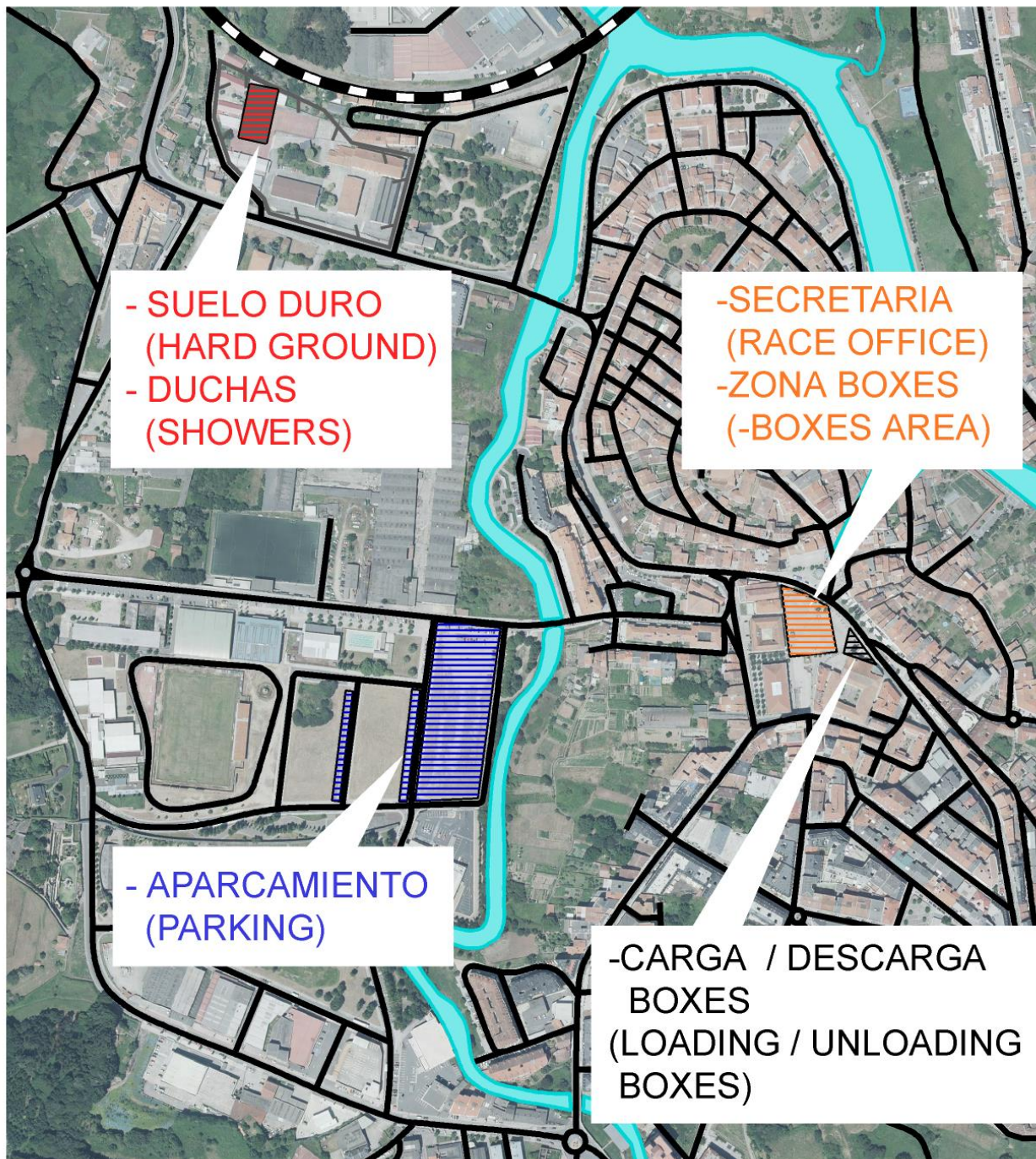


BREAFIG - ORIENTARAI

CENTRO DE CARRERA (HQ CENTER)

- BETANZOS, Plaza Hermanos García Naveira [ENLACE UBICACION](#)



NORMATIVA DE LA CARRERA

Todas las transiciones tienen la misma ubicación.

Si deseáis saltar cps o alguna sección, no podréis salir a la siguiente sección hasta que lo haga el primer equipo que venga con el recorrido completo.

- Carreteras generales. Queda prohibido cruzar o circular por las carreteras marcadas con la simbología de prohibido.
- Vías de tren. No podrá accederse a ellas ni circular y deberán cruzarse por puentes o túneles.
- Zonas prohibidas. Prohibido adentrarse en zonas prohibidas.

HORARIOS

SECRETARIA:

- Domingo 9, de 7:00 a 8:00

SALIDAS:

- Salida. Domingo 9 a las 8:30, Plaza Hermanos García Naveira
- META. Domingo 9 a las 13:30, Plaza Hermanos García Naveira

ENTREGA DE PREMIOS:

- Domingo 9 a las 14:00, Plaza Hermanos García Naveira

SUELO DURO Y DUCHAS: IES AS MARIÑAS

- Apertura 1, suelo duro / duchas el Viernes 7 a las 21:00, cierre Sabado 8 a las 10:00
- Apertura 2, suelo duro / duchas el Sábado 8 a las 22:00, cierre Domingo 9 hasta las 14:15 para ducharse.

MAPAS

Se entregarán 5 minutos antes de la salida (sección 1, 2 y 3)

Todas las secciones de carrera serán lineales.

SPORTIDENT

Cada corredor llevará un Sportident atado a su muñeca con una pulsera. Está prohibido romper la pulsera y dar el sportident a un compañero. En caso de rotura de pulsera, hay que avisar a la organización para reponer esa pulsera. Es obligatorio que los 2 corredores piquen todas las balizas juntos. Al final de todas las secciones, debéis picar la baliza de transición. Y al finalizar picar la baliza de meta. Tendréis 30 minutos para descargar vuestros sportident en la mesa de cronometraje en meta teniendo que ir todos los componentes del equipo.

BOLSA DE CORREDOR

Podréis recoger vuestra bolsa de carrera el Domingo 9 de 7:00 a 8:00 En estas bolsas encontraréis un dorsal para la mochila, y un dorsal de bicicleta.

Dispondréis de un box en la plaza Hermanos García Naveira, donde dejaréis vuestro material para usar en carrera.

El Domingo por la mañana debéis tener vuestro material y comida preparado.

TRACKTHERACE

Antes de la salida y como limite a las 8:00 del Domingo, se hará entrega de vuestro dispositivo de seguimiento Tracktherace, un dispositivo por equipo, siendo obligatorio portarlo durante toda la carrera y en la medida de lo posible situarlo en la parte superior de la mochila (sin otro material que lo cubra, como barritas energeticas, manta termica, etc). Al finalizar la carrera debereis devolver el dispositivo.

S1- TREKKING. 12 KMS

Usar los recorridos obligatorios señalados en el mapa de salida y entrada en Betanzos.

Es recomendable el uso de polainas debido a zonas de vegetacion espesa.

S2- KAYAK. 4 KMS

Desde la salida debéis desplazaros a pie hasta el punto 1. Embarcadero, donde accederéis a los kayaks. (No hay baliza). Aquellos que uséis material de kayak propio debéis portearlo desde la salida. A la vuelta desembarcareis en el mismo punto anterior. Debiendo desplazaros hasta la plaza para finalizar esta seccion.

S3- BTT. 14 KMS

Especial precaución en el tránsito por carreteras

Especial cuidado al entrar a Betanzos.

Para acceder a a la meta debéis seguir el recorrido obligatorio (muy importante), debiendo entrar al pasillo de meta por el lado norte respetando el sentido de la circulación.

All legar a meta recordar picar la baliza de META. Una vez hecho esto debéis descargar los sportident (no tardar más de 30 minutos desde que entréis en meta). Debéis estar siempre juntos para la descarga.

DISFRUTAD DE LA CARRERA!!

