

RUTAS DE SENDERISMO-ANDAINAS 50 KM Y CXM

| | |
|---------------|--|
| 01. Enero | O Barco a Correxais, por Arnado Dificultad: Fácil. Distancia: 20 km Dirige: Miguel |
| 08. Febrero | Junta General Ordinaria |
| 16. Febrero | Portomourisco-Canal Romano Dificultad: Fácil. Distancia: 19 km Dirige: Dina Campazas |
| 02. Marzo | Parque Natural a Lastra Dificultad: Fácil Dirige: Miguel de la Cal |
| 16. Marzo | 3ª Etapa del Camino de Invierno O Barco a Montefurado Dificultad: Fácil. Distancia: 24 Km Dirige: Ceferina Pérez |
| 30. Marzo | 4ª Etapa del Camino de Invierno Montefurado a San Clodio Dificultad: Fácil. Distancia: 19 Km Dirige: Ceferina Pérez |
| 06. Abril | Andaina 50 Km "Bisbarra do Sar" Dificultad: Muy Larga. Distancia: 50 km Organiza: FGM |
| 20. Abril | Peña O Seo Dificultad: Moderada. Distancia: 15 Km Dirige: Dina Campazas |
| 11. Mayo | O Invernadeiro. Vilaríño de Conso Dificultad: Moderada. Distancia: 20 km Dirige: Santiago Melo |
| 25. Mayo | Laguna de los Peces a Ribadelago. El Tera Dificultad: Moderada. Distancia: 22 km Dirige: José López "Parra" |
| 01-02. Junio | Costa la Vela y Baiona. Cangas y Baiona Dificultad: Fáciles. Distancia: 15 km Dirigen: Carlos Zunzunegui y Ángel Alonso |
| 15. Junio | Colinas-Catoute Dificultad: Difícil. Distancia: 21 Km Dirige: Carlos Asensio |
| 23. Junio | CXM Carrera por montaña Chandrexa Trail Organiza: FGM |
| 29. Junio | Ruta por Río Oscuro Dificultad: Moderada Dirige: Ceferina Pérez |
| 13. Julio | Campo Las Danzas a Peñalba. Peñalba Dificultad: Difícil. Distancia: 15 km Dirige: José López "Parra" |
| 19. Julio | Andaina nocturna Os Mouchos Dificultad: Fácil. Dirige: Pablo Aller |
| 21. Julio | Ruta San Mamede Dificultad: Moderada. Distancia: 23 km Dirige: Carlos Javier |
| 11. Agosto | Ruta Valle Glaciar Forcada Dificultad: Moderada. Dirige: Ana |
| 24. Agosto | Puerto Somiedo a La Peral. Somiedo Dificultad: Difícil Dirige: José López "Parra" |
| 08. Setiembre | 75 Aniversario Club Ruta y comida en Restaurante Fonte da Cova. |
| 28. Setiembre | San Facundo-Pozo las Hoyas. Bembibre Dificultad: Fácil. Distancia: 11 km Dirige: Miguel López |
| 20. Octubre | CXM Carrera por montaña Cañón do Sil Organiza: FGM |
| 26. Octubre | 14ª Andaina & Trail de Outono Organiza: Club Peña Trevinca Barco |
| 08. Noviembre | Magosto en el Refugio |
| 16. Noviembre | Pico la Mortera Cuetalbo. La Cueta Dificultad: Moderado. Distancia: 13 km. Dirige: Miguel López. |
| 30. Noviembre | Ruta O Naceiro a Penas Marías Dificultad: Difícil. Dirige: Dina Campazas |
| 22. Diciembre | Nacimiento a Trevinca |

ACTIVIDADES DE ORIENTACIÓN

| | |
|----------------|--|
| 26. Enero | I Prueba Liga Gallega O-Pie. Lugo XVII Trofeo El Progreso Organiza: Club Fluvial de Lugo |
| 26. Enero | I Prueba Liga Gallega Sprint. Lugo XVII Trofeo El Progreso Organiza: Club Fluvial de Lugo |
| 09. Febrero | 1ª prueba Liga Interregional Galicia - Norte de Portugal. Famaíção Organiza: C.O. Minho |
| 16. Febrero | II Prueba Liga Gallega O-Pie. A Coruña V Memorial Patxi Arufe Organiza: Club APA Liceo |
| 23-24. Febrero | 1ª Prueba Liga Española O-Pie. Murcia Trofeo Costa Cálida. WRE (*) |
| 23-24. Marzo | 2ª Prueba Liga Española O-Pie. Toledo Trofeo Quijotes |
| 04. Abril | Campeonato Escolar de Ourense de Orientación. Celanova Organiza: Club Peña Trevinca Barco |
| 19-21. Abril | 4ª Prueba Liga Española O-Pie. Llanes Campeonato de España 1 |
| 27. Abril | 2ª prueba Liga Interregional Galicia - Norte de Portugal. Barcelos Organiza: Club Amigos da Montanha |
| 04. Mayo | Campeonato Gallego Universitario y Escolar de Orientación. Cenlle Organizan: Universidade de Vigo (Campus Ourense), A.D. Limiactiva y Club Peña Trevinca Barco |
| 11-12. Mayo | 5ª Prueba Liga Española O-Pie. Sevilla Campeonato Ibérico Femenino |
| 01. Junio | III Prueba Liga Gallega O-Pie. Bastiagueiro. Campeonato Gallego de Score Organiza: Sociedad de Montaña Artabros |
| 15. Junio | IV Prueba Liga Gallega O-Pie. Nerga-Donón. (3ª prueba Liga Interregional Galicia - Norte de Portugal) Organiza: Club Universidade de Vigo |
| 29. Junio | II y III Prueba Liga Gallega Sprint. Baiona Organiza: Club Budiño Raid |
| 14. Sept. | V Prueba Liga Gallega O-Pie. Forgoselos Organiza: Sociedad de Montaña Artabros |
| 21-22. Sept. | 9ª Prueba Liga Española O-Pie. Portugal Campeonato Ibérico Masculino |
| 05. Octubre | VI Prueba Liga Gallega O-Pie. Xinzo. (4ª prueba Liga Interregional Galicia - Norte de Portugal) Organiza: A. D. Limiactiva |
| 01-03. Nov. | 11ª Prueba Liga Esp. O-Pie. Portugal Campeonato de España |
| 16. Noviembre | VII Prueba Liga Gallega O-Pie. O Barco Campeonato Gallego de Distancia Media Organiza: Club Peña Trevinca Barco |

(*) World Ranking Event

OTRAS ACTIVIDADES

| | |
|-------------|---|
| sin fecha | Campeonato Gallego de Esquí. Manzaneda Organiza: FDI |
| 16. Febrero | Curso de escalada en rocódromo. Organiza: Club Peña Trevinca Barco |
| sin fecha | Salidas a estaciones cercanas: Manzaneda, Leitariegos, San Isidro o Fuentes de Invierno, se avisará con unos días de antelación. |
| Marzo | Curso de escalada en roca Organiza: Club Peña Trevinca Barco |