

AR

EUROPEAN SERIES CHAMPIONSHIP

2022 **SPAIN** 

RG SPAIN
EXPEDITION RACE
8-9 OCTUBRE

- ▶ **Final del ARWS Europe Championship 2022**
- ▶ **4ª Carrera de la Liga Española de Raids
y 5ª de la Liga Gallega de Raids**



RG SPAIN
EXPEDITION RACE



RAIDBOOK – ARESC (Esp)

ARWC21 EXPEDITION RACE



+34 679 253 177



+34 657 75 28 49

Intro

Bienvenidos a todos a la cuarta edición del **Raid Gallaecia Expedition Race!!**

Desde la organización agradeceremos a todos el haber elegido nuestra carrera y esperamos haberos preparado una prueba que satisfaga todas vuestras ansias de aventura.

Las reglas que regulan esta carrera toman como base la normativa ARWS 2021, así como normativa específica de la carrera publicada en web del evento.

Notas importantes:

- La mayor parte de las secciones son lineales. Hay que coger los PCs en orden ascendente, salvo en una sección (S-7) que será en Score, pudiendo visitar los Pcs en orden libre.
- El material obligatorio a transportar es el especificado en el listado de material obligatorio adjunto en este documento.
- Durante los periodos entre que se pone el sol y sale será obligatorio (además de las luces) el uso de chaleco reflectante como capa más externa mientras se circule en bicicleta o se realice trekking por carreteras asfaltadas (ley española de tráfico).
- Clasificaciones: Los cálculos de tiempos estimados para completar la carrera con todos los cps visitados, en algo más de 18 horas. Habrá un total de 27:30 horas para completar la carrera. En caso de que un equipo no pueda completar el recorrido y decida dejar balizas, estas tendrán una puntuación, que viene definida en el Raidbook. Siempre estará más arriba en la clasificación aquellos equipos que tengan más puntos. En caso de empate a puntos estará más arriba quien complete la carrera en menos tiempo.

Horarios de corte en la carrera:

OZA-CESURAS (S-3): Los equipos que **NO SALGAN** a la sección S-4 antes del Domingo a las 0:00, serán cortados, debiendo proseguir con la S-5 de Btt.

BECHE (S-6): Los equipos que **NO SALGAN** a la sección S-7 antes del Domingo a las 9:00, serán cortados, debiendo proseguir con la S-8 de Btt.

BETANZOS (META): Cierre de **META** el Domingo 9 a las **13:30**



Mapas:

Número total de mapas: 15 mapas

S1 TREKKING:	2 Mapas	E 1:15.000
S2 KAYAK:	2 Mapa	E 1:20.000
S3 MTB:	3 Mapas	E 1:15.000
S4 TREKKING:	2 Mapas	E 1:15.000
S5 MTB:	1 Mapas	E 1:20.000
S6 MTB:	2 Mapas	E 1:20.000
S7 TREKKING:	1 Mapas	E 1:7.500
S8 MTB:	2 Mapas	E 1:20.000

Mareas:

BETANZOS

Día 8 de Octubre:

Altamar-03:58
Bajamar-10:00
Altamar-16:14
Bajamar-22:23

Día 9 de Octubre:

Altamar-04:37
Bajamar-10:36
Altamar-16:51
Bajamar-23:00



Aclaraciones sobre los mapas:



Unión entre puntos de control:

Los puntos de control se encuentran unidos entre sí por líneas discontinuas. Esta unión se realiza sin tocar las carreteras o zonas prohibidas, pero esto no indica que sea el único camino por donde dirigirse al punto de control. Podría haber otras zonas del mapa por donde se podría pasar sin tocar alguna carretera o zona prohibida. Esta unión de los Pcs también da a entender que la carrera es lineal en todo momento. Es obligatorio realizar todos los Pcs y en orden numérico ascendente. Salvo una sección que será en Score en donde los Pcs se podran visitar libremente.



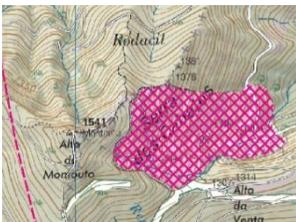
Carreteras prohibidas:

Las carreteras o pistas que se hallen así representadas no se podrá circular por ellas ni atravesar. Las autopistas y autovías son siempre prohibidas



Paso obligatorio:

Este símbolo de paréntesis invertido nos indica que es un paso obligatorio. Por lo que se ha de realizar el paso obligatoriamente entre las dos líneas. No se puede realizar un paso alternativo por ninguna otra zona del mapa



Zonas prohibidas o peligrosas:

Las zonas prohibidas o peligrosas se representaran en el mapa con un entramado que ocupara toda la zona. Terminantemente prohibido entrar en estas zonas



MATERIAL OBLIGATORIO / MANDATORY EQUIPMENT

POR EQUIPO / FOR TEAM *(siempre en carrera / always in race):*

Botiquín Básico / First Aid Kit *(venda, antiséptico, esparadrapo, gasas estériles, analgésicos y antiinflamatorios / bandage, antiseptic, sticking plaster, sterile gauze, painkillers and anti-inflammatories)*

Brújula / Compass

Funda estanca porta-mapas / Waterproof map case

Teléfono móvil apagado y cargado con pin escrito en la parte posterior / Mobile phone switched off and charged with pin written on the back of it

Dispositivo de seguimiento GPS Tracktherace / Tracktherace GPS tracking device *(facilitado por la organización / provided by the organisation)*

CORREDOR / RACER:

Peto AR / AR bib

Dorsal / Race bib *(facilitado por la organización / provided by the organisation)*

Mochila con capacidad para llevar el material obligatorio / Backpack with capacity to carry the obligatory equipment

Recipiente de al menos 1litro de agua / Container of at least 1litre of water

Chaqueta cortavientos / Shell Layer Top

Camiseta térmica manga larga / Baselayer Top

Pantalón o malla larga / Long pants or long tights *(Puedes usar pantalones cortos con polainas, siempre y cuando toda la pierna esté cubierta/ You can use short pants with leggins if your legs are fully covered)*

Gorro o Buff / Baselayer Head

Silbato / Whistle

Manta térmica / Survival Blanket

Sport Ident

Luz frontal con pilas-baterías de repuesto / Headlamp with batteries/extra batteries *(Obligatorio en secciones de TREKK y BTT en la noche entre las 8 pm y las 9 am/ Mandatory in TREKK and MTB sections at night between 8 pm and 9 am.)*

Chaleco reflectante / Reflective Vest *(Obligatorio en secciones de TREKK y BTT en la noche entre las 8 pm y las 9 am/ Mandatory in TREKK and MTB sections at night between 8 pm and 9 am.)*



SECCIONES BTT / MTB SECTIONS:

Bicicleta de montaña / Mountain Bike

Casco BTT / Helmet

Guantes / Globes

Luz trasera para BTT + Pilas de repuesto / MTB rear light + extra batteries

Kit de herramientas de BTT / MTB tool kit (1 por equipo / 1 per team)

SECCIONES KAYAK / KAYAK SECTIONS:

Kayak / Kayak (facilitado por la organización / provided by the organisation)

Palas / Paddles (facilitado por la organización, también se pueden utilizar material propio / provided by the organisation, you can also use your own equipment)

Chaleco seguridad / Personal Flotation Device (facilitado por la organización, también se pueden utilizar material propio / provided by the organisation, you can also use your own equipment)

SECCION DE RAPPEL / ROPE SECTION: (Solo un componente del equipo realizará el Rappel / Only one member of the team

Arnés escalada homologado / Certified climbing harness

1 Casco Escalada / 1 Climbing helmet

2 anillos o Bagas de anclaje de 60 cm / 2 Anchor Tape minimum 60 cm

3 mosquetones escalada con seguro / 3 climbing carabiners with safety catches

Descensor (tipo 8) + cordino nudo machard / Descender (type 8) + machard knot rope

Guantes largos / Long gloves

ACONSEJABLE / RECOMMENDED:

Funda estanca para el material en las pruebas acuáticas / Waterproof case for the equipment in the aquatic trials

Gafas de sol-protección / Sunglasses-protection

Crema solar / Sun protection cream

Polainas o medias altas / Gaiters or high socks (secciones de trekking / trekking sections)



CAMPEONATO EUROPEO DE CARRERAS DE AVENTURA

8-9 de Octubre 2022

Categoría:		ARES		08-09/10/2022			
Distancia	Des. Acum.+	Des. Acum.-	Salida	Cierre	T. Promedio	Mejor T.	
R	▶ 185,0km ◀	▲ 6180m	▼ 6040m	8/10/2022 10:00	9/10/2022 13:30	♥ 23h 5'	♥ 19h 35'
S1	▶ 22,0km ◀	▲ 850m	▼ 850m	10:00 ▶		♥ 3h 30'	♥ 3h 0'
S2	▶ 21,0km ◀	▲ 30m	▼ 10m			♥ 3h 25'	♥ 3h 10'
S3	▶ 32,0km ◀	▲ 1250m	▼ 1100m		◀ 9/10/2022 0:00	♥ 3h 15'	♥ 2h 45'
S4	▶ 29,0km ◀	▲ 1200m	▼ 1200m			♥ 4h 15'	♥ 3h 45'
S5	▶ 20,0km ◀	▲ 650m	▼ 580m			♥ 2h 10'	♥ 1h 40'
S6	▶ 26,0km ◀	▲ 1100m	▼ 900m		◀ 9/10/2022 9:00	♥ 2h 40'	♥ 2h 15'
S7	▶ 7,0km ◀	▲ 300m	▼ 300m			♥ 1h 20'	♥ 1h 0'
S8	▶ 28,0km ◀	▲ 800m	▼ 1100m		◀ 9/10/2022 13:30	♥ 2h 30'	♥ 2h 0'

Emerg.: Pablo López (Director): 679 253 177 / José Balseiro (Seguridad): 657 752 849





SECCION S-1: TREKKING (LINEAL)

Material Obligatorio por Equipo

Material Obligatorio por Corredor

Orden	Cod.	Descripción	Pros.	▼ 850m	8/10/2022 10:00	🏃 Corte	◀ Cierre	♥ 3h 30'	♥ 3h 0'
▶ 22,0km	▲ 850m				Salida ▶			♥ 3h 30'	♥ 3h 0'
△		S-1 PLAZA BETANZOS			10:00▶			♥ 0h 0'	♥ 0h 0'
1	31	ESCALERAS PARTE DE ARRIBA	1						
2	32	EDIFICACIÓN ESQUINA INTERIOR ESTE	1						
3	33	EDIFICACIÓN ESQUINA INTERIOR OESTE	1						
4	34	CORTADO ÁRBOL CAIDO	1						
5	35	CRUCE DE CAMINOS	1						
6	36	LÍMITE DE VEGETACIÓN (ÁRBOL)	1						
7	37	ENTRE CORTADOS	1						
8	38	FIN DE CAMINO	1						
9	39	VALLA ESQUINA LADO SUR	1						
10	40	ARBOL	1						
11	41	CURVA DE CAMINO	1						
12	42	ORILLA RIO (ÁRBOL)	1						
13	43	PUENTE	1						
14	44	RUINAS	1						
🕒	45	T-1 PLAYA PEDRIDO	0					♥ 3h 30'	♥ 3h 0'

Emerg.: Pablo López (Director): 679 253 177 / José Balseiro (Seguridad): 657 752 849

Usar el paso obligatorio por el puente del río para la salida de Betanzos.

Entre el cp11 y cp14, especial cuidado en los cruces de río, ya que puede tener bastante caudal.

Cuidado en el cruce de carretera general después del cp14. Cruzar con precaución

Especial precaución en el cruce del puente Pedrido, puente que cruza la ría. Es obligatorio circular por la acera en fila de a 1.

Al llegar a T-1 os encontraréis vuestra bolsa de kayak.

SECCION S-2: KAYAK (LINEAL)

- Material Obligatorio por Equipo
- Material Obligatorio por Corredor
- Material Obligatorio secciones Kayak
- Material Cuerdas

S2		▶ 21,0km ◀	▲ 30m	▼ 10m			🏹 + 🏹	♥ 3h 25'	♥ 3h 10'
Orden	Cod.	Descripcion		Ptos.	Salida ▶	Corte	◀ Cierre	T. Promedio	Mejor T.
△		S-2 PLAYA PEDRIDO						♥ 0h 0'	♥ 0h 0'
1	46	SEÑAL		2					
2	47	VAGUADA (ISLOTE)		6					
3	48	VALLA EN RAMPA		3					
4	DESEMBARQUE (NO HAY BALIZA)								
5	102	PRUEBA ESPECIAL DE RAPEL		1		🏹			
◎	49	T-2 PLAZA BETANZOS		0				♥ 3h 25'	♥ 3h 10'

Emerg.: Pablo López (Director): 679 253 177 / José Balseiro (Seguridad): 657 752 849

Aquellos equipos que usen su bolsa propia para palas y chalecos deberán portear la bolsa durante la sección de kayak.

Especial precaución en el pc2. Cuidado con los resbalones al bajar.

Especial precaución al pasar por la punta antes del pc3. Separarse lo más posible de la costa para evitar la rompiente.

Al llegar al punto de desembarque CP4, llevar vuestro material de kayak y bolsa hasta la T2 y dejar en vuestro Box.

Mareas: Bajamar 10:00 / Pleamar 16:14

Al llegar a esta transición dispondreis de: Agua, Baños, Termo para calentar agua

En esta transición dispondreis de la CAJA

Esta transición no está a cubierto



SECCION S-3: BTT (LINEAL)

Material Obligatorio por Equipo
 Material Obligatorio por Corredor
 Material Obligatorio secciones Btt
 Portar Zapatillas de trekking para la seccion S-4



Orden	Cod.	▲ 1250m	▼ 1100m	Descripcion	Ptos.	Salida ▶	🚲 Corte	◀ 9/10/2022 0:00	♥ 3h 15'	Mejor T. ♥ 0h 0'
1	50	S-3 PLAZA BETANZOS			1					
2	51	FINAL DE CAMINO			1					
3	52	UNION DE CAMINOS			2					
4	53	RUINAS DENTRO			2					
5	54	VÉRTICE GEODÉSICO			1					
6	55	SENDA			1					
7	56	CURVA DEL CAMINO			1					
8	57	UNION DE CAMINOS			1					
⊙	58	RUINA DENTRO			1					
		T-3 PABELLON OZA-CESURAS			0			◀ 9/10/2022 0:00	♥ 3h 15'	♥ 2h 45'

Emerg.: Pablo López (Director): 679 253 177 / José Balseiro (Seguridad): 657 752 849

Precaución en la salida de Betanzos

Especial precaución en el cruce de la Nacional VI después del pc5

Corte para salir a sección S-4 9/10/2022 0:00

Al llegar a esta transición dispondreis de: Agua,

Esta transición estará a cubierto





Material Obligatorio por Equipo
Material Obligatorio por Corredor

SECCION S-4: TREKKING (LINEAL)

S4 ▶ 29,0km ◀		▲ 1200m	▼ 1200m			🏔️	◀ Cierre	♥ 4h 15'	♥ 3h 45'
Orden	Cod.	Descripcion	Ptos.	Salida ▶	Corte	T. Promedio	Mejor T.		
△		S-4 PABELLON OZA-CESURAS				♥ 0h 0'	♥ 0h 0'		
1	59	CURVA CAMINO	1						
2	60	CURVA CAMINO	1						
3	61	ARBOL	1						
4	62	UNION DE CAMINOS	1						
5	63	VÉRTICE GEODÉSICO	2						
6	64	UNION DE CAMINOS	2						
7	65	DEPÓSITO DE AGUA	1						
8	66	PUENTE	1						
9	67	UNION DE CAMINOS	1						
10	68	FINAL DE CAMINO	1						
☉	58	T-4 PABELLON OZA-CESURAS	0			♥ 4h 15'	♥ 3h 45'		

Emerg.: Pablo López (Director): 679 253 177 / José Balseiro (Seguridad): 657 752 849

Material recomendado: polainas

Si se cruza el río, tener precaución debido al posible alto nivel de agua

Al llegar a esta transición dispondreis de: Agua,

Esta transición estará a cubierto



SECCION S-5: BTT (LINEAL)

Material Obligatorio por Equipo
Material Obligatorio por Corredor
Material Obligatorio secciones Btt



S5 ▶ 20,0km ◀		▲ 650m	▼ 580m			♣ 2h 10'	♣ 1h 40'
Orden	Cod.	Descripcion	Ptos.	Salida ▶	Corte	T. Promedio	Mejor T.
△		S-5 PABELLON OZA-CESURAS				♣ 0h 0'	♣ 0h 0'
1	71	UNION DE CAMINOS	1				
2	72	UNION DE CAMINOS	1				
3	73	CARTEL RUTA	1				
4	74	UNION DE CAMINOS	1				
5	75	RUINAS	1				
6	76	CURVA CAMINO	1				
7	77	FUENTE	1				
		SEGUIR RECORRIDO OBLIGATORIO					
◎	49	T-5 PLAZA BETANZOS	0			♣ 3h 15'	♣ 2h 45'

Emerg.: Pablo López (Director): 679 253 177 / José Balseiro (Seguridad): 657 752 849

No se puede usar las vías del tren. Cruzar las vías sólo por los lugares habilitados, no saltar las vallas que delimitan las vías.

Especial precaución entre los pc6 y pc7 al paso por la carretera nacional.

Al llegar a la T-5, se realizará una descarga intermedia de los datos de Sportident

Al llegar a esta transición dispondreis de: Agua, Baños, Termo para calentar agua

En esta transición dispondreis de la CAJA

Esta transición no está a cubierto



SECCION S-6: BTT (LINEAL)

Material Obligatorio por Equipo
 Material Obligatorio por Corredor
 Material Obligatorio secciones Btt



Portar Zapatillas de trekking para la seccion S-7

Orden	▲ 26,0km ◀	▲ 1100m	▼ 900m	Pos.	Salida▶	🚲 Corte	◀ 9/10/2022 9:00	♥ 2h 40'	♥ 2h 15'
Orden	Cod.	Descripcion	Ptos.				◀ Cierre	T. Promedio	Mejor T.
		S-6 PLAZA BETANZOS						♥ 0h 0'	♥ 0h 0'
		SEGUIR RECORRIDO OBLIGATORIO							
1	79	CANAL	1						
2	80	CAMINO	1						
3	81	FIN DE CAMINO	1						
4	82	MOLINO LADO NORTE	2						
5	83	LÍMITE VEGETACIÓN INTERIOR NORTE	2						
6	84	UNION DE CAMINOS	2						
☉	85	T-6 BECHE	0				◀ 9/10/2022 9:00	♥ 2h 40'	♥ 2h 15'

Emerg.: Pablo López (Director): 679 253 177 / José Balseiro (Seguridad): 657 752 849

Especial precaución a la salida de Betanzos.

En los tramos comunes con el Camino de Santiago respetar a los peatones/peregrinos que se encuentren haciendo el camino.

Corte para salir a sección S-7 9/10/2022 9:00

Al llegar a esta transición dispondreis de: Agua, Baños,

Esta transición no está a cubierto

SECCION S-7: TREKKING (SCORE)									
Material Obligatorio por Equipo		Material Obligatorio por Corredor		▶ 300m		▲ 300m		▼ 300m	
Orden	Cod.	Descripcion		Ptos.		Salida▶	Corte	◀Cierre	T. Promedio
△	S-7	BECHE							♥ 1h 20'
	86	FINAL DE CAMINO		1					♥ 0h 0'
	87	ARBOL		1					
	88	CURVA DEL CAMINO		1					
	89	LIMITE DE VEGETACION		1					
	90	UNION CAMINO MURO DE TIERRA		1					
	91	UNION DE CAMINOS		1					
	92	PUENTECILLO		1					
◎	93	T-7 BECHE		0					♥ 1h 20'

Emerg.: Pablo López (Director): 679 253 177 / José Balseiro (Seguridad): 657 752 849

Material recomendado: polainas

Respetar las plantaciones (Circular por el borde de las fincas)

Al llegar a esta transición dispondeis de: Agua, Baños,

Esta transición no está a cubierto

SECCION S-8: BTT (LINEAL)

Material Obligatorio por Equipo
 Material Obligatorio por Corredor
 Material Obligatorio secciones Btt

S8 ▶ 28,0km ◀		▲ 800m	▶ 1100m			🚲 Corte	◀ 9/10/2022 13:30	♥ 2h 30'	♥ 2h 0'
Orden	Cod.	Descripcion	Ptos.	Salida ▶			◀ Cierre	T. Promedio	Mejor T.
△		S-8 BECHE						♥ 0h 0'	♥ 0h 0'
1	94	MURO	2						
2	95	POSTE LUZ	2						
3	96	VAGUADA	2						
4	97	FINAL CAMINO (CIERRE)	2						
5	98	ESQUINA MURO	2						
6	99	LÍMITE VEGETACIÓN	2						
		SEGUIR RECORRIDO OBLIGATORIO							
7	49	FINAL DE SECCION	0						
☉		META -PLAZA BETANZOS					◀ 9/10/2022 13:30	♥ 2h 30'	♥ 2h 0'

Emerg.: Pablo López (Director): 679 253 177 / José Balseiro (Seguridad): 657 752 849

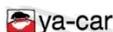
Especial precaución en el cruce de carreteras

No se puede usar las vías del tren. Cruzar las vías sólo por los lugares habilitados, no saltar las vallas que delimitan las vías.

Especial precaución en la entrada a Betanzos para encarar la meta, seguir el recorrido obligatorio.

Horario límite de entrada en meta 9/10/2022 13:30

Agradecimientos a todos nuestros colaboradores y patrocinadores, ya que sin todos ellos no podría ser posible el llevar a cabo esta maravillosa aventura.



ARWC21 EXPEDITION RACE

☎ +34 679 253 177

🇨🇭 +34 657 75 28 49