



XI Trofeo “Cidade de Ferrol”

VII Campeonato Gallego

10ª Prueba de la Liga Gallega del Deporte de Orientación



San Xurxo

21 de Mayo del 2005

PATROCINA



PROGRAMA

Día 17 de Mayo:

20:00 h. Límite plazo de reserva plaza para la comida

Día 18 de Mayo:

24:00 h. Límite plazo de inscripciones

Día 19 de Mayo:

15:00 h. Publicación en internet de las horas de salida

Día 21 de Mayo:

9:00 h. Entrega de fichas de control y dorsales en la zona de competición

10:30 h. Salida del 1er corredor.

13:30 h. Ceremonia de clausura y entrega de trofeos

14:30 h. Cierre de meta

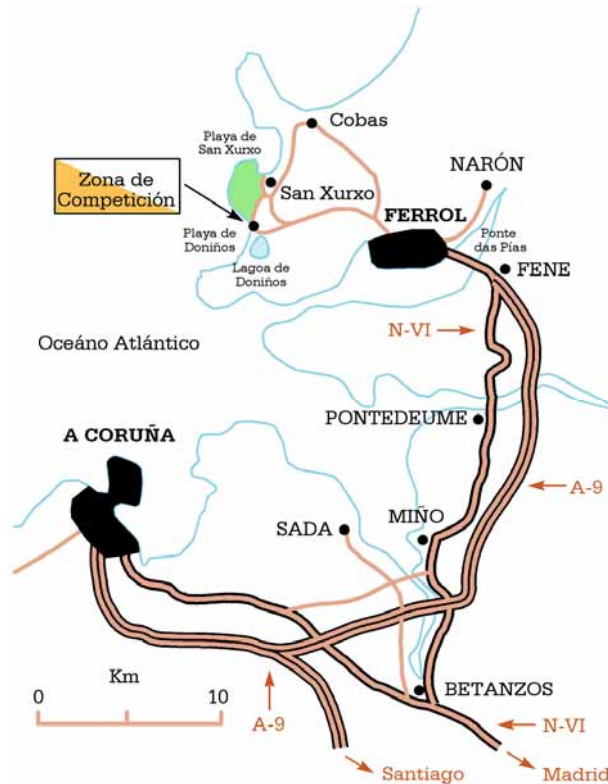
Día 23 de Mayo:

13:00 h. Publicación en internet de los resultados

ZONA DE COMPETICION

Situada en San Xurxo - Concello de Ferrol (A Coruña)
Indicaciones desde la salida de la Autopista – Estadio de la Malata hasta la zona de competición

En la zona de competición: amplio aparcamiento, cafetería, área recreativa y playa
Salida al lado del Bar Playa situado al lado del aparcamiento de la Playa de Doniños



MAPA

Mapa revisado. Elaborado según normas F.E.D.O./I.O.F.
Escala 1:10.000 y equidistancia 2,5 m

Trabajo de campo realizado en Mayo del 2005 por Jose Luis Pozo y Óscar Freire
Trazado de recorridos: Óscar Freire y José Luis Pozo

Zona de pinar costero y extensas zonas con matorral bajo. Desnivel suave con pequeñas vaguadas y cotas

CUOTAS

Con Licencia --- 2 €
Sin Licencia --- 3 €

Fecha límite de inscripción: 18 de Abril del 2005

Recargo por fuera de plazo --- 1 €

COMIDA

FESTIN PARA ORIENTADORES

Después del Trofeo, como ya es habitual, iremos a comer a CASA O ABEIRO, muy cerca de la playa de Doniños con amplio mirador a la Laguna de Doniños.

MENU ESPECIAL

PRIMER PLATO:

CROQUETAS, TORTILLA, PULPO, TABLA DE EMBUTIDOS VARIADOS.

SEGUNDO PLATO:

A ELEGIR: TERNERA , CORDERO ASADO O RAPE EN SALSA.

RIOJA, POSTRE Y CAFÉ

PRECIO DEL MENÚ 20 €

En el caso de querer otra cosa hay un buen menú para elegir.

LAS CONFIRMACIONES DEBEN ACERSE ANTES DEL MARTES 17 A LAS 20:00 HORAS

Esperamos contar con vuestra presencia.

INFORMACION E INSCRIPCIONES

Inscripciones mediante e-mail a:

orientacionforo@yahoo.es

Os rogamos para facilitar las labores organizativas que enviéis cubierto completamente el formulario que se adjunta

*No se considerarán realizadas las inscripciones sino se reciben en el formulario.
Muchas gracias por las molestias.*

Pago de inscripciones el día de la competición a Lisi Lorigo

Más información:

Club Galicia Caranza

Web oficial: <http://es.geocities.com/orientacionforo>

Foro oficial: <http://orientacio.foro.st>

Móvil: 654 612 352

Oscar Freire

E-mail: orientacionforo@yahoo.es

**DISPONIBLE ENTREVISTAS CON LOS DEPORTISTAS FAVORITOS EN FORO
ORIENTACIÓN Y LA WEB**