

# CAMPIONATO GALEGO ESCOLAR DE ORIENTACIÓN A PÉ - 19 Cenlle -Ourense.

BOLETÍN PARA  
ALUMNADO, FAMILIAS  
E PROFESORADO



## Programa:

---

**8.45:** Estación de autobuses de Tui. Pasar lista e partida.

**10.00:** Chegada a Cenlle - zona de competición.

Recollida de dorsais e tarxetas sportident.

Recoñecemento de zona de saída/presaída.

Lugar de encontro para as chegadas.

**Quecemento** e concentración para saída á hora asignada

**11.00:** comezo das saídas

NESTE TEMPO, e sempre despois da carreira, podemos **estirar** e andar pola zona de lecer sempre baixo a supervisión das profes. Podedes comer no merendeiro e bañarvos nas termas (non no río!) si nolo permiten.

**14.00:** Entrega de premios e medallas.

**14.30:** Saída a Tui no bus.

**15.30:** Chegada á Tui (estación de buses)

## Información xeral:

---

- Iremos 2 profesoras e unha técnica en orientación a pé que vos pode axudar en todos os conceptos sobre a Carrerira.

- Emprestaremos chándals e/ou camisetas a todxs os participantes asinando o documento de entrega para a súa posterior devolución,

- Haberá duchas e aseos polo que sería convinte levar muda para se cambiar.

- Cómpre que cada un leve candasúa comida, bebida e merendas que estime necesario (alí hai un chiringuito pero é caro e non da comidas).

- Estaremos nunha zona de termas (con auga bastante fría pero públicas) polo que, si vos queda tempo e están abertas, podemos usalas. Para iso cómpre levar bañador, chanclas e toalla.

- Cómpre tamén levar crema solar con un factor alto e gorra.

- A organización recomenda levar roupa clara que cubra todo o corpo.

Infantil feminino	Infantil masculino	Cadete feminino	Cadete masculino
IRIA DOMÍNGUEZ (1°C)	YOHANIS ROMERO (2ºA)	NURIA VÁZQUEZ (3ºA)	XOAN COYA (3°C)
ANDREA PÉREZ (1ºD)	XACOBÉ GONZÁLEZ (1°C)	DANIELA SANZ (3ºA)	BELTRAN GARCÍA (3°C)
ALBA ESTÉVEZ (1ºD)	SANTIAGO JIMÉNEZ (2ºA)	CLARA PEREIRA (3°C)	IAGO SOUTO (3°C)
CRISTINA PIÑA (2ºA)	ANXO FERNÁNDEZ (1ºA)	ALBA GARCÍA (3ºA)	DAVID LAGO (3ºA)
YULEISY TEJERA (2º C)		MAR FONT (3°C)	
		HIBA EL GHALI (2°C)	

## Información xerais sobre a proba:

---

### **Imos participar nun campionato de orientación polo que non podemos esquecer os principios básicos:**

- O ambiente e comportamento que densevolvamos é crucial para que todo saia ben e que pasemos unha mañá agradable e divertida.
- En orientaciónaos é obrigatorio ofrecer axuda a todo participante que o precise por atoparse mancado.
- Xs orientadorxs teñen que ser respectuosos co medio natural polo que non deben tirar lixo ao chan en toda a zona de competición (zona de carreira e zona de lecer).
- **OLLO:** Haberá Xuíz Controlador e xuíces auxiliares que descalificarán cando detecten o non cumprimento das normas:
  - Alí **NON** se poden consultar mapas da zona en ningún formato.
  - Prohíbese o acceso á zona de competición aos inscritos antes da carreira. Nin ao seu remate mentres haxa corredores nela.
  - A proba ten que facerse en silencio.
  - Non se pode seguir a outros corredores.
  - Esta terminantemente prohibido levar móbil durante a competición (é recomendable que o deixen na casa), nen ningún aparello electrónico con funcións de xeolocalización. Si é interesante que leven reloxo.
- **Lembrede a importancia do Xogo Limpo.**

## Especificacións técnicas:

---

- Está terminantemente prohibido cruzar a vía do tren (fixarse nas zonas habilitadas para cruzar: túneles/pontes).
- Non se pode traspasar ningunha zona limitada por cinta, baixo pena de descualificación.
- Hai que cumprir as normas de circulación vial. A proba celebrárase nunha zona peonil sen tráfico de vehículos a motor, pero ocasionalmente pode aparecer algún ciclista ou paseante.
- Os campos de cultivo rodearanse polos bordes. **NUNCA** atallar polo medio!
- En todo momento, hai que respectar as propiedades públicas e privadas. (O verde oliva é propiedade privada prohibida en todos os casos!)
- **IMPORTANTÍSIMO LER O BOLETÍN E ANALIZAR ALGO**





CONCELLO  
CENLLE

# CENLLE - Ourense

Zona termal de Cenlle



XUNTA  
DE GALICIA



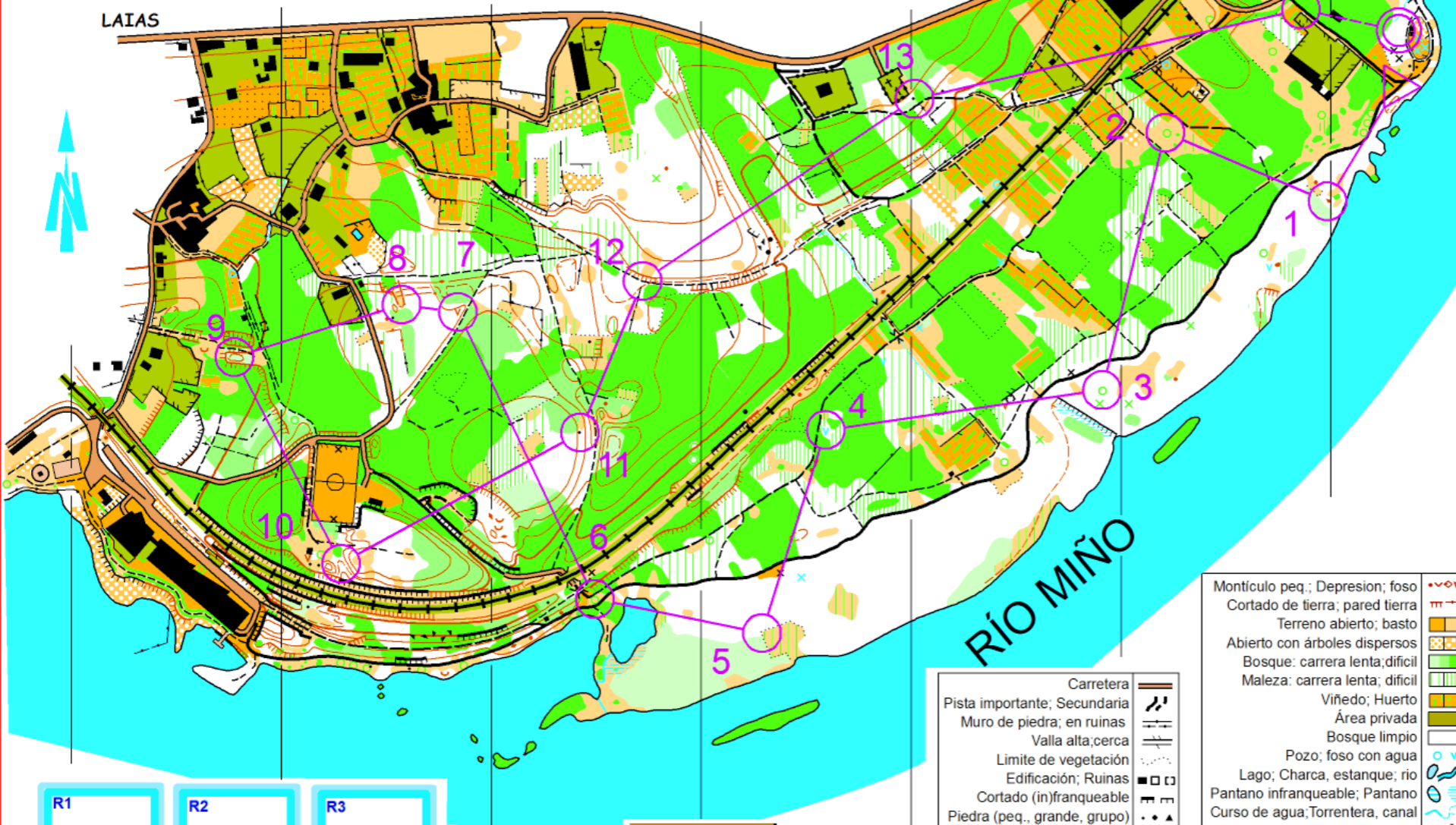
galicia

Escala - 1:7500  
Equid. - 5 metros

### Ficha Técnica

TRABAJO DE CAMPO  
Alexandre Reis  
Agosto 2013  
ARREGLOS GRÁFICOS  
Alexandre Reis  
DIMENSIONES  
Perímetro 5,6km  
Área 1,7km<sup>2</sup>

Alexandre Reis



CENLLE OURENSE			
DIFICIL LARGO	3,9 km		
1	36	●	○ <sub>L</sub>
2	34	↑	
3	40	↑	
4	44	∩	○
5	58	∩	┌
6	57	↑	
7	50	∩	
8	51	∩	┌
9	53	○	┌
10	55	∩	○
11	56	▲	○
12	48	∩	<
13	46	▲	○
14	38	↑	┌

**R1**

Utilizar solo en caso de fallo del:

**R2**

SPORTident

**R3**

Use only if SPORTident fails.

Escala Gráfica

- Carretera
- Pista importante; Secundaria
- Muro de piedra; en ruinas
- Valla alta; cerca
- Limite de vegetación
- Edificación; Ruinas
- Cortado (in)franqueable
- Piedra (peq., grande, grupo)
- Zona de piedras
- Foso rocoso; Cueva
- Curva de nivel
- Surcos de erosión

- Montículo peq.; Depresion; foso
- Cortado de tierra; pared tierra
- Terreno abierto; basto
- Abierto con árboles dispersos
- Bosque: carrera lenta; difícil
- Maleza: carrera lenta; difícil
- Viñedo; Huerto
- Área privada
- Bosque limpio
- Pozo; foso con agua
- Lago; Charca, estanque; rio
- Pantano infranqueable; Pantano
- Curso de agua; Torrentera, canal
- Torre pequeña; Vía de tren
- Torre alta; Tumba
- Mojón; Objeto especial
- Árbol; Tronco