

# Memoria Deportiva

## do Plan de Tecnificación da FEGADO

### da tempada actual 2024 (finaliza a 31 de decembro)

#### Contido

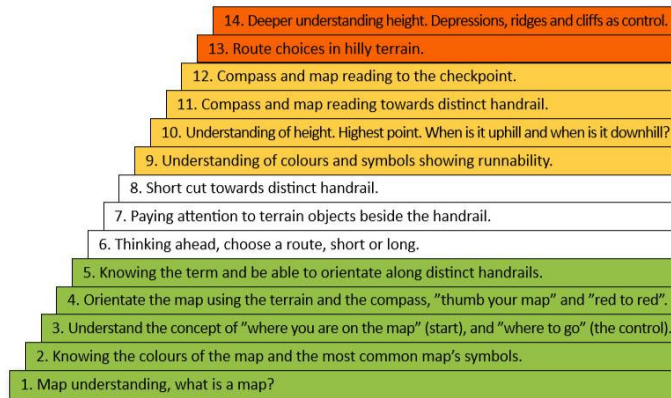
1	Antecedentes do noso PTD.....	1
2	Finalidade.....	2
3	Obxectivos.....	2
4	Tecnificación transversal ás nosas especialidades e niveis .....	2
5	Técnicos responsables .....	3
6	Proceso de selección.....	4
7	Participantes .....	4
8	Concentracións feitas na tempada 2024 .....	4
9	Actividades desenvolvidas e calendario de competicións.....	8
10	Instalacións e material .....	15
11	Custo económico TECNIFICACIÓN 2024 (remata a 31 de decembro) .....	15
12	Deportistas en Programas Nacionais de Tecnificación.....	16

MEMORIA DEPORTIVA DO PLAN DE TECNIFICACIÓN da FEGADO 2024

# 1 Antecedentes do noso PTD

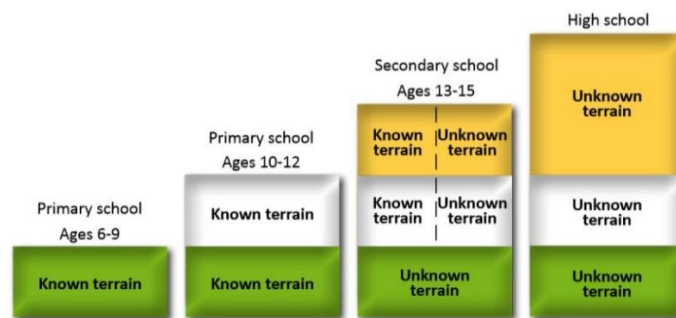
O Plan de Tecnificación Deportiva da FEGADO, comezou a súa andaina no ano 2015, polo que a data actual estamos a desenrolar a octava (VIII) edición, nunha tempada 2022 que aínda está en curso posto que finaliza a 31 de decembro.

Aprender a “pensar e correr”. Consideramos a tecnificación na modalidade deportiva da orientación coma un proceso de aprendizaxe lento, complexo e marcadamente graduado. Máis aló da forma física, é consideramos esencial traballar da parte técnica e dos procesos mentais asociados. Tamén debe traballarse a parte normativa dun deporte con regulamentos e normas anuais complexos. O factor cognitivo é especialmente importante posto que hai que interpretar unha simboloxía determinada (lectura de mapa e descrición de controis) nun entorno boscoso ou urbano. É nestes aspectos técnicos e cognitivos, e non nos aspectos de resultados, cara onde enfocamos un Plan de Tecnificación Deportiva 2022 que busca asentar a participación nas categorías inferiores.



Escada da tecnificación na orientación, con exemplos concretos das habilidades de navegación  
 Fonte: Swedish Orienteering Federation (SOFT).

Aprender a “perderse”. A importancia da tecnificación reside en que posiblemente a modalidade da orientación é o único deporte no que durante adestramentos e competicións perdemos totalmente o contacto visual coas persoas deportistas dende o mesmo momento en que toman a saída ata a súa chegada á meta. Inicialmente isto acontece en **terreos coñecidos**, isto é nun mapa dun colexio, nun parque urbano ou periurbano, nunha cidade ou vila, para progresivamente ir dando pasos progresivos cara aos **terreos descoñecidos** con maior complexidade de lectura de mapa.



Niveis adecuados para cada tramo de idade.  
 Fonte: Swedish Orienteering Federation (SOFT).

## 2 Finalidade

Consideramos que é a etapa de desenvolvemento e perfeccionamento pola que atravesamos o deportista desde a súa detección como talento ata a súa incorporación ao Alto Rendemento. Poderíamos dicir que é o proceso que serve de nexos entre o deporte base e o alto nivel, co cal falamos dun proceso moi amplo.

Entendemos que nesta etapa estamos a traballar con persoas deportistas que xa se desenvolven autonomamente en etapas infantil, cadete e xuvenil (**categorías de idade M/F 12, M/F 14, M/F 16 e M/F 18**), establecendo por defecto un límite de idade, que pode ser ampliado, nos 21 anos (**categoría M/F 21**) de modo que tamén se favorece a integración coas persoas deportistas xa inmersas en fases de estudos/ciclos superiores, evitando o desconexión ou mesmo abandono da práctica deportiva. Tamén damos acceso aos rapaces e rapazas cunha incorporación tardía ao deporte e que necesitan dunha mellora técnica.

## 3 Obxectivos

A Plan de Tecnificación Deportiva da FEGADO persigue:

- **Principalmente consolidar a nosa canteira:** grupo de rapaces e rapazas nas categorías previas á absoluta e anteriores á previa á absoluta.
  - Xerar ilusión nos orientadores de base, para motivar a súa entrada no grupo de tecnificación.
  - Detección de talentos: é necesario detectar aos deportistas con posibilidades de chegar ao alto nivel.
  - Selección e seguimento: posta en marcha dun proceso de selección e seguimento que permita ter clara a proxección do deportista e as súas necesidades deportivas.
- **Practicar a orientación en autonomía e con seguridade.** Perfeccionamento deportivo: ofrecer ao deportista as experiencias necesarias para o seu desenvolvemento (adestramento e competicións de **calidade**).
- **Consolidar un grupo de adestradores e adestradoras,** de modo que poidan exportar o modelo FEGADO aos seus respectivos clubs no formato de Escolas de Orientación.
- Asentar una estrutura sobre a que desenrolar o **Alto Rendemento Deportivo na FEGADO.**
- **Practicar a orientación en autonomía e con seguridade.** Perfeccionamento deportivo: ofrecer ao deportista as experiencias necesarias para o seu desenvolvemento (adestramento e competición de **calidade**).

**Sobre os resultados.** A Plan de Tecnificación Deportiva da FEGADO non persigue a data actual, aínda que si existen a nivel individual e a nivel colectivo, obxectivos vinculados aos resultados deportivos nas categorías previas á absoluta e anteriores á previa á absoluta.

## 4 Tecnificación transversal ás nosas especialidades e niveis

O Plan de Tecnificación deportiva é transversal nas súas especialidades. Consideramos que é a especialidade de **Orientación a Pé** a que asenta as bases sobre as que as persoas deportistas adquiren os coñecementos e habilidades que permitirán, no medio e longo prazo, participar no resto de especialidades coma a **MTBO, TRAIL-O** e estar preparados técnica e fisicamente a esixencia do **Raid de Orientación** (neste último caso, no alcance que establece o Regulamento e Normas Anuais, adaptados na última anualidade para regular a participación de menores no marco de

MEMORIA DEPORTIVA DO PLAN DE TECNIFICACIÓN da FEGADO 2024

poder prepararlos para a categoría xuvenil da Liga Española de Raids de Orientación e Aventura (LERA) da Federación Española de Orientación (FEDO).

Con este razoamento, desenrolamos unha serie de tecnificacións con tres niveis de intensidade respecto ao deseño e medios

- Unha **tecnificación específica** con exercicios ‘ad hoc’ en datas anteriores ás principais competicións do calendario.
- Unha **tecnificación xeral programada** (con datas concretas sinaladas no calendario oficial FEGADO) e vinculada á participación nas categorías inferiores das probas das Ligas Galegas nas diferentes especialidades.
- Unha **tecnificación xeral non programada** (sen datas concretas sinaladas calendario oficial FEGADO), de carácter voluntario e tamén vinculada á participación nas categorías inferiores das probas das Ligas Galegas nas diferentes especialidades.

## 5 Técnicos responsables

**Equipo de persoas coordinadoras** (3 mulleres e 3 homes)

Director Técnico | Jorge Piñeiro | [direcciontecnica@fegado.es](mailto:direcciontecnica@fegado.es)

Vogalía de O-Pé | Teresa Bellón | [oripe@fegado.es](mailto:oripe@fegado.es)

Vogalía de MTBO | Alicia Pérez | [mtbo@fegado.es](mailto:mtbo@fegado.es)

Vogalía de TRAIL-O | Pelayo García | [trailo@fegado.es](mailto:trailo@fegado.es)

Vogalía de RAID | Adrián Pérez | [raid@fegado.es](mailto:raid@fegado.es)

Vogalía de Deporte Escolar e Universitario | Candela Puíme | [escolaruniversitario@fegado.es](mailto:escolaruniversitario@fegado.es)

### Tecnificación

**“Núcleo ou base estable” del PTD.** O “núcleo ou base estable” de técnicos/as que fan posible o PTD é multidisciplinar e desenrola o seu labor dende o ano 2015. Ten consolidado a súa formación en dous cursos auspiciados pola FEGADO en Galicia: *I Curso de Formación de Entrenadores de Categorías Inferiores de Orientación* (28 e 29 de novembro de 2015) e *II Curso de Formación de Entrenadores* (26 e 27 de novembro de 2016), ambos impartidos polo anterior seleccionador nacional de Orientación a Pé, Alberto Mínguez. Non se incorpora relación nominal.

**Reforzo do núcleo o base estable.** O núcleo o base estable se reforza cada ano coa aportación de técnicos/as con menor experiencia, buscando a continuidade de rapaces/as procedentes dos propios PTD, especialmente en categorías previas á absoluta e aplicando, na medida do posible, principios de discriminación positiva de xénero, etc.

Sonia Arias | Ángel Albarrán | David Casado | María Piñeiro | Teresa Bellón (Técnico Superior TAFAD) | Lucía Parga e Brais Piñeiro (trazados e reforzo nas probas de Liga Nacional) | Alba Dopico (estudiante Grao CAFD) | Mateo Rodríguez (estudiante Grao CAFD) | Fran Varela (Licenciado en EF) | Iván Somoza | Adrián Moreira, Adrián Pérez e Manuel Pedre (Raid de Orientación) | Luis Nogueira (atleta da Selección Nacional e colaborador).

## 6 Proceso de selección

**Inscripción nas listas TECNIFICACIÓN O-PÉ 2025.** Tal e como se fixo no 2024 [[ver noticia programa tecnificación 2024](#)], para poder asistir ás diferentes actividades de tecnificación que estean programadas no Proxecto Deportivo de Orientación durante o ano 2025, será imprescindible enviar unha solicitude a través da persoa responsable do club á conta de correo [tecnificacion@fegado.es](mailto:tecnificacion@fegado.es). Será publicada a noticia na WEB da FEGADO].

**Requisitos.** Ter licencia federativa de tempada en vigor, expedida a través dun club galego. Compromiso de participación e de continuidade, na medida do posible, nas tecnificacións programadas.

## 7 Participantes

**Grupos de tecnificación.** Actividades orientadas ao rendemento deportivo de base, entendido como a etapa de desenvolvemento e perfeccionamento previas á participación en categorías absolutas e anteriores á absoluta.

**Persoas destinatarias.** Rapaces e rapazas que xa "progresan autonomamente" en probas oficiais.

**O-Pé.** Mínimo nas categorías M/F 12, extensible a M/F16 e M/F18. Excepcionalmente M/F 21

**MTBO.** Mínimo nas categorías M/F 15, extensible a M/F17 e M/F20.

**Raid de Orientación.** Categoría de promoción Orientaraid.

**Trail-O.** Dirixido a rapaces que potencialmente poderían participar no CESA.

**Grupos de traballo.** Por decisión técnica asignáronse ao Grupo 1 (básico), Grupo 2 (intermedio) ou Grupo 3 (perfeccionamento). Habilítase tamén o grupo de traballo Tecnificación + para maiores de 21 anos que precisan dunha mellora técnica.

## 8 Concentracións feitas na tempada 2024

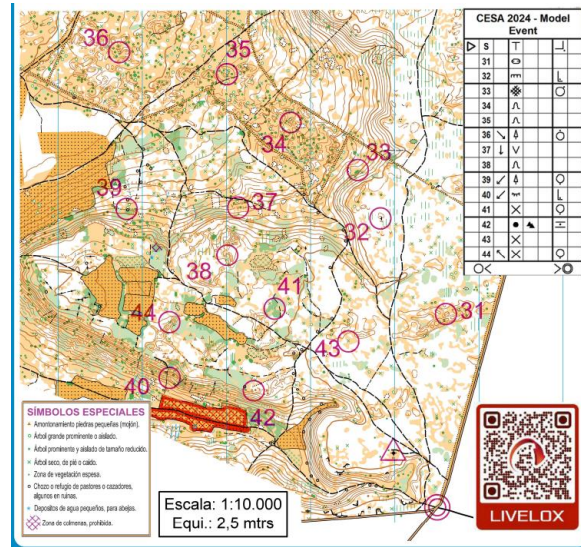
### Concentración vinculada ao CESA 2024 (tecnificación programada)

Do 27 ao 30 de xuño | Portillo (Valladolid)

**Xoves 27 de xuño 2024** | Xornada de tarde. Adestramento MODEL EVENT no Mapa Pico de la Muela

- a) Charla técnica de preparación da distancia media e distancia longa (1 hora)
  - Total deportistas participantes (20). 11 mulleres e 9 homes.
  - Equipo de persoas adestradoras (4). 1 home e 3 mulleres
- b) Contacto con elementos lineais. Contacto coa vexetación. Micro relevo. Identificación de elementos con simboloxía especial. Traballo da descrições de control.

MEMORIA DEPORTIVA DO PLAN DE TECNIFICACIÓN da FEGADO 2024



Exemplos da cartografía utilizada durante a tecnificación CESA. Model Event. Primeiro contacto co terreo.

**Venres 28 de xuño 2024. Xornada de mañá | Mapa Área Recreativa Fuente Mínguez (distancia media)**

- Charla técnica de preparación da distancia media (1 hora)
  - Total deportistas participantes (20). 11 mulleres e 9 homes.
  - Equipo de persoas adestradoras (4). 1 home e 3 mulleres
- Análise de carreiras. Técnicas aplicadas. Identificación de erros.

**Venres 28 de xuño 2024. Xornada de tarde | Mapa de Olmedo (distancia sprint)**

- Charla técnica de preparación da distancia sprint (1 hora)
  - Total deportistas participantes (20). 11 mulleres e 9 homes.
  - Equipo de persoas adestradoras (4). 1 home e 3 mulleres
- Análise de carreiras. Técnicas aplicadas. Eleccións de rutas. Identificación de erros.

**Sábado 29 de xuño 2024. Xornada de mañá | Mapa Área Recreativa Fuente Mínguez (distancia longa)**

- Charla técnica de preparación da distancia longa (1 hora)
  - Total deportistas participantes (20). 11 mulleres e 9 homes.
  - Equipo de persoas adestradoras (4). 1 home e 3 mulleres
- Análise de carreiras. Técnicas aplicadas. Eleccións de rutas. Identificación de erros.

**Sábado 29 de xuño 2024. Xornada de tarde | Mapa entorno do Campo de Fútbol de Portillo (Trail-O)**

- Charla técnica de preparación da Trail-O (30 minutos)
  - Total deportistas participantes (3). 1 muller e 2 homes.
  - Equipo de persoas adestradoras (3). 1 home e 2 mulleres
- Análise de carreiras. Técnicas aplicadas. Análise do mapa de solucións. Identificación de erros.

**Domingo 30 de xuño 2024. Xornada de mañá | Mapa Área Recreativa Fuente Mínguez (remudas mixtas)**

- Charla técnica de preparación das Remudas Mixtas (30 minutos)
  - Total deportistas participantes (20). 11 mulleres e 9 homes.
  - Equipo de persoas adestradoras (4). 1 home e 3 mulleres

MEMORIA DEPORTIVA DO PLAN DE TECNIFICACIÓN da FEGADO 2024

(b) Análise de carreiras. Técnicas aplicadas..

## Concentración en Monte Forgoselo (A Capela, A Coruña) (tecnificación programada)

25 de marzo de 2024. Mapa de Monte Forgoselo (A Capela, A Coruña)

Convocados. Deportistas do Grupo de Tecnificación da FEGADO.

Obxectivo. Simulación de navegación en bosque con pouca información de cara a preparar CEO e CESA 2024.

Total técnicos FEGADO: 4 (3 homes e 1 muller).

Total deportistas: sen rexistro

## Concentración Campus de Verán-O da FEGADO (tecnificación programada)

15 ao 18 de agosto 2024. CAMPUS DE VERÁN-O DA FEGADO (Aguiar da Beira, Portugal).

29 persoas deportistas inscritas en categorías previas á absoluta e anteriores (11 rapaces e 18 rapazas).

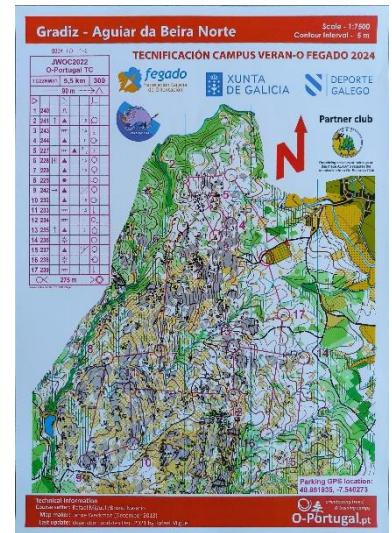
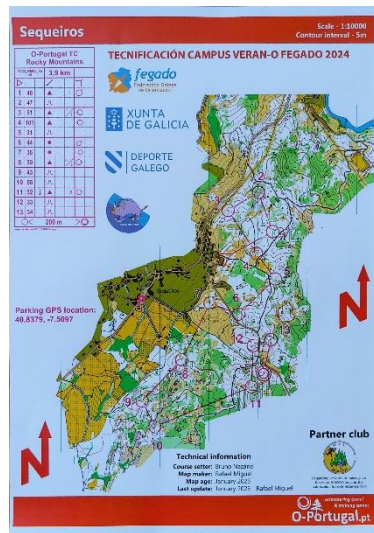
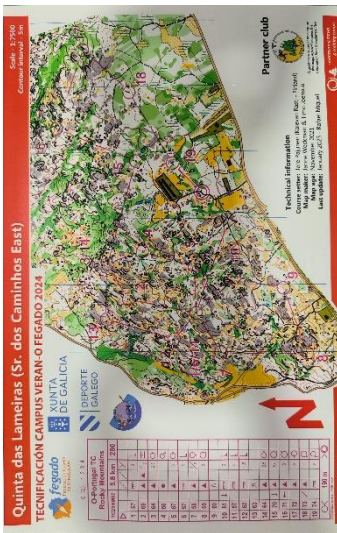
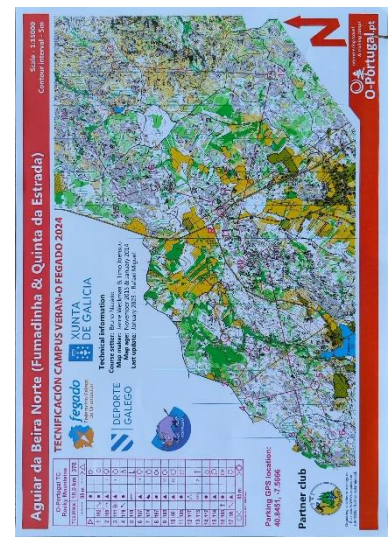
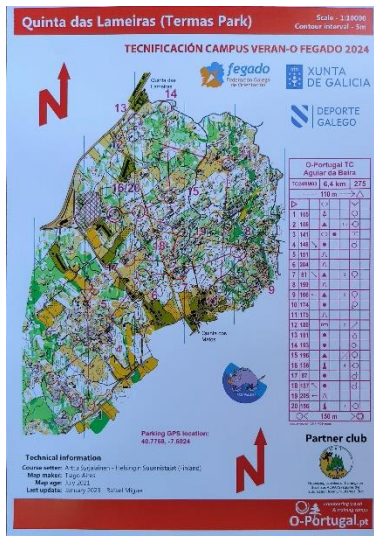
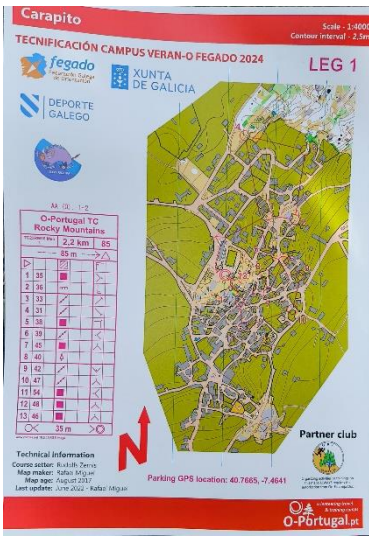
Equipo de persoas adestradoras (4). 2 homes e 3 mulleres

xoves 15	tarde adestramento 1 (TC22RM31) - Relay Forked RM31 – mass starts com forking 5,5km   17 PC short-cut para 4,3km RM31_fácil – 2,5km   13PC
venres 16	mañá adestramento 2 (TC23RM05) – Multitécnico RM05 – Multi-Técnicas 8,2km   19 PC RM05_fácil – 3,9km   13PC
venres 16	tarde adestramento 3 (TC24RM03) - Media con Forking RM03 – Variação C 6,4km   20 PC RM03_fácil – 3,0km   15PC.
sábado 17	mañá adestramento 4 (TC23RM02) – Diamante RM02 – Diamante - 5,8km – 19PC RM02_fácil – 2,7km  15PC
sábado 17	tarde adestramento 5 (TC23RM16) - Mapa JWOC 2022 SPRINT URBANO RM16 – Equipas de 2 elementos. Cada um faz dois percursos Percurso 1 – 2,2km Percurso 2 – 1,9km
domingo 18	mañá adestramento 6 (TC23RM06) - Longa distancia RM06 – Longa - 10,0km – 17PC RM06_fácil – 2,9km  12PC

MEMORIA DEPORTIVA DO PLAN DE TECNIFICACIÓN da FEGADO 2024

### Federación Galega de Orientación

Fotógrafo Luis Ksado, 17 (Casa do Deporte)  
36209 VIGO (Pontevedra) – NIF: G70381603  
www.fegado.es • [info@fegado.es](mailto:info@fegado.es)



CONCENTRACIÓN CAMPUS DE VERÁN-O da FEGADO. Detalles dos exercicios técnicos en diferentes mapas e terros.

MEMORIA DEPORTIVA DO PLAN DE TECNIFICACIÓN da FEGADO 2024



## Concentración en Monte Forgoselo (A Capela, A Coruña) (tecnificación programada)

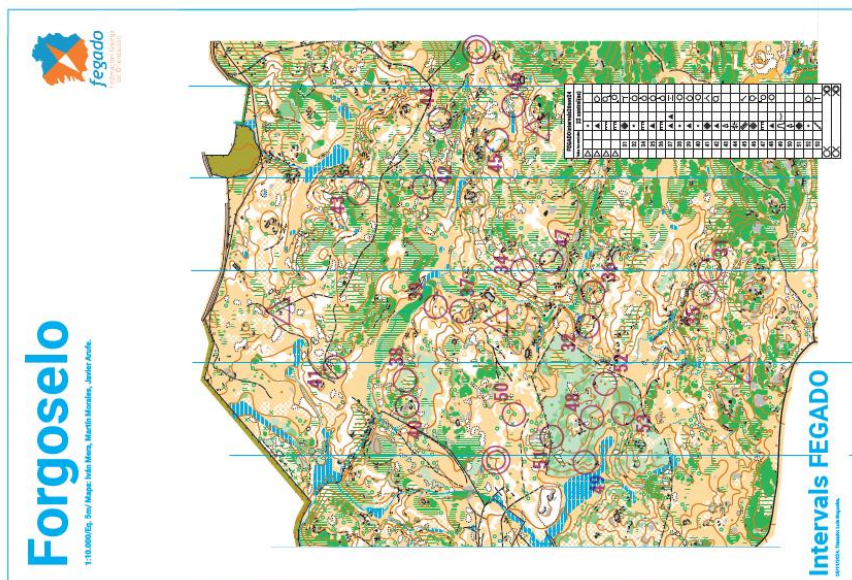
26 de outubro de 2024. Mapa de Monte Forgoselo (A Capela, A Coruña)

Convocados. Deportistas do Grupo Permanente de Adestramento de Alto Nivel.

Obxectivo. Intervalos de simulación de saídas en masa de cara a preparar o Campionato de España de Remudas Clásicas.

Total técnicos FEGADO: 3 (2 homes e 1 muller).

Total deportistas: 16



Tecnificación Programada no Monte Forgoselo. Intervalos FEGADO. Trazados de Luis Nogueira.

## Outras posibles actividades de tecnificación (tempada 2024 en curso)

**EN CURSO** Campus de Nadal FEGADO (en fase de programación). Actividade local km 0 a desenvolver en Galicia (duración 2 días). Datat: 27 a 29 de decembro en Bande (Ourense).

## 9 Actividades desenvolvidas e calendario de competicións

O calendario oficial da FEGADO 2024, Aprobado en Asemblea Xeral Ordinaria do 16 de decembro 2023 e modificado en diferentes Xuntas directivas con carácter previo á validación en sede asemblearia, é público [\[ver calendario FEGADO 2024 de competicións oficiais federadas act xuño 2024\]](#).

**Obxectivo:** preparación das competicións do calendario estatal

- Campionatos de España de Orientación a Pé 1 bosque (CEOP-1) do 29 ao 31 de marzo en Ciudad Real (aprazado a 1 a 3 de novembro).
- Campionatos de España de Orientación a Pé 2 urbano (CEOP-2) do 18 ao 19 de outubro en Granada.
- Campionato de España de Orientación en bicicleta de montaña (MTBO) do 20 ao 21 de abril cen Cáceres.
- Campionato de España de Seleccións Autonómicas en Idade Escolar (CESA – 28 a 30 de xuño) en Portillo (Valladolid).

MEMORIA DEPORTIVA DO PLAN DE TECNIFICACIÓN da FEGADO 2024

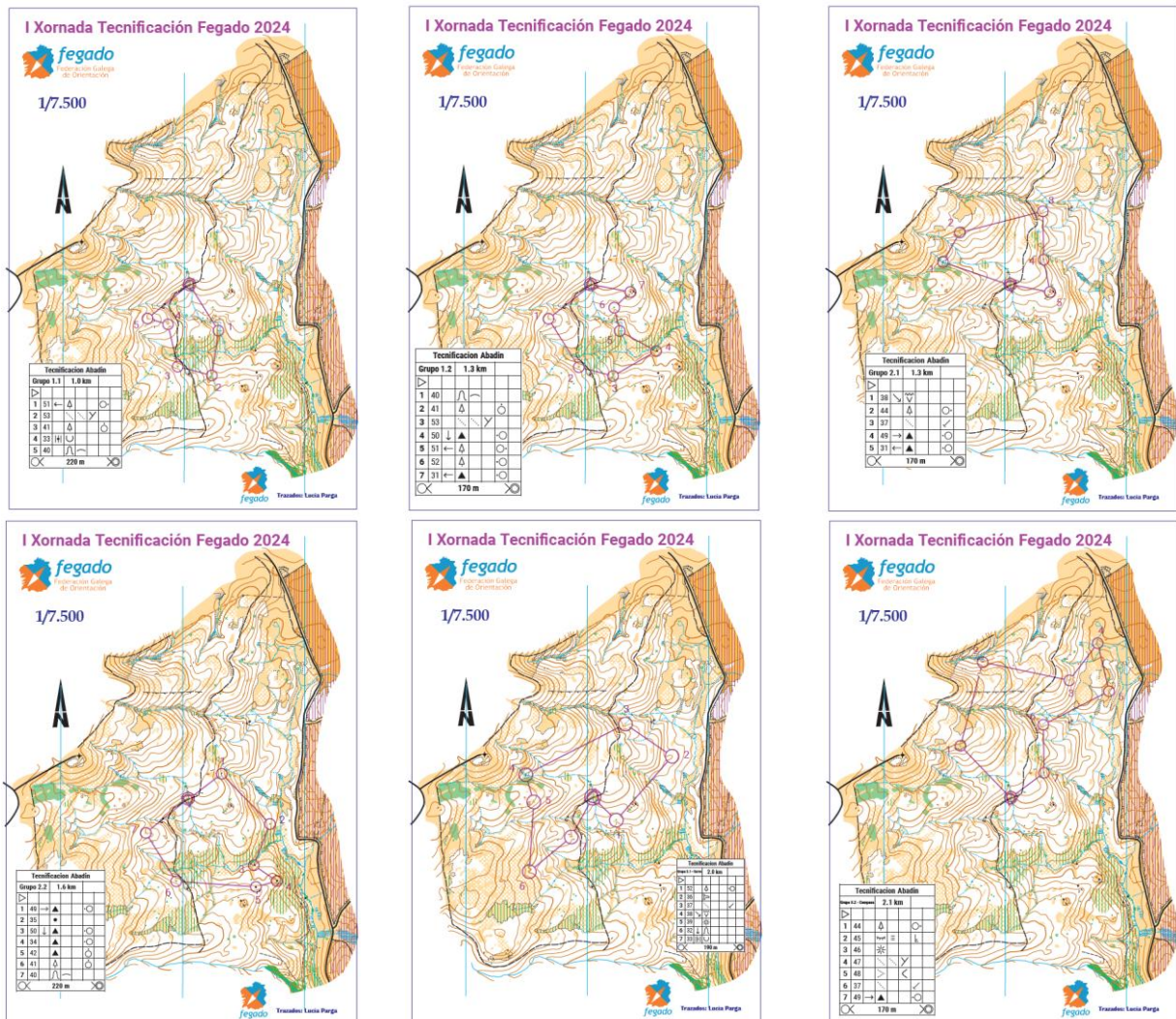
## Tecnificación principais executadas e calendadas no Proxecto Deportivo O-Pé 2024:

### ☑ ORIENTACIÓN A PÉ (O-PÉ) Tecnificación xenérica programada e non programada

**3 de febreiro 2024. Mapa de Abadín (Lugo). Distancia sprint de mañá e tarde.**

35 persoas deportistas inscritas en categorías previas á absoluta e anteriores (14 rapaces e 21 rapaza).

- Xornada de mañá: tecnificación non programada.  
Revisión da carreira con persoas adestradoras da FEGADO.  
Análise de erros, técnicas aplicadas e eleccións de ruta.
- Xornada de tarde: tecnificación programada nº1. Traballo de curva de nivel, compás e all in.



TECNIFICACIÓN PROGRAMADA nº 1. Exercicios (6 de 7). Trazados Lucía Parga. Abadín (Lugo).

MEMORIA DEPORTIVA DO PLAN DE TECNIFICACIÓN da FEGADO 2024

**24 de febreiro 2024. Mapa de O Bolo (Ourense). Distancia media.**

21 persoas deportistas inscritas en categorías previas á absoluta e anteriores (7 rapaces e 14 rapazas).

- Xornada de mañá: tecnificación non programada  
Revisión da carreira con persoas adestradoras da FEGADO.  
Análise de erros, técnicas aplicadas e eleccións de ruta.
- Xornada de tarde: tecnificación programada nº 2. Traballo de curva de nivel, compás e all in.  
Trazados de Lucía Parga.

**9 de marzo 2024. Mapa do Campus de Elviña e Zapateira (A Coruña)**

Total deportistas participantes s/rexistro

Equipo de persoas adestradoras (2). 1 home e 1 muller

Trazados de Fran Varela. Actividade vinculada ao Campionato Autonómico Universitario.

- Xornada de mañá: tecnificación programada  
Revisión da carreira con persoas adestradoras da FEGADO.  
Análise de erros, técnicas aplicadas e eleccións de ruta.

**16 de marzo 2024. Mapa de Monte Segade (Lugo). Distancia longa.**

40 persoas deportistas inscritas en categorías previas á absoluta e anteriores (20 rapaces e 20 rapazas).

- Xornada de mañá: tecnificación non programada.  
Revisión da carreira con persoas adestradoras da FEGADO.  
Análise de erros, técnicas aplicadas e eleccións de ruta.

**13 de abril 2024. Mapa de Chan da Lagoa (Baiona, Pontevedra). Distancia media.**

29 persoas deportistas inscritas en categorías previas á absoluta e anteriores (11 rapaces e 18 rapazas).

- Xornada de mañá: tecnificación non programada.  
Revisión da carreira con persoas adestradoras da FEGADO.  
Análise de erros, técnicas aplicadas e eleccións de ruta.
- Xornada de tarde: tecnificación programada nº 3. Traballo de curva de nivel, compás.  
Trazados de Brais Piñeiro.

**1 de xuño 2024. Mapa de Ribeira e mapa urbano de Corrubedo (A Coruña). Distancia media e sprint.**

mañá: 36 persoas deportistas inscritas en categorías previas á absoluta e anteriores (16 rapaces e 20 rapazas).

tarde: 35 persoas deportistas inscritas en categorías previas á absoluta e anteriores (14 rapaces e 21 rapazas).

- Xornada de mañá: tecnificación non programada  
Revisión da carreira con persoas adestradoras da FEGADO.  
Análise de erros, técnicas aplicadas e eleccións de ruta.
- Xornada de tarde: tecnificación non programada  
Revisión da carreira con persoas adestradoras da FEGADO.  
Análise de erros, técnicas aplicadas e eleccións de ruta.

**19 ao 22 de xuño 2024. 4ª e 5ª probas da LIGA NORTE (Soria). Adestramentos e Liga FOCUL. San Leonardo, Casarejos e Naveleno.**

Categorías inferiores: 2. Anxo Somoza Seoane (M18) e Carla Somoza Seoane (F16).

SELECCIONABLE EOC FEMINIO ÉLITE. Lucía Parga Basanta.

SELECCIONABLE EOC MASCULINO ÉLITE. Brais Piñeiro Fraga.

**23 ao 27 de xuño 2024. Campamento de Tecnificación O-TECH URBASA 2024 (Urbasa).**

Categorías inferiores: 2. Anxo Somoza Seoane (M18) e Carla Somoza Seoane (F16).

SELECCIONABLE EOC FEMINIO ÉLITE. Lucía Parga Basanta.

SELECCIONABLE EOC MASCULINO ÉLITE. Brais Piñeiro Fraga.

MEMORIA DEPORTIVA DO PLAN DE TECNIFICACIÓN da FEGADO 2024

**27 e 28 de xuño 2024. 4ª e 5ª probas da LIGA NORTE (Soria). Adestramentos e Liga FOCUL. San Leonardo, Casarejos e Naveleno.**

Categorías inferiores: 3. Martín Casado Núñez (M-16), Anxo Somoza Seoane (M18) e Carla Somoza Seoane (F16).

**14 de setembro 2024. Mapa de Pena dos Monteiros (As Pontes, A Coruña). Distancia longa.**

29 persoas deportistas inscritas en categorías previas á absoluta e anteriores (13 rapaces e 16 rapazas).

- Xornada de mañá: tecnificación non programada.  
Revisión da carreira con persoas adestradoras da FEGADO.  
Análise de erros, técnicas aplicadas e eleccións de ruta.

**15 de setembro 2024. Mapa de Goente, A Capela (A Coruña). Distancia media.**

22 persoas deportistas inscritas en categorías previas á absoluta e anteriores (12 rapaces e 10 rapazas).

- Xornada de mañá: tecnificación non programada.  
Revisión da carreira con persoas adestradoras da FEGADO.  
Análise de erros, técnicas aplicadas e eleccións de ruta.

**21 de setembro 2024. Mapas da Cidade da Cultura e Campus Sur (Santiago de Compostela, A Coruña). Distancia sprint.**

mañá: 28 persoas deportistas inscritas en categorías previas á absoluta e anteriores (11 rapaces e 17 rapazas).

tarde: 24 persoas deportistas inscritas en categorías previas á absoluta e anteriores (9 rapaces e 15 rapazas).

- Xornada de mañá e de tarde: tecnificación non programada  
Revisión da carreira con persoas adestradoras da FEGADO.  
Análise de erros, técnicas aplicadas e eleccións de ruta.

**5 de outubro 2024. Mapas do Monte Iroite (Porto do Son) e mapa urbano de Noia (A Coruña). Distancia media e sprint.**

mañá: 19 persoas deportistas inscritas en categorías previas á absoluta e anteriores (11 rapaces e 8 rapazas).

tarde: 16 persoas deportistas inscritas en categorías previas á absoluta e anteriores (7 rapaces e 9 rapazas).

- Xornada de mañá: tecnificación non programada  
Revisión da carreira con persoas adestradoras da FEGADO.  
Análise de erros, técnicas aplicadas e eleccións de ruta.
- Xornada de tarde: tecnificación non programada  
Revisión da carreira con persoas adestradoras da FEGADO.  
Análise de erros, técnicas aplicadas e eleccións de ruta.

## ORIENTACIÓN EN BICICLETA DE MONTAÑA (MTBO)

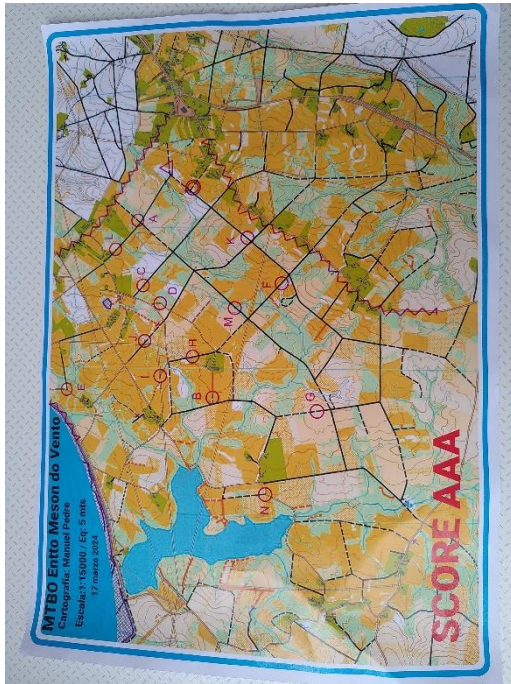
### Tecnificación xenérica programada

**25 de febreiro 2024. Tecnificación FEGADO MTBO en O Bolo (Ourense).**

**17 de marzo 2024. Tecnificación FEGADO MTBO en Mesón do Vento (A Coruña).**

Exercicios técnicos con dous niveis de dificultade.

Trazados Fran Varela. Cartografía Manuel Pedre.



**Tecnificación Programada MTBO en Mesón do Vento.** Trazados de Fran Varela.

**23 e 24 de marzo 2024. Tecnificación FEGADO MTBO en Santiso (A Coruña).**

23 marzo: 23 persoas deportistas inscritas en categorías previas á absoluta e anteriores (14 rapaces e 9 rapazas).

24 marzo: 22 persoas deportistas inscritas en categorías previas á absoluta e anteriores (13 rapaces e 9 rapazas).

- Xornada de tecnificación programada previa ao Campionato de España 2024

Actividade 14:00 h día 23. Charla técnica PRE-CEMTBO a cargo de Ángel García (cartógrafo, trazador e deportista de Alto Nivel).

Actividade 20:30 h día 23. Análise da competición do primeiro día. Preparación da mass start do día seguinte. Coordina Alicia Pérez (vogal de MTBO).

Revisión da carreira con persoas adestradoras da FEGADO.

Análise de erros, técnicas aplicadas e eleccións de ruta.

**29 e 30 de xuño 2024. Tecnificación de verán FEGADO MTBO en Águeda (Portugal).**

2 persoas deportistas inscritas en categorías previas á absoluta e anteriores (1 rapaces e 1 rapazas). Ambos en categoría JÚNIOR.

- Xornada de tecnificación programada Estáxio de Tecnificacao em BTT  
Coordinación Joao Ferreira (CAB).

**Tecnificación xenérica non programada**

**14 de abril 2024. Mapa de Coruxo (Pontevedra). Distancia longa.**

7 persoas deportistas inscritas en categorías previas á absoluta e anteriores (5 rapaces e 2 rapazas).

- Xornada de mañá: tecnificación non programada.  
Revisión da carreira con persoas adestradoras da FEGADO.

MEMORIA DEPORTIVA DO PLAN DE TECNIFICACIÓN da FEGADO 2024

Análise de erros, técnicas aplicadas e eleccións de ruta.

### 22 de xuño 2024. Mapa de Oia (Pontevedra). Distancia media.

4 persoas deportistas inscritas en categorías previas á absoluta e anteriores (3 rapaces e 1 rapaza).

- Xornada de mañá: tecnificación non programada.  
Revisión da carreira con persoas adestradoras da FEGADO.  
Análise de erros, técnicas aplicadas e eleccións de ruta.

## ☒ RAID DE ORIENTACIÓN

### Tecnificación xenérica programada

Consideramos a participación no Campionato de España de Selección Autonómicas de Raid Xuvenil (CESAR) como parte do proceso de tecnificación deportiva de cara a poder participar autonomamente na categoría da Liga Española de Raids de Aventura (LERA) da Federación Española de Orientación (FEDO). A presenza de adestradores FEGADO resulta imprescindible para a preparación técnica, normativa e emocional, nunha especialidade moi esixente. Tamén para garantir os desprazamentos e a tutela de menores de idade.

**18 de novembro de 2023 (declarado na memoria 2023). Raid Otoño Mágico.** Campionato de España de Seleccións Autonómicas XUVENIL. Valle de Ambroz, Extremadura.

Total deportistas Selección Galega de Raid Xuvenil (3 equipos: 8 rapaces/as)

Total deportistas participantes: 21 distribuídos en 6 equipos mixtos.

Duración 1 etapa: día 1 (10 horas máximo).

Adestrador e asistencia: coordina Manuel Pedre (vogalía de RAID).

LIBRO DE RUTA CESAR JUVENIL - OPEN IOH									
<b>SECCION 1: SCORE URBANO</b>									
MATERIAL: Obligatorio por equipo y corredor									
S1	▶ 3.0km ◀		▲ 30m					10:00 ▶	▼ 10'
	Orden	Código	Tipo	Situación	Obs.	Valor	Salida ▶	◀ Cierre	Mejor T.
	SALIDA		35	PLAZA	ALDEANUEVA	1	10:00		
		81	●	ZONA PAVIMENTADA		1			
		82	●	ZONA PAVIMENTADA		1			
		83	●	ZONA PAVIMENTADA		1			
		84	●	ZONA PAVIMENTADA		1			
		85	●	ZONA PAVIMENTADA		1			
	T1	T1	●	PLAZA	ALDEANUEVA	1		10:30	10'
Emerg.: 112 / Teléfono de la organización: - 605 213 880 -634 460 386									
<b>SECCION 2: BTT</b>									
MATERIAL: Obligatorio por equipo y corredor									
S2	▶ 14.0km ◀		▲ 320m					10:00 ▶	▼ 50'
	Orden	Código	Tipo	Situación	Obs.	Valor	Salida ▶	◀ Cierre	Mejor T.
	SALIDA		35	PLAZA	ALDEANUEVA	3	10:00		
		31	●	MURO		2			
		32	●	SENDERO		2			
		33	●	ARROYO		3			
	T2	T2	●	ZONA PAVIMENTADA	CASAS DEL MONTE	1		12:30	▼50'
Emerg.: 112 / Teléfono de la organización: - 605 213 880 -634 460 386									

MEMORIA DEPORTIVA DO PLAN DE TECNIFICACIÓN da FEGADO 2024

SECCIÓN 3: TREKKING+TIRO CON ARCO									
MATERIAL: Obligatorio por equipo y corredor + Propio de Sección									
S3 ▶10.0km◀ ▲490m									
Orden	Código	Tipo	Situac.	Obs.	Valor	Salida▶	◀Cierre	Mejor T. ▼ 1h.30'	
SALIDA		35	ZONA PAVIMENTADA	CASAS DEL MONTE		10:30			
	86	●	ARROYO		2	10:30			
	87	●	ROCA		2				
	88	●	ARROYO	ARBOL CAIDO	3				
	89	●	ARROYO	VEGETACION	3				
	90	●	VEGETACION		3				
	91	●	CONJUNTO DE ROCAS	ARBOL	3				
	92	●	CONJUNTO DE ROCAS		2				
	PE1	●	TIRO CON ARCO		4			13:30	
T3	T3	35	ZONA PAVIMENTADA	CASAS DEL MONTE	1			14:30	▼ 1h.30'

Emerg.: 112 / Teléfono de la organización: 605 213 880 - 634 460 386 - 626 498 214

SECCIÓN 4: BTT									
MATERIAL: Obligatorio por equipo y corredor + Propio de Sección									
S4 ▶30.0km◀ ▲940m									
Orden	Código	Tipo	Situac.	Obs.	Valor	Salida▶	◀Cierre	Mejor T. ▼ 2h.30'	
SALIDA		35	ZONA PAVIMENTADA	CASAS DEL MONTE		11:30			
	35	●	MURO		2				
	36	●	SENDEROMURO		3				
	37	●	COTA	ZOCA ROCOSA	3				
	38	●	ARROYO		2				
	39	●	BOSQUECILLO		3				
	40	●	ARBOL		3				
	41	●	ARROYO		4				
	42	●	MURO		3				
T4	T4	35	PABELLON	HERVAS	1			17:00	▼ 2h.30'

Emerg.: 112 / Teléfono de la organización: 605 213 880 - 634 460 386

SECCION 5: TREKKING + SLIZE PUZZLE+ ESCALADA EN CAJAS									
MATERIAL: Obligatorio por equipo y corredor + Propio de Sección									
S5 ▶12.0km◀ ▲580m									
Orden	Código	Tipo	Situac.	Obs.	Valor	Salida▶	◀Cierre	Mejor T. ▼ 1h.30'	
SALIDA		35	PABELLON	HERVAS		15:00			
	103	●	ZONA ROCOSA		2				
	104	●	ROCA		3				
	105	●	ROCA ARROYO		3				
	106	●	CORTADO		3				
	107	●	CORTADO		4				
	108	●	ARBOL SINGULAR		3				
	109	●	VEGETACION		2				
	PE3	●	ESCALADA EN CAJAS		4			19:15	
	PE4	●	SLIZE PUZZLE		4			19:15	
T5	T5	35	PABELLON	HERVAS	1			19:30	▼ 1h.30'

Emerg.: 112 / Teléfono de la organización: 605 213 880 - 634 460 386

SECCION 6: BTT+RAPEL									
MATERIAL: Obligatorio por equipo y corredor + Propio de Sección									
S6 ▶28.0km◀ ▲850m									
Orden	Código	Tipo	Situac.	Obs.	Valor	Salida▶	◀Cierre	Mejor T. ▼ 2h.30'	
SALIDA		35	PABELLON	HERVAS		16:00			
	43	●	SENDERO		3				
	47	●	VAGUADA		3				
	48	●	SENDERO/CORTAFUEGO		2				
	49	●	ESTANQUE		3				
	50	●	PASO VIA	AL PIE	3				
	PE5	●	RAPEL		4			20:00	
META	META	35	ZONA PAVIMENTADA	BAÑOS DE MONTE MAYOR				20:00	▼ 2h.30'

Emerg.: 112 / Teléfono de la organización: 605 213 880 - 634 460 386

## Tecnificación xenérica non programada (4 actividades)

O Regulamento de RAID de orientación incorpora aspectos normativos nos Regulamentos e nas Normas Anuais de cara a facilitar a participación de menores, no contexto da tecnificación deportiva:

*En categoría Orienta-Raid, pola súa banda, poderán participar tanto maiores de idade (18 anos cumpridos) coma menores que teñan (ou cumpran no 2023) 16 ou 17 anos, sempre debidamente autorizados (pai/nai/titor legal) e acompañados durante todas as seccións do percorrido por polo menos un maior de idade con experiencia acreditada na modalidade deportiva de orientación. Excepcionalmente, no contexto da tecnificación de cara á futura participación na Categoría Xuvenil de la Liga Española de Raids de Aventura (LERA) da Federación Española de Orientación (FEDO), ou ben no Campionato de España de Seleccións Autonómicas de Raid de Orientación Xuvenil (CESAR Xuvenil), se permitirá a participación de menores que teñan (ou cumpran no 2023) 15 anos, que tamén han de estar*

debidamente autorizados (pai/nai/titor legal) e acompañados durante todas as seccións do percorrido por polo menos un maior de idade con experiencia acreditada na modalidade deportiva de orientación.

NÚM.	DATA	ORGANIZADOR	LUGAR	TIPO	OBSERVACIÓN S
1	2/3	Fluvial/Aromon	Ribadeo	Race	
2	27/4	Gallaecia	As Pontes	Race	C G
3	15/6	Cornelios	Arbo	Race	
4	12/10	Seo	Ordes	Race	

## 10 Instalacións e material

Instalación deportivas: as instalacións deportivas da orientación son os **mapas** especificados nos apartados anteriores

Materiais FEGADO declarados no ANEXO II da documentación aportada regularmente aos expedientes de Convenio Xunta-FEGADO. Esencialmente: balizas (conxunto estaca, telas e pinzas clásicas), estacións dixitais SPORTident, pinzas electrónicas SIAC ou similares. Colaboración dos diferentes clubs da FEGADO con materiais e recursos propios.

## 11 Custo económico TECNIFICACIÓN 2024 (remata a 31 de decembro)

A data actual, a tempada aínda non está rematada. Será na Asemblea Xeral convocada para o sábado 14 de decembro de 2024 onde se expoñerán os orzamentos executados e/ou pendentes de execución para o coñecemento das persoas asembleístas e das persoas asistentes, e para a súa aprobación, se procede.

O orzamento en concepto de TECNIFICACIÓN dentro da **Actividade Deportiva Ordinaria da FEGADO 2024** (33.261 € a data actual), segundo os orzamentos aprobados en Asemblea Xeral de 26 de xuño de 2024 foi de **4.000,0 euros** (proposta de gasto 4.2 *Tecnificación*).

Tamén contemplamos unha partida en concepto de ALTO RENDIMIENTO, tamén dentro da **Actividade Deportiva Ordinaria da FEGADO 2023**, por importe de **4.000,0 €** (proposta de gasto 4.4 *Alto Rendemento*).

A maiores, dentro da Actividade Deportiva e de Promoción FEGADO, habilitáronse **3.600,0 €** no marco do “xénero menos representado dentro da práctica deportiva da federación (deporte feminino)”.

En calquera caso o peche da tempada será a 31 de decembro de 2024, así que podería haber axustes orzamentarios en materia de tecnificación en base ás actividades executadas e previstas neste mesmo documento.



# 12 Deportistas en Programas Nacionais de Tecnificación

## ORIENTACIÓN A PIE

### Aspirantes á Selección Española Absoluta

[\[VER programa y criterios de SELECCIÓN ABSOLUTA FEDO 2024\]](#)

Ademais do primeiro equipo absoluto da Federación Española de Orientación (FEDO), forman parte do EQUIPO FEDO ÉLITE como **SELECCIÓN DE ASPIRANTES** unha relación de atletas en crecemento e desenrolo, tres (3) persoas deportistas da FEGADO, convidados a participar nas actividades programadas polo seleccionador nacional absoluto Mikael Wiren e Director Técnico Roger Casal.

Lucía Parga Basanta	AROMON, Pontevedra
Xoel Chamorro García	RAZA PALLEIRA, Pontevedra
Brais Piñeiro Fraga	RAZA PALLEIRA, Pontevedra

### Obxectivos principais da integración no Programa Nacional de Tecnificación da FEDO

*Formar un equipo competitivo para asistir aos campeonatos internacionais | Crear un ambiente positivo en el que cualquier deportista pueda seguir creciendo y desarrollándose dentro del equipo de la selección | Fortalecer el sentimiento de equipo | Crear y compartir objetivos comunes. | Conseguir que cada atleta obtenga su máximo rendimiento en las competiciones prioritarias de la temporada | Favorecer el tránsito de la categoría Junior a la Absoluta colaborando y realizando actividades conjuntas | Apoyar a todos los deportistas que, aún no estando dentro del equipo absoluto, han mostrado potencial y ambición de seguir progresando para finalmente poder optar a formar parte de la selección | Realizar las actividades programadas con la mayor calidad posible | Difundir y compartir con el resto de la comunidad orientadora los conocimientos y experiencia de los mejores deportistas del país.*

## Resultados nas probas da Liga Español de Orientación (LEO) 1, 2, 3, 4, 5 e 6 do 2024.

Resultados da deportista Feminino ÉLITE **Lucía Parga Basanta**. TOP 5 a data actual.

Seleccione la categoría para la que desea ver la clasificación:

#### Leyenda:

■ Máxima puntuación 
 ■ Penalización 
 ■ Fuera de categoría 
 ■ Organizador 
     Subrayadas las mejores carreras

#### Categoría F-E:

Orden	Licencia	Cat	Nombre	Apellido1	Apellido2	Club	Total	Numero de Carreras	M1	M2	M3	Ilu1	Ilu2	MOM1	MOM2	CC1	CC2	CVa1	CVa2	CEOL	CEOM	MK1	MK2	pWMOC1	pWMOC2	Gua	IbF1	IbF2	Ex	IbM1	IbM2
1	28002923	F-E	María	Prieto	del Campo	MALARRUTA	1252.72	14	98.65	95.0	95.0	-	-	85.77	77.33	84.67	100.0	100.0	100.0	102.89	-	100.0	100.0	95.49	100.0	82.9	100.0	100.0	-	-	-
2	45004221	F-E	Nerea	González	Peña	TOLEDO-O	1224.51	14	95.67	94.19	88.18	100.0	85.32	89.75	100.0	10.0	-	87.49	97.33	99.61	102.03	93.78	92.93	95.78	93.69	86.8	-	-	-	-	-
3	3000349	F-E	Ana	Camarasa	Pérez	COLIVENC	1124.86	15	89.82	84.11	79.17	92.35	72.14	85.0	52.7	100.0	97.54	90.68	94.29	87.44	95.85	84.26	88.43	65.22	10.0	71.66	-	-	-	-	-
4	2007349	F-E	Ana	Defez	Cernicharo	BMT CASAS DE VES	1093.04	15	85.55	82.48	77.65	83.88	77.0	74.97	61.68	10.0	82.85	82.69	85.29	88.15	86.87	81.25	89.77	90.85	84.27	85.2	-	-	-	-	-
5	27001159	F-E	Lucía	Parga	Basanta	AROMON	1015.44	15	79.8	76.37	76.37	70.51	79.23	64.97	65.1	84.88	75.83	85.58	67.09	76.3	93.13	70.68	82.58	-	-	71.07	82.54	76.02	-	-	

MEMORIA DEPORTIVA DO PLAN DE TECNIFICACIÓN da FEGADO 2024

## Resultados do deportista Masculino ÉLITE Xoel Chamorro García. TOP 12 a data actual.

Categoría M-E:

Orden	Licencia	Cat	Nombre	Apellido1	Apellido2	Club	Total	Numero de Carreras	M1	M2	M3	Hu1	Hu2	MOM1	MOM2	CC1	CC2	Cva1	Cva2	CEOL	CEOM	MK1	MK2	pWMO1	pWMO2	Gua	IbF1	IbF2	Ex	IbM1	IbM2
1	28000636	M-E	David	Rojas	Jiménez	ALABARDA-O	1222.33	15	96.19	92.68	87.17	90.49	98.45	96.69	75.18	100.0	98.64	92.1	100.0	89.86	98.96	84.84	100.0	92.89	10.0	79.31	-	-	-	-	-
2	45007652	M-E	Pablo	Ferrando	Galán	TOLEDO-O	1188.1	13	93.67	91.39	91.39	96.79	93.01	90.56	88.32	96.91	100.0	-	-	98.9	95.13	81.84	96.9	81.95	75.9	91.89	-	-	-	-	-
3	29000306	M-E	José Manuel	García	Crespo	COMA	1045.59	15	81.98	78.41	78.41	83.23	72.38	71.52	64.58	80.23	66.05	72.68	85.01	78.52	75.55	72.23	73.15	-	-	74.97	100.0	100.0	-	-	-
4	16068	M-E	Jaume	Civera	Gorritz	ADCON	982.9	16	77.8	71.56	71.56	64.37	53.36	72.48	46.68	72.46	62.89	84.22	78.74	78.54	70.97	64.26	75.96	73.92	61.99	-	92.89	91.2	-	-	-
5	3003766	M-E	Álvaro	García	Bernabeu	COLIVENC	982.23	11	89.29	89.29	89.29	96.77	85.8	93.03	84.81	98.59	94.9	-	-	85.03	80.57	85.73	88.79	-	-	88.21	-	-	-	-	-
6	17003762	M-E	Eloi	Martí	Romani	ALIGOTS	978.78	11	88.98	88.98	88.98	-	-	82.78	86.81	93.01	87.29	-	-	91.67	84.13	86.29	92.22	94.66	91.16	88.76	-	-	-	-	-
7	28000567	M-E	Álvaro	Casado	Gómez	GOCAN	904.16	9	60.0	100.46	100.46	100.0	100.0	100.0	94.65	-	-	-	-	105.0	105.0	100.0	99.62	-	-	99.89	-	-	-	-	-
8	8006699	M-E	Quim	Vich	Díaz-Guerra	COC	895.42	10	60.0	89.54	89.54	-	-	85.75	81.42	90.28	82.46	100.0	95.67	87.04	88.58	-	-	100.0	84.22	-	-	-	-	-	-
9	46000103	M-E	Emili	Sellés	Seguí	ALCOI	881.55	13	70.95	67.81	67.81	75.02	66.31	73.77	50.78	73.14	50.36	69.97	76.16	-	-	67.16	79.01	82.35	53.6	63.92	-	-	-	-	-
10	6006178	M-E	Isaac	Hernández	Pindado	CODAN_EXTREMADURA	843.93	10	60.0	92.66	84.39	95.31	89.93	10.0	88.53	90.76	95.24	-	-	99.39	93.21	-	-	-	-	94.85	86.71	-	-	-	-
11	17007406	M-E	Roger	Virgili	Serrallonga	GOXTREME BARCELONA	772.38	11	60.0	72.49	72.49	80.07	57.88	83.93	59.43	81.92	51.16	-	-	82.19	81.55	-	-	Or	Or	74.25	-	-	-	-	-
12	15002793	M-E	Xoel	Chamorro	García	RAZA PALLEIRA	693.23	9	60.0	77.03	77.03	-	-	73.74	75.29	77.85	73.33	-	-	82.49	83.12	-	-	85.5	67.27	74.64	-	-	-	-	-

## Aspirantes á Selección Española Júnior

[[VER programa y criterios de SELECCIÓN JÚNIOR 2024](#)] e [[MODIFICACIÓN CRITERIOS](#)]

O deportista **Mateo Rodríguez Díaz** (club AROMON de Pontevedra) da categoría M20 ÉLITE aparece, por méritos deportivos e decisión técnica, no Listado de Tecnificación 2024 da Federación Española (FEDO) como un (1) dos seis (6) deportistas do grupo de tecnificación JÚNIOR.

Clasificouse no 2º lugar estatal no RANKING CLASIFICATORIO para o Mundial de Orientación Júnior 2024 (JWOC 2024), para o que disputou 8 probas:

### 27 e 28 abril 2024. XXVIII Trofeo Martin Kronlund en Las Navas del Marqués (Ávila)

Distancia longa | Proba clasificatoria sprint | Distancia media

### 17 e 19 de maio 2024. Campionato de España Universitario 2024. Vic y Gurb (Cataluña)

Distancia longa | Distancia sprint | Distancia media

### 10 de xuño 2024. Concentración e probas de selección en Navaleno (Soria)

Distancia longa | Distancia media

Seleccione la categoría para la que desea ver la clasificación:

Legenda:

■ Máxima puntuación ■ Penalización ■ Fuera de categoría ■ Organizador \_\_\_ Subrayadas las mejores carreras

Categoría M-20E:

Orden	Licencia	Cat	Nombre	Apellido1	Apellido2	Club	Total	Numero de Carreras	M1	M2	M3	MKL	S	MKM	CEUOS	CEUOL	CEUOM	NavL	NavM
1	45007653	M-20E	Gonzalo	Ferrando	Galán	Toledo-O	499.22	8	99.84	97.38	97.38	96.22	100.0	100.0	92.22	100.0	90.89	100.0	92.73
2	36005881	M-20E	Mateo	Rodríguez	Díaz	Aromon	479.71	8	95.94	93.27	82.86	98.53	10.0	98.19	97.39	89.89	89.58	83.58	95.71
3	28007638	M-20E	Gonzalo	Zorrilla	Ollas	Club O-Charlies Leganés	479.04	8	95.81	91.23	91.23	100.0	93.54	89.24	100.0	88.93	76.33	85.57	96.26
4	31000119	M-20E	Aimar	Urquiza	Diego	C.D.Navarra	475.03	8	95.01	91.71	91.71	90.12	83.13	88.4	87.15	91.81	100.0	93.1	100.0
5	16335	M-20E	Alejandro	Garrido		ADOL	468.36	8	93.67	89.96	79.97	96.77	91.16	93.72	95.21	76.08	85.31	10.0	91.5
6	17007719	M-20E	Andreu	Clotas	Burgas	Allgots	332.14	8	66.43	62.31	62.31	54.29	71.17	65.08	73.06	57.31	60.36	54.73	62.47

## Programa Nacional de Tecnificación Deportiva (PNTD)

**2 ao 5 de xaneiro 2024. Programa Nacional de Tecnificación Deportiva (PNTD) de Reis. Campo de Adestramento da Federación Española de Orientación (FEDO) en Guadamar (Alicante).**

Participan 5 deportistas das categorías inferiores da FEGADO:

Casado Núñez, Martín	OP BETANZOS	na categoría M16
López González, Mario	OP BETANZOS	na categoría M16
Rodríguez Díaz, Mateo	AROMON	na categoría M20 ÉLITE
Nogueras Porto, Sara	FLUVIAL LUGO	na categoría F16
Somoza Seoane, Anxo	GALLAECIA RAID	na categoría M18 ÉLITE

**2 ao 8 de abril 2024. Programa Nacional de Tecnificación Deportiva (PNTD) 2024. Campo de Adestramento da Federación Española de Orientación (FEDO) en Csákvár (Hungría). SPRING SPARTACUS CUP 2024 & CENTRAL EUROPEAN YOUTH ORIENTEERING CUP (CEYOC).** Varios adestramentos e 3 competicións (remudas, distancia longa e media). Actividade dirixida ao Grupo de Tecnificación FEDO 2024 e ás persoas deportistas seleccionables da absoluta.

Rodríguez Díaz, Mateo	AROMON	LISTA PNTD
Parga Basanta, Lucía	AROMON	ÉLITE

### PROGRAMA:

<b>Día 1</b>	02.04.2024	Viaje de ida / Entrenamiento 1
<b>Día 2</b>	03.04.2024	Entrenamientos 2 y 3
<b>Día 3</b>	04.04.2024	Entrenamientos 4 y 5
<b>Día 4</b>	05.04.2024	Relevos Vértessokozma Entrenamiento 6
<b>Día 5</b>	06.04.2024	Larga Distancia Vértessokozma Entrenamiento 7
<b>Día 6</b>	07.04.2024	Media Distancia Vértessokozma Entrenamiento 8
<b>Día 7</b>	08.04.2024	Viaje de vuelta

**17 ao 25 de agosto 2024. Programa Nacional de Tecnificación Deportiva (PNTD) 2024. Campo de Adestramento da Federación Española de Orientación (FEDO) en Karlsborg (Suecia).** 6 días de adestramento e dous competicións (media e remudas) no Campionato rexional de Västergötland. Actividade dirixida ao Grupo de Tecnificación FEDO 2024.

Rodríguez Díaz, Mateo	AROMON	LISTA PNTD
-----------------------	--------	------------

## Outras probas de selección absoluta (e criterios a ter en conta para decisión técnica)

**4 e 5 de maio. 77º edición do 10Mila en Nynashamn (Suecia).** Criterio de selección absoluta en evento non oficial. É a competición de remudas máis importante a nivel internacional, na que participaron 317 equipos masculinos e 275 equipos femininos de 10 e 6 postas respectivamente:

- Participación de Brais Piñeiro. 10ª posta dun total de 10 no equipo Snättringe SK MASC-1. Posto 39º.
- Participación de Xoel Chamorro. 10ª posta dun total de 10 no equipo Malungs OK-2.
- Participación de Lucía Parga. 3ª posta dun total de 6 no equipo Snättringe SK FEM-2.

MEMORIA DEPORTIVA DO PLAN DE TECNIFICACIÓN da FEGADO 2024

**15 e 16 de xuño. Jukola.** en Kauhava, (Finlandia). **Criterio de selección absoluta en evento non oficial.** É una competición de remudas de referencia a nivel internacional, que reúne a máis de 3200 equipos e máis de 18000 deportistas.

- Participación de Brais Piñeiro. 5ª posta dun total de 7 do equipo 1033 Snättringe SK-2
- Participación de Lucía Parga. 1ª dun total de 4 postas do Equipo Snättringe SK-3

### **Aspirante á Selección Española Cadete e Xuvenil (4 aspirantes con máis presenza en Liga Nacional)**

[\[VER programa y criterios de selección CADETE e XUVENIL 2024\]](#) e [\[MODIFICACIÓN CRITERIOS\]](#)

A deportista **Sara Nogueiras Porto** (club FLUVIAL LUGO) da categoría F16 aparece, por méritos deportivos, no Listado de Tecnificación 2024 da Federación Española (FEDO) como deportista de interese (en seguimento). Na actualización provisional do Listado de Tecnificación 2024 como TOP 3 é unha das cinco deportistas do grupo de tecnificación XUVENIL [\[ver ranking grupo de tecnificación FEDO 2025\]](#).

#### **Campos de entrenamiento en el extranjero y en España 2025**

- **PNTD Reyes Guardamar:** Del 2 al 5 de enero, dirigido a las categorías junior, juvenil, cadete e infantil.
- **PNTD:** Del 1 al 3 de marzo, para la categoría cadete. Lugar por determinar.
- **Campo de entrenamiento Italia:** Del 21 al 27 de abril, para las categorías junior y juvenil. Incluirá un training camp en los terrenos del JWOC 2025 y una competición paralela a la XXX Copa Latina.
- **Silva O Camp:** Del 17 al 27 de julio. Los primeros cuatro días se llevará a cabo la competición paralela al EYOC. Dirigido a las categorías cadete e infantil.
- **PNTD Suecia:** Del 9 al 17 de agosto, para las categorías junior y juvenil.
- **PNTD Navaleño:** Del 25 al 29 de agosto, dirigido a las categorías junior, juvenil, cadete e infantil.

Clasificouse no 11º lugar estatal no RANKING CLASIFICATORIO para o Europeo de Orientación CADETE e XUVENIL 2024 (EYOC 2024), para o que disputou 7 probas:

#### **3 e 4 de febreiro 2024. I Trofeo Iberoamericano. Cartaya, La Rábida e Punta Humbría (Huelva)**

Distancia longa | Distancia sprint | Distancia media

#### **9 e 10 de marzo 2024. XIII Premio de Orientación Comunidad Valenciana. World Ranking Event. Reguena (Valencia)**

Distancia longa | Distancia sprint | Distancia media

#### **27 e 28 abril 2024. XXVIII Trofeo Martin Kronlund en Las Navas del Marqués (Ávila)**

Distancia longa | Distancia media (lesión).

Seleccione la categoría para la que desea ver la clasificación:

**Leyenda:**

■ Máxima puntuación 
 ■ Penalización 
 ■ Fuera de categoría 
 ■ Organizador 
      Subrayadas las mejores carreras

**Categoría F-16:**

Orden	Licencia	Cat	Nombre	Apellido1	Apellido2	Club	Total	Numero de Carreras	M1	M2	M3	HuL	HuS	HuM	ReqM	ReqS	ReqL	MKL	MKM
1	47008308	F-16	Matilde	Tribiño	Cordal	COV	<b>499.96</b>	8	99.99	91.19	91.19	99.16	100.0	88.9	51.07	89.61	90.8	105.0	105.0
2	17006696	F-16	Bruna	Sanz	Kowalski	ALIGOTS	<b>488.7</b>	8	97.74	94.2	94.2	100.0	93.21	99.7	81.23	93.38	95.73	90.46	99.89
3	16992	F-16	Cristina	García	Gómez	COMA	<b>468.84</b>	8	93.77	87.17	87.17	89.56	94.34	84.14	68.14	100.0	84.7	76.26	100.24
4	15961	F-16	Paula	Vicedo	Albero	COLIVENC	<b>467.36</b>	8	93.47	88.2	88.2	95.04	77.91	92.42	85.45	95.32	93.26	74.91	91.32
5	9007600	F-16	Candela	Arranz	Bravo	CORZO	<b>466.83</b>	8	93.37	89.56	89.56	83.85	87.19	84.65	100.0	95.32	81.18	91.19	93.13
6	33006501	F-16	Marta	Villa	Rodríguez	PILOÑA_DEPORTE	<b>466.61</b>	8	93.32	88.11	88.11	82.75	96.79	88.39	71.77	95.69	100.0	83.73	85.74
7	14874	F-16	Sandra	Muñoz	Descalzo	GODIH	<b>458.02</b>	8	91.6	87.69	87.69	84.28	90.84	98.13	79.82	93.97	90.8	80.27	83.37
8	26483	F-16	Petra	Millán	Rodríguez	COV	<b>457.71</b>	8	91.54	85.64	76.18	61.96	92.23	95.35	10.0	92.32	89.17	79.79	88.64
9	17556	F-16	Luz	Puertas	Solórzano	ORCA	<b>455.29</b>	8	91.06	84.3	75.01	86.43	78.07	100.0	56.74	95.69	92.74	80.43	10.0
10	19207	F-16	Yaiza	Rubio	Felipe	GODIH	<b>448.89</b>	8	89.78	86.9	86.9	83.76	85.02	85.12	88.01	93.14	93.48	77.55	89.14
11	27009206	F-16	Sara	Nogueras	Porto	FLUVIAL_LUGO	<b>441.14</b>	7	88.23	80.43	80.43	62.3	91.58	90.28	59.58	95.44	90.02	73.82	-

**☑ MTBO | ORIENTACIÓN EN BICICLETA DE MONTAÑA**

[\[VER programa y criterios de SELECCIÓN MTBO 2024\]](#)

**Concentraciones e probas de selección MTBO:**

**22 e 23 de xuño 2024. Probas de Selección da Federación Española de Orientación (FEDO) en Sax e Mutxamel (Alicante).** 22 de xuño – Media distancia, en Sax (Alicante) | 22 de xuño – Sprint, en Monte Orgergia (Alicante) | 23 de xuño – longa distancia, Valle del Sol Mutxamel (Alicante).

Participan 5 deportistas das categorías inferiores da FEGADO:

Delgado González, Mar	OP BETANZOS	na categoría F ÉLITE
López González, Nicolás	COMPÁS	na categoría M ÉLITE
Martínez Gómez, Sofía	COMPÁS	na categoría F ÉLITE
Silverrey Oreiro, Marcosa	GALLAECIA RAID	na categoría M ÉLITE