

III MEETING de ORIENTACIÓN de GOUVEIA



BOLETIN INFORMATIVO FINAL



Avisos de última hora

Model Event - Debido a las malas condiciones atmosféricas durante la preparación de la prueba, la organización decidió cancelar el model event por no poder proporcionar una zona cartografiada con características y estilo de cartografía similares a la zona de carrera. Siendo el mapa completamente nuevo todos los corredores estarán en igualdad.

Nível de água en el embalse (distancia larga, media e orientación de precisión) – En la zona sur del mapa existe un embalse que ha tenido grandes variaciones en la cantidad de agua embalsada, por lo que los corredores deberán tener en cuenta que el mapa (actualizado a 10 días de la prueba) puede no reflejar exactamente el nivel de agua en el día de la prueba.

Controladores (Sprint) – Para poder asegurar el cumplimiento del reglamento de la prueba de sprint, habrá controladores en el terreno que desclassificarán a los corredores que no cumplan las reglas, concretamente en relación con los obstáculos no pasables y los jardines clasificados como zona privada.

Obras en Gouveia (Sprint) – Hay obras en la avenida que pasa junto al edificio de la Câmara Municipal (ayuntamiento) de Gouveia (Av. 25 de Abril). El mapa fue actualizado a 10 días de la prueba para poder reflejar los cambios provocados por las obras, pero podrá haber modificaciones no reflejadas en la versión final del mapa.

Cruces de carretera (Larga) – En la prueba de distancia larga habrá varios cruces de la carretera nacional (N232) que conecta Manteigas a Gouveia. No habrá corte de la carretera, pero el tráfico estará controlado por la GNR de Montanha que asegurará que los vehículos circulen a baja velocidad en las zonas de cruce de los corredores.

Embajadores del Campeonato Ibérico (sábado) –El sábado recibiremos los embajadores de la prueba – la campeona de Europa de atletismo de 3000m Sara Moreira e su entrenador Pedro Ribeiro.



Informaciones Generales

Secretaría

Viernes, 12 Abril

Local: Posto de Turismo de Gouveia

Horário: 20h30 a las 22h30

Sábado, 13 Abril, distancia media/ o-precisión

Local: Arena en el Vale do Rossim

Horário: 08h30 a las 15h00

Sábado, 13 Abril, Sprint

Local: Quarentena en la Escola Secundária de Gouveia

Horário: 16h00 a las 19h00

Domingo, 14 Abril, Distancia Longa

Local: Arena en el Vale do Rossim

Horário: 08h00 a las 13h00

Suelo Duro

Opción 1 - **Pavilhão GimnoDesportivo Municipal de Gouveia**

Opción 2 – **Pavilhão da Escola Secundária de Gouveia**

Apertura: 18h00 de 6ª feira.

Encerramento: 18h00 de Domingo.

La elección del lugar es libre. Ambas opciones tienen WC y baños.

Ambos pabellones estarán abiertos y con vigilancia durante el sábado y el domingo, pudiendo entrars y salir a cualquier hora. Hay posibilidad de dormir la noche de domingo al lunes, pero se deberá solicitar a la organización.

- Los corredores deberán traer saco-cama y colchón;
- Se apela al civismo y al respeto riguroso por el silencio, reglas de convivencia en este tipo de local y extremar también la higiene del mismo.
- Se proibe expresamente el uso de zapatillas de competición en los pabellones incluidos los baños.
- Se proíbe expressamente lavar platos en el vestuario



Localizaciones - Gouveia

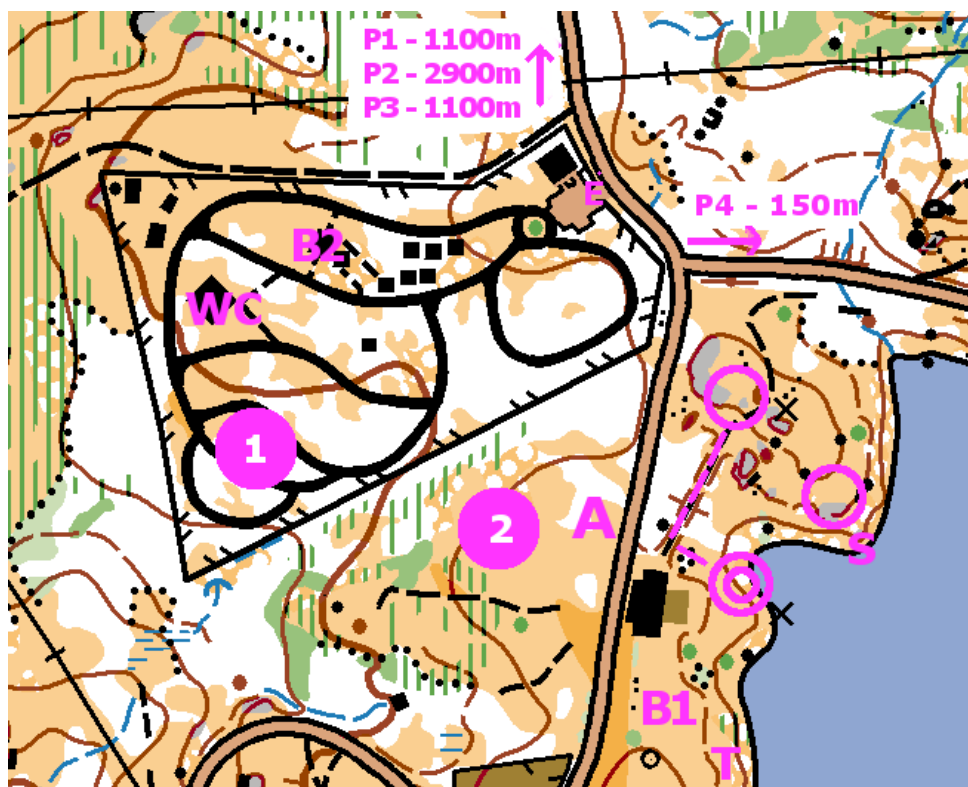


1. Posto de Turismo de Gouveia (secretaria vienes)
2. Pavilhão da Escola Secundária de Gouveia (Suelo Duro 2)
3. Pavilhão Municipal de Gouveia (Suelo Duro 1)
4. Parking



Arena Vale do Rossim

La arena de la distancia media, de larga distancia y orientación de precisión está cerca de la presa Vale do Rossim.



Legenda de la Arena (para sábado y domingo):

Junto al embalse

2 – Parking de autobuses

A – Parada de autobuses hacia la salida P2 (sólo día 2 - distancia larga)

B1 – Servicio de bar y zona de ceremonias.

S – Punto de espectadores

T - Zona para tienda de clubes

Dentro del Parque de Campismo

1 – Parking de coches

B2 – Tienda alternativa para bar y entregas de premios en caso malas condiciones atmosféricas.

WC – Instalaciones sanitarias e baños

E – Entrada del Camping

Salidas:

P1 – Salida de la distancia larga (recorridos más cortos - ver información técnica)

P2 – Salida de la distancia larga (recorridos más largos - ver información técnica)

P3 – Salida de la distancia media

P4 – Salida de Orientación de Precisión



Secretaria, cuidado de niños y informática junto a las llegadas.

Servicio de Bar

En la arena del Vale do Rossim existen arena servicio de bar / comidas, proporcionada por EcoResort, que incluye:

Menu sábado:

1º (4,5 euros)

- sopa
- bifana no pão
- agua ou sumo copo

2º (6 euros)

- Sopa
- Carne grelhada com arroz e salada
- Fruta ou gelatina

Menu domingo:

1º (4,5 euros)

- sopa
- bifana no pão
- agua ou sumo copo

2º (6 euros)

- Caldo verde
- Esparguete com molho bolonhesa ou molho vegetariano (tomate e vegetais)
- Fruta ou gelatina



Sábado – 13 de Abril 2013

Distância Media (Vale do Rossim)

09h30 Comienzo de las charlas de introducción a la orientación.

10h00 Início de salidas de distancia media.

13h30 Hora prevista para cierre de la prueba de distancia media.

Las salidas están a 1100m de la arena para todas las categorías.

Información Técnica:

			Vale do Rossim - Média - Sábado Manhã						
			Escala	Equidistancia	Distancia	Nº puntos	Desnivel	Salidas	Punto Espectadores
P1	H10	D10	1:7500	5 metros	2320	16	80	P1 a 1100m da Arena	-
P2	H12	D12			2400	15	75		-
P3	H14		1:10000		2790	16	95		-
P4	D14				2500	15	95		-
P5	H16	D20			3350	18	135		-
P6	H21B				2920	16	110		-
P7	H18				3540	18	140		-
P8	H40				3640	18	145		-
P9	H20	H35			4100	20	125		-
P10	H21A				3570	17	125		-
P11	H21E				4550	22	190		13°
P12	H45				3380	16	140		-
P13	H50				3150	15	130		-
P14	H55				2770	16	110		-
P15	H60	H65			2410	16	95		-
P16	H70				2220	12	75		-
P17	D21B				2690	16	100		-
P18	D16				2660	14	100		-
P19	D40				3000	16	105		-
P20	D18				2970	16	125		-
P21	D21A	D35			3150	18	110		-
P22	D21E				3520	20	150		16°
P23	D45				2820	14	100		-
P24	D50	D55			2440	14	85		-
P25	D60				1750	12	60		-
P26	Difícil Curto				2340	14	95		-
P27	Fácil Curto				2400	15	75		-
P28	Difícil Longo		4010		19	145	-		
P29	Fácil Longo		3530		21	110	-		



Orientación de Precisión (Vale do Rossim)

Los campeones ibéricos de Orientación de Precisión serán designados teniendo en cuenta solamente esta prueba de Vale do Rossim . Habrá ganadores en las categorías Paralímpica y Abierta.

11h00 Início de la prueba de Orientación de Precisión con salida cerca de la entrada del Camping.

14h30 Cierre de la prueba.

16h00 Ceremónia de Entrega de Prémios en la Arena de Vale do Rossim.

Especificações Técnicas (PT):

- A prova desenrolar-se-á ao longo da Estrada Municipal que liga o Vale do Rossim às Penhas Douradas, a qual irá estar encerrada ao trânsito, garantindo a necessária segurança e tranquilidade a todos os participantes.
- A área é muito rica em elementos naturais (de relevo, rochoso e de vegetação), dos quais nem todos se encontram representados, exigindo uma leitura particularmente atenta e adequada do mapa, à escala 1:5.000, com equidistância de 5 metros e de acordo com a norma ISSOM.
- Com uma distância total de 1300 metros, uma subida acumulada de 15 metros e dezasseis pontos de controlo, a prova desenvolve-se em ambos os sentidos da estrada, com uma primeira parte no sentido ascendente (lado sul), com onze pontos de controlo, e os restantes cinco pontos de controlo numa segunda parte, no sentido descendente (lado norte).
- No local de inversão do sentido da prova, proceder-se-á a uma neutralização do tempo e os participantes deverão nesta altura cumprir dois pontos cronometrados.
- O tempo de prova será de 90 minutos para a Classe Aberta e de 105 minutos para a Classe Paralímpica.
- Haverá recolha dos mapas (no local de neutralização do tempo e na chegada), que serão devolvidos depois da partida do último atleta inscrito.
- O resultado final será encontrado pelo somatório de respostas corretas (dezasseis pontos + dois pontos cronometrados), servindo de fator de desempate os tempos apurados nos pontos cronometrados.
- Em função das condições de pluviosidade e do programa de descargas da Barragem do Vale do Rossim, alguns elementos cartografados poderão encontrar-se total ou parcialmente submersos.
- Sobretudo, pede-se a todos os participantes que respeitem o silêncio e a privacidade dos atletas em prova. **Os atletas que forem encontrados a trocar impressões entre si na zona dos pontos de decisão serão desclassificados.**
- Chama-se a atenção para o facto de determinados pontos poderem ser múltiplos, ou seja, a partir dum mesmo local de decisão haver mais do que um ponto marcado no terreno, sendo as balizas comuns aos desafios colocados.
- Da mesma forma, poderá haver um conjunto de pontos A ("Cluster A") marcados no terreno a partir dum mesmo local de decisão, cabendo ao participante "isolar" a(s) baliza(s) referente(s) a cada um dos desafios propostos.
- A propósito destas duas últimas situações, aconselha-se uma leitura atenta das Diretrizes da IOF ["IOF Technical Guidelines For Elite Trail Orienteering", em



<http://orienteering.org/wp-content/uploads/2010/12/IOF-Technical-Guidelines-for-Elite-Trail-Orienteering.pdf>], e em particular do documento referente ao Controlo 'A' ["The 'A' Control", em <http://orienteering.org/wp-content/uploads/2010/12/IOF-TrailO-TN-12-01-The-A-Control.pdf>].

- Aconselha-se igualmente uma leitura do documento respeitante aos Pontos Cronometrados ["Timed Controls", em <http://orienteering.org/wp-content/uploads/2010/12/IOF-TrailO-TN-12-02-Timed-controls.pdf>].
- O início da prova está agendado para as 11h00 e as partidas decorrerão até às 14h30 (não haverá tempos de partida definidos).
- A Cerimónia de Entrega de Prémios decorrerá na Arena do Vale do Rossim, pelas 16h00.
- Qualquer reclamação deverá ser feita verbalmente até 15 minutos após o atleta terminar a sua prova e formalizada posteriormente por escrito (impresso a fornecer pela organização).
- A procedência do protesto será avaliada por um Júri composto por um elemento da Federação Portuguesa de Orientação (Fernando Costa), um elemento da Federação Espanhola de Orientação (a designar) e um atleta paralímpico (Diana Coelho).

Carreteras

- La que va al sur desde la Arena no tiene salida;
- La que va al norte desde la Arena en dirección a Gouveia permite acceso a las salidas.
- La que va al este en dirección a Manteigas/Penhas Douradas estará cortada el Sábado por los recorridos de Orientación de Precisión.





Sprint Urbano (Gouveia)

Cuarentena – Apertura de la zona de cuarentena a las 16h15 en la Escola Secundária de Gouveia. Hora limite para entrada en la cuarentena a las 16h45. Los corredores (categorías de competición) que no estén presentes a las 16h45 no podrán participar. Existen WCs en este local.

Partidas –Inicio a las 17h00. Salida desde la cuarentena (presalida minuto -6).

Arena – Será preparada la arena en la Praça de São Pedro. Tendrá punto de espectadores. Considerando que el parking será junto a la cuarentena en la Escola Secundária, la Arena quedará a cerca de 500m de la cuarentena, por lo que os participantes tendrán que regresar a pie al parking.

Información Técnica:

			Gouveia - Sprint - Sábado Tarde				Punto Espectadores	
			Escala Equidistância	Distância linear	Distância Melhor opção	Nº pontos		Desnível
P1	H10	D10	1:4000 5 metros	750	800	17	40	-
P2	H12	D12		930	1030	17	40	-
P3	H14	D14		1240	1650	17	70	-
P4	H16	H21B		1410	2150	18	75	-
P5	H18	H40		1730	2630	20	110	-
P6	H20	H35		1870	2810	20	105	7º
P7	H21A	H45		1620	2600	20	100	-
P8	H21E			2040	3300	23	120	8º
P9	H50	H55		1510	2370	19	80	-
P10	H60/H65/H70			1280	1925	16	65	-
P11	D16	D21B		1320	1920	18	60	-
P12	D18	D40		1450	2280	18	95	-
P13	D20	D35		1670	2490	18	100	7º
P14	D21A	D45		1440	2070	18	80	-
P15	D21E			1820	2730	20	100	9º
P16	D50	D55		1210	1650	16	70	-
P17	D60	D65		980	1320	14	60	-
P18	Difícil Curto			1110	1500	17	60	-
P19	Fácil Curto			960	1050	18	40	-
P20	Difícil Longo			1390	2180	19	85	-
P21	Fácil Longo			1400	1810	21	55	-



Esquema de localizaciones del Sprint:



Legenda:

- 1 – Llegadas + Arena
- 2 – Zona de cuarentena + Suelo Duro
- 3 – Suelo Duro
- 4 – Parking



Domingo – 14 de Abril

Distancia Larga (Vale do Rossim)

La prueba de distancia larga tendrá dos salidas en locales distintos. Para los recorridos más cortos, será en el mismo sitio de la salida de la distancia media (a 1100m de la Arena) y para los recorridos más largos será a 2900m de la Arena.

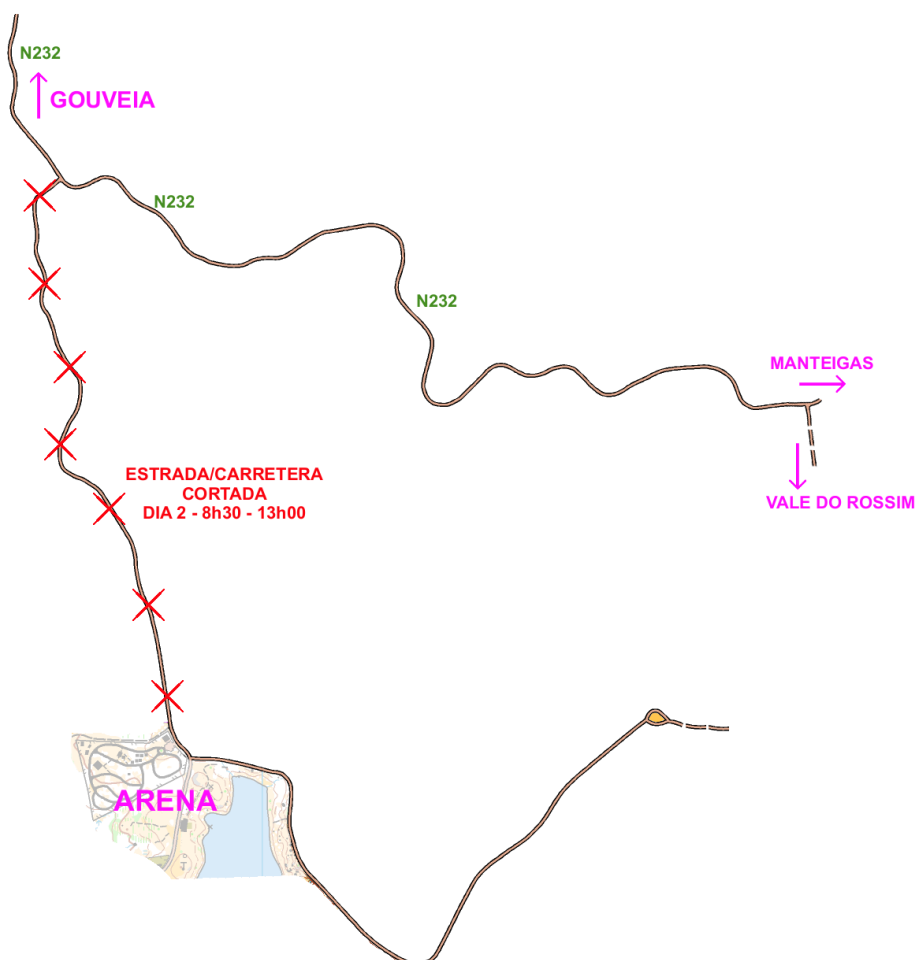
Información Técnica:

			Vale do Rossim - Larga - Domingo Mañana						
			Escala	Equidistancia	Distancia	Nº puntos	Desnivel	Salida	Punto Espectadores
P1	H10	D10	1:7500	5 metros	2270	16	50	P2 a 1100m	-
P2	H12	D12			2580	14	70		-
P3	H14		1:10000		3540	17	95		-
P4	D14				3200	17	95	-	
P5	H16				5160	13	270	-	
P6	H21B				5140	12	250	-	
P7	H18				6870	19	310	-	
P8	H40		1:15000		7490	17	360	-	
P9	H20	H35			8660	18	390	P1 a 2900m	-
P10	H21A				7900	21	325		-
P11	H21E				12170	28	510		25°
P12	H45		1:10000		6580	15	330	-	
P13	H50				5660	17	290	-	
P14	H55				4970	14	260	-	
P15	H60	H65			4010	18	100	P2 a 1100m	-
P16	H70				3000	14	65		-
P17	D21B				3930	16	105		-
P18	D16				4710	12	230	P1 a 2900m	-
P19	D40		4860		13	210	-		
P20	D18		5920		15	275	-		
P21	D20	D35	6380		15	315	-		
P22	D21A		1:15000		5150	11	260	-	
P23	D21E				8240	18	370	15°	
P24	D45				4390	11	230	-	
P25	D50	D55	1:10000		3930	15	115	P2 a 1100m	-
P26	D60	D65			3000	14	95		-
P27	Difícil Curto				2740	12	80		-
P28	Fácil Curto		1:7500		2580	14	70	-	
P29	Difícil Longo		1:10000		4940	17	240	P1 a 2900m	-
P30	Fácil Longo				4650	13	180		-



Carreteras

- La que va al sur desde la Arena no tiene salida;
- La que va al norte desde la Arena en dirección a Gouveia permite acceso a las salidas. Estará cortada el Domingo (acceso de coches solo por el lado de Manteigas/Penhas Douradas)



Autobuses

Habrá mini-bus conectando la Arena a la salida más lejana (P1).   partida mais distante. EL primer autobuis está previsto para las 08h30.

09h00 Comienzo de las charlas de introducción a la orientación.

09h30 In cio de salidas de distancia larga.

13h30 Hora prevista para cierre de la prueba de distancia larga.

13h00 Evento Carbono Cero.

13h30 Ceremonia de Cierre y Entrega de Premios.



Evento Carbono Cero

A las 13h00 tendrá lugar la plantación de árboles para compensar el impacto de los coches que transportan a todos los participantes. Será un acto simbólico de plantación de árboles con la participación del Presidente de la FPO Augusto Almeida y del Presidente de la FEDO Victor Berenguer, en una iniciativa del grupo Trilhos e Lagoas y del club organizador CPOC.

Entrega de Premios

Entrega de premios a las 13h30 relativa al III Meeting de Orientación de Gouveia (una vez que los premios del Ibérico serán otorgados en la segunda prueba de 2013 en España). Premios para los 3 primeros clubes, y para los 3 primeros de cada categoría con excepción de Elite (premios para los 5 primeros). Serán también llamados todos los participantes en las categorías de 10 y 12 años.



Organización

Dirección: Luís Santos e João Dias

Dirección Sprint: Mariana Moreira

Dirección Orientación de Precisión: Acácio Porta Nova

Supervisión: Daniel Raposo

Cartógrafos:

- Distancia Media e Distancia Longa: Tiago Aires y Raquel Costa
- Orientación de Precisión y Sprint: Raquel Costa

Trazados:

- Distância Media y Distancia Larga: Tiago Aires e Luís Santos
- Sprint: Mariana Moreira y Vera Alvarez
- Orientación de Precisión: Acácio Porta Nova y Joaquim Margarido