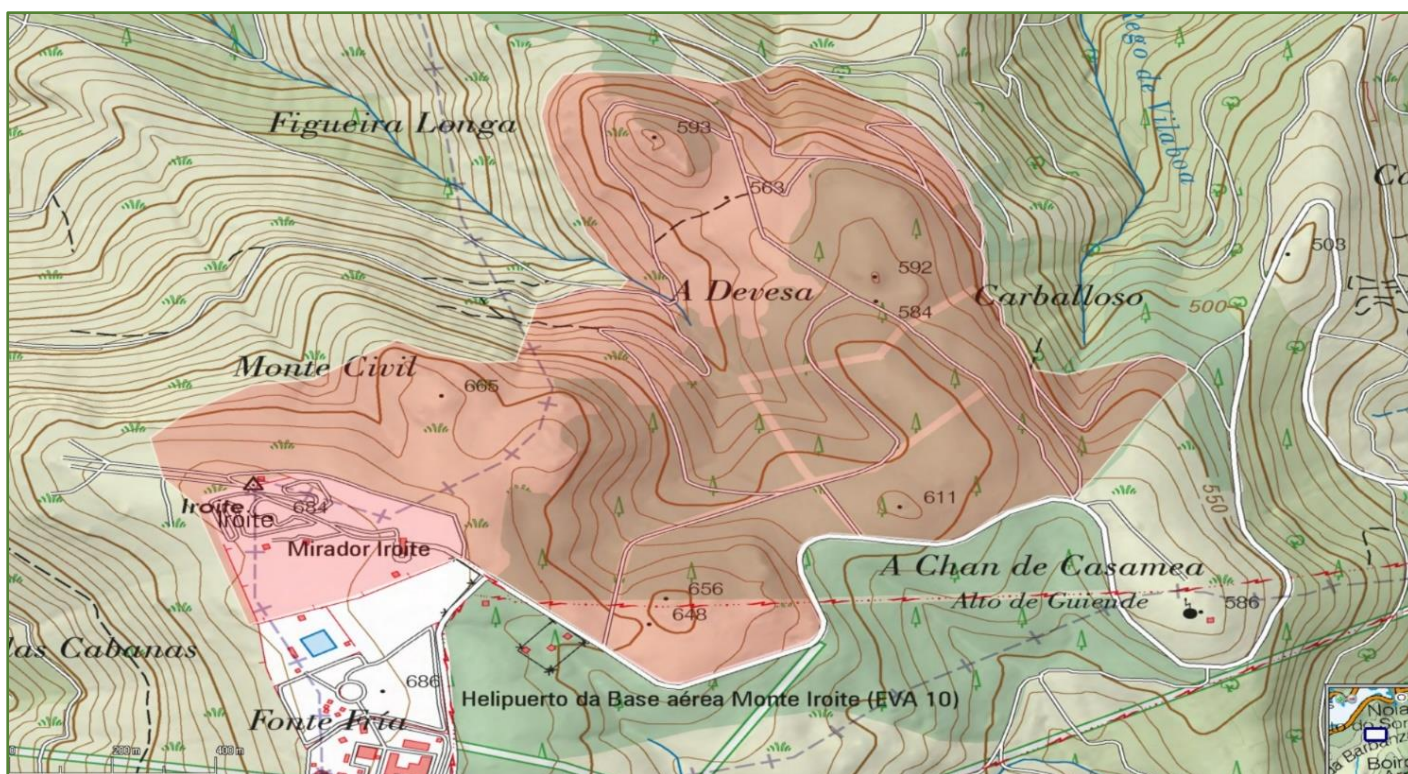


Desde a AC-550 (estrada Noia – Ribeira) recoméndase subir pola estrada DP-1105 que se colle na saída do casco urbano de Noia cara a Porto do Son xusto despois de cruzar a ponte vella.

Dentro do recinto hai espazo para aparcар coches e auto caravanas. De non ser suficiente, habilitaranse outras zonas próximas a carón da estrada en zonas de herba.



A zona de competición queda embargada desde o momento da publicación deste Boletín. Achégase o correspondente mapa.





## SISTEMA DE CRONOMETRAXE

O sistema de control de paso será **Sportident** con sistema **AIR+** activado. Polo que as estacións funcionarán tanto en **modo AIR** (sen contacto) como en **modo MANUAL**.

**Recoméndase comprobar o estado da batería das SIAC antes de ir á Saída** para ter tempo de cambiala, poder alugar unha ou ser consciente de ter que “picar manualmente os controis”. Habrá estacións BATTERY TEST na Secretaría e/ou na Presaída.



### SIAC Battery Test

Un **pitido normal** e aparece na pantalla "**OK**" indica que a voltaxe da batería é superior a 2.72 -> **Batería en bo estado.**

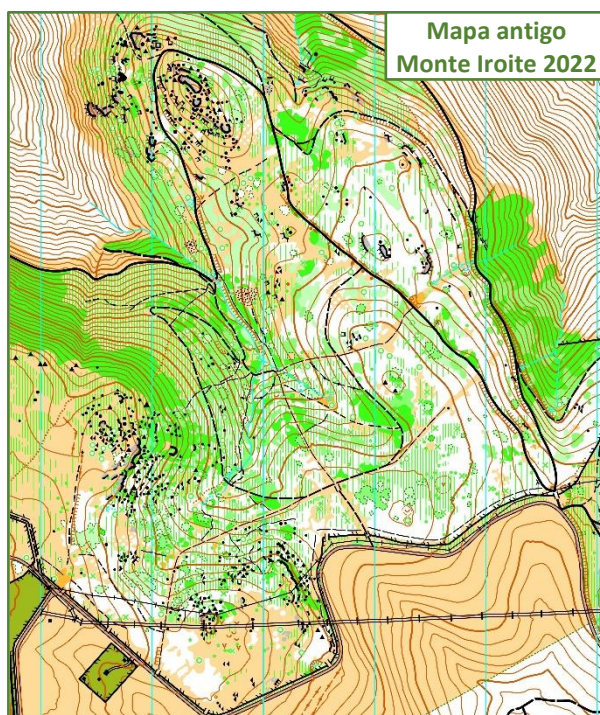
**Varios pitidos cunha frecuencia alta** e aparece na pantalla "**WARN**" indica que a voltaxe da batería é inferior a 2.72 -> **Batería preto de esgotarse**, pero debería chegar para un evento de duración normal.

Se non emite **ningún pitido** e na pantalla aparece "**FAIL**" indica que a voltaxe da batería é inferior a 2.44 -> **Batería por debaixo do seu nivel crítico e non vai funcionar en modo "sin contacto" aínda que sí funcionará en modo manual.**

**Recomendable facer este test antes de cada evento.** As estacións deberan estar colocadas no **Centro de Competición ou na Pre-Saída** para que os corredores poidan facer o test con tempo antes de ir á Saída.

## INFORMACIÓN TÉCNICA E MAPA ANTIGO

- **Cartografía:**
  - Mapa: **Monte Iroite – A Devesa** (Registro FEDO: **C-3112-22**).
  - Normativa cartográfica **ISOM 2017-2**.
  - Autores: **Antonio Piñeiro e David Lareo**.
  - Actualización: **Antonio Piñeiro (2024)**.
  
- **Trazados:**
  - **Distancia media e desniveis moderados.**
  - Escala: **1:7500** para todas as categorías.



Máis información e comentarios en próximos Boletíns.

## DISTANCIAS E DESNIVEIS

Información en próximos boletíns.

## SEGURIDADE

- **Responsable de seguridade David Lareo.** O número de teléfono para calquera emerxencia aparecerá impreso en todos os mapas.
- **Polo interior da zona de competición non discorre ningunha estrada asfaltada.** Existe unha (a de acceso ó EVA 10 desde Noia e Boiro) que marca o límite da zona pola parte sur, pero nunca se accede á mesma durante a carreira, estando separada da zona de competición por un valado. Aparecerá marcada no mapa co correspondente símbolo de Límite infranqueable (709):



**Os corredores terán que cruzar dita estrada e circular pola beira sur da mesma para volver ó Centro de Competición cando rematen os seus percorridos.** Existe unha zona de herba habilitada e haberá persoal da Organización nos puntos onde sexa preciso cruzala. Non se recomenda cruzar dita estrada por ningún outro punto nin circular por ela.

- **Ningún dos percorridos pasa por unha zona que se poida considerar especialmente perigosa,** fóra do que atopamos normalmente no monte e se dá nas carreiras de orientación: taludes, zonas pedregosas con rochas de diferentes alturas, moita vexetación rasteira de silvas e toxos, ...
- A vexetación medrou considerablemente desde o ano 2022, polo que **se recomenda utilizar protección en pernas e brazos.** Resulta case imprescindible nalgunhas partes do mapa.
- **Atención ás ramas en punta na parte baixa dalgunhas árbores (coníferas).** Poden resultar perigosas se imos lendo o mapa e tropeizamos con elas.
- **Na zona de competición hai gando vacún e cabalar solto que non supón ningún perigo, pero que tampouco debemos molestar.** Presencia de insectos (moscas, tabáns, carrachas, ...).
- Por motivos de seguridade **non está permitido facer a proba con animais de compañía.**
- Dispostemos de **servicio de Ambulancia e Médico** con base no **Centro de Competición.**
- A zona de competición está na parte alta do Monte Iroite por enriba dos 650 metros de altitude. En caso de meteoroloxía adversa, adoitan formarse bancos de néboa que reducen moito a visibilidade na zona. **Predición meteorolóxica para o Concello de Lousame no seguinte enlace: [Meteogalicia](#).**

## MEDIO AMBIENTE

Este deporte, cada día máis coñecido, sempre destacou polo seu respecto e protección do “medio ambiente” e así ten que seguir sendo. Desde a organización queremos aportar o noso gran de area e gustaríanos que todos os participantes tamén aportasen o seu. Por elo pedimos a vosa colaboración e que sexades moi coidadosos neste aspecto.

Comprometémonos a **recoller todo o balizado e sinalización** que utilizemos para o desenvolvemento da proba, como non pode ser doutra maneira.

Tentaremos usar os **mínimos envases plásticos nos avituallamentos.**

## AVITUALLAMENTO

Contaremos con avituallamento líquido e sólido na zona de Secretaría: auga, froita...

En caso de que a meteoroloxía prevista fose de temperaturas moi elevadas, poñeremos algún punto de avituallamento extra na zona de competición.

## GASTRONOMÍA E TURISMO

Na zona podemos atopar variedade de establecementos gastronómicos:

- [Concello de Lousame.](#)
- [Concello de Porto do Son.](#)

Tamén podedes atopar opcións para facer turismo:

- [Concello de Lousame.](#)
- [Concello de Porto do Son.](#)



## COLABORADORES



**CONCELLO  
PORTO DO SON**



**CONCELLO DE  
LOUSAME**



**COMUNIDADE DE MONTES DE CAMBOÑO**

**COMUNIDADE DE MONTES DE GOIÁNS**

**COMUNIDADE DE MONTES DE NEBRA**

4ª Proba Liga Galega de Sprint

# CONCELLO DE NOIA

Data das probas:  
5 de Outubro  
ás 17:00

Inscricións ata:  
29 de Setembro 2024  
ás 23:50

Máis info:  
[fegado.es](http://fegado.es)



# Índice

PRESENTACIÓN

ORGANIZACIÓN E CONTACTO

NORMATIVA

INSCRICIÓN E PREZOS

PROGRAMA

CENTRO DE COMPETICIÓN E ZONA EMBARGADA

SISTEMA DE CRONOMETRAXE

INFORMACIÓN TÉCNICA E MAPA ANTIGO

DISTANCIAS E DESNIVEIS

SEGURIDADE

MEDIO AMBIENTE

AVITUALLAMENTO

GASTRONOMÍA E TURISMO

COLABORADORES



## PRESENTACIÓN

O club **ADC Arnella** organiza para o vindeiro **sábado 5 de Outubro** do presente 2024 a **4ª proba da VI Liga Galega de Sprint (O-Pé)**.

A carreira será de **Distancia Sprint** na modalidade de **orientación en liña**.

*Os participantes poderán desfrutar dunha xornada completa de orientación con outras dúas probas de distintas modalidades que organiza o ADC Arnella:*

- *Pola mañá no Monte Iroite: **8ª proba da XXXIII Liga Galega de O-Pé (distancia media)** → **Enlace**.*
- *Pola tarde na mesma vila de Noia: **1ª proba da IV Liga Galega de TrailO** → **Enlace**.*

## ORGANIZACIÓN E CONTACTO

- Director da proba: **Antonio Piñeiro**
- Responsable de seguridade: **David Lareo**
- Xuíz controlador: **Ángel Álvarez Serto (Club Aromon)**
- Cartografía/Revisión de mapa: **Antonio Piñeiro**
- Trazados: **Eloi Serantes**
- Cronometraxe: **Ramón Fernández e Camilo Serantes**
- Responsable saídas: **Alfonso Rosado**
- Colocación de balizas: **ADC Arnella**
- Contacto: **adcarnela@gmail.com**

## NORMATIVA

A proba estará suxeita ó regulamento e á normativa anuais da FEGADO:

[https://fegado.es/web/uploads/documents/file/900/65bde5d785-reglamento-fegado-orientacion\\_2024\\_v0a.pdf](https://fegado.es/web/uploads/documents/file/900/65bde5d785-reglamento-fegado-orientacion_2024_v0a.pdf)

[https://fegado.es/web/uploads/documents/file/3fc/659b24a51c-normas-anuais-fegado-o-pe-2024\\_v0.pdf](https://fegado.es/web/uploads/documents/file/3fc/659b24a51c-normas-anuais-fegado-o-pe-2024_v0.pdf)

- **Obrigatorio levar visible na parte dianteira o dorsal:**
  - **Corredores con licenza FEDO** → Dorsal único oficial FEDO.
  - **Corredores estranxeiros e non federados** → Facilitado pola organización.
- **Os corredores participan na proba baixo a súa propia responsabilidade**, asumindo os riscos inherentes das carreiras de orientación.
- **Os clubs son responsables de inscribir ós menores de idade nun recorrido axeitado ó seu nivel físico e técnico.**
- **O compás será o único instrumento permitido para orientarse xunto co mapa facilitado pola organización. Prohíbese o uso de dispositivos electrónicos durante a proba (móbil, GPS...).**
- **Respecto polo medio ambiente e o mobiliario urbano.**
- **Respecto polos demais competidores, organizadores e público.**
- **Respecto polo material de sinalización da carreira.**
- **Todo competidor debe ofrecer axuda a outro corredor se o ve lesionado.**
- **Obrigatorio pasar pola Secretaría a descargar aínda en caso de abandono da carreira.**
- **A perda da tarxeta SportIdent será motivo de descalificación.**
- **“Xogo limpo”** → Haberá unha Corentena que pechará 30 minutos antes de empezar as saídas.

## INSCRICIÓNS E PREZOS

Data límite 23:50 horas do domingo 29 de setembro de 2024.

Todas as categorías precisan Tarxeta Sportident. Asignaráselle unha de aluguer a todo aquel que non indique un número de Tarxeta SI na súa inscrición, sumando o importe á cota de inscrición. En caso de perda o corredor deberá aboar o seu custo.

- **Clubs:**

- A través do sistema de inscricións da FEGADO <https://intranet.fegado.es>
- Datos para realizar o pago:
  - TITULAR: Asociación Deportiva e Cultural Arnela
  - IBAN: ES08 0073 0100 5905 0538 8597
  - CONCEPTO: Sprint Noia + Nome Club.
- Enviar copia do comprobante de pago ó correo: [inscricions.arnela@gmail.com](mailto:inscricions.arnela@gmail.com)
- Os clubs que desexen factura deberán indicalo e achegar os seus datos fiscais.

- **Independentes, FEDO non galegos e/ou estranxeiros** → A través do seguinte formulario.

- **Prezos:**

- Categorías M/F 18 e inferiores: 7€
- Categorías M/F 21 e superiores: 10€
- Ini Longa: Federados 10€ / Non federados 13€.
- Ini Curta: Federados 7€ / Non federados 10€.
- Reposición de dorsal: 2€ (válido só para esta/s carreira/s → solicitar en Secretaría).
- Aluguer de tarxeta SI: 3€
- Inscrición fora de prazo (se fose posible): +100% da cota inscrición correspondente.
- Cambio de tarxeta SI (a pagar polo deportista):
  - Pechadas as inscricións: 2€
  - O mesmo día da proba: 5€



## PROGRAMA

- 16:00 → Apertura Secretaría e Corentena.
- 16:30 → Peche Corentena.
- 17:00 → Saída dos primeiros corredores: PRESAÍDA DE 10 MINUTOS (situada na zona de Corentena).
- 17:15 a 18:00 → Saída das categorías de Iniciación.
- Peche de Meta → 1 hora despois da última saída → Tempo máx. de carreira 50 min.

Os corredores inscritos tamén no TrailO deberán ir directamente desde a Meta ó recinto do IES San Alberto (Secretaría - Corentena) para descargar as súas tarxetas SI sen apartarse do percorrido balizado pola organización. Logo de coller folgos e o material que precisen (deberán deixalo preparado previamente na zona de Corentena do IES San Alberto), dirixiranse de novo á Presaída para participar no TrailO, o cal estará dispoñible a partir das 18:00 e pechará a Meta ás 20:00.

## CENTRO DE COMPETICIÓN E ZONA EMBARGADA

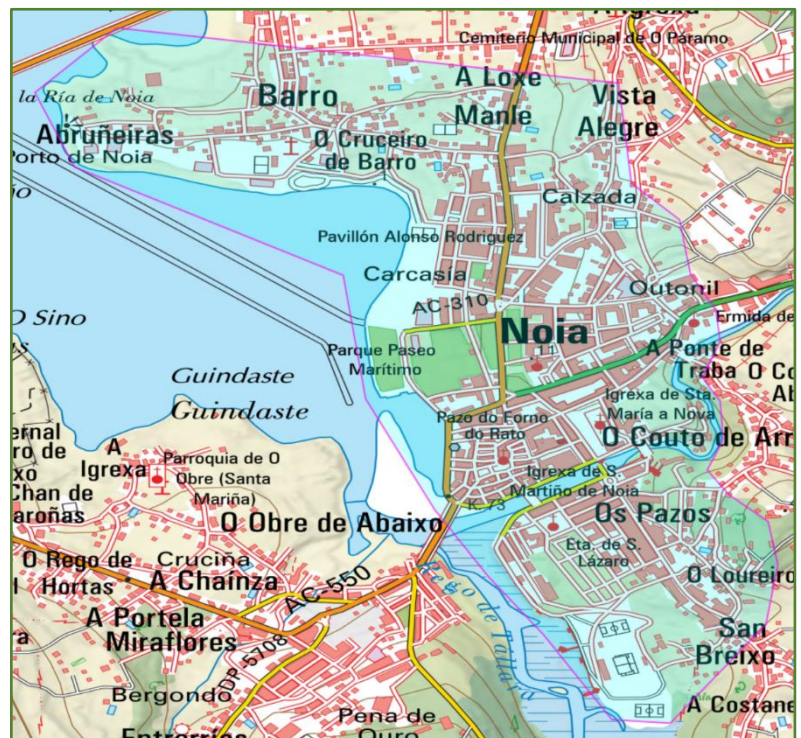
O Centro de competición e Corentena desta proba estarán nas instalacións que nos cede amablemente o **IES San Alberto** de Noia e que se atopan a carón da Alameda (na parte norte).

Dentro do recinto do **IES San Alberto** hai sitio para aparcар uns 50 coches (non auto caravanas). Os demais poden atopar sitio na zona da **Estación de autobuses - Mercadona - Paseo marítimo**. As auto caravanas deberán facelo no aparcamento do **Paseo marítimo**.

Picade en cada un dos enlaces para saber como chegar a estes sitios.



A zona de competición queda embargada desde o momento da publicación deste Boletín. Achégase a ortofoto e o mapa correspondentes.





## SISTEMA DE CRONOMETRAXE

O sistema de control de paso será **Sportident** con sistema **AIR+** activado. Polo que as estacións funcionarán tanto en **modo AIR** (sen contacto) como en **modo MANUAL**.

**Recoméndase comprobar o estado da batería das SIAC antes de ir á Saída** para ter tempo de cambiala, poder alugar unha ou ser consciente de ter que “picar manualmente os controis”. Haberá estacións BATTERY TEST na Secretaría e/ou na Presaída.



### SIAC Battery Test

Un **pitido normal** e aparece na pantalla "**OK**" indica que a voltaxe da batería é superior a 2.72 -> **Batería en bo estado**.

**Varios pitidos cunha frecuencia alta** e aparece na pantalla "**WARN**" indica que a voltaxe da batería é inferior a 2.72 -> **Batería preto de esgotarse**, pero debería chegar para un evento de duración normal.

Se non emite **ningún pitido** e na pantalla aparece "**FAIL**" indica que a voltaxe da batería é inferior a 2.44 -> **Batería por debaixo do seu nivel crítico e non vai funcionar en modo "sin contacto" aínda que sí funcionará en modo manual**.

**Recomendable facer este test antes de cada evento**. As estacións deberan estar colocadas no **Centro de Competición ou na Pre-Saída** para que os corredores poidan facer o test con tempo antes de ir á Saída.

## INFORMACIÓN TÉCNICA E MAPA ANTIGO

- **Cartografía:**
  - Mapa: **Noia** (Registro FEDO: C-1683-15).
  - Autora: **Alejandra Carro**
  - Ampliación e actualización á normativa cartográfica ISSprOM 2019-2: **Antonio Piñeiro (2024)**.
  
- **Trazados:**
  - **Sprint urbano con desniveis suaves**.
  - Escala: **1:4000** para todas as categorías.



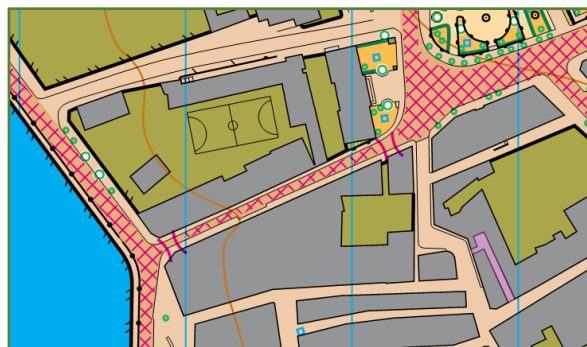
Máis información e comentarios en próximos Boletíns.

## DISTANCIAS E DESNIVEIS

Información en próximos boletíns.

## SEGURIDADE

- **Responsable de seguridade David Lareo.** O número de teléfono para calquera emerxencia aparecerá impreso en todos os mapas.
- A proba descorre na súa totalidade polo casco urbano de Noia.
- **O tráfico non estará cortado.** A pesar de que non se prevé un tráfico moi intenso, as estradas que adoitan usarse para circunvalar e atravesar a vila estarán prohibidas (si que se poderá avanzar polas beirarrúas destas estradas). No mapa aparecerán cubertas polo símbolo 709 (Área fóra de competición). Os pasos de peóns polos que estará permitido atravesalas aparecerán sinalados co símbolo 710.1 (Punto de cruce) ou ben unha zona sen cubrir co símbolo 709 cando son pasos moi amplos. Haberá persoal da organización controlando estes pasos. **Calquera participante que incumpra esta norma será descualificado.**
- No resto da zona de competición, aínda que probablemente o tráfico será pouco denso, os corredores han de prestar moita atención á hora de cruzar as rúas e deberán utilizar os pasos de peóns e as beirarrúas nas zonas onde existan e circular pola beira onde non. Cabe lembrar que **os corredores teñen a consideración de “peóns” a efectos legais, polo que teñen a obriga de respectar en todo momento o [Reglamento General de Circulación](#).**
- Atención especial ós peóns que nos poidamos atopar polas rúas, especialmente á hora de xirar nas esquinas, nas saídas de portais e garaxes, paseos, xardíns, etc.
- Para ir desde a Presaída ata a Saída haberá que cruzar varios pasos de peóns. Lembrede que ides fóra de competición e o tempo é suficiente para chegar en hora. Membros da organización vivirán a nosa seguridade e daránvos indicacións para cruzar. Obrigatorio seguir as súas indicacións.
- A participación na proba implica a aceptación expresa de todas estas normas e indicacións así como a responsabilidade implícita á hora de respectar as normas de seguridade vial vixentes.
- Dependendo da meteoroloxía e da zona pola que transitemos (rúas empedradas, area, rochas,...) podemos atoparnos con zonas mais ou menos esvaradías onde será preciso prestar unha maior atención. Recoméndase utilizar calzado con bo agarre.
- Por motivos de seguridade non está permitido facer a proba con animais de compañía.
- Dispostemos de servizo de Ambulancia e Médico con base a carón da Meta.
- **Predición meteorolóxica Concello de Noia no seguinte enlace: [Meteogalicia](#).**



## MEDIO AMBIENTE

En principio, as probas urbanas non requiren ningún coidado especial a ter en conta, máis alá dun comportamento cívico no que se refire ó respecto tanto polas árbores e zonas axardinadas como polo mobiliario urbano en xeral.

Desde a organización pedímosvos un comportamento á altura do que se agarda de nos.

Pola nosa parte, comprometémonos a **recoller todo o balizado e sinalización** que utilizemos para o desenrolo da proba e a poñer todo da nosa parte para non causar ningún tipo de dano na vila de Noia.

Tamén tentaremos usar os **mínimos envases plásticos nos avituallamentos**.

## AVITUALLAMENTO

Contaremos con avituallamento ó rematar a proba.

## GASTRONOMÍA E TURISMO

Na zona podemos atopar variedade de establecementos gastronómicos e tamén podedes atopar opcións para facer turismo consultando a web de [noiaturismo.com](http://noiaturismo.com) picando na seguinte imaxe.





## COLABORADORES



1ª Proba Liga Galega de Trail-O

# CONCELLO DE NOIA

Data da proba:  
5 de Outubro 2024  
ás 18:00

Inscripcións ata:  
29 de Setembro  
ás 23:50

Máis info:  
[fegado.es](http://fegado.es)



# Índice

PRESENTACIÓN

ORGANIZACIÓN E CONTACTO

NORMATIVA

INSCRICIÓN E PREZOS

PROGRAMA

CENTRO DE COMPETICIÓN E ZONA EMBARGADA

SISTEMA DE CRONOMETRAXE

INFORMACIÓN TÉCNICA

DISTANCIAS E DESNIVEIS

SEGURIDADE

MEDIO AMBIENTE

AVITUALLAMENTO

GASTRONOMÍA E TURISMO

COLABORADORES



## PRESENTACIÓN

O club **ADC Arnella** organiza para o vindeiro **sábado 5 de Outubro** do presente 2024 a **1ª proba da IV Liga Galega de Trail-O**.

A carreira será na modalidade de **Sprint**.

*Os participantes poderán desfrutar dunha xornada completa de orientación con outras dúas probas de distintas modalidades que organiza o ADC Arnella:*

- *Pola mañá no Monte Iroite: **8ª proba da XXXIII Liga Galega de O-Pé (distancia media)** → [Enlace](#).*
- *Pola tarde na mesma vila de Noia: **4ª proba da VI Liga Galega de Sprint (O-Pé)** → [Enlace](#).*

## ORGANIZACIÓN E CONTACTO

- Director da proba: **Antonio Piñeiro**
- Responsable de seguridade: **David Lareo**
- Xuíz controlador: **Ángel Álvarez Serto (Club Aromon)**
- Cartografía/Revisión de mapa: **Antonio Piñeiro**
- Trazados: **Ramón Fernández**
- Cronometraxe: **Ramón Fernández e Camilo Serantes**
- Responsable saídas: **Alfonso Rosado**
- Colocación de balizas: **ADC Arnella**
- Contacto: [adcarnela@gmail.com](mailto:adcarnela@gmail.com)

## NORMATIVA

A proba estará suxeita ó regulamento e á normativa anuais da FEGADO:

[https://fegado.es/web/uploads/documents/file/900/65bde5d785-reglamento-fegado-orientacion\\_2024\\_v0a.pdf](https://fegado.es/web/uploads/documents/file/900/65bde5d785-reglamento-fegado-orientacion_2024_v0a.pdf)

[https://fegado.es/web/uploads/documents/file/3fc/659b24a51c-normas-anuais-fegado-o-pe-2024\\_v0.pdf](https://fegado.es/web/uploads/documents/file/3fc/659b24a51c-normas-anuais-fegado-o-pe-2024_v0.pdf)

- **Obrigatorio levar visible na parte dianteira o dorsal:**
  - **Corredores con licenza FEDO** → Dorsal único oficial FEDO.
  - **Corredores estranxeiros e non federados** → Facilitado pola organización.
- **Os corredores participan na proba baixo a súa propia responsabilidade**, asumindo os riscos inherentes das carreiras de orientación.
- **Os clubs son responsables de inscribir ós menores de idade nun recorrido axeitado ó seu nivel físico e técnico.**
- **O compás será o único instrumento permitido para orientarse xunto co mapa facilitado pola organización. Prohíbese o uso de dispositivos electrónicos durante a proba (móbil, GPS...).**
- **Respecto polo medio ambiente.**
- **Respecto polos demais competidores, organizadores e público.**
- **Respecto polo material de sinalización da carreira.**
- **Obrigatorio pasar pola Secretaría a descargar aínda en caso de abandono da carreira.**
- **A perda da tarxeta de control será motivo de descalificación.**

## INSCRICIÓNS E PREZOS

Data límite 23:50 horas do domingo 29 de setembro de 2024.

Todas as categorías precisan Tarxeta Sportident. Asignaráselle unha PCard gratis a todo aquel que non indique un número de Tarxeta SI na súa inscrición. En caso de perda o corredor deberá aboar o seu custo.

- **Clubs:**
  - A través do sistema de inscricións da FEGADO <https://intranet.fegado.es>
  - Datos para realizar o pago:
    - TITULAR: Asociación Deportiva e Cultural Arnella
    - IBAN: ES08 0073 0100 5905 0538 8597
    - CONCEPTO: Trail-O Noia + Nome Club.
  - Enviar copia do comprobante de pago ó correo: [inscricions.arnela@gmail.com](mailto:inscricions.arnela@gmail.com)
  - Os clubs que desexen factura deberán indicalo e achegar os seus datos fiscais.
- **Independentes, FEDO non galegos e/ou estranxeiros** → A través do seguinte formulario.



- **Prezos:**
  - **Federados en orientación: 3.5€** (participando en calquera categoría).
  - **Non federados en orientación: 5€** (só poden participar en Iniciación).
  - **Reposición de dorsal: 2€** (válido só para esta/s carreira/s → solicitar en Secretaría).
  - **Aluguer de tarxeta SI: 0€** (PCard).
  - **Inscrición fora de prazo** (se fose posible): **+100% da cota inscrición** correspondente.
  - **Cambio de tarxeta SI** (a pagar polo deportista):
    - Pechadas as inscricións: **2€**
    - O mesmo día da proba: **5€**

## PROGRAMA

A proba vaise disputar a continuación dunha proba de sprint que comeza ás 17:00. É moi probable que a maior parte dos participantes tamén participen no sprint, pero pode que non sempre sexa así, polo que imos a diferenciar as dúas posibilidades:

- **Participantes que NON COMPITEN na proba de sprint:**
  - 17:00 → Apertura Secretaría e Corentena.
  - 17:30 → Peche da Corentena.
  - 18:00 → Saída dos primeiros participantes.
  - 20:00 → Peche de Meta.
- **Os participantes que SI COMPITEN na proba de sprint:**
  - Finalizado o Sprint deberán ir directamente desde a Meta ó recinto do IES San Alberto (Secretaría - Corentena) sen apartarse do percorrido balizado pola organización.
  - Logo de descargar, coller folgos e o material que precisen xa poderán participar no TrailO. O material deberán deixalo preparado previamente na zona de Corentena.
  - Non se permite abandonar o recinto do IES San Alberto sen participar no TrailO e volver máis tarde para facelo sen causa xustificada e permiso do Xuíz.

## CENTRO DE COMPETICIÓN E ZONA EMBARGADA

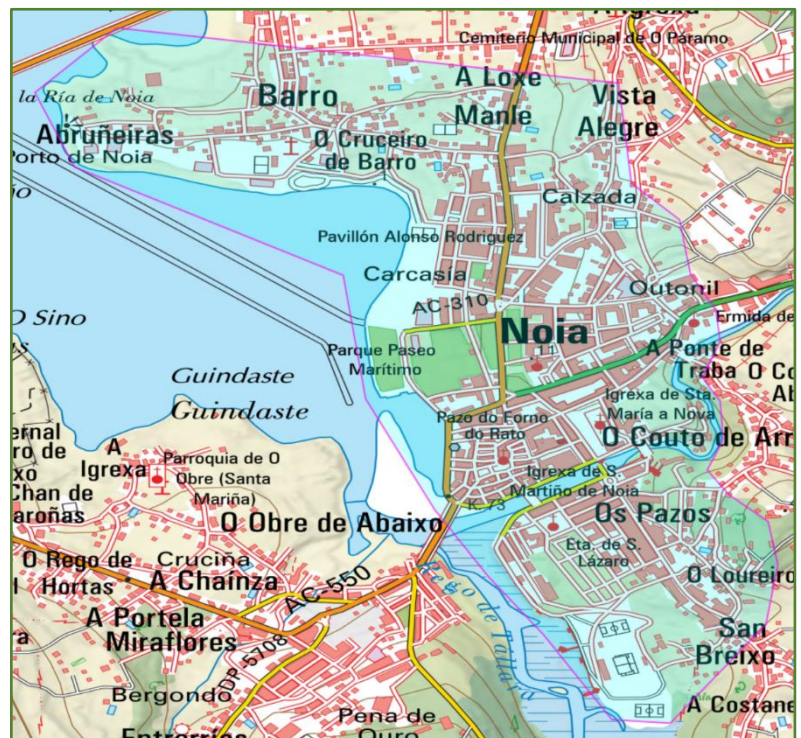
O Centro de competición e Corentena desta proba estarán nas instalacións que nos cede amablemente o **IES San Alberto** de Noia e que se atopan a carón da Alameda (na parte norte).

Dentro do recinto do **IES San Alberto** hai sitio para aparcар uns 50 coches (non auto caravanas). Os demais poden atopar sitio na zona da **Estación de autobuses - Mercadona - Paseo marítimo**. As auto caravanas deberán facelo no aparcamento do **Paseo marítimo**.

Picade en cada un dos enlaces para saber como chegar a estes sitios.



A zona de competición queda embargada desde o momento da publicación deste Boletín. Achégase o mapa e ortofoto correspondentes.





## SISTEMA DE CRONOMETRAXE

Información en próximos boletíns.

## INFORMACIÓN TÉCNICA

- **Cartografía:**
  - Mapa: **Noia** (sen rexistro FEDO).
  - Autor: **Antonio Piñeiro (2024)**.
  - Normativa cartográfica **ISSprOM 2019-2**.
- **Trazados:**
  - **Trail-O na modalidade de sprint**.

Máis información e comentarios en próximos Boletíns.

## DISTANCIAS E DESNIVEIS

Información en próximos boletíns.

## SEGURIDADE

- **Responsable de seguridade David Lareo.** O número de teléfono para calquera emerxencia aparecerá impreso en todos os mapas.
- Para ir desde a Presaída ata a Saída (e tamén para volver desde a Meta ata a Secretaría) haberá que cruzar varios pasos de peóns. Lembrade que ides fóra de competición e o tempo é suficiente para chegar en hora. Membros da organización vivirán a vosa seguridade e daránvos indicacións para cruzar. Obrigatorio seguir as súas indicacións.
- Cabe lembrar que **os corredores teñen a consideración de “peóns” a efectos legais, polo que teñen a obriga de respectar en todo momento o Regulamento General de Circulación.**
- Por motivos de seguridade non está permitido facer a proba con animais de compañía.
- A participación na proba implica a aceptación expresa de todas estas normas e indicacións así como a responsabilidade implícita á hora de respectar as normas de seguridade vial vixentes.
- Dispoñemos de servizo de Ambulancia e Médico.
- **Predición meteorolóxica Concello de Noia no seguinte enlace: [Meteogalicia](#).**

## MEDIO AMBIENTE

En principio, as probas urbanas non requiren ningún coidado especial a ter en conta, máis alá dun comportamento cívico no que se refire ó respecto tanto polas árbores e zonas axardinadas como polo mobiliario urbano en xeral.

Desde a organización pedímosvos un comportamento á altura do que se agarda de nos.

Pola nosa parte, comprometémonos a **recoller todo o balizado e sinalización** que utilizemos para o desenrolo da proba e a poñer todo da nosa parte para non causar ningún tipo de dano na vila de Noia.

Tamén tentaremos usar os **mínimos envases plásticos nos avituallamentos**.

## AVITUALLAMENTO

Contaremos con avituallamento ó rematar a proba na zona de descargas.

## GASTRONOMÍA E TURISMO

Na zona podemos atopar variedade de establecementos gastronómicos e tamén podedes atopar opcións para facer turismo consultando a web de [noiaturismo.com](http://noiaturismo.com) picando na seguinte imaxe.



## COLABORADORES

