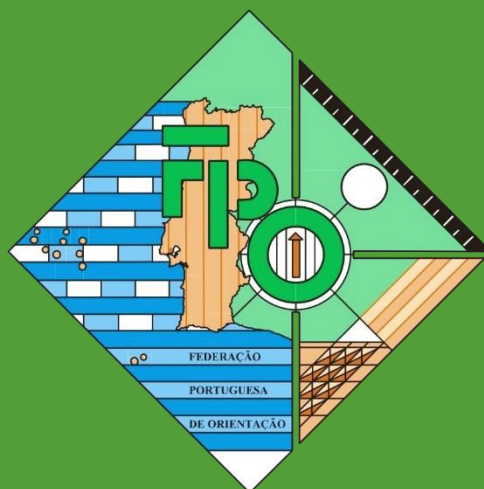


REGULAMENTO DE COMPETIÇÕES REGIONAL 2023

Federação Portuguesa de Orientação-FPO

Provas do Calendário FPO



www.fpo.pt

Preâmbulo

A FPO tem como objetivo estratégico, divulgar a modalidade e aumentar a oferta de atividades a nível regional, em particular no nível local e intermunicipal, focado na organização de atividades atrativas e próximas para toda a população.

Assim, a Direção da FPO pretende gerar dinâmicas locais e intermunicipais, a curta(s) distância(s) e fáceis acessibilidades para permitir gerar oportunidades de evolução de novos clubes com novos praticantes, bem como contribuir para a preparação dos atuais para os eventos nacionais e internacionais.

Face à ausência de propostas e soluções que garantam uma eficácia assertiva na promoção da modalidade, quer para a captação de novos praticantes quer para continuar a motivar os atuais, edifica-se a atual proposta de caminho a explorar esta e as próximas épocas desportivas.

Cientes de que o atual formato proposto só será viável se os clubes associados da FPO contribuírem e colaborarem ativamente nesta linha de desenvolvimento regional, pois sem esta dinâmica associativista local, a atual proposta não terá sucesso. Para o efeito, serão nomeados pela FPO, coordenadores regionais voluntários, de modo a descentralizar todo o processo organizativo das competições regionais.

A FPO apoiará os clubes organizadores, em estreita ligação com os coordenadores regionais, na gestão do calendário competitivo regional, na disponibilização de material e apoio logístico (SI, *boxes*, tarjas, etc), mediante as possibilidades da FPO.

Tendo plena consciência que não existe uma solução perfeita, face à heterogeneidade da distribuição territorial dos clubes, as Regiões apresentadas na presente proposta, têm como base a análise da localização das sedes dos clubes ativos, atletas e zonas de competição possíveis, e foram elaboradas com o firme propósito de mitigar injustiças de acordo com a atual situação da modalidade e do país.

Pretende-se que os eventos organizados no âmbito deste regulamento, sejam simples e minimalistas em termos organizativos, de modo a facilitar os clubes organizadores. O nível de dificuldade dos percursos apresentados para os eventos Regionais, estarão de acordo com o previsto no Manual do Traçador de percursos.

Cientes da necessidade de crescimento da modalidade, é intenção da FPO com este modelo competitivo regional, integrar todos os praticantes, federados e não federados, criando mais eventos locais e de proximidade, levando a Orientação às pessoas (e as pessoas à Orientação), potenciando em simultâneo, o salutar espírito competitivo desportivo, através da criação e desenvolvimento de um *ranking* regional.

Apesar de existir um *ranking City Race* independente, sendo consideradas provas locais, estas devem integrar e ser contabilizadas para o *ranking* regional, de modo a estimular não só a competitividade, mas também a participação da comunidade local nestas provas, que pelas suas características específicas, representam uma excelente forma de iniciação à modalidade.

Assim, nos artigos seguintes, serão apresentados as regras e objetivos para este formato de competição.

Índice

Capítulo I - Normas Gerais	4
Artigo 1.º - Categorias de competição	4
Artigo 2.º - Formatos de competição e tipos de percursos	5
Artigo 3.º - Características dos percursos	5
Artigo 4.º - Percursos	5
Artigo 5.º - Tempo máximo da prova	6
Artigo 6.º - Mapas	6
Artigo 7.º - Condições materiais das provas	6
Artigo 8.º - Sistema de controlo e cronometragem das provas	6
Artigo 9.º - Classificação dos atletas.....	7
Artigo 10 - Prémios.....	7
Capítulo II - Normas aplicáveis aos atletas.....	7
Artigo 11.º - Navegação.....	7
Artigo 12.º - Partidas.....	7
Artigo 13.º - Sinalética Suplementar.....	7
Capítulo III – Regiões e <i>Rankings</i>	7
Artigo 14.º – Regiões	7
Artigo 15.º - <i>Ranking</i> Regional FPO.....	9
Anexo I - Taxas Taça regional	10
1. Taxas MÁXIMAS de inscrição individuais por percurso	10

Quadros Competitivos de Orientação Regional

Capítulo I - Normas Gerais

Artigo 1.º - Categorias de competição

1. As categorias de competição são decompostas por género, como segue:

- a) FEMININO, sendo as categorias designadas pela letra F;
- b) MASCULINO, sendo as categorias designadas pela letra M.

1. As provas regionais realizam-se, categorias de acordo:

Categorias
Formação (Até 12 anos)
Juvenis (> 12 anos <= 16 anos)
Juniores - M/F (> 16 anos e <= 20 anos)
Séniore – M/F (>20 anos)
Veteranos I – M/F (>= 40 anos)
Veteranos II – M/F (>= 55 anos)
Veteranos III – M/F (>= 65 anos)
Veteranos IV – M/F (>= 75 anos)

Escalões abertos (sugestões)

- Open Curto
- Open Médio
- Open Longo
- Turística – Percursos com pontos de controlo em locais com interesse turístico
- Outros escalões que a organização considere adequados

Nota: Ori-Trail/Rogaine

1. Em função da idade de cada um dos seus elementos, o escalão da equipa é definido da seguinte forma:

- a) Equipa em que um dos elementos tem menos de 40 e mais de 18 anos - a equipa é do escalão “Seniores”.
- b) Equipa só com veteranos - a equipa é do escalão correspondente ao elemento mais novo.

- c) Equipa com jovens e veteranos - a equipa é do escalão absoluto, desde que o jovem tenha 18 anos ou mais, não será permitido praticantes jovens com menos de 18 anos em equipas de veteranos.
- d) Não é permitida a participação a atletas com menos de 12 anos.
- e) A pontuação a contabilizar para o Ranking Regional, será calculada conforme previsto no ponto 5, do Artigo 16, do Regulamento de Competições Ori Trail Rogaine.

Artigo 2.º - Formatos de competição e tipos de percursos

- 2. As provas Regionais podem integrar percursos individuais das várias distâncias e formatos existentes, incluindo os *City Race*.
- 3. As provas Regionais, podem ser das seguintes disciplinas: Pedestre, BTT ou a variante Ori-Trail/Rogaine.

Artigo 3.º - Características dos percursos

- 1. As características dos percursos formais e sua elaboração devem estar conforme as normas estabelecidas no “Manual para o Traçado de Percursos”, de acordo com a doutrina nacional, em conformidade com o [Appendix 2: Principles for course planning do IOF Foot Orienteering Competition Rules 2023](#).
- 2. Deve ser dado especial cuidado aos percursos da categoria de formação e *Open* curto, destinados aos iniciantes e/ou crianças e jovens, de acordo com o estabelecido em cada uma das disciplinas.

Artigo 4.º - Percursos

- 1. Os percursos destinam-se a qualquer cidadão, sem distinção de idade ou género, interessado em experimentar a modalidade, a praticantes federados renovados ou não renovados ou a quem opte por participar a pares ou em grupo.
- 2. Inscrição de menores de 10 anos só é permitida na categoria de formação ou *Open* curto, desde que devidamente acompanhados por um adulto.
- 3. De acordo com a experiência, condição física e motivação do praticante, cada clube deverá indicar aos seus atletas o percurso mais adequado para o evento.

No caso de atletas individuais, deverão as organizações aconselhar os mesmos, sobre qual o percurso mais adequado para se inscrever.

Artigo 5.º - Tempo máximo da prova

1. O limite de tempo dado a um praticante para executar o seu percurso individual, sob pena de desclassificação, é o tempo de referência na tabela de cada disciplina.
2. No Ori-Trail/Rogaine, os tempos deverão ser reduzidos em 50% do valor máximo na tabela de tempos.

Artigo 6.º - Mapas

O que está definido para cada uma das disciplinas e variante.

Artigo 7.º - Condições materiais das provas

1. Organizadores de eventos regionais estão obrigados a cumprir os aspetos constantes do Contrato de Organização de Provas, com as devidas adaptações aos regionais.
2. Organizadores de provas regionais devem ainda proporcionar:
 - a) Água na zona de partidas e chegadas. Sempre que possível, o clube deve procurar organizar as partidas e/ou chegadas em zonas onde existam bebedouros ou chafarizes, incentivando os atletas a levarem uma garrafa ou copo reutilizável, de modo a diminuir a pegada ecológica na organização de provas, evitando ao máximo o uso de copos e garrafas de plástico descartáveis;
 - b) Divulgação na área de concentração e na área de partidas, das informações pertinentes, das informações técnicas e das listas de partidas;
 - c) Para valorização dos eventos e sempre que possível, podem ainda existir, prémios e local para banhos;
3. Nas provas urbanas, uma vez que, regra geral, não é possível serem disputadas em ambiente isento de trânsito automóvel, aconselhamos especial atenção ao reforço de alertas para as regras de trânsito.

Artigo 8.º - Sistema de controlo e cronometragem das provas

1. Nas provas regionais, sempre que possível, deve ser usado o sistema de controlo eletrónico *SportIdent*. Caso não seja de modo algum viável, pode ser utilizado o método tradicional do Cartão de Controlo;
2. Os coordenadores regionais, em estreita cooperação com os clubes, devem fazer um levantamento do material de controlo eletrónico de provas existente na região, nomeadamente *boxes* e *SI*, de modo a conjugar esforços, para que todos os clubes organizadores tenham a possibilidade de organizar provas, utilizando o sistema *SportIdent*.
3. Caso seja necessário, os clubes e/ou coordenadores regionais podem solicitar o empréstimo de material à FPO, isento de custos de aluguer (exceto *SI-Cards*).

Artigo 9.º - Classificação dos atletas

O que está referido em cada disciplina e variante, mas aplicado aos escalões dos regionais.

Artigo 10 - Prémios

1. Nas Provas Regionais podem ser atribuídas medalhas, troféus ou prémios condignos com a prova, sendo atribuídos aos três primeiros ou a todos os participantes (Prémio “*Finisher*”).
2. Não podem ser atribuídos prémios monetários podendo, no entanto, ser atribuídos Vales de Oferta.

Capítulo II - Normas aplicáveis aos atletas

Artigo 11.º - Navegação

O único meio auxiliar de orientação permitido é a bússola.

Artigo 12.º - Partidas

1. As partidas são livres, dentro de um intervalo de tempo definido e divulgado pela organização, utilizando a estação *START*, sempre que se utilize o sistema eletrónico de controlo de prova.
2. Caso a organização decida publicar listas de partidas, para evitar ajuntamentos, as mesmas são meramente indicativas.
3. Nas partidas, os praticantes deverão sempre respeitar a autorização de partida por parte da organização.

Artigo 13.º - Sinalética Suplementar

A sinalética suplementar não é obrigatória, mas aconselhada.

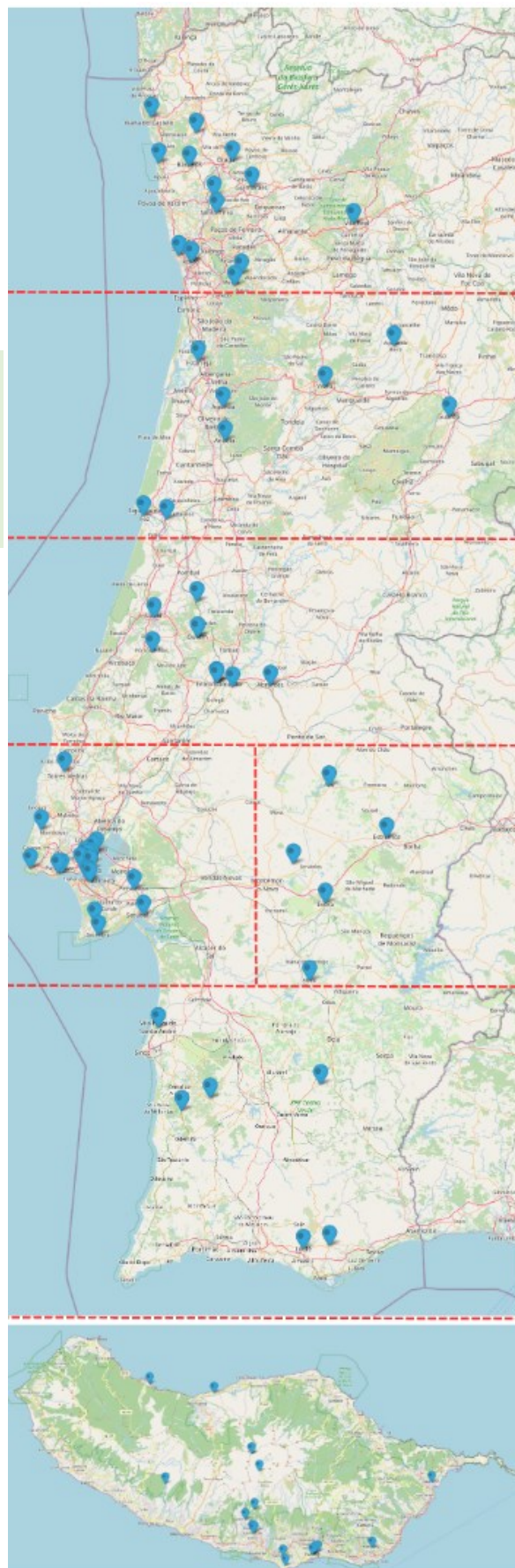
Capítulo III – Regiões e *Rankings*

Artigo 14.º – Regiões

1. O Campeonato Regional divide-se em 7 Regiões, cada uma com um *ranking* próprio, incluindo os clubes filiados na região, no ano anterior, conforme divisão prevista na tabela do Anexo II, assim:
 - a) Região Norte
 - b) Região das Beiras
 - c) Região Centro
 - d) Região Lisboa e Vale do Tejo
 - e) Região do Alto Alentejo
 - f) Região do Alentejo e Algarve
 - g) Região da Madeira

2. Imagem ilustrativa da divisão geográfica:

Região Norte		
CAO Vianense	NAST	
AE Freixo	Orimarão	
AD Esposende	GD4C	
Amigos da Montanha	SCMP-DA	
.COM	Clube Millennium BCP	
CAR	AD Cabroêlo	
AEPBS Joane	G.D. Luz Verde	
Região Beiras		
Ori-Estarreja	C.M. Guarda	
Oriented Aguiar	ADM Ori-Mondego	
COViseu – Natura	C.P. Abrunheira	
CAB		
Saca Trilhos Anadia		
Região Centro		
NADA	C.R. Casal do Grilo	
COC	CLAC	
A.R. Bernardense	UCDA	
AE Porto de Mós	COA	
Região Lisboa	Região Alto Alentejo	
ATV	Montepio Geral	ADR Avis
CAOS	CIMO	COAAL
ADA Desnível	Escola Naval	Gafanhori
APPES	CP Armada	ADFA
CPOC	ES Pinhal Novo	CNALvito
CAAL	GDU Azóia	
AFAP	ADN Sesimbra	
C.M. BCP	CM Arrábida	
Região Alentejo e Algarve		
COALA	ADAL	
NOA	FIT Leading	
BTT Loulé		
ABFJ		
Região da Madeira		
CA Madeira	ACDJS	
CMo Funchal	ACM Madeira	
GD Estreito	LC Machico	
Retoixa	CD Mar e Serra	
Clube Naval São Vicente	CTPS	
ARC Ajuda	GD Corticeiras	
CDEFF	CE Estreito	
AD Camacha		



Artigo 15.º - Ranking Regional FPO

1. O *Ranking* Regional 2023 incluirá todas as provas regionais disputadas durante o presente ano competitivo.
2. Para o *Ranking* Regional Individual, contarão as melhores pontuações obtidas, até 50% da totalidade de provas na região, arredondado para cima, caso necessário. Por exemplo: caso existam 10 provas na região e o atleta tenha participado em todas, contarão os 5 melhores resultados. Se participou em 5 ou menos, contarão todos os resultados obtidos.

Anexo I - Taxas Taça regional

1. Taxas MÁXIMAS de inscrição individuais por percurso

<i>Tipo de filiação</i>	<i>Nível etário</i>	<i>Regionais</i>	<i>Observações</i>
Praticante Federado e atletas federados na FEDO	Jovem (até 20 anos)	2,50€	
	Adulto	3,00€	
Restantes Praticantes (Inclui Taxa do seguro de acidentes pessoais; obrigatório fornecer o NIF)	Jovem (até 20 anos)	3,00€	
	Adulto	4,00€	
Praticantes Federados em Federações Estrangeiras (Atletas Estrangeiros)	Todos	4,00€	
Desporto Escolar	Jovens	1,50€	Isenção da taxa de seguro, desde que enquadrados pelos docentes, sendo obrigatória apresentação de comprovativo do Seguro Escolar, passado pelo Estabelecimento de Ensino.

Nota: No Ori-Trail/Rogaine, a taxa é por pessoa

2. Aluguer do SI-Card (cartão *SPORTident*) – 0,50 Eur