

INFORMACIÓN IMPORTANTE

Data: sábado 25 de febreiro

Lugar de concentración: Centro Comercial “O Redondo” da Illa da Toxa.
Coordenadas GPS: 42.484173, -8.851424. Ao chegar ao sitio, atoparedes unha banderola AROMON, xunto coa secretaría do evento.



HORA de inicio de actividade: Podedes ir chegando a partir das 9:30 a.m., para recoller documentación e ter unha pequena explicación cos aspectos básicos, para aquelas persoas que o precisen.

PERCORRIDOS:

Categoría	Distancia (km)	Desnivel (m)	Nº de controles	Escala	Tiempo máximo
INI – curta	2,5	30			
INI – longa	4,5	60			
Avanzado	6,5	90			
Trail – O	2	20-30			

INSCRIPCIÓN: en plataforma Cluber ou no seguinte enlace <https://acortar.link/egDQiw>, disponibles ata o domingo 19 de febreiro.

META e DESCARGA de TARXETAS de control de paso: A meta é o último punto marcado no mapa. Despois de pasar por ela, é obrigatorio acercarse a zona marcada como “descarga”, para poder sacar os datos que quedaron gravados na tarxeta electrónica, e así poder ver os tempos parciais de paso de puntos e o total.

AVITUALLAMIENTO: ao rematar teredes a vosa disposición auga para recuperar un pouquiño.

MAPA e LECCIÓN 0

Nesta primeira proba de Liga, imos ter un mapa en entorno semiurbano: mistura de zona de bosque e liña de costa con abundantes camiños. Zona con edificacións e tráfico aberto, parque forestal e ... ¡campo de golf ! (fóra do terreo de xogo).

Obligatorio uso de tarxeta SPORTident, pero si non tes... ¡non te preocupes! ¡dende o clube temos para emprestar! As teremos disponibles na secretaría antes de comezar. Tamén teremos compases.

Obligatorio pasar por triángulo de saída: A ruta ata este primeiro punto de orientación será visible ou estará debidamente sinalizada.

Protección do medio: nesta ocasión estamos nun entorno urbanizado, debemos en todo momento, mostrar compromiso co entorno no que nos movemos, non xerar desperdicios, e usar as papeleiras, así como seguir normas básicas de seguridade vial, e indicacións da organización. Tamén deberedes respectar a propiedade privada, cultivos e xardíns.

Todas as persoas que forman parte desta proba, deben mostrar respecto cara outros participantes, organizadores e outras persoas que se atopen no noso terreo de xogo.

Normas da proba: recordade que participades nesta proba baixo a vosa propia responsabilidade, asumindo os riscos propios de probas de orientación a pé semiurbana. No caso de menores de idade, os seus familiares responsables/acompañantes son os responsables de inscribilos no percorrido adecuado a seu nivel físico e técnico.

O tráfico estará aberto, polo que hai que usar pasos para peóns e respectar os semáforos.

É recomendable que levedes roupa lixeira, mellor que cubra os brazos e as pernas, e tamén muda de cambio e abrigo, por si nos sorprende un cambio no tempo.

Levaredes como instrumento de orientación só un compás, aínda que non é obrigado (temos de empréstamo). O mapa coa información dos controis que hai que visitar, recollerédelo no momento da saída na proba.

Todo participante debe prestar axuda a outro que se atope lesionado.

liga local

AROMON

PONTEVEDRA 2023



A perda da tarxeta de control, ou non paso por tódolos controis é causa habitual de descualificación no noso deporte, na liga local non descualificamos a ninguén, pero aparecerás ao final da lista de clasificados.

HORARIOS

9:30 Apertura secretaría

10:00 Inicio explicación

10:30 Saídas primeiros participantes

13:00 Peche de meta

ORGANIZACIÓN e COLABORADORES

Clube AROMON Pontevedra Montañeiros A Roelo

Dirección da proba: Alicia Pérez

Percorridos e trazados: Ángel Serto

Mais info en www.aromon.es ou ori@aromon.es

E as grazas, coma sempre, para os patrocinadores:

