

## PROXECTO DEPORTIVO FEGADO 2021

### PROXECTO DEPORTIVO ORIENTACIÓN A PE 2021

#### 1. INTRODUCCIÓN:

A orientación como todos os deportes, e como todo o planeta xeral sufriu durante o ano 2020. A orientación é un dos deportes que retomará a súa práctica no ano 2021 con mais forza se cabe. Deporte individual, sen contacto físico, ó aire libre e cun protocolo específico moi traballado fan que a volta do noso deporte se presente cunhas expectativas altas.

#### 2. ANÁLISE 2020:

Dentro deste ano que finaliza destacan as seguintes cuestións:

- Suspensións de case a totalidade de probas da liga galega de orientación a pe, por cuestións sanitarias a causa do virus COVID-19.
- Diminución da participación en carreiras nacionais ou internacionais por anulación de probas nacionais e internacionais e por cuestións do pouco interese a viaxar/desprazarse por parte dos deportistas.
- Suspensión de todas as carreiras dentro do programa Xogade, do Deporte Escolar.
- Suspensión da maioría dos adestramentos de tecnificación a pé, por cuestións sanitarias.
- Aparición de novas propostas de carreiras de orientación a nivel online, con alta participación.
- Elaboración do protocolo FISICOVID
- Aumento do nº de adestramentos organizados por parte dos clubs no último período do ano, a partir do protocolo FISICOVID.
- Excelentes resultados na Liga Española de Rogaine.
- Moi bos resultados no CEO en distintas categorías e carreiras.
- Continuación con case o mesmo número de licenzas do ano anterior (687), sendo Galicia a segunda comunidade autónoma con maior número de licenzas de España: **677** licenzas (por detrás da FADO con 714).

#### 3. OBXECTIVOS 2021:

Pretendemos seguir crescendo como deporte, tanto a nivel autonómico, como nacional, seguindo o novo protocolo FISICOVID, garantindo unha práctica segura para os participantes. Para conseguilo marcámonos os seguintes obxectivos:

Seguimos animando ós clubs organizadores a facelo tan ben como veñen facendo ata agora. Ofrecemos o apoio necesario ós clubs con menos experiencia á hora de organizar carreiras para poder levar a cabo esta tarefa dun xeito seguro e eficiente.

Por outra parte, seguiremos apoiando ás/os rapazas/ces na tecnificación deste deporte, buscando facer equipo e motivándoos a adquisición dunhas boas prácticas como deportistas (superación, esforzo, responsabilidade, saber competir, saber gañar, saber perder, respecto ó medio natural, respecto ós competidores e respecto a un/ha mesmo/a).

Neste ano 2021, queremos impulsar a modalidade de Rogaine, tanto a nivel galego, traendo ás nosas terras a organización do Campionato de España, como a nivel nacional, impulsando a participación mixta.

#### 4. ACTIVIDADES PROGRAMADAS:

Pretendemos dar continuidade ó convenio con Portugal, a través da realización da **III Liga Interrexional: Galicia-Norte de Portugal 2021**:

| Nº. | DATA     | ORGANIZADOR    | LUGAR     | TIPO  | OBSERVACIÓNS      |
|-----|----------|----------------|-----------|-------|-------------------|
| 1   | 27/03/21 | OPBZ           | Betanzos  | Longa | Campionato Galego |
| 2   | 18/09/21 | Artabros       | Forgoselo | Longa |                   |
| 3   | 23/10/21 | A.D.Limiactiva | A Limia   | Media |                   |

Este ano haberá unha Liga Galega de Sprint de dúas carreiras:

| Nº. | DATA     | ORGANIZADOR  | LUGAR      | TIPO   | OBSERVACIÓNS |
|-----|----------|--------------|------------|--------|--------------|
| 1   | 10/10/21 | Liceo        | A Coruña   | Sprint |              |
| 2   | 06/11/21 | Monte Breamo | Pontedeume | Sprint | CG           |

Este ano contamos co Campionato de España de Rogaine:

| MODALIDADE | DATA       | ORGANIZADOR | LUGAR    | OBSERVACIONES          |
|------------|------------|-------------|----------|------------------------|
| ROGAINE    | 11/12/2021 | OPBZ        | Betanzos | CTO. ESPAÑA<br>ROGAINE |

As probas programadas a día de hoxe que forman a **XXX Liga Galega de Orientación a Pé 2021** son:

| Nº | DATA       | ORGANIZADOR     | LUGAR      | TIPO  | OBSERVACIÓNS |
|----|------------|-----------------|------------|-------|--------------|
| 1  | 27/02/2021 | Fluvial         | Lugo       | Media |              |
| 2  | 20/03/2021 | Peña Trevinca   | O Bolo     |       |              |
| 3  | 27/03/2021 | OPBZ            | Betanzos   | Longa | CG - LIR     |
| 4  | 17/04/2021 | Fluvial         | Abadín     | Media |              |
| 5  | 18/09/2021 | Ártabros        | Forgoselo  | Longa | LIR          |
| 6  | 23/10/2021 | A.D. Limiactiva | A Limia    | Media | LIR          |
| 7  | 06/11/2021 | Monte Breamo    | Pontedeume | Media |              |
| 8  | 27/11/2021 | AROMON          | Pontevedra | Media | CG           |

Tendo en conta este calendario, propónse aproveitar o desprazamento a algunhas destas probas para realizar actividades de adestramento cos/as rapaces/rapazas de tecnificación nas tardes (de 15 h. a 18 h.) das seguintes datas:

- **17/4/2020 en Abadín (Lugo).**
- **18/9/2021 en Forgoselo (A Coruña).**
- **23/10/2021 en A Limia (Ourense)**
- **27/11/2021 en Pontevedra.**

Estes anos de tecnificación vimos a importancia de facer convivencia de varios días, pero ante a situación actual sanitaria e co estipulado no actual protocolo FISICOVID non se contempla a día de hoxe esta opción, quedando aberta esta posibilidade se a situación sanitaria o permitise.

## 5. SELECCIÓN:

Para a confección da selección terase en conta:

- Ranking das ligas Galegas 2019-2021.
- Ranking e participación en carreiras a nivel nacional e/ou internacional.
- Decisión da dirección técnica da FEGADO.
- A actitude de grupo e creación de bo clima en canto a relación entre os distintos membros da selección.

Aqueles seleccionados/as que non posúan unha camiseta da FEGADO, entregaráselles unha para participar nos campionatos, e que os represente como parte da selección galega de orientación.

#### 6. ORZAMENTO:

- ✓ Tecnificación e posible participación nos “5 días de Soria”: 1800 euros
- ✓ CEO manutención: 2543,20 euros.
- ✓ CEO inscricións: 936 euros.
- ✓ Camisetas FEGADO: 205 euros
- ✓ Rogaine inscricións equipos mixtos no Campionato España:300 euros.
- ✓ Rogaine manutención equipos mixtos no Campionato España: 561 euros
- ✓ Axuda deportistas alto rendemento:2000 euros (entre tódalas disciplinas)

#### 7. ENTRENADORES/TÉCNICOS/MONITORES TECNIFICACIÓN:

- Alfonso Mancera.
- Sonia Arias.
- David Casado.
- María Piñeiro.
- Jorge Piñeiro.
- Martín Morales.
- Ángel A. Serto.
- Ricardo Figueroa.
- Teresa Bellón.
- Alejandra Carro.

#### 8. NORMAS BÁSICAS:

O concepto de FAIRPLAY como modelo de comportamento deportivo, é un termo específico do mundo do deporte en xeral para referirse ó comportamento honesto e correcto que deben observar os atletas ante o seu opoñente, o árbitro e os asistentes.

Pedirásese os/as participantes tanto de liga galega, como nacional, como nos CEO´s unha actitude de FAIRPLAY, non so de cara ós oponentes, os xuíces, senon que o apliamos á organización, ó medio natural e a un mesmo/a.

#### 9. CONTACTO DA MODALIDADE:

Alejandra Carro Mahía, [ori@fegado.es](mailto:ori@fegado.es)

## PROYECTO DEPORTIVO RAID 2021

### 1. INTRODUCCIÓN:

Desde hace unos años ha ido creciendo el nivel de los equipos Gallegos en la disciplina de Raids. Poco a poco han ido apareciendo equipos que han ido consiguiendo cada vez mejores resultados en las ligas nacionales e internacionales. Esto ha propiciado que inconscientemente se haya elevado el nivel competitivo y la dureza de la liga Gallega y consecutivamente el descenso de organizadores y competidores más populares. Esto no ha mermado el nivel, puesto que los equipos fuertes siguen obteniendo grandes resultados pero sí ha conseguido que los Raids pasen a ser actividades de unos pocos elegidos y no sean considerados por el público/deportista general.

Desde la Federación debemos de revertir esta tendencia para conseguir una liga rica en pruebas y participación. Más pruebas, aunque de menor envergadura, no deben de entenderse como una debilidad, sino como mayor número de posibilidades para entrenar y prepararse de cara a eventos más importantes. De ahí que dedicaremos esfuerzos en hacer cosas más pequeñas/cortas/suaves pero en mayor número.

### 2. BREVE ANÁLISIS TEMPORADA 2020:

Publicados los resultados definitivos del Campeonato de España de Raid de Aventura celebrado en Guijo de Granadilla (Cáceres) entre los días 30 de octubre y 1 de noviembre, podemos hablar de un nuevo éxito de la Orientación gallega en esta especialidad multidisciplinar en la que la resistencia física y la estrategia juegan un papel fundamental, y en la que Galicia demostró, una vez más, contar con grandes valores a los que agradecemos su esfuerzo y dedicación.

En la categoría Élite se proclamó campeón el equipo Brigantia Adventure Race de la Coruña (Ángel García García, Teresa Barreira Salgado y José Antonio Torviso Berdeal) con una superioridad asombrosa sobre el resto de participantes. En el tercer puesto del podio, y empatado a puntos con el segundo clasificado, otro equipo gallego el Fluvial Lugo-Os Barbas (Alberto Corral Alonso, Luisa Felpeto González y Juan Combarro Gallego) que añaden este bronce a su larga lista de éxitos.

En la categoría Aventura Mixta el segundo puesto fue para el equipo Aromon Toxiños de Pontevedra (Ricardo Figueroa Fernández, Alicia Pérez Alonso e Alex Marín Gómez-Nieves) seguido en la tercera posición por sus vecinos de As Neves, Neumáticos JL – Vizhoja Cornelios (Diego Fernández Sánchez, Silvia Insua Alonso y Pablo Pacheco Rodríguez)

Finalmente, en la categoría Aventura Masculina, otro equipo del club de As Neves, el Biziebike – Vizhoja Cornelios (José Manuel Araújo Francisco, Alejandro Argudín Vázquez e Isaac Rodríguez Silva) se alzaba con la medalla de plata.

**RANKING DE LIGA GALLEGA 2020:** No se llegó a celebrar el número de pruebas suficiente para confeccionar el ranking 2020 de la Liga Gallega por las cancelaciones debidas a la pandemia.

RANKING DE LIGA NACIONAL 2020(MARCADOS EN AMARILLO LOS EQUIPOS GALLEGOS):

| RANKING LIGA ESPAÑOLA DE RAIDS DE AVENTURA 2020       |                                    |        |                   |                                   |        |
|---|------------------------------------|--------|-------------------|-----------------------------------|--------|
| Última actualización el 16 noviembre 2020 Visto: 2450 |                                    |        |                   |                                   |        |
| RANKING LERA (02)                                     |                                    |        |                   |                                   |        |
| TOP 5   |                                    |        |                   |                                   |        |
| ÉLITE   |                                    |        | AVENTURA MIXTO    |                                   |        |
| P.  | CLUB                               | PUNTOS | P.                | CLUB                              | PUNTOS |
| 1   | FLUVIAL LUGO - OS BARBAS           | 208    | 1                 | NEUMÁTICOS JL - VIZHOJA CORNELIOS | 211    |
| 2   | CORREMONTES.ES                     | 191    | 2                 | MONTE EL PARDO_MX                 | 198    |
| 3   | MERIDIANORAID-IMPERDIBLE-RANDOBIKE | 183    | 3                 | TECFILTER VIZHOJA-CORNELIOS       | 196    |
| 4   | SILICE ITACA AVENTURA              | 179    | 4                 | GR 114 EXTREMADURA ITACA AVENTURA | 189    |
| 5   | BRIGANTIA ADVENTURE RACE           | 110    | 5                 | VETTONES ALCOR                    | 189    |
| AVENTURA MASCULINO                                    |                                    |        | AVENTURA FEMENINA |                                   |        |
| P.  | CLUB                               | PUNTOS | P.                | CLUB                              | PUNTOS |
| 1   | ACTIONVERA.COM                     | 215    | 1                 | SOL ITACA AVENTURA                | 211    |
| 2   | VETTONES ALCOR                     | 202    | 2                 | MALVARICHE LORCA-O                | 206    |
| 3   | LAGARTOS ON THE STORM              | 193    | 3                 | EXTREMARAIID ALCOR WOMAN          | 203    |
| 4   | IMPERDIBLE                         | 191    | 4                 | VALKIRIAS                         | 193    |
| 5   | ISTAN TEAM-COMA                    | 185    | 5                 | IPAR NESKAK                       | 110    |

RESULTADOS CERA (MARCADOS EN AMARILLO LOS EQUIPOS GALLEGOS)

### Resultados Campeonato de España

| Posición | Equipo                         | Puntos | Tiempo   |
|----------|--------------------------------|--------|----------|
| 1st      | Brigantia Adventure Race       | 90     | 15:19:41 |
| 2nd      | Norte Sur - Cobi - Raidermania | 68     | 15:37:14 |
| 3rd      | FLUVIAL LUGO - OS BARBAS       | 62     | 15:40:02 |
| 4th      | Sopels Team                    | 53     | 15:44:48 |
| 5th      | CORREMONTES.ES                 | 51     | 15:54:24 |
| 6th      | SILICE ITACA AVENTURA          | 59     | 15:38:36 |
| 7th      | SenSeny Bubba Gump             | 54     | 14:29:03 |
| 8th      | Imperdible - Randobike         | 63     | 16:19:05 |
| 9th      | MONTE BREAMO EUMENATURA        | 39     | 14:59:46 |

### Resultados Campeonato de España Categoría Aventura

| Posición | Equipo                            | Puntos | Tiempo   |
|----------|-----------------------------------|--------|----------|
| 1st      | PLAN-O , -)                       | 104    | 16:22:42 |
| 2nd      | Aromon Toxiños                    | 99     | 15:42:48 |
| 3rd      | NEUMATICOS JL - VIZHOJA CORNELIOS | 92     | 14:43:33 |
| 4th      | JULAJA ITACA RAID TEAM            | 88     | 15:15:42 |
| 5th      | TECFILTER - VIZHOJA CORNELIOS     | 85     | 15:01:20 |
| 6th      | GR114 EXTREMADURA ITACA AVENTURA  | 79     | 15:16:31 |
| 7th      | MONTE EL PARDO_MX                 | 78     | 15:15:39 |
| 8th      | LEGENDS ITACA AVENTURA            | 71     | 15:25:01 |
| 9th      | VETTONES ALCOR                    | 32     | 15:17:14 |

El año pasado coincidiendo con el raid de Extremadura, tuvo lugar el 1º CERA Juvenil con los siguientes resultados:

### Resultado CERA Juvenil por Comunidades Autónomas

| Posición | Comunidad Autónoma   |
|----------|----------------------|
| 1st      | Comunidad Valenciana |
| 2nd      | Extremadura          |

### Resultado Equipos CERA Juvenil

| Posición | Equipo               | Comunidad Autónoma   | Puntos | Tiempo  |
|----------|----------------------|----------------------|--------|---------|
| 1st      | FEDOCV 2             | Comunidad Valenciana | 57     | 7:57:56 |
| 2nd      | JUNIORS TEAM         | Extremadura          | 54     | 7:13:13 |
| 3rd      | FEDOCV 1             | Comunidad Valenciana | 46     | 8:09:43 |
| 4th      | TOP RAID EXTREMADURA | Extremadura          | 27     | 7:48:10 |
|          | GALICIA 1            | Galicia              | -      | 0:00:00 |
|          | COMCUBMT             | Castilla la Mancha   | -      | 0:00:00 |
|          | KUNGFU PANZA         | Andalucía            | -      | 0:00:00 |

La Federación Gallega no presentó un equipo oficial porque en las normas FEGADO no se contempla la participación de juveniles en este tipo de pruebas.

### Corrección errores, destacar aciertos.

Debemos de hacer entender a las organizaciones que no deben diseñar Raids para los equipos fuertes y debemos de hacer partícipes a cuanta más gente mejor. Debemos de potenciar la categoría promoción e incluso promover la participación de Veteranos y Junior. Podría considerarse incluir en las normas de liga estas 2 categorías. Para ello los raids deben ser asequibles y llamativos para motivar a la gente a participar. Especialmente debemos tener cuidado en el diseño de los recorridos juveniles si queremos iniciar a nuestros jóvenes en esta especialidad.

Igualmente debemos de seguir apoyando a los equipos que llevan varios años representándonos en la LERA y CERA, consiguiendo grandes resultados.

### 3. OBJETIVOS 2021:

Los objetivos en el 2021 son:

- Potenciar la participación
- Generar motivación ilusión y GRUPO.
- Tecnificación Juveniles 2021 de cara a la participación en el Campeonato de España Juvenil de Raid que parece tener continuidad.

#### a. ALTO RENDIMIENTO:

La disciplina de raids es muy particular en cuanto a este cometido. La formación, generalmente es individual, y bebe de otros deportes como la OPIE o la MTBO, pasando por el remo y escalada. Tecnificar todas estas disciplinas en conjunto, todas ellas, es sumamente complicado.

El objetivo de la concentración de alto rendimiento, en estos momentos, va más por la necesidad de generar un grupo con ilusión, y apoyo desde la Federación, para la obtención de los mejores resultados. El entrenar equipos juntos desde el punto de vista no competitivo, compartiendo formas de trabajar, de afrontar etapas, transiciones, genera el traspaso de conocimientos de unos a otros y la mejora general de los equipos.

#### b. SELECCIONES:

La participación en el campeonato de España de Raids viene determinada por la posibilidad de los equipos de comparecer al mismo. Durante estos últimos años no ha sido necesario criterios de selección debido a que no hay limitación para los equipos. Concurren todos los interesados. En caso necesario se marcarían criterios de selección apoyándose en las clasificaciones de liga Gallega que estará finalizada antes del CERA.

#### 4. NECESIDADES PREVISTAS 2021:

Como años anteriores, sería interesante que desde la Federación se siguiera apoyando en las inscripciones a los equipos que quisieran participar en el campeonato de España.

Debido a la aparición del Campeonato de España Juvenil, es el momento de articular medios, reglamentos, y recursos para la tecnificación de nuestros jóvenes, ya que se espera que en un futuro cercano, sea el relevo de los equipos actuales.

#### 5. ACTIVIDADES PROGRAMADAS:

##### a. Concentración de Alto Rendimiento:

El Alto Rendimiento en la disciplina de Raids es sumamente complicada pero este año el CERA nos es favorable al competirse en “casa” (Pontevedra-Arbo\_Cornelios) el 12-13 de Junio. Las pruebas de liga Gallega son las siguientes:

#### XVII LIGA GALLEGA DE RAID DE ORIENTACIÓN

- 1 13/03/2021 II Raid de Bercerreá – Fluvial de Lugo.
- 2 1\_2/05/2021 Gallaecia Race veinte 21. LERA – y CERA JUVENIL
- 3 12\_13/06/2021 Vizhoja Cornelios. Arbo. CERA
- 4 11/09/2021 Budiñoraid.



El CERA Juvenil tiene lugar el 01 de Mayo del 2021. Para la preparación del mismo se espera poder llevar a algunos equipos a entrenar en Lugo coincidiendo con la prueba Raid (13/03/2021). Se preparará un entreno con los interesados, donde progresaran con la compañía de un monitor/tutor. Será necesario correr con los gastos acarreados de la impresión de mapas etc.

Se programa una segunda actividad de tecnificación, coordinada por el club AROMON como preparación para el CERA Juvenil el 04 de abril de 2021 en el Concello de Baiona (Pontevedra). La tecnificación va destinada a Juveniles (personas nacidas en los años 2003, 2004 y 2005) para introducir y mejorar aspectos físico-técnicos, tácticos y logísticos de los Raids. Los equipos podrán progresarán en todo momento en compañía de un "monitor/tutor". (La tecnificación será a cargo de la FEGADO, pero el desplazamiento corre por cuenta propia).

Se programa una tercera actividad de tecnificación, coordinada por el responsable de RAIDS como preparación para el CERA Juvenil el 10 de abril de 2021 en el Concello de Betanzos (Coruña). La tecnificación va destinada a Juveniles (personas nacidas en los años 2003, 2004 y 2005). La tecnificación pretende hacer hincapié en la sección de kayak y mejorar aspectos físico-técnicos, tácticos y logísticos de esa disciplina en particular. Los equipos podrán progresarán en todo momento en compañía de un "monitor/tutor". (La tecnificación será a cargo de la FEGADO, pero el desplazamiento corre por cuenta propia).

No se descarta algún otro tipo de tecnificación con anterioridad al Cera para preparar a los equipos que finalmente vayan a acudir al CERA-Juvenil.

## 6. SELECCIONES:

a. CRITERIOS DE SELECCIÓN: El criterio para formar parte de selección o apoyo de la Federación a los equipos que quieran concurrir en el CERA serán mediante el RANKING de liga gallega, que en este caso 2021, estará finalizada. En caso de que haya deportistas con interés individual pero sin equipo, podría formarse un equipo juntando varios deportistas interesados, y para ello igualmente se usaría la posición del equipo en el que haya participado en el ranking de liga Gallega. Para otros casos, queda a criterio del seleccionador.

b. APOYOS SELECCIONES: El apoyo de la Federación a la selecciones vendrá principalmente por el pago de inscripciones y desplazamiento a los equipos participantes en el CERA de acuerdo al montante estimado en los presupuestos, y el apoyo a la Concentración de Alto Rendimiento.

## 7. PRESUPUESTOS:

8. ENTRENADORES/TÉCNICOS/MONITORES TECNIFICACIÓN: No aplica. Se irá improvisando según disponibilidades y necesidades en cada caso.

9. NORMAS BÁSICAS: Comportamiento ejemplar. Se pedirá a nuestro equipos participantes en el CERA un comportamiento deportivo y ejemplar que escenifique el buen hacer de la Federación en sus normas y reglamentos para erradicar las conductas antideportivas.

10. CONTACTO DE LA MODALIDAD:

Oscar Fernández Otero, [raid@fegado.es](mailto:raid@fegado.es)



No ano 2011 iniciamos o traballo de incorporar a especialidade de TRAIL-O no calendario da FEGADO. Pretendíamos abrir una porta ás persoas con algún tipo de discapacidade motora e conseguir a súa participación dunha forma inclusiva, competindo con persoas sen discapacidade en igualdade de condicións.

Para conseguilo levamos a cabo varias actuacións:

- Fixemos a tradución da normativa IOF sobre este deporte.
- Impartimos un curso de formación dirixido a posibles participantes.
- Contactamos con varias entidades que traballan con persoas con discapacidade motora.
- Organizamos una serie de probas de TRAIL-O nas catro provincias galegas dende o 2011 ata o 2019.

Necesitamos agora alcanzar unha maior implicación e autonomía por parte dos clubs galegos para organizar probas de Trail-O e normalizar a presenza desta especialidade no calendario FEGADO. Somos conscientes do gran esforzo que supón para os clubs engadir unha proba máis nas súas planificacións.

## OBXECTIVOS

1. Iniciar a primeira Liga Galega de Trail-O 2021.
2. Incrementar o número de participantes nas probas de TRAIL-O, facendo maior publicidade na web da FEGADO, tanto das competicións da liga galega como da liga española.
3. Ofrecer recursos humanos externos para realizar as tarefas que implica a organización dunha proba desta especialidade.
4. Realizar un Campionato Galego de Trail-O.
5. Apoiar economicamente aos clubs que organicen competicións de Trail-O.

## TEMPORALIZACIÓN

| Nº | DATA  | ORGANIZADOR     | LUGAR      | TIPO  | OBSERVACIÓNS        |
|----|-------|-----------------|------------|-------|---------------------|
| 1  | 19/06 | O-Liceo         | A Coruña   | Pre-O |                     |
| 2  | 16/10 | Fluvial         | Guitiríz   | Pre-O |                     |
| 3  | 23/10 | A.D. Limiactiva | A Limia    | Pre-O | Cto. Galego Trail-O |
| 4  | 27/11 | AROMON          | Pontevedra | Pre-O |                     |

## ORZAMENTOS

Para cada evento:

- Trofeos de participación.....70 euros
- Dorsais.....20 euros
- Mapas.....120 euros
- Avituallamento.....20 euros
- Cartografía.....200 euros
- Dietas técnicos (cronometraxe, trazador....)....70 euros
- Total.....500 euros

## PROYECTO DEPORTIVO MTBO 2021

### 1. INTRODUCCIÓN

Desde hace unos años ha ido creciendo el número de participantes en la disciplina de MTBO. Poco a poco han aparecido corredores que han conseguido cada vez mejores resultados en las ligas nacionales y eventos internacionales. Esto ha propiciado que inconscientemente se haya elevado el nivel competitivo.

La propuesta es que la Federación, que tanto ha apostado en su día por esta modalidad, siga en la misma línea de apoyo e intentando introducir más tecnificaciones y entrenamientos para los menores. Así como intentar animar a nuestros clubs a que organicen alguna carrera de Liga Española como en las temporadas 2017 y 2018.

### 2. BREVE ANÁLISIS TEMPORADA 2020

Los resultados fuera de la liga autonómica, a pesar de la situación del COVID son buenos o muy buenos. Primeros puestos en la Liga Nacional. Tenemos, además, un equipo gallego, el Fluvial de Lugo, que fue campeón por equipos en el Campeonato de España y como selección gallega quedamos Campeones de España 2020.

En el 2020 la Liga española estuvo compuesta por 6 pruebas (20 carreras). Todas ellas organizadas por clubs del sur. A pesar de ello la participación gallega fue considerable.

#### ***Resultados relevantes.***

Como selección gallega somos Campeones de España 2020

#### ***Corrección errores, destacar aciertos.***

Potenciar que nuestros clubs organicen pruebas de MTBO para liga Española y evitar tanto desplazamiento y gasto a nuestros orientadores.

Igualmente debemos seguir apoyando a los competidores y clubs que llevan varios años representándonos en la LEMTBO y CEMTBO, consiguiendo grandes resultados.

Este año tendremos un evento de Liga Española en la modalidad Ultrascoré MTBO que a su vez será Campeonato Gallego.

### 3. OBJETIVOS 2021

Los objetivos en el 2021 son básicamente dos:

- Potenciar la participación
- Generar motivación, ilusión y GRUPO.

#### *a. TECNIFICACIÓN:*

La disciplina de MTBO es muy particular. La formación, generalmente, es individual, y bebe de otras modalidades o deportes como O-Pie o MTB. Tecnificar las dos disciplinas en conjunto, no es necesariamente difícil.

El objetivo de la tecnificación, en estos momentos, va más por la formación de un grupo ilusionado, y tener el apoyo desde la Federación, para la obtención de los mejores resultados. El entrenar grupos juntos desde el punto de vista no competitivo, compartiendo formas de trabajar y conocimientos, además de experiencias de unos y otros mejora la calidad de los entrenamientos y carreras. Además de crear buen ambiente lejos de la competitividad.

#### *b. SELECCIONES:*

La participación en el Campeonato de España de MTBO viene determinada por la posibilidad de comparecer en el mismo una selección de cada categoría correspondiente a grupos de edad. Se marcarán criterios de selección apoyándose en las clasificaciones de Liga Gallega y Campeonato Gallego, también serán válidas las decisiones técnicas debido a que en 2020 no ha habido ranking gallego.

#### 4. NECESIDADES PREVISTAS 2021

Como años anteriores, sería interesante que desde la Federación se siguiera apoyando a los orientadores que quisieran participar en el Campeonato de España, formando las selecciones posibles.

También será necesario apoyo para la organización de sesiones de tecnificación o concentraciones y, si fuese posible, compartir las sesiones de tecnificación de MTBO con las de O-pie. Considerando que muchos niños de O-pie son los mismos que los de MTBO podremos hacer ejercicios de bicicleta, sobre todo en las tecnificaciones con posibilidad de ambos tipos de mapas y fin de semana. Las de un día o tarde, se harían por separado o en conjunto con las de O-pie dependiendo de la destreza a entrenar esa jornada.

#### 5. ACTIVIDADES PROGRAMADAS:

##### a. TECNIFICACIÓN:

La tecnificación 2021 en la disciplina de MTBO será algo complicada pues este año el calendario de la liga gallega de MTBO no es muy favorable teniendo en cuenta que el CEMTBO es el 8 y 9 de mayo. Las pruebas de liga Gallega son las siguientes:

##### XVII LIGA GALLEGA DE MTBO

1ª 21/03/2020 Peña Trevinca (O Bolo).

2ª 26/06/2020 A Limia.

3ª 4/09/2020 Arnela. Media. Sprint (Campeonato Gallego).

4ª 16/10/2020 Fluvial. Media (Campeonato gallego).

**Novedad** - 03/07/2020 Gallaecia Ultrascor MTBO Campeonato gallego.

Con lo que intentaremos promover un poco más la participación y la ilusión.

#### 6. SELECCIONES

a. **CRITERIOS DE SELECCIÓN:** El criterio para formar parte de selección o apoyo de la Federación a los equipos que quieran concurrir en el CEMTBO serán resultados de liga

gallega 2021 hasta el momento del CEMTBO y resultados y participación en liga española 2021 y decisiones técnicas ya que en 2020 no hubo ranking gallego debido a la pandemia del Covid-19.

*b. APOYOS SELECCIONES:* El apoyo de la Federación a la selecciones vendrá principalmente por el pago de la inscripción a las pruebas que formen el CEMTBO, ayuda a desplazamiento y equipación identificativa.

## 7. PRESUPUESTOS

*a. TECNIFICACIÓN:*

*b. SELECCIONES:*

## 8. ENTRENADORES/TÉCNICOS/MONITORES TECNIFICACIÓN

No aplica. Según disponibilidad y necesidades en cada caso.

## 9. NORMAS BÁSICAS

Comportamiento ejemplar. Se pedirá a nuestros participantes individuales y miembros de la selección en el CEMTBO un comportamiento deportivo ejemplar que escenifique el buen hacer de la FEGADO.

## 10. CONTACTO DE LA MODALIDAD:

Sonia Gómez Naya, [mtbo@fegado.es](mailto:mtbo@fegado.es)