

# I ORI-TRAIL / ROGAINE “Sines”

## Taça de Portugal de Ori-Trail / Rogaine

Sines, 12 Maio 2018



### APRESENTAÇÃO

O I Ori-Trail Rogaine “Sines” é uma iniciativa do **Clube de Orientação e Aventura do Litoral Alentejano (COALA)**, organizada em parceria com o **Município de Sines**, integrando a **Taça de Portugal de Ori-Trail / Rogaine** da **Federação Portuguesa de Orientação (FPO)**.

Esta é uma nova disciplina da Orientação para propiciar a participação em equipa. Trata-se de efetuar o maior número de pontos de controlo (com diferente valorização) num determinado período de tempo, de acordo com a estratégia definida por cada equipa de 2 a 5 elementos. Neste evento vamos ter dois desafios maiores: 4 horas para os especialistas da vertente pedestre e, também, 4 horas para os especialistas de BTT, além de outros desafios com menores exigências técnica e física e tempo de realização inferior, para algumas categorias, nomeadamente as Abertas.

O desafio e a aventura para as equipas participantes desenrolar-se-ão no montado que felizmente persiste num extraordinário cenário natural, verdadeiro paraíso para os desportos de natureza, incluindo a nossa Orientação.

A concentração será na **Associação de Moradores do Casoto**. A arena, incluindo as Chegadas e as Partidas será instalada junto ao salão de festas. Os pontos de controlo estarão disseminados pelas encostas.

O evento destina-se à participação dos atletas federados na FPO, mas haverá também categorias abertas para participação dos não federados, em ambas as vertentes, pedestre e de BTT. Esta é uma atividade em que todos podem participar desde que pelo menos um de cada equipa saiba os segredos da navegação no terreno e possa dirigir a equipa nesta aventura.

Bem-vindos ao concelho de Sines!

## PROGRAMA

### **30 Abril 2018 – 2ª feira**

Data limite das inscrições com preço de referência.

### **7 Maio 2018 – 2ª feira**

Data limite das inscrições para os escalões de competição e inscrições “on-line”.

### **9 Maio 2018 – 4ª Feira**

Publicação das Listas de Partidas.

### **12 Maio 2018 – Sábado**

10h00 Abertura do Secretariado – Salão de Festas do Casoto;

12h10 "Briefing" BTT e entrega de mapas;

12h30 Partida dos participantes no Ori-Trail Rogaine BTT;

12h40 "Briefing" Pedestre e entrega de mapas;

13h00 Partida dos participantes no Ori-Trail Rogaine Pedestre;

17h00 Hora limite chegada BTT;

17h30 Hora limite chegada Pedestre;

18h00 Entrega de Prémios e Encerramento.

## SOBRE O ROGAINE

O objetivo da competição é somar o máximo possível de pontuação no tempo limite da prova, visitando um conjunto de pontos de controlo (CPs) a que é atribuída uma determinada pontuação em função da sua dificuldade (distância, declive, etc.). Esta pontuação varia entre 3 e 9 pontos (pts). Haverá uma correlação entre esta pontuação e o código do CP: CPs de 31 a 39 serão pontuados com 3 pts; de 40 a 49 com 4 pts e assim sucessivamente.

Os pontos encontram-se assinalados num mapa que abrange uma vasta área, colocados em grandes referências (cruzamento de caminhos, cumes, etc.) e materializados no terreno através de balizas de Orientação com o respetivo código e sistema de controlo.

As equipas são compostas por 2 a 5 elementos, que permanecem sempre juntos, sendo permitido uma distância máxima de 20 metros, e uma diferença máxima no controlo de cada estação com o Cartão SI de 1 minuto entre o 1º e o último elemento da equipa.

Cada equipa deve indicar à organização um número de telemóvel, que acompanhará a equipa durante o evento e estará sempre ligado. Além do telemóvel é obrigatório que seja portadora do seguinte material: cobertura isotérmica de emergência e uma pequena farmácia (pensos rápidos, vaselina, compressas esterilizadas, liquido antisséptico e tesoura).

A prova é em regime de auto-suficiência, pelo que cada equipa é responsável pelo seu reabastecimento. No entanto a organização instalará um ponto de reabastecimento de emergência numa localização central relativamente à área do mapa, com bebidas e fruta.

As equipas devem apresentar-se no local de partida 30' antes para ser comprovado o material obrigatório, realizado um "briefing" e distribuído a cada participante um mapa com todos os CPs (15' antes da partida), por forma a que a equipa possa planear o seu trajeto. Para além da vertente física, o Rogaine é uma prova de estratégia ao ser necessário determinar o trajeto que melhor sirva os objetivos e condição física da equipa.

Será considerada vencedora, em cada escalão, a equipa que obtiver a melhor pontuação. Em caso de empate, o tempo gasto (horas, minutos e segundos) servirá de desempate; caso persista o empate, vence a equipa que tiver visitado maior número de CPs.

Se for ultrapassado o tempo limite para realização da prova haverá lugar a uma penalização de 5 pontos por cada minuto a mais.

## PARTICIPANTES

### Categorias de Competição

Idade no final da época desportiva (31 de Dezembro)		Categorias Pedestre	Categorias BTT
Sem limite de idade	Masculinos	ABS ME	ABS M
	Femininos	ABS DE	ABS D
	Misto	ABS MX	ABS MX
40 anos ou mais	Masculinos	VET M40	VET M
	Femininos	VET D40	VET D
	Misto	VET MX40	VET MX
55 anos ou mais	Masculinos	SVET M55	xxx
	Femininos	SVET D55	
	Misto	SVET MX55	
20 anos ou menos	Masculinos	JUN M20	JOV M
	Femininos	JUN D20	JOV D
	Misto	JUN MX20	JOV MX

### Categorias Abertas

Participação aberta a equipas com praticantes de qualquer idade e género, mesmo sem inscrição válida na FPO.	Open Curto (2 h)	Open Curto (2 h)
	Open Médio (3 h)	Open Médio (3 h)

### Notas

- Equipa em que um dos elementos nasceu entre 1977 e 1995 - a equipa é do escalão absoluto;
- Equipa só com veteranos - a equipa é do escalão correspondente ao elemento mais novo;
- Equipa só com jovens (20 anos ou menos) - a equipa é do escalão junior;
- Equipa com jovens e veteranos - a equipa é do escalão absoluto.

## INSCRIÇÕES

As inscrições efectuadas até 30 de Abril de 2018 têm o preço de referência. As inscrições para os escalões de competição terminam a 07 de Maio de 2018 (2ª feira), bem como alterações ou cancelamentos. Após este prazo as inscrições só serão aceites para as categorias abertas, dependendo da disponibilidade de mapas.

Para efeitos de Seguro Desportivo, todos os participantes não filiados na FPO devem indicar o seu Nº de Identificação e data de nascimento, no acto da inscrição.

**As inscrições devem ser efectuadas através do sistema on-line (só até 07 de Maio de 2018):**

[www.fpo.pt/](http://www.fpo.pt/) . A partir dessa data só para o E-mail: [oricoala@gmail.com](mailto:oricoala@gmail.com) .

**Contactos Tlm: 963927714 / E-mail: [oricoala@gmail.com](mailto:oricoala@gmail.com)**

## TAXAS DE INSCRIÇÃO

Preços para o I Ori-Trail / Rogaine "Sines", por pessoa

Tipo de filiação	Nível etário	Até 30 Abril	A partir de 1 Maio
Praticante Federado	Adulto	10,00 €	12,50 €
	Jovem (até 20 anos)	6,00 €	7,50 €
Praticante não filiado na FPO *	Adulto	10,00 €	12,50 €
	Jovem (até 20 anos)	6,00 €	7,50 €

\* Os valores indicados para os não federados incluem já o Seguro Desportivo.

**Nota: Residentes no concelho de Sines e Santiago do Cacém têm 50% de desconto sobre as taxas de inscrição.**

Aluguer de SI Card - 1 €

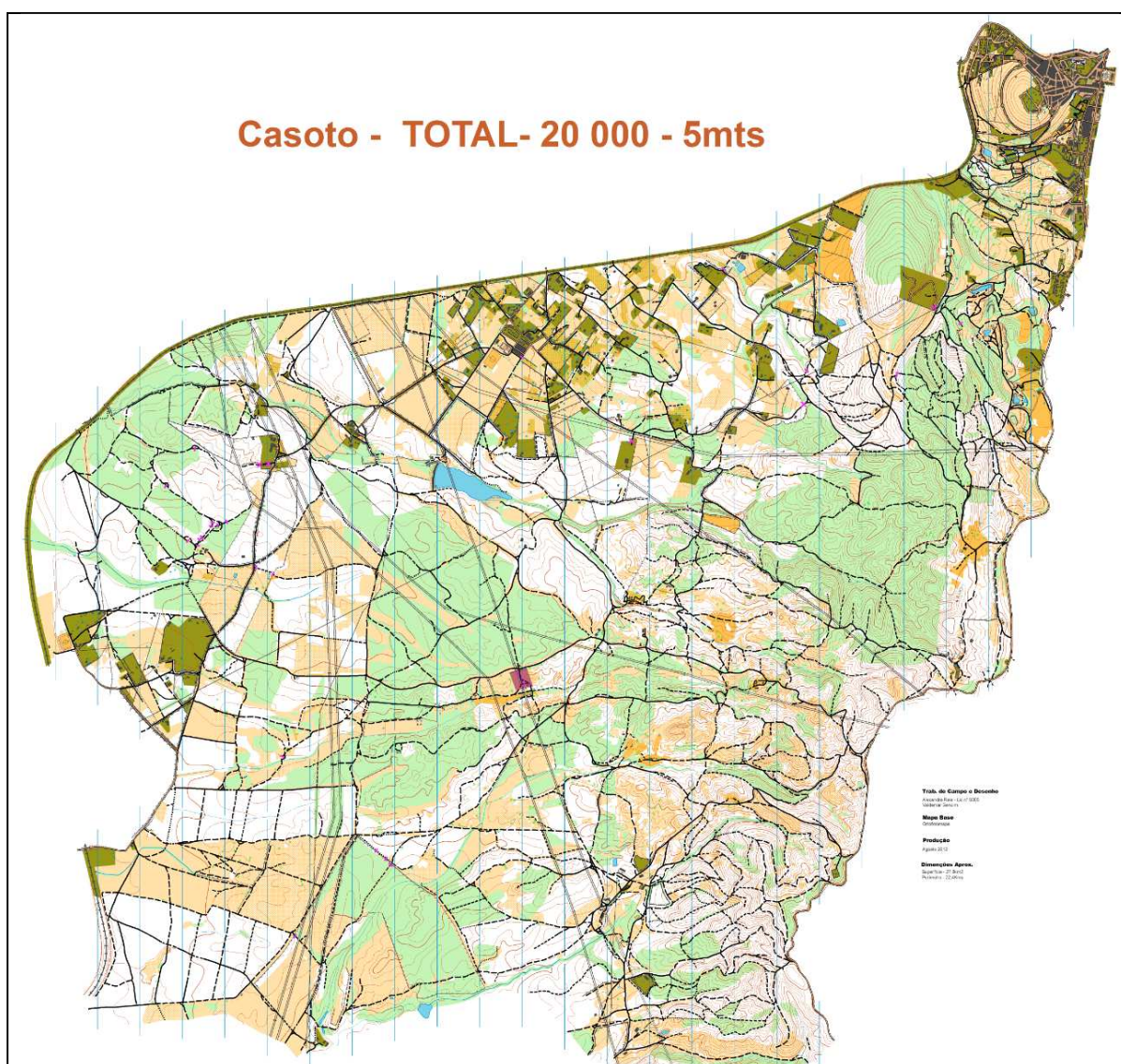


Os participantes que façam as suas inscrições, individualmente (à margem dos Clubes filiados na FPO), devem efetuar, de imediato, o seu pagamento por transferência bancária, indicando o nome de quem transfere, para o IBAN: PT50 0035 0783 00015136830 81 (Clube de Orientação e Aventura do Litoral Alentejano) e enviando comprovativo por mail [oricoala@gmail.com](mailto:oricoala@gmail.com), só assim sendo **validadas** as inscrições (confirmar inscrições nas Listas de Partidas a serem publicadas na 4ª feira, 9 de Maio).

Os clubes que não efetuarem o pagamento por transferência bancária, devem levar cheque à ordem do *Clube de Orientação e Aventura do Litoral Alentejano*, para entregar no Secretariado no ato de levantamento dos documentos de prova. Sff, não protelem o pagamento, para podermos encerrar as contas no final do evento.

**Alterações das inscrições efetuadas (escalões/SI card/outras) após 7 de Maio, serão consideradas mediante a cobrança de uma taxa extra de 1 € / cada alteração enviada por mail ou de 2 € caso sejam solicitadas no Secretariado.**

## MAPAS / TERRENO



Os Mapas a utilizar foram cartografados e desenhados para a disciplina de BTT. São o resultado da junção de vários mapas produzidos ao longo dos anos, nomeadamente “**Casoto**” de 2012 com revisão parcial este ano.

Mapas à escala 1:20 000 em Pedestre e BTT e **equidistância a 5 metros.**

Terreno de relevo médio, incluindo vertentes com desníveis acentuados, boa rede de caminhos de boa e média transitabilidade, com coberto vegetal preponderante de montado.

## PRÉMIOS

Serão atribuídos os seguintes prémios:

- Medalhas para os elementos das três equipas melhor classificadas em cada uma das categorias de competição e das categorias abertas, quer no Rogaine Pedestre quer no Rogaine de BTT.

## INFORMAÇÕES

- Ver notícias em [www.coala.com.pt](http://www.coala.com.pt)
- **Estacionamento** – junto à arena.
- **Primeiros socorros** – Bombeiros Voluntários de Sines.
- **Serviço de Bar** – no Salão de Festas do Casoto. Será oferecido pela organização um menu a cada participante entre as 16h30 e a 18h30.
- **WC's** – no Salão de Festas do Casoto.
- **Banhos** – no Salão de Festas do Casoto.
- **Solo Duro** - no Salão de Festas do Casoto.
- **Resultados** – serão divulgados junto ao Secretariado.
- **Espaço Infantil** – serviço de acompanhamento de crianças dos 3 aos 7 anos, junto ao Secretariado.
- **Turismo** – Ver o site do Município de Sines <http://www.sines.pt/> e do Turismo do Alentejo <http://www.visitalentejo.pt>.

## INFORMAÇÕES TÉCNICAS

**Partidas na Arena.**

### Escalões de Competição

Categorias	Duração prova	Escala mapa	Total CP's	Total Pts
<b>Pedestre</b>				
Absolutos F / M / MX	4 horas	1/20.000		
Veteranos F / M / MX	4 horas	1/20.000		
Super Veteranos F / M / MX	4 horas	1/20.000		
Juniores F / M / MX	4 horas	1/20.000		
<b>BTT</b>				
Absolutos F / M / MX	4 horas	1/20.000		
Veteranos F / M / MX	4 horas	1/20.000		
Jovens F / M / MX	3 horas	1/20.000		

### Categorias Abertas

Categoria	Duração prova	Escala mapa	Total CP's	Total Pts
<b>Pedestre</b>				
Open Curto	2 horas	1/20.000		
Open Longo	3 horas	1/20.000		
<b>BTT</b>				
Open Curto	2 horas	1/20.000		
Open Longo	3 horas	1/20.000		

## INFORMAÇÕES REGULAMENTARES

- As provas decorrem sob o determinado no Regulamento de Competições da FPO para 2018.
- Constitui obrigação dos praticantes:
  - ✓ "Descarregar" o SI Card na Chegada, mesmo que não conclua o percurso;
  - ✓ Auxiliar qualquer praticante em caso de acidente;
  - ✓ Respeitar as áreas balizadas.
- Constitui motivo de desclassificação de qualquer praticante:
  - ✓ Perda do SI Card;
  - ✓ Progredir ou provocar danos em áreas privadas, cultivadas, proibidas ou interditas;



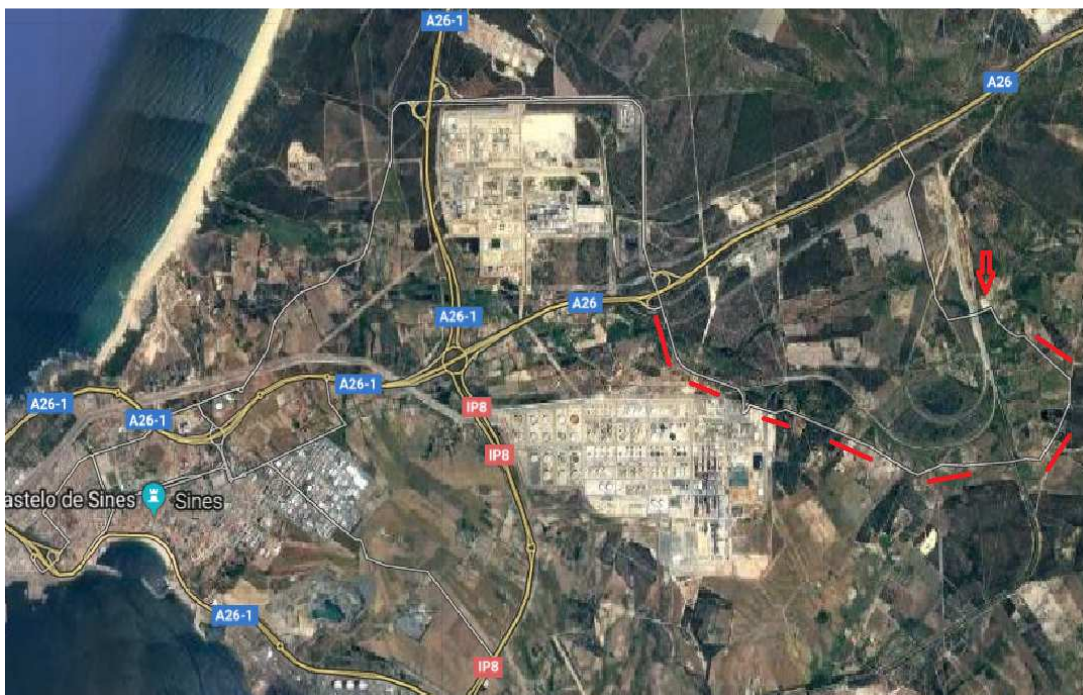
- ✓ Desrespeitar as normas gerais de protecção da floresta.
- Os SI card cedidos ou alugados aos participantes devem ser devolvidos à Organização no final da prova, após serem descarregados na Informática (em caso de extravio é cobrado o valor de € 30).
- O tempo máximo admitido para realização das provas é de mais 30' sobre o tempo definido.
- Qualquer acidente ou ocorrência que suceda durante a execução dos percursos é da responsabilidade dos praticantes, em tudo o que exceda os riscos cobertos pelo Seguro Desportivo e Seguro de Responsabilidade Civil do evento e que exceda os riscos e valores constantes das respectivas Apólices, negociadas pela FPO para a época em curso e constantes no seu site.
- Atletas estrangeiros, residentes fora de Portugal não estão cobertos pelo seguro desportivo.
- Os participantes deverão estar em condições de exhibir, no secretariado no dia da prova, os seguintes documentos:
  - ✓ Cartão de Cidadão ou Passaporte;
  - ✓ Autorização do encarregado de educação para participantes menores de 18 anos.

### ALOJAMENTO

- O **Hotel Sinerama**, **Hotel Vila Park** e o **Hotel Monte da Lezíria** apoiam a organização e tem alojamentos em regime de desconto especial para os participantes.

### LOCALIZAÇÕES E DIRECÇÕES

Concentração - 37°58'22.8"N 8°46'11.2"W 37



A concentração (e Secretariado) ocorrerá no Salão de Festas da A. de M. do Casoto.  
 Melhor acesso, para quem vem de Norte (ou de Sul) pela A2 – saída de Grândola, IC 33 direção a Sines.  
 Alternativas: para quem vem de Norte - as saídas da Marateca ou Alcácer do Sal, seguindo pelo IC33 em Direção a Sines; para quem vem de Sul, pelo IC33 Via Rápida de Sines.  
 Haverá sinalização (setas cor laranja e branco) a partir da saída da A26 até ao local de concentração e Secretariado.

Ver no ficheiro



arena Casoto.kmz

**DIRETOR de PROVA – Luciano Lucas**  
**SUPERVISOR – Crispim Júnior**  
**CARTÓGRAFOS – Alexandre Reis**  
**TRAÇADORES de PERCURSOS: Armando Santos e Augusto Almeida**



## ORGANIZAÇÃO

F. P. ORIENTAÇÃO	M. Sines	J.F. Sines	C.O.A.L.A.
			



## APOIOS / COLABORAÇÕES

H. Sinerama	VITALIS	HVP	B V Sines	A.M. Casoto	Stand "Os Putos"	H. Monte Lezíria
