

# RAIDBOOK

## 4º BUDIÑO RAID 2018 BAIXO MIÑO

CAMPIONATO GALEGO DE RAIDS DE ORIENTACIÓN 2018

colaboran:

**Tomino**  
CONCELLO



CONCELLO  
DO ROSAL



fegado  
Federación Galega  
de Orientación



DEPUTACIÓN  
PONTEVEDRA

SERTUY



CENTRO DEPORTIVO  
986622987 / 682263744

HOTEL RESTAURANTE  
NUEVA COLINA



POWERADE

información:

[www.fegado.es](http://www.fegado.es)  
[www.aforna.org](http://www.aforna.org)

**80 Km**  
10 horas  
6 SECTORES  
6 DISCIPLINAS



**Sumipor**  
SUMINISTROS INDUSTRIALES



RENAULT

**RODOSA**  
VIGO - NIGRÁN - CANGAS - PONTEAREAS

[www.rodosa.com](http://www.rodosa.com)

organiza:



SÁBADO  
**27**  
OUTUBRO

5ª PROBA da LIGA GALEGA DE RAIDS DE ORIENTACIÓN 2018

Orienta-RAID

2018

## 4º BUDIÑORAID Baixo Miño 2018

27 Outubro 2018

### Categoría: Elite e Aventura

R	▶ 85 KM ◀	▲ 2415 m	▼ 2475 m	09:30 ▶		◀ 19:30	▶ 10 h ◀	♥ 10 h
	Distancia	Des. Acum. +	Des. Acum. -	Salida ▶	Disciplina	◀ Cierre	T.efectivo	Mejor T.
S1	▶ 16+2 KM ◀	235 m	285 m	09:30 ▶	H IF			♥ 2,30 h
S2	▶ 9+2 KM ◀	90 m	105 m		G H	◀ 14:30		♥ 1,50 h
S3	▶ 26,0KM ◀	1035 m	875 m		B			♥ 2,30 h
S4	▶ 8,5 KM ◀	475 m	475 m		H			♥ 1,25 h
S5	▶ 16,0 KM ◀	480 m	635 m		B			♥ 1,15 h
S6	▶ 5,0 KM ◀	100 m	100 m		F	◀ 19:30		♥ 30 min

## 4º BUDIÑORAID Baixo Miño 2018

27 Outubro 2018

### Categoría: Orienta-Raid

R	▶ 60 KM ◀	▲ 1875m	▼ 1935m	09:30 ▶		◀ 10:30	▶ 10 h ◀	♥ 10 h
	Distancia	Des. Acum. +	Des. Acum. -	Salida ▶	Disciplina	◀ Cierre	T.efectivo	Mejor T.
S1	▶ 2,0 KM ◀	0 m	0 m	09:30 ▶	IF			♥ 35 min
S2	▶ 7,0 KM ◀	55 m	115 m		H			♥ 1,15 h
S3	▶ 6+2 KM ◀	90 m	105 m		G H	◀ 13:45		♥ 2,00 h
S4	▶ 19,0 KM ◀	825 m	655 m		B			♥ 2,30 h
S5	▶ 5,5 KM ◀	325 m	325 m		H	◀ 18:00		♥ 1,35 h
S6	▶ 13,0 KM ◀	480 m	635 m		B			♥ 1,30 h
S7	▶ 5,0 KM ◀	100 m	100 m		F	◀ 19:30		♥ 35 min

### Material obligatorio do Raid por equipo:

- Compás (brújula).
- 1 Teléfono Móbil con batería, apagado e co PIN escrito no exterior .
- Botiquín de Emerxencia con cando menos Esparadrappo (2,5m.), Venda (2,5m.), Compresas ou apósitos (5 ud), Antiséptico (50 ml.), Analxésicos (5 ud), Antiinflamatorios (5ud.).
- GPS de Tracktherace (facilitado pola organización).
- Kit ferramentas btt.

### Material obligatorio do Raid por corredor sempre en carreira:

- Silbato, e coñecer o código morse de S.O.S (... ---...).
- Manta Térmica.
- Mochila
- Recipiente para bebida (1 l.).
- Ración Enerxética (200 gr.).
- Camiseta Térmica manga longa.
- Cortaventos/Chuvasqueiro manga longa.

### Material obligatorio do Raid por corredor según sector ou proba:

- Casco Btt (Sector BTT).
- Chaleco salvavidas (Sector Kaiak).
- Pás Kaiak (Sector Kaiak).
- Arnés, cinta de 60cm cosida, oito ou descensor, 2 mosquetóns e cordino para nudo Machard, 2 bloqueadores e 2 pedales. (Probas especiais Rappel, escalada e Jumar).

## Sector 1 - PROBA ESPECIAL

Orienta  
RAID

Para as probas especiais casco, arnes, oito, dous mosquetons, vaga de 60cm  
cordino

Score

<b>S1</b>	▶ 2,5 Km ◀	▲ 235m	▼ 285m		09:30 ▶	HI		▶ ◀	♥ 35'		
	Orden	Codigo	Tipo	Situac.	Observ.	Valor	Salida ▶	▶ Corte ◀	◀ Cierre	T.efectivo	Mejor T.
	▲			S							
	1	40	○	PROBA ESPECIAL		3	Para conseguir os 3 puntos da proba especial hai que conseguir un total de 10 minipuntos entre as catro probas. RAPPEL 2ptos e O-PÉ MEMORIA 15ptos				

Teléfono Director Prueba: 651 413 204

Emerxencias: 112

Teléfono Ambulancia: 625 177 044

## Sector 2 - TREKKING

**H**

Material obligatorio raid, recomendado polainas .

Orienta  
RAID

Lineal

S2		▶ 7 Km ◀	▲ 235m	▼ 285m	09:30 ▶	H	▶ ◀	♥ 1,15 h		
Orden	Codigo	Tipo	Situac.	Observ.	Valor	Salida ▶	▶ Corte ◀	◀ Cierre	T.efectivo	Mejor T.
▲			S							
2	41	○	X		1					
3	42	○	—		1					
4	43	○	—		1					
#	100	●	⏏	~	1					

Teléfono Director Prueba: 651 413 204

Emerxencias: 112

Teléfono Ambulancia: 625 177 044

## Sector 3- KAIK + TREKKING

**GH**

Material obligatorio raid.

Para o Kaiak pás e chaleco salvavidas facilitado pola organización.

Orienta  
RAID

Score

S3	▶ 8 Km ◀		▲ 20m		▼ 20m		G		▶ ◀		♥ 1,50 h
	Orden	Codigo	Tipo	Situac.	Observ.	Valor	Salida ▶	▶ Corte ◀	◀ Cierre	T.efectivo	Mejor T.
	▲			JUL	~						
6	44	G	♠	X	1						
7	45	G	♠		2						
8	47	G	P	I	1						
9	49	G	♠		1						
10	50	G	—		1						
11	51	H	—		1						
#	200	●	S		1				◀ 13:45		

Descarga tarxeta SportIdent

Teléfono Director Prueba: 651 413 204

Emerxencias: 112

Teléfono Ambulancia: 625 177 044

Preamar 6:05 ; Baixamar 12:13

**B****Sector 4 - BTT**Orienta  
RAID

Material obligatorio raid, casco BTT, kit herramientas BTT (equipo)

Score

S4		▶ 19 Km ◀		▲ 1035m		▼ 875m		B		▶ ◀		♥ 2,30h
Orden	Codigo	Tipo	Situac.	Observ.	Valor	Salida ▶	▶ Corte ◀	◀ Cierre	T.efectivo	Mejor T.		
▲			S					◀ 14:15				
13	53	○	⌋⌋	~	1							
14	55	○	m		2							
15	56	○	=		2							
16	57	○	m		2							
17	58	○	⌋⌋	~	1							
#	100	●	S		2							

Teléfono Director Prueba: 651 413 204

Emerxencias: 112

Teléfono Ambulancia: 625 177 044

## Sector 5- TREKKING

**H**

Material obligatorio raid, recomendado polainas .

Orienta  
RAID

Score

S5		▶ 5,5 Km ◀	▲ 475m	▼ 475m						♥ 1,25 h
Orden	Codigo	Tipo	Situac.	Observ.	Valor	Salida ▶	▶ Corte ◀	◀ Cierre	T.efectivo	Mejor T.
			S							
19	60	○	1		1					
20	61	○	⊥	Đ	1					
21	63	○	U		2					
22	65	○	⊥		2					
#	200	●	S		1			◀ 18:00		

Teléfono Director Prueba: 651 413 204

Emerxencias: 112

Teléfono Ambulancia: 625 177 044

**B****Sector 6 - BTT**

Material obligatorio raid, casco BTT, kit herramientas BTT (equipo)

Orienta  
RAID

Lineal

S6		▶ 13 Km ◀		▲ 480m		▼ 635m		B		▶ ◀		♥ 1,15h
Orden	Codigo	Tipo	Situac.	Observ.	Valor	Salida ▶	▶ Corte ◀	◀ Cierre	T.efectivo	Mejor T.		
▲			S					◀ 18:30				
24	66	○	hh	æ	1							
25	67	○	hh	~	2							
26	69	○	hh	æ	1							
27	70	○	hh	æ	1							
#	300	●	S		1							

Teléfono Director Prueba: 651 413 204

Emerxencias: 112

Teléfono Ambulancia: 625 177 044



## Sector 7 - ORIENTACIÓN URBANA

**F**

Material obligatorio raid

Orienta  
RAID

Score

S7

▶ 5 Km ◀		▲ 100m		▼ 100m		17:00 ▶	F	◀ 19:30	▶ ◀	♥ 30 min
Orden	Codigo	Tipo	Situac.	Observ.	Valor	Salida ▶	▶ Corte ◀	◀ Cierre	T.efectivo	Mejor T.
▲			S			17:00 ▶				
29	71	○	♠		0,5					
30	72	○	-		0,5					
31	73	○	}		0,5					
32	74	○	~		0,5					
33	75	○	♠		0,5					
34	76	○	S		0,5					
35	77	○	}		0,5					
36	78	○	♠		0,5					
37	79	○	♠		0,5					
#	400	●	S		0,5			◀ 19:30		

**Descarga tarjeta SportIdent**

Teléfono Director Prueba: 651 413 204

Emergencias: 11

Teléfono Ambulancia: 625 177 044