

V ROGAINE “ALMODÔVAR – EN2”

Taça de Portugal Rogaine

&

CITY RACE “ALMODÔVAR – EN2”

Portugal City Race

ALMODÔVAR, 7 e 8 de Outubro de 2023



&



Boletim Final

APRESENTAÇÃO

O V Rogaine “Almodôvar – EN2” é uma iniciativa do **Clube de Orientação e Aventura do Litoral Alentejano** (COALA), organizada em parceria com o **Município de Almodôvar**, integrando a **Taça de Portugal de Rogaine** da **Federação Portuguesa de Orientação** (FPO).

Esta é a 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 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, 3 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 (vulgo Open) e Formação.

O Secretariado, as arenas, e outros apoios estarão na escola sede do AEA (Agrupamento de Escolas de Almodôvar).

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. Uma vez que, em simultâneo, existem equipas de **Orientação Pedestre** e equipas de **Ori-BTT**, este evento também tem por finalidade a introdução da Orientação em BTT no Município. Como referido **estão disponíveis escalões para principiantes**, onde a janela temporal de prova é de apenas 2 horas na vertente Pedestre e 1h30 na vertente Ori-BTT, permitindo a participação de toda a comunidade. **Queremos promover a participação de Municípios neste evento!**

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.

Complementarmente, o evento tem uma segunda prova, na manhã de domingo, integrante do Portugal City Race, sob a forma de uma distância média em ambiente urbano a disputar em Almodôvar”.

PROGRAMA

2 Outubro (até 23h59) – 2ª feira

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

5 Outubro – 5ª Feira

Publicação das Listas de Partidas.

7 Outubro – Sábado

10h00 - Abertura do Secretariado em Almodôvar (AEA)

11h30 - "Briefing" com todos os atletas;

11h45 - Entrega de mapas;

12h00 - Partida em massa dos participantes no Rogaine BTT;

12h05 - Partida em massa dos participantes no Rogaine Pedestre;

13h30 – Tempo previsto para finalizar o Open BTT;

14h05 – Tempo previsto para finalizar o Open Pedestre,

15h00 - Termo previsto para finalizar o Rogaine BTT;

16h05 - Termo previsto para o Rogaine Pedestre;

16h35 - Hora limite de chegadas – fecho do tempo de prova;

17h00 - Entrega de Prémios, Lanche e Encerramento.

8 Outubro – Domingo

09h00 - Abertura do Secretariado em Almodôvar (AEA)

09h30 - Início das partidas do City Race Almodôvar – EN2

10h00 – 10h30 – Partidas dos escalões Open

12h00 - Entrega de prémios do City Race Almodôvar – EN2 (previsão).

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 (CP) 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: CP 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, entroncamentos de caminhos, cercas, 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.

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 água.

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 CP (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 CP.

Se for ultrapassado o tempo limite para realização da prova haverá lugar a uma penalização de 1 ponto por cada minuto a mais.

DIREITOS DE IMAGEM

O COALA reserva-se no direito de divulgar as imagens (fotografias e vídeos) recolhidas nesta atividade nos meios de comunicação social e em suportes de comunicação do Clube e utilizar as mesmas para fins promocionais exclusivos do Clube, e a participação no vento implica a aceitação desta norma.

PARTICIPANTES

Categorias de Competição no Rogaine

Idade no final da época desportiva (31 de Dezembro)		Categorias Pedestre	Categorias BTT
>= 18 anos	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	
55 anos ou mais	Masculinos	SVET M55	SVET M55
	Femininos	SVET D55	SVET D55
	Misto	SVET MX55	
>= 16 anos a 20 anos	Masculinos	JUN M20	JOV M
	Femininos	JUN D20	JOV D
	Misto	JUN MX20	
>= 13 anos a 15 anos		Formação	Formação

Categorias Abertas no Rogaine

Participação aberta a equipas com atletas de qualquer género e 16 ou mais anos, mesmo sem inscrição válida na FPO.	Open M, D e MX (2 h)	Open (1h30)
--	----------------------	-------------

Categoria de Formação no Rogaine

Participação aberta a equipas com atletas de qualquer género e idade entre 13 e 15 anos, mesmo sem inscrição válida na FPO.	Formação M, D e MX (1 h)	
---	-----------------------------	--

Notas

- Equipa só com veteranos - a equipa é do escalão correspondente ao elemento mais novo;
- Equipa só com jovens (16 a 20 anos) - a equipa é do escalão júnior;
- Equipa com jovens (>=18) e veteranos - a equipa é do escalão absoluto.

Categorias de Competição no City Race

Escalões de competição:

Escalão	Idade até 31 dezembro
Formação	<= 12
Juvenis M/F	>12 e <=16
Juniores M/F	>16 e <=20
Seniores M/F	>20
Veteranos I M/F	>=40
Veteranos II M/F	>=55
Veteranos III M/F	>=65
Veteranos IV M/F	>=75

Escalões abertos (sugestões)

- Open Curto
- Open Médio
- Open Longo
- *Turística* – Percursos com pontos de controlo em locais com interesse turístico

INSCRIÇÕES

As inscrições são efetuadas até 2 de Outubro de 2023 (2ª feira), bem como alterações ou cancelamentos. Após este prazo as inscrições só serão aceites para as categorias abertas, dependendo da disponibilidade de mapas.

Nenhuma inscrição será considerada validada até ao pagamento ser efetuado. As inscrições devem ser pagas até ao dia 3 de Outubro de 2023. No dia 4 de Outubro os organizadores vão excluir as inscrições que não tenham sido pagas. O pagamento deve ser realizado

diretamente na plataforma OriOasis utilizando um dos métodos de pagamento disponíveis: Visa/Mastercard; PayPal; Referência Multibanco ou MBWay.

Os pagamentos por transferência bancária carecem do envio do comprovante em tempo oportuno e devem ser realizados para **Clube de Orientação e Aventura do Litoral Alentejano-COALA** (todas as despesas são a cargo do ordenante):

Nome do Banco: **Caixa Geral de Depósitos** (Agência: **Sines**)

BIC/SWIFT: **CGDIPTPL**

IBAN: **PT50003507830001513683081**

Titular da conta: **Clube de Orientação e Aventura do Litoral Alentejano-COALA**

Endereço do titular da conta: **Clube Orientação e Aventura do Litoral Alentejano-COALA**
Bairro Azul, C2, Passeio da Fraternidade 1ºEsq
7500-100 Vila Nova de Santo André / Portugal

Para efeitos de Seguro Desportivo, todos os participantes não filiados na FPO devem indicar o seu NIF (número de identificação fiscal), CC e data de nascimento, no ato da inscrição.

As inscrições devem ser efetuadas através do sistema on-line (só até 2 de Outubro 2023):

https://www.orioasis.pt/oasis/guide.php?eventid=2685&action=register_entry

A partir dessa data, para categorias abertas, só para o E-mail: oricoala.eventos@gmail.com.

Contactos - Tlm: 963927714 / E-mail: oricoala.eventos@gmail.com

- Tlm: 963293233 / antonioteite@aealmodovar.org

TAXAS DE INSCRIÇÃO

Preços para o V Rogaine “Almodôvar – EN2”, por pessoa

Tipo de filiação	Nível etário	Até 29 Setembro	Até 2 Outubro
Praticante Federado	Todos	13,00 €	17,50 €
Praticante não filiado na FPO *	Todos	15,00 €	20,00 €
Alunos do AEA **	Todos	Gratuito	Gratuito
Familiares de Alunos do AEA *	Todos	2,50 €	2,50 €

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

** O AEA deve acionar o Seguro Escolar

Preços para o City Race “Almodôvar – EN2”, por pessoa

Tipo de filiação	Nível etário	Até 29 Setembro	Até 2 Outubro
Praticante Federado	Adultos	6,00 €	7,00 €
Praticante Federado	Jovens	4,00 €	5,00 €
Praticante não filiado na FPO *	Adultos	7,50 €	10,00 €
Praticante não filiado na FPO *	Jovens	5,50 €	7,50 €
Alunos do AEA *	Todos	Gratuito	Gratuito
Familiares dos Alunos do AEA	Todos	2,00 €	2,00 €

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

Aluguer de SI Card – 1,50 €/atleta

INFORMAÇÕES GERAIS

Sistema de cronometragem: Vai ser utilizado o sistema de cronometragem SPORTident. Todos os elementos da equipa têm de utilizar um chip SPORTident.

Pulseira para SPORTident: No Rogaine, todos os atletas têm de transportar o seu chip SPORTident no pulso utilizando a pulseira fornecida pela organização. As pulseiras devem ser recolhidas atempadamente no Secretariado.

Dorsal oficial: Todos os atletas de todas as equipas devem utilizar os dorsais oficiais. Os dorsais devem ser recolhidas atempadamente no Secretariado (juntamente com as pulseiras). No final da prova os atletas têm de devolver o seu dorsal.

Lanche: A Organização vai oferecer um pequeno lanche convívio a todos os participantes no Rogaine, a acontecer em local a indicar no AEA.

Lembrança: A Organização vai oferecer uma t-shirt a todos os participantes.

Prémios:

Rogaine: Vão ser atribuídos prémios às 3 primeiras equipas de todos os escalões. O prémio será atribuído à equipa e não individualmente.

City Race: Prémio para os 3 primeiros classificados em todos os escalões e género

Solo duro: Está previsto para a noite de 7/8 Outubro em local a indicar (AEA), sendo necessário o registo no OriOásis. Se necessita de um local de solo duro para outra noite, contacte-nos para encontrarmos uma solução.

Baby sitting: Está previsto para ambos os eventos sendo necessário o registo no OriOásis.

Seguro desportivo: Todos os participantes federados e todos os participantes com residência em Portugal estão cobertos pelo seguro de acidentes pessoais da Federação Portuguesa de Orientação.

Os participantes estrangeiros/residentes fora de Portugal não estão cobertos por este seguro, devendo utilizar seguro próprio.

Abastecimentos:

O local de partida/chegada (arena) será considerado um posto de abastecimento. Durante todo o período de prova irá estar disponível água.

No centro da área de competição vai existir outro local de abastecimento devidamente assinalado no mapa com um “copo de água” (**símbolo 713 Refreshment point**).

Nos postos de abastecimento só haverá água. Não vão ser disponibilizados copos.

Os atletas devem transportar consigo toda a comida necessária.

Nos pontos de abastecimento estará pelo menos um membro da Organização.

Material obrigatório: 1 telemóvel por cada equipa

Material recomendado:

Mochila ou similar

Recipiente para água (não há copos de água nos abastecimentos)

Comida (não há comida nos abastecimentos)

Impermeável/corta-vento

Cobertura isotérmica de emergência

Pequena farmácia (pensos rápidos, vaselina, compressas esterilizadas, líquido antisséptico e tesoura)

Notícias em:

Facebook: <https://www.facebook.com/Ori-Trail-Rogaine-da-Costa-Alentejana-569181766780545/>

Página web: <https://coala.com.pt/?p=2379>

Estacionamento – junto à arena.

Primeiros socorros – junto à arena.

Turismo – Ver o site do Município de Almodôvar: <https://cm-almodovar.pt/turismo/>

MAPAS / TERRENO

Para o Rogaine:

Mapas à escala 1:25.000 em Pedestre e BTT e equidistância a 10 metros.

Terreno de baixo relevo, boa rede de caminhos de boa e média transitabilidade, com fraco coberto vegetal.

Para o City Race:

Mapa novo Almodôvar, à escala 1:4.000 e equidistância a 2 metros.

INFORMAÇÕES TÉCNICAS

Para o Rogaine:

Rogaine Almodôvar						
ESCALÃO	Tempo (horas)	PONTOS CONTROLO	PONTUAÇÃO MÁX	PONTO ABASTECIMENTO	ESCALA DO MAPA	EQUID. (mts)
Todos de competição Pedestre	4h	33	157	Sim	1:25.000	10
Todos de competição O-BTT	3h	33	157		1:25.000	10
Open M Open F Open Mx	2 h	17	50		1:25.000	10
Open O-BTT	1 h 30	17	50		1:25.000	10
Formação M Formação F Formação Mx	1 h	17	50		1:25.000	10

Para o City Race:

Almôdovar City Race							
ESCALÃO	DISTÂNCIA (mts)	DESNÍVEL (mts)	PONTOS CONTROLO	PT ÁGUA	PT ESPECT.	ESCALA DO MAPA	EQUID. (mts)
1 - SENIORES M	8870 m	104	31 Controlos	Não	SIM	1:4.000	2
2 - JUN MAS VET MAS I	8160 m	96	27 Controlos	Não	SIM	1:4.000	2
3 - JUV MAS SEN F VET MAS II OPEN LONGO	6980 m	90	26 Controlos	Não	SIM	1:4.000	2
4 - JUN F VET FEM I VET MAS III	6390 m	82	25 Controlos	Não	SIM	1:4.000	2
5 - JUV F VET FEM II OPEN MÉDIO	4390 m	62	19 Controlos	Não	SIM	1:4.000	2
6 - VET FEM III VET FEM IV VET MAS IV OPEN CURTO	3420 m	44	16 Controlos	Não	SIM	1:4.000	2
7 - FORMAÇÃO	1940 m	20	11 Controlos	Não	SIM	1:4.000	2

INFORMAÇÕES REGULAMENTARES

- As provas decorrem sob o determinado no Regulamento de Competições da FPO para 2023 (a divulgar).
- 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 extraviado é cobrado o valor de € 30).

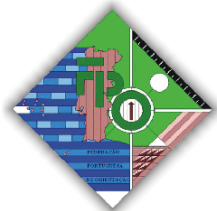
- O tempo máximo admitido para realização das provas é de mais 30' sobre o tempo definido no Rogaine, e de 2h para o City Race.
- Qualquer acidente ou ocorrência que suceda durante a execução dos percursos é da responsabilidade dos praticantes, em tudo o que exceda os riscos cobertos pelo Seguro Desportivo e Seguro de Responsabilidade Civil do evento e que exceda os riscos e valores constantes das respetivas 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.

DIREÇÃO

DIRETOR de PROVA – Luciano Lucas
VICE DIRETOR – Augusto Almeida
CARTÓGRAFO – Alexandre Reis
TRAÇAGEM DE PERCURSOS – Alexandre Reis
SUPERVISOR – Nuno Rebelo

ORGANIZAÇÃO

F. P. ORIENTAÇÃO	Município de Almodôvar	C.O.A.L.A.
-------------------------	-------------------------------	-------------------



Centro Qualifica	Agr Escolas Almodôvar
------------------	-----------------------



APOIO

SOMINCOR	União de Freguesias	Pastelaria Primavera
-----------------	----------------------------	-----------------------------

