



# REXISTRO OFICIAL DE SOLICITUDES COLECTIVAS ADESTRAMENTOS ORGANIZADOS, PROGRAMADOS E DIRIXIDOS POR CLUBS DA FEGADO

A.D SAN ROQUE DE VIVEIRO | CIF: G27268671 | carreramontesviveiro@gmail.com

## PLAN DE ADESTRAMENTOS FEDERADOS CLUB AD SAN ROQUE (3) + GALLAECIA RAID (1) EQUIPO “PES NEGROS DA MARIÑA”

### Deportistas solicitantes (ver ANEXO)

GRUPO NATURAL DE ADESTRAMENTO PNM\_FMM\_HXPV\_JMLM

A data actual o Protocolo FISICOVID-DXT GALEGO FEGADO Act. xan 2021 permite os adestramentos dun máximo de 25 persoas non simultaneamente. Debe cumprirse estritamente o establecido no protocolo tanto antes, como durante e despois da práctica deportiva. Aplicar sempre a filosofía de chegar, correr e marchar.

Recoméndase, en tanto non se reciban instrucións específicas (ou cambio normativo) o **desprazamento aos adestramentos en vehículos cumprindo o establecido no Protocolo FISICOVID-DXT GALEGO FEGADO**. Recoméndase que a progresión dos membros do equipo sexa individual. Sen contactos.

Respectar as distancias de seguridade interpersoais que establece o Protocolo FISICOVID-DXT GALEGO FEGADO. No caso do RAID, será de 3 metros entre compoñentes do equipo durante a progresión nas seccións de trekking, e de 6 metros nas seccións de bicicleta BTT. O uso de máscara será obrigatorio nas seccións de kayak posto que non se pode garantir unha distancia interpersonal mínima de 1,5 metros.

## SÁBADO 27/02/2021 - ADESTRAMENTO PUNTUAL SEMANA 8

### Data e nome da/s competición vinculada/s:

13/03/2021 | 1ª proba da Liga Galega de Raids de Orientación. II Raid Fluvial de Lugo Concello de Becerreá.  
20 e 21/03/2021 | 1ª proba da Liga Española de Raids de Orientación. V Raid de la Siberia, Extremadura.  
1 ao 12 de outubro de 2021 | ADVENTURE RACING WORLD CHAMPIONSHIP 2021 (ARWC21).

### ANEXO. Grupo Natural de Adestramento PNM\_FMM\_HXPV\_JMLM

Nome e apelidos	DNI	Nº LICENZA	Concello de residencia	Horario	Lugar de adestramento Concello/s de	Causa xustificada do adestramento (se non estivera recollida no certificado)
Paula Naya Mancebo	***1781**	15006553	Arteixo (CO)	08:00 a 20:00	Pontedeume – Cabanas (Fragas do Eume)	Orientación en terreno descoñecido con cartografía IGN 1:25.000 como adestramento conxunto para as competicións vinculadas á especialidades de Raid de Orientación/Aventura. Adestramentos de longa distancia e con desniveis acumulados en terreos exixentes como adestramento de probas de ultrarresistencia.
Felipe Martínez Mera	***9906**	27005181	Viveiro (LU)	08:00 a 20:00	Pontedeume – Cabanas (Fragas do Eume)	
Henrique Xosé Peinó Villares	***9348**	27006080	Cervo (LU)	08:00 a 20:00	Pontedeume – Cabanas (Fragas do Eume)	
José Manuel López Martínez	***9248*	36006906	Viveiro (LU)	08:00 a 20:00	Pontedeume – Cabanas (Fragas do Eume)	

VºBº da Dirección Técnica FEGADO ao PLAN DE ADESTRAMENTO da SEMANA 08 (27 febreiro de 2021)

Jorge Piñeiro Portela

DIRECTOR TÉCNICO DA FEDERACIÓN GALEGA DE ORIENTACIÓN

fegado.direcciontecnica@gmail.com

