

Boletín FINAL

CHAN DA TJÄRN

**4ª CARREIRA DA XXXIII
LIGA GALEGA DE
ORIENTACIÓN O-PÉ**

13 de abril de 2024

**CHAN DA LAGOA -
BAIONA**





ÍNDICE

1. PROGRAMA DEFINITIVO	3
2. CENTRO DE COMPETICIÓN / COMO CHEGAR / SERVICIOS	3
3. INFORMACIÓN TÉCNICA	4
4. NORMAS ESPECÍFICAS DA PROBA E RECOMENDACIÓNS	6
5. INFORMACIÓN DE SEGURIDADE	7
6. XURADO TÉCNICO	7
7. EQUIPO DE ORGANIZACIÓN	8
8. CONTACTOS	8
9. ORGANIZADORES / COLABORADORES / PATROCINADORES	8



1. PROGRAMA DEFINITIVO

Sábado 13 de abril de 2024

10:00 Apertura da Secretaría no centro de competición de “Chan da Lagoa”

11:00 Saída dos primeiros competidores

(11:00-12:00 Saída libre de categorías de Inicación curta e longa)

Peches de meta 120 min despois da saída do último corredor

14:00-14:30 Finalización do evento

2. CENTRO DE COMPETICIÓN / COMO CHEGAR / SERVIZOS

O centro de competición situarase na área recreativa de “**Chan da Lagoa**” en Baiona, situada na “Serra da Groba” nas coordenadas **42°05'29.9"N 8°51'36.6"W**.

Para chegar ao mesmo dende Baiona débese tomar a **estrada EP-2202**. [Enlace](#)

[Mapa](#) das **localizacións** e **servizos** do evento:

- **Centro de competición.** Apertura as 10:00h.
- **Área de competición.** Concello de Baiona.
- **Parking 1 e 2.** Existe espazo para o estacionamento dos vehículos.
- **Avituallamento** líquido e sólido ao final da carreira.
- **Ambulancia.**
- **Duchas.** Abertas e vixiadas por persoal do concello de Baiona no pavillón municipal. [DE 9.00 H A 14.00 H](#) E [DE 16.00 A 21.00H](#) (horario da instalación)
- **Chan duro** no CEIP a Paz-Tintureira. Horario de apertura venres as 21:00 e peche domingo as 17:00.



3. INFORMACIÓN TÉCNICA

Información sobre os percorridos.

CATEGORÍA	DISTANCIA	DESNIVEL	CONTROIS	CATEGORÍA	DISTANCIA	DESNIVEL	CONTROIS
CATEGORÍAS NON OFICIAIS							
Ini Curta	2.5	90	10	F21B	3.1	160	15
Ini Longa	3.2	110	13	M21B	3.5	170	16
CATEGORÍAS OFICIAIS							
F12	2.5	95	12	M12	2.5	95	12
F14	2.9	150	12	M14	2.9	150	12
F16	3.1	160	15	M16	3.5	170	16
F18	3.5	170	18	M18	4.1	185	19
F21A	3.5	170	18	M21A	4.1	185	19
Élite F	4.6	195	22	Élite	5.4	225	22
F35	4.1	185	17	M35	4.3	195	19
F40	3.9	155	17	M40	4.1	185	17
F45	3.9	155	17	M45	4.1	190	18
F50	3.5	160	16	M50	3.7	190	18
F55	3.5	160	16	M55	3.7	190	18
F60	2.9	150	15	M60	3.3	160	17
Escala: Todas 1:10.000 Excepto M/F60, M/F12, Iniciacións a 1:7.500							

TEMPOS MÁXIMOS DE CARREIRA TODAS AS CATEGORÍAS

Establecese un tempo máximo de carreira de **120 minutos**.

COMENTARIOS DO TRAZADOR

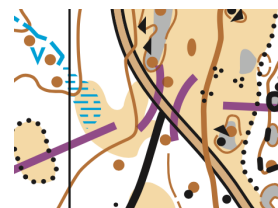
A primeira proba palleira da liga galega de orientación será un auténtico desafío, tanto físico como técnico, para todos os participantes. Os percorridos foron coidadosamente deseñados para explorar a diversidade do terreo, ofrecendo unha experiencia completa e variada.

Encontrarémonos con seccións que presentan un desnivel notable, obrigando aos corredores a adaptarse e a xestionar os seus esforzos. Tamén haberá zonas que permitirán un ritmo máis rápido, intercaladas con outras máis técnicas que esixirán unha atención meticulosa.

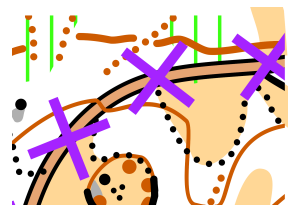
A pesar de ser unha **carreira de distancia media**, anticipamos que os tempos gañadores poderían ser algo máis longos do habitual para a maioría das categorías, como consecuencia da complexidade dos desafíos presentados.

CARACTERÍSTICAS ESPECIAIS DO MAPA E TRAZADOS

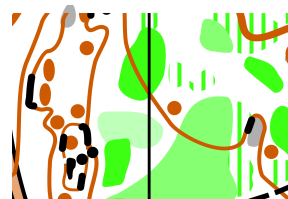
Tódolos recorridos teñen un **punto de paso ou cruce** da calzada obrigatorio (**710**), os deportistas deberán cruzar a calzada polo mesmo, este paso estará vixiado por persoal auxiliar da organización, recórdase que a proba se disputa con tráfico aberto, polo que se deberá extremar a precaución ao cruzar a calzada respectando as normas de circulación e as indicacións do persoal auxiliar de ser o caso.



Ruta prohibida (**711**), está prohibido circular pola calzada, o deseño dos trazados está pensado para que non se use a calzada e, como se explica no parágrafo anterior, habilitaranse puntos de paso obrigatorios para tódalas categorías.



Os símbolos **montículo ou cota** (**109 e 110**), son usados para representar elevacións naturais do relevo, así como pedras de menor entidade que destacan no terreo.



Nos percorridos de categorías inferiores **M/F12 e iniciación curta** utilizaranse no terreo **marcas de sinalización** de axuda aos deportistas que indican o momento en onde deben pararse para o ataque á baliza que estará, fora do elemento lineal a non máis de 3-5 metros, en xeral dende o punto de parada a baliza será visible.



Como toda proba de distancia media a densidade de controis nalgunha zona do mapa é importante, as distancias mínimas están supervisadas pero, recoméndase a verificación dos códigos de control para evitar erro en tarxeta.

SAÍDAS

¡Atención! Establécense dúas saídas diferentes.

PRESAÍDA

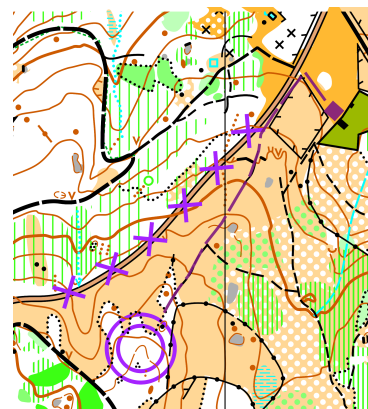
Os deportistas que toman a **saída 1** terán un chamamento de presaída “obrigatorio” para verificar datos: **dorsal, pinza**. A presaída estará situada a 300 metros do centro de competición ao lado da saída 2.

SAÍDA	CATEGORIAS	DISTANCIA	DESNIVEL	TEMPO
1	Resto Categorías	2,2 km	40 m (negativos)	40' camiñando
2*	Ini curta, Ini Longa, F12, M12	300 m	0 m	5' camiñando

* A saída 2 e presaída longa están na mesma ubicación.

META

A meta está situada a **400 metros** do centro de competición, os deportistas deberán regresar andando para a descarga despois de gozar das vistas do lugar. Non existe dificultade algunha de regreso, o centro de competición é visible dende a meta.



4. NORMAS ESPECÍFICAS DA PROBA E RECOMENDACIÓNS

- Sistema de cronometraxe electrónico empregado **SPORTident**, todas as estacións teñen configurado o modo mixto (Clásico e modo **Air+**).
- Ningún corredor poderá tomar a saída sen o seu **dorsal**.
- **As categorías de Iniciación curta e longa corren sen dorsal en horario de 11:00 a 12:00.**
- Chega con tempo, recorda que existe unha gran presaída de 40 minutos.
- A carreira establécese con **tráfico aberto**, circular pola calzada estará prohibido. Se habilitarán puntos de paso obrigatorios en todas as categorías. Respectade as normas de circulación e as indicacións dos auxiliares de seguridade da organización!
- Os competidores teñen a obriga de **axudar** as persoas que así o precisen en caso de accidente, lesión ou indisposición.
- En caso de abandono, é obrigatorio pasar por secretaría para proceder ao aviso e descarga Sportident.
- É recomendable o uso de **roupa longa** nas extremidades inferiores. En xeral o mapa permite unha velocidade alta de carreira e unha gran facilidade de progresión en case toda a súa extensión. O ides a **gozar**!
- A categoría “Iniciación curta” está pensada para menores non federados, e a “Iniciación longa” para persoas non federadas con maior experiencia ou adultos. **Inscríbete na categoría correcta** e en caso de dúbidas consulta ao teu club ou a o club organizador.
- Chan da Lagoa é un área de lecer fabuloso, valora levar o teu **pícnic** para unha boa comida coa **familia de orientadores**! Existen casetas totalmente habilitadas para facer brasas e gozar dunha boa comida.

5. INFORMACIÓN DE SEGURIDADE

Realiza a avaliación de seguridade e riscos da proba presentada ao Xuíz controlador resumimos aqueles aspectos salientables que os competidores deberán coñecer.

O responsábel de seguridade do evento é Alfonso Gallo Bueno. O teléfono de asistencia será o 613047879. O número irá impreso en todos os mapas.

Existe aparcamento suficiente no centro de competición, respeta as indicacións do persoal de seguridade evitando deixar o vehículo estacionado na calzada.

A proba celébrase con tráfico aberto, xa está comunicada a obrigatoriedade dos pasos marcados nos percorridos. Respeta as indicacións dos xuíces auxiliares e as normas de tráfico.

Durante a mañá celébrase unha actividade con Quad que non interfere en horario nin lugar coa nosa proba. Podería darse unha pequena coincidencia próxima á saída principal para os primeiros corredores en tomar a mesma.

Non existen elementos do relevo identificados como perigosos nos percorridos máis alá do normal para unha proba de orientación.

Existen animais “salvaxes” e ganado típico da zona que poderían atoparse en carreira.

Non se percibiu a presenza de garrapatas na zona durante os traballos de campo e preparación do evento.

A previsión climatolóxica é boa con temperaturas que poderían ser algo altas, ata 23º ao medio día. Existe soamente avituallamento líquido en meta.

A previsión do índice UV7 é alta, valora protexerte da radiación solar.

6. XURADO TÉCNICO

Xoel Chamorro García (Raza Palleira - Organización)

Iván Somoza Argibay (Club Gallaecia Raid)

Alberto Arufé Varela (Club de Orientación Liceo da Coruña)

7. EQUIPO DE ORGANIZACIÓN

Director da proba: Antonio Domínguez Portas

Director técnico: Xoel Chamorro García

Técnicos Sportident: Alicia Pérez Alonso e Adrián Pérez Alonso

Cartografía: Xoel Chamorro García e Jennie Börjesson Eriksson

Trazador: Brais Piñeiro Fraga

Seguridade: Alfonso Gallo Bueno

Xuíz controlador: Javier Alvelo Fraguela

8. CONTACTOS

razapalleira@razapalleira.com  [@raza.palleira](https://www.instagram.com/raza.palleira) Teléfono **613047879**

9. ORGANIZADORES / COLABORADORES / PATROCINADORES

