

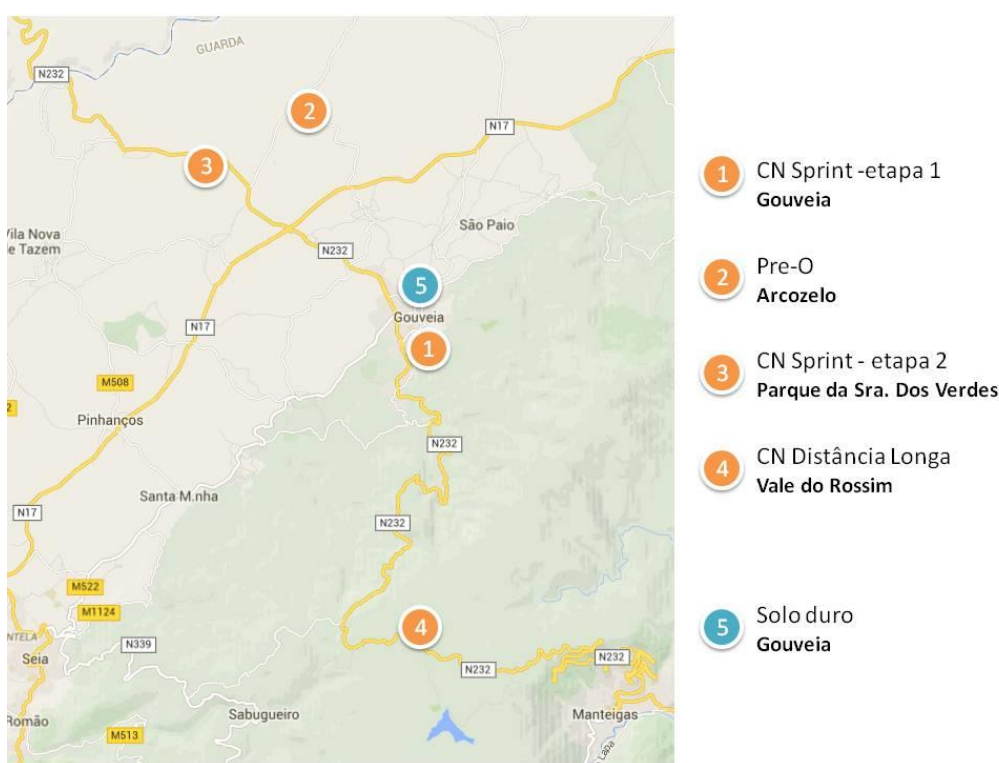
V Meeting de Orientação de Gouveia

INFORMAÇÕES DE ÚLTIMA HORA

Localização Geral

Próximo de Gouveia, desde a rotunda (da Estrela) que liga as estradas EN17 e EN232, serão colocadas placas de cor laranja e branca até aos locais de prova, secretariado e solo duro.

Também haverá sinalização desde o solo duro (pavilhão municipal de Gouveia).



Sugestões de acesso:





- Para quem vem da zona Norte, através da A1, seguir pela A25 (sentido Viseu/Guarda). Sair da A25 em Mangualde, passar pelo centro e seguir a EN 232 até Gouveia.
- Para quem vem da zona Sul através da A1, sair em Coimbra Norte, entrar no IP3 e seguir até à saída do IC12 Nelas/Mangualde. À entrada de Nelas, entrar na EN 231 até Seia. Na rotunda virar à esquerda pela EN 17 até Gouveia.
- Para quem vem da zona Sul através da A23, quando chegar à cidade da Guarda, entrar na A25, sentido Viseu. Sair na saída de Celorico da Beira e entrar na EN 17 no sentido Gouveia.

Solo Duro

A funcionar no pavilhão municipal de Gouveia, estando aberto desde as 18h de sexta-feira, 24 de Abril.

Área Proibidas

Nas provas de sprint os atletas deverão cumprir as regras ISSOM sob pena de serem desclassificados. Segue uma lista de áreas cujos atletas estão proibidos de atravessar:

| | |
|------------------------------|---|
| Muro/ Falésia intransponível |  |
| Rede intransponível |  |
| Área Privada |  |
| Cultivado |  |

Provas

Campeonato Nacional de Sprint - 1ª Manga - Gouveia Cidade

O secretariado estará instalado junto à zona de estacionamento / quarentena.

Irá haver sinalização desde o Solo Duro até à zona de estacionamento / quarentena. Solicitamos a todos os que vão pernoitar no Solo Duro que se desloquem a pé para a área indicada como estacionamento. A distância entre o Solo Duro e a Quarentena é de 750m.

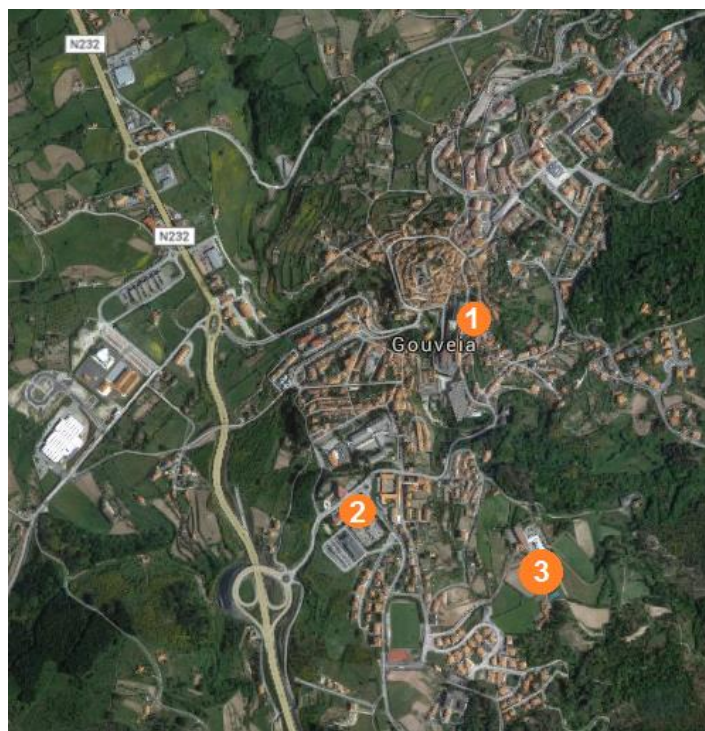
Os autocarros deverão estacionar junto ao Solo Duro e os respectivos atletas deverão seguir o percurso sinalizado.

A Arena estará localizada na Praça Dr. Alípio de Melo a 750m do Solo Duro e a 700m do Estacionamento e haverá ponto de espectadores para os escalões D20, H20, DELite, HELite, D35, H35, D40 e H40.

É obrigatório estar na Quarentena (campo de futebol pequeno) até às 9:45.

Haverá 2 locais de partida, ambos próximos da Quarentena – a separação de escalões será a seguinte:

- H18, H20, D21A, H21A, DELite, HELite, H35, H40, Difícil Longo e Fácil Longo numa partida.
- Os restantes escalões na outra partida.



1 – Arena; 2 – Solo Duro; 3 – Quarentena/Secretariado

Campeonato Nacional de Sprint – 2ª Manga - Parque da Senhora dos Verdes

Todos os acessos ao Parque deverão ser efetuados pela única entrada (a norte, acessível a viaturas).

Todos os participantes deverão estacionar dentro do parque na área (ver imagem abaixo) indicada para esse efeito e seguindo as indicações da organização.

No sábado a entrada de atletas no Parque da Sra. dos Verdes só é permitida a partir das 15h30, tendo todos os participantes de entrar na área de quarentena até às 16h30.

Já dentro do parque não é permitido os atletas circularem pelo mesmo, não sendo também possível acederem à zona de chegadas/arena antes da realização da prova. Apenas é permitido fazer o caminho desde o estacionamento até à quarentena (150m), estando este devidamente sinalizado.

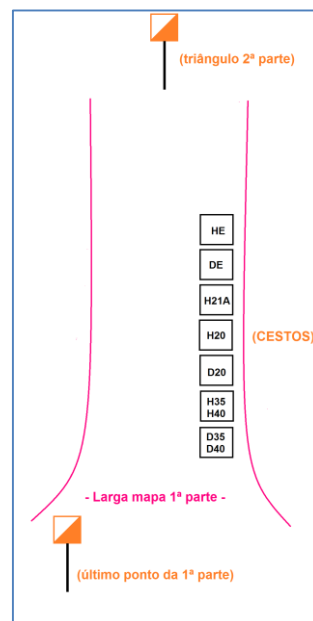
Após terminarem a sua prova, os atletas só poderão voltar a entrar mesmo dentro da quarentena após a partida do último atleta. No entanto existirá um local específico na quarentena onde os atletas poderão deixar os seus casacos para posteriormente, se quiserem, irem levantar os mesmos sem entrar na quarentena. O caminho entre a arena e este local estará também assinalado.



1 – Entrada do parque; 2 – Zona de estacionamento

Haverá uma única partida para todos os escalões nas imediações da quarentena.

Haverá ponto de espectadores com troca de mapa na Arena para os seguintes escalões: D20, H20, H21A, DElite, HElite, D35, H35, D40 e H40.



Esquema da troca de mapas

Como é possível verificar na versão antiga do mapa, este é maioritariamente de parque e floresta, pelo que é permitido o uso de sapatos de bicos nesta etapa de sprint.

Dentro do Parque da Senhora dos Verdes existe um circuito de arborismo constituído por diversos obstáculos que não se encontram representados no mapa. Apesar de alguns destes

obstáculos se encontrarem no solo ou a alturas "atingíveis", os mesmos não devem ser usados para benefício dos atletas (apenas é permitido passar por baixo destes).



Exemplos de obstáculos do circuito de arborismo.

Existem no mapa algumas vedações novas, sendo que, estando marcadas como intransponíveis, a transposição das mesmas levará à desclassificação dos atletas.

A entrega de prémios do sprint irá decorrer no Parque da Senhora dos Verdes, junto às chegadas.

Gouveia PreO – Taça de Portugal “Invacare” O-Precisão

Dado que existem vários atletas a participar nas etapas do campeonato nacional de sprint pedestre, estes partirão no início da 1ª manga em Gouveia de modo a poderem deslocar-se calmamente até ao Arcozelo.

Localização - existirá sinalização a partir de Gouveia (da rotunda da estrela). O acesso deverá ser feito obrigatoriamente pelo caminho sinalizado.

Estacionamento - será efectuado ao longo da estrada nas imediações da zona de concentração.

Quarentena - Todos os atletas que participam no Gouveia PreO deverão estar na zona de concentração até às 12h15 sob pena de virem a ser desclassificados e a sua participação não ser considerada no apuramento para o WTCO 2015. Após as 12h15 não será permitido aos atletas abandonarem a quarentena excepto quando forem realizar a prova. Existirá um elemento da organização a validar a entrada na quarentena.

Peitoral - É obrigatória a utilização do peitoral da FPO a todos os atletas federados.

WCs - não existirão wcs na zona de concentração/prova. Os atletas deverão ter isso em consideração antes de entrar na quarentena.

Informação Técnica

Mapa: Arcozelo (ISOM, à escala 1:4000, com equidistância de 5m)

Cartógrafos: Tiago Aires e Raquel Costa, originalmente à escala 1:15.000, com alterações nas zonas relevantes para a decisão dos pontos de controlo, realizadas pelo Traçador de Percursos e validadas pelo Supervisor FPO.

Terreno da Prova: Terreno variado com detalhes rochosos e de vegetação e onde existe uma alternância entre zonas de floresta e zonas abertas. Existem também áreas de cultivo. Progressão em estradão de terra batida.

Percurso: Percurso com 20 pontos de controlo, 1330m de comprimento e 25m de desnível. No final do percurso existirá uma estação de pontos cronometrados com seis balizas (A-F) e 3 desafios.

Tempo máximo de prova permitido: 1 hora e 40 minutos para a classe aberta e 1 hora e 45 minutos para a classe paralímpica.

Pontos Modelo: Na zona da quarentena/concentração existirão 2 pontos modelo com 2 desafios cada.

Em alguns pontos de visualização as balizas poderão ser duplas. Nesse caso a baliza superior estará à altura de 130cm. As balizas simples estarão sempre à altura de 100cm.

Eventuais reclamações devem ser apresentadas, pelo atleta, à direcção da prova, no prazo máximo de 15 minutos após a divulgação dos resultados e das soluções.

Campeonato Nacional de Distância Longa – Vale do Rossim

A Arena estará instalada na curva da EN 232 que liga Gouveia a Manteigas (ver imagem aérea abaixo), localizada a 17km de Gouveia.

O estacionamento será efetuado ao longo da EN232 a partir da zona da arena, no sentido Gouveia e ocupando parte de uma das vias. Dado que o espaço é limitado e poderá estender-se ao longo de várias centenas de metros, pede-se a todos os atletas/condutores que minimizem a utilização de viaturas e maximizem a utilização do espaço disponível, respeitando as indicações dos elementos da organização e das forças de segurança.

Os autocarros e autocaravanas deverão estacionar a 1Km da arena (ver imagem aérea e fotografia).

Dado que a EN232 é uma estrada com bastante movimento, aconselha-se a máxima prudência na circulação de e para a arena.



1 - Arena ; 2 – Estacionamento Autocarros



Casa junto ao parque para os autocarros

As partidas localizam-se a 450m da arena.

Haverá ponto de espectadores para os escalões DElite e HElite. O Escalão HElite será o único a ter loops de dispersão.

Haverá serviço de refeições na Arena com menús por 6€ que incluem sopa, prato e bebida, sendo que os pratos serão massa bolonhesa / massa vegetariana / bifana no pão ou no prato.

A cerimónia de entrega de prémios do Campeonato Nacional de Distância Longa deverá ocorrer pelas 13h30 na arena.