



Foto de: Nuno Neves

Relatório de Atividades

Época Desportiva 2019



Clube de Orientação do Centro

Índice

1. Resumo e Histórico.....	3
2. Relação de Atletas do COC Federados na FPO	4
3. Provas em que o COC Participou	9
4. Melhores classificações obtidas em cada prova de ORI Pedestre.....	12
5. Pódios no Ranking Pedestre	17
6. Melhores classificações obtidas em cada prova de ORI BTT	18
7. Pódios no Ranking de BTT.....	21
8. Melhores classificações obtidas em cada prova de Portugal City Race	22
9. Pódios no Ranking do Portugal City Race	23
10. Melhores classificações obtidas em cada prova de Rogaine.....	23
11. Pódios no Ranking de Rogaine.....	24
12. Melhores classificações obtidas em cada prova de Pre-O	25
13. Pódios no Ranking de Pre-O	25
14. Actividades da Escola de Orientação (Ori Pedestre)	25
15. Participações em Seleções Nacionais	26
16. Títulos Individuais Obtidos	27
17. Títulos Coletivos Obtidos	28
18. Eventos organizados pelo COC	30
19. Eventos com apoio Técnico do COC	31

1. Resumo e Histórico

Federados

Ano	Masculinos		Femininos		Total
	Jovens	Adultos	Jovens	Adultos	
2016	18	78	14	37	147
2017	23	73	20	37	153
2018	21	81	24	42	168
2019	20	81	23	43	167

Participações

Provas das Taças de Portugal

Ano	Pedestre		BTT		City Race		Rogaine		Precisão	
	Total	PP	Total	PP	Total	PP	Total	PP	Total	PP
2016	411	37,36	72	10,29	-	-	-	-	-	-
2017	449	37,42	92	13,14	88	7,33	11	1,57	19	4,75
2018	535	44,58	96	12,00	145	11,15	12	1,71	12	3,00
2019	549	45,75	106	15,14	126	9,69	39	5,57	14	3,50

Total: Número total de participantes

PP: Média de participantes por evento

Presenças em Seleções

Ano	Pedestre	BTT	Precisão
2016	5	4	4
2017	6	3	2
2018	4	2	4
2019	9	3	2

Pódios

Ano	Pedestre			BTT			City Race		Rogaine		Precisão	
	1º	Pód	Club.	1º	Pód	Club.	1º	Pód	1º	Pód	1º	Pód
2016	23	62	2	2	8	0	-	-	-	-	-	-
2017	30	79	2	10	25	0	8	30	3	6	3	3
2018	29	63	4	9	16	0	26	53	0	4	2	3
2019	46	107	1	15	30	0	16	28	16	30	3	5

1º: Número de primeiros lugares

Pód: Número de pódios (do primeiro ao terceiro lugar)

Club: Número de vitórias por clubes

Classificação por Clubes

Ano	Pedestre	BTT	Sprint
2016	2	2	-
2017	2	2	-
2018	1	3	-
2019	2	3	5

Campeonatos nacionais

Ano	Pedestre			BTT		
	Ind.	Col.	Est.	Ind.	Col.	Est.
2016	17	12	5	3	3	1
2017	22	15	8	6	1	2
2018	16	14	6	5	3	3
2019	18	13	2	6	4	0

Ind.: Individuais

Col.: Coletivos

Est.: Estafetas

2. Relação de Atletas do COC Federados na FPO

Escolas Femininas

Licença	Nome	Ano Nasc.	Escalão Pedestre	Escalão BTT
6520	Clara Lima	2010	D10	-
6666	Francisca Amaral	2018	D10	-
6538	Ivone Gomes	2010	D10	-
6498	Maria Oliveira	2010	D10	-

Infantis Femininas

Licença	Nome	Ano Nasc.	Escalão Pedestre	Escalão BTT
6387	Inês Gomes	2007	D12	-
6404	Maria Leonor	2008	D12	-
6369	Maria Nazaré	2007	D12	-
6371	Matilde Batista	2007	D12	-
6431	Sara Grácio	2007	D12	-

Iniciados Femininas

Licença	Nome	Ano Nasc.	Escalão Pedestre	Escalão BTT
6244	Carlota Rodrigues	2005	D14	-
5996	Cátia Olaio	2005	D14	-
6243	Mara Luna	2005	D14	-
6208	Patrícia Rosa	2005	D14	-

Juvenis Femininas

Licença	Nome	Ano Nasc.	Escalão Pedestre	Escalão BTT
5688	Joana Martinho	2004	D16	-
5655	Laura Tenreiro	2003	D16	-

Cadetes/Juniores Femininas

Licença	Nome	Ano Nasc.	Escalão Pedestre	Escalão BTT
5166	Beatriz Esteves	2000	D20	-

4907	Camila Coelho	2000	D20	-
5064	Carina Cotovio	2000	D20	-
5699	Catarina Jesus	1999	D20	-
5669	Filipa Ferreira	1999	D20	-
3975	Helena Lima	1999	D20	-
5599	Liane Batista	2000	D20	-
4909	Sara Roberto	1999	D20	-
5482	Tânia Pereira Olaio	2000	D20	-

Seniores/Adultos Femininos

Licença	Nome	Ano Nasc.	Escalão Pedestre	Escalão BTT
6361	Ana Sofia Ribeiro	1987	D21B	-
6368	Catarina Sousa	1980	D21B	-
6543	Laura Romo	1988	D21B	-
3082	Marisa Barroso	1981	D21B	D21A
6632	Sílvia	1977	D21B	-
2933	Andreia Silva	1988	D21A	-
5521	Beatriz Norte	1998	D21A	-
5977	Catarina Castelão	1985	D21A	D21A
5990	Cláudia Santos	1992	D21A	-
4606	Cristiana Cunha	1987	D21A	-
5727	Cristiana Maranhão	1988	D21A	-
4398	Diana Silva	1996	D21A	-
6005	Juliana P.	1985	D21A	-
5661	Magalie Mendes	1991	DE	-
3315	Adelindina Lopes	1974	DE	-
3054	Inês Domingues	1994	DE	-
3052	Catarina Ruivo	1988	DE	-
3060	Patrícia Casalinho	1987	DE	-
6432	Renata Simões	1984	D35	-
2503	Susana Pontes	1971	D35	DE
2582	Anabela Vieito	1967	D40	-
6733	Carla Gomes	1977	D40	-
5296	Cátia Marques	1977	D40	-
3303	Filipa Martins	1978	D40	-
5292	Raquel Sacchetti	1978	D40	-
4655	Susana Oliveira	1978	D40	-
5725	Anabela Alves	1970	D45	-
5819	Anabela Dias	1971	D45	-
4806	Célia Faustino	1970	D45	-
2842	Isabel Oliveira	1972	D45	-
2171	Jandira Peres	1973	D45	-
2190	Marina Guilherme	1973	D45	-
5056	Paula Ferreira	1973	D45	-
2259	Susana Domingos	1972	D45	-

Licença	Nome	Ano Nasc.	Escalão Pedestre	Escalão BTT
1301	Teresa Alves	1969	D45	-
2403	Elisabeth Mota	1967	D50	-
1952	Isabel Monteiro	1958	D50	-
5211	Rosário Barros	1969	D50	-
2380	Florbela Sousa	1961	D55	-
2129	Luísa Mateus	1958	D55	D50
1183	Palmira João	1959	D55	-

Escolas Masculinos

Licença	Nome	Ano Nasc.	Escalão Pedestre	Escalão BTT
6539	André Ferreira	2010	H10	-
6343	António Oliveira	2009	H10	-
6242	David Marques	2010	H10	H13
6370	Salvador Nazaré	2010	H10	-

Infantis Masculinos

Licença	Nome	Ano Nasc.	Escalão Pedestre	Escalão BTT
6503	Dinis Santo	2007	H12	-
6393	Miguel Ferreira	2008	H12	-

Iniciados Masculinos

Licença	Nome	Ano Nasc.	Escalão Pedestre	Escalão BTT
6598	Hugo Domingues	2005	H14	H15
6656	Miguel Pires	2006	H14	-

Juvenis Masculinos

Licença	Nome	Ano Nasc.	Escalão Pedestre	Escalão BTT
5311	Bernardo Filipe	2003	H16	-
6207	Bernardo Rosa	2003	H16	H17
6597	David Formiga	2004	H16	H15
6038	Miguel Braz	2004	H16	-

Cadetes/Juniores Masculinos

Licença	Nome	Ano Nasc.	Escalão Pedestre	Escalão BTT
5299	André Roberto	2002	H18	-
5891	Diogo Mendes	2001	H18	-
5878	Frederico Lisboa	2001	H18	-
5073	Manuel Oliveira	2001	H18	-
5074	Rodrigo Oliveira	2002	H18	-
6181	Guilherme Reinoite	2000	H20	-
4697	Samuel Silva	1999	H20	-
3976	Tomas Lima	2001	H20	-

Seniores/Adultos Masculinos

Licença	Nome	Ano Nasc.	Escalão Pedestre	Escalão BTT
6362	Albano Almeida	1981	H21B	-
6548	João Cruz	1986	H21B	-
6403	Mário Moreira	1977	H21B	-
5892	Rui Pedro Amaral	1979	H21B	-
4226	André Cardeira	1991	H21A	-
5055	André Esteves	1996	H21A	HE
4755	António Ferreira	1998	H21A	-
2128	Daniel Marques	1984	H21A	HE
2635	Edgar Domingues	1988	H21A	-
4807	Fidel Conde	1977	H21A	-
5004	Francisco Bolrão	1998	H21A	-
5006	Gabriel Braz	1997	H21A	-
6620	Gonçalo Daniel	1991	H21A	H21A
5682	Gonçalo Ovelheiro	1987	H21A	-
2401	Guilherme Marques	1989	H21A	-
2700	Joel Morgado	1977	H21A	HE
5005	José Fonseca	1998	H21A	-
6542	Luís Viedma	1987	H21A	-
4633	Nelson dos Santos	1989	H21A	-
4672	Pedro Neves	1994	H21A	-
4908	Pedro Roberto	1997	H21A	-
5477	Ricardo Tenreiro	1998	H21A	-
5607	Rui Antunes Júnior	1998	H21A	-
3877	Rui Pires	1985	H21A	-
3049	Tiago Brito	1990	H21A	-
2547	André Ramos	1986	HE	-
1936	Celso Moiteiro	1981	HE	-
2668	Gildo Silva	1985	HE	-
5295	João Bernardino	1998	HE	-
1132	Paulo Franco	1981	HE	HE
3324	Gonçalo Oliveira	1984	H35	-
1941	José Jordão	1984	H35	-
3915	Nuno Ferreira	1978	H35	-
6357	Pedro Ezequiel	1980	H35	-
3090	Rui Ferreira	1981	H35	-
3304	Cesar Conceição	1975	H40	-
2703	Duarte Santo	1977	H40	-
6537	Ivo Gomes	1975	H40	H40
3489	Jorge Frazão	1979	H40	-
3353	Jorge Pires	1977	H40	-
3936	Norberto Henriques	1977	H40	H40
6433	Nuno Grácio	1978	H40	-
3729	Ricardo Oliveira	1975	H40	-

Licença	Nome	Ano Nasc.	Escalão Pedestre	Escalão BTT
3898	Sérgio Junqueira	1979	H40	-
5210	Tiago M. Sacchetti	1976	H40	-
3962	Filipe Antonio	1972	H45	-
5057	Humberto Esteves	1971	H45	-
1281	Joaquim Sousa	1970	H45	-
4227	Jorge Almeida	1973	H45	-
1583	Jorge Oliveira	1969	H45	-
3869	Luís Monteiro	1974	H45	-
2787	Óscar Marques	1970	H45	-
1211	Paulo Alípio	1970	H45	-
4287	António Cotovio	1968	H50	-
1364	Helder Ferreira	1969	H50	-
3085	Horácio Braz	1966	H50	-
4228	Ilídio Coelho	1967	H50	-
2079	Jorge Silva	1969	H50	-
2099	José Bernardo	1968	H50	-
2750	Leonel Vieito	1966	H50	-
1951	Luís Tenreiro	1969	H50	-
5772	Manuel Calçada	1968	H50	-
6684	Moisés Domingues	1967	H50	-
4372	Norberto Marques	1968	H50	H50
3880	Nuno Neves	1967	H50	-
5515	Paulo Olaio	1968	H50	-
1302	Rafael Lima	1968	H50	-
2377	Rui Botão	1968	H50	H50
5262	Rui Roberto	1968	H50	-
1935	Rui Tenreiro	1967	H50	-
1937	Tozé Silva	1966	H50	H50
5795	Abílio Figueira	1962	H55	-
5724	Álvaro Alves	1964	H55	-
4656	José Bolrão	1964	H55	-
2130	Pedro Serralheiro	1961	H55	H50
1182	Albano João	1959	H60	-
4229	António Bastos	1958	H60	-
4455	Carlos do Vale	1956	H60	-
4456	Carlos Lopes	1959	H60	-
1931	Carlos Monteiro	1958	H60	-
2078	Inácio Serralheiro	1958	H60	H40
2118	Manuel Domingues	1957	H60	-
2381	Nelson Tereso	1958	H60	-
1373	Rui Antunes	1957	H60	-

Resumo

Pedestre

	FORMAÇÃO (H/D-10/12)	INICIADOS (H/D-14)	JUVENIL (H/D-16)	CADETE/JUNIOR (H/D-18 e 20)	ADULTO	TOTAL
FEMININO	7	4	3	9	43	66
MASCULINO	6	2	4	8	81	101
TOTAL	13	6	7	17	126	167

BTT

	FORMAÇÃO (H/D-10/12)	INICIADOS (H/D-13)	JUVENIL (H/D-15)	CADETE/JUNIOR (H/D-17 e 20)	ADULTO	TOTAL
FEMININO	0	0	0	0	4	4
MASCULINO	0	1	2	1	12	16
TOTAL	0	1	2	1	16	20

3. Provas em que o COC Participou

Internacionais de Orientação Pedestre

Data	Designação	Local	Nº Atletas	Kms percorridos
25 a 27 Jan	Aguiar da Beira "O" Meeting 2019	Aguiar da Beira	39	1.198
16 e 17 Fev	Mora "O" Meeting	Mora	68	946
1 a 5 Mar	Portugal O Meeting 2019	Figueira da Foz	94	430
9 e 10 Mar	Norte Alentejano "O" Meeting 2019	Crato, Portalegre, Castelo de Vide	67	1.042
11 e 12 Mai	Campeonato Ibérico Feminino	Sevilha	19	920
14 a 16 Jun	Taça dos Países Latinos - TPL 2019	Odemira	21	1.246
21 e 22 Set	Campeonato Ibérico Masculino	Penamacor	0	0

Nacionais – Taça de Portugal de Orientação Pedestre

Data	Designação	Local	Nº Atletas	Kms percorridos
6 e 7 Abr	IV Troféu Caminhos do Alvão	Vila Real	29	1.034
27 e 28 Abr	Campeonato Nacional de Sprint e Longa	Barcelos	63	1.462
28 e 29 Set	Campeonato Nacional de Estafetas e Distância Média	Celorico da Beira	45	1.198
26 e 27 Out	3º Open Ori-Pedestre de Sesimbra	Sesimbra	44	1.603
23 e 24 Nov	Campeonato Nacional Absoluto	Reguengos de Monsaraz	60	550

Internacionais de Orientação em BTT

Data	Designação	Local	Nº Atletas	Kms percorridos
18 e 19 Mai	Campeonato Ibérico Masculino	Córdoba (Espanha)	13	1.020
1 e 2 Jun	BOM MTBO 2019 - Campeonato Ibérico Feminino de O BTT	Souselas - Coimbra	16	176

Nacionais – Taça de Portugal de Orientação em BTT

Data	Designação	Local	Nº Atletas	Kms percorridos
16 e 17 Mar	II Troféu CLAC Ori BTT	Vila Nova Da Barquinha	13	136
13 e 14 Abr	TP BTT e CN Média	Loulé	16	750
4 e 5 Mai	TP BTT e CN Sprint	Mafra	18	264
19 e 20 Out	Campeonato Nacional de Distância Longa e Estafetas	Esposende	14	476
19 e 20 Out	Campeonato Nacional de Mass Start	Abrantes	16	182

Nacionais – Portugal City Race

Data	Designação	Local	Nº Atletas	Kms percorridos
20 Jan	McDonald's Barcelos City Race 2019	Barcelos	15	494
31 Mar	Gondomar City Race	Gondomar	9	460
13 Abr	Matosinhos City Race	Matosinhos	10	450
14 Abr	Vila do Conde City Race	Vila do Conde	7	270
19 Mai	Porto City Race	Porto	14	450
2 Jun	Penafiel City Race	Penafiel	1	260
8 Jun	Leiria City Race	Leiria	15	Viatura própria
9 Jun	Alcobaça City Race	Alcobaça	15	Viatura própria
30 Jun	Santo Tirso City Race	Santo Tirso	4	480
7 Jul	Viseu City Race	Viseu	3	Viatura própria
5 Out	Cascais City Race	Cascais	16	265
20 Out	Vila Real City Race	Vila Real	8	520
10 Nov	IV Figueira City Race	Figueira da Foz	9	120

Nacionais – Taça de Portugal de Rogaine

Data	Designação	Local	Nº Equipas	Kms percorridos
02 Fev	Valongo Adventure Race 2019	Valongo do Vouga-Águeda	4	Viatura própria
30 Mar	II Ori-Trail Rogaine "Reg. Monsaraz"	Reguengos de Monsaraz	5	510
25 Abr	Ori-Trail/Rogaine da Maça	Sesimbra	7	364
9 Jul	III Ori-Trail Rogaine da Costa Alentejana	Costa Alentejana	5	140
2 Nov	Ori Trail Rogaine UCDA	VN Barquinha	6	136
16 Nov	Ori-Trail/Rogaine da Miuzela - Clérico e CNacional Ori-Trail/Rogaine	Miuzela	7	510
30 Nov	III Ori-Trail Rogaine "Serra de Grândola"	Grândola	5	Viatura própria

Nacionais – Taça de Portugal de Orientação de Precisão

Data	Designação	Local	Nº Atletas	Kms percorridos
3 Mar	Portugal O Meeting 2019	Figueira da Foz	5	Viatura própria

Data	Designação	Local	Nº Atletas	Kms percorridos
9 Mar	Norte Alentejano "O" Meeting 2019	Crato, Portalegre, Castelo de Vide	4	Viatura própria
22 e 23 Jun	PIOM in Trail-O - ECTO 2019	Penamacor	0	0
10 Nov	Campeonato Nacional de Orientação de Precisão - PreO		5	Viatura própria

Contactos Internacionais de Orientação

Data	Designação	Local	Nº Atletas
20 a 24 Fev	Taça da Confederação das Federações de Orientação Mediterrânicas 2019 (COMOF'19)	Múrcia, Espanha	2
7 a 10 Jun	Campeonato da Europa de Ori-BTT	Wroclaw, Polónia	1
13 a 16 Jun	Taça dos Países Latinos	Odemira, Portugal	1
23 a 29 Jun	Campeonato do Mundo de Orientação de Precisão	Idanha-a-Nova, Portugal	2
24 Jun a 1 Jul	Campeonato da Europa de Jovens	Grodno, Bielorrússia	2
3 a 13 Jul	Campeonato do Mundo de Juniores	Silkeborg, Dinamarca	2
23 Jul a 6 Ago	Campeonato do Mundo de Seniores Ori-BTT	Viborg, Dinamarca	2
25 a 30 Set	Campeonato da Europa de Juniores	Ardèche, França	2
1 a 7 Out	Etapa 3 da World Cup Ori-BTT	Rabenberg, Alemanha	1

Resumo

Tipo de prova	Nº Atletas	Kms percorridos
Internacionais pedestre	9	
Internacionais da taça de Portugal	308	
Nacionais da taça de Portugal	241	
Total Pedestre	558	17.058
Internacionais de BTT	4	
Internacionais da taça de Portugal	29	
Nacionais da taça de Portugal	77	
Total BTT	110	3.004
Totais gerais	668	20.062

- O clube dispõe de três viaturas de 9 lugares. Os kms são medidos de Leiria ao local das provas e deslocações no local, vezes o número de viaturas utilizadas em cada prova
- Não estão consideradas algumas deslocações a provas com participação de poucos atletas por terem sido efetuadas em viaturas próprias.

4. Melhores classificações obtidas em cada prova de ORI Pedestre

25 a 27 Jan - Aguiar da Beira "O" Meeting 2019

1. Anabela Vieito - W40
2. Rodrigo Oliveira - M18
2. Helena Lima - W20
3. Tomas Lima - M20
3. Luísa Mateus - W55

COC foi em segundo lugar por clubes

16 e 17 Fev - Mora "O" Meeting

1. Mara Luna - D14
1. Miguel Braz - H16
1. Tomas Lima - H20
1. Catarina Sousa - D21B
2. Patrícia Rosa - D14
2. Tânia Pereira Olaio - D20
2. Nuno Grácio - H21B
2. Jorge Oliveira - H45
3. Bernardo Rosa - H16

COC ficou em terceiro lugar por clubes

1 a 5 Mar - Portugal O Meeting 2019

Sem pódios

COC ficou em segundo lugar por clubes

9 e 10 Mar - Norte Alentejano "O" Meeting 2019

1. Daniel Marques - M21A
1. Joaquim Sousa - M45
2. Tomas Lima - M20
3. Mara Luna - W14
3. Marisa Barroso - W21B

COC venceu por clubes

6 e 7 Abr - IV Troféu Caminhos do Alvão

1. Tomas Lima - H20
1. Susana Pontes - D35
1. Luísa Mateus - D55
1. Albano João - H60
2. Patrícia Rosa - D14
2. Beatriz Esteves - D20
2. Jorge Oliveira - H45

2. Rui Botão - H50
3. Daniel Marques - H21A
3. Catarina Castelão - D21A
3. Rafael Lima - H50

COC ficou em segundo lugar por clubes

27 e 28 Abr - Campeonato Nacional de Sprint e Longa

Longa

1. Helena Lima - D20
1. Susana Pontes - D35
1. Joaquim Sousa - H45
1. Rui Botão - H50
1. Palmira João - D55
1. Isabel Monteiro - D60
2. Sara Roberto - D20
2. Edgar Domingues - H21A
2. Catarina Sousa - D21B
2. Celso Moiteiro - H35
2. Cátia Marques - D40
2. Jorge Oliveira - H45
2. Luísa Mateus - D55
2. Albano João - H60
3. Mara Luna - D14

Equipas Vencedoras- Distancia Longa

Juniores Femininos

Helena Lima
Sara Roberto
Tânia Pereira Olaio

Seniores Femininos

Catarina Castelão
Adelindina Lopes
Cristiana Maranhão

Veteranos Femininos I

Susana Pontes
Cátia Marques
Anabela Vieito

Veteranos Masculinos II

Joaquim Sousa
Rui Botão
Jorge Oliveira

Veteranos Femininos III

Isabel Monteiro
Palmira João
Luísa Mateus

Sprint

1. Mara Luna - D14
1. Helena Lima - D20
1. Edgar Domingues - H21A
1. Mário Moreira - H21B
1. Joaquim Sousa - H45
1. Luísa Mateus - D55
1. Albano João - H60
1. Isabel Monteiro - D60
2. Celso Moiteiro - H35
2. Anabela Vieito - D40
2. Rui Botão - H50
2. Palmira João - D55
3. Rodrigo Oliveira - H18
3. João Cruz - H21B
3. Marisa Barroso - D35
3. Jorge Oliveira - H45
3. Rafael Lima - H50

Equipas Vencedoras /Sprint

Veteranos Femininos I

Marisa Barroso
Cátia Marques
Anabela Vieito

Veteranos Masculinos III

Albano João
José Bolrão
Manuel Domingues

Veteranos Femininos III

Isabel Monteiro
Palmira João
Luísa Mateus

11 e 12 Mai - Campeonato Ibérico Feminino

Global

2. Rui Botão - H50
2. Carlos Monteiro - H60

COC em décimo primeiro lugar por clubes

Campeonato Ibérico

1. Helena Lima - D20
1. Luísa Mateus - D55
1. Isabel Monteiro - D60

14 a 16 Jun - Taça dos Países Latinos - TPL 2019

Global

1. Edgar Domingues - H21A
1. Catarina Castelão - D21A
1. Mário Moreira - H21B
1. Rui Botão - H50
1. Isabel Monteiro - D50
1. Carlos Monteiro - H60
2. Patrícia Rosa - D14
2. Susana Pontes - D35
2. Manuel Domingues - H60
3. Mara Luna - D14

COC em segundo lugar por clubes

21 e 22 Set - Campeonato Ibérico Masculino

Sem atletas do COC

28 e 29 Set - Campeonato Nacional de Estafetas e Distância Média

Distância Média

1. Miguel Braz - H16
1. Susana Pontes - D35
1. Joaquim Sousa - H45
1. Rui Botão - H50
1. Luísa Mateus - D55
1. Isabel Monteiro - D60
2. Sara Roberto - D20
2. Patrícia Casalinho - DE
2. Celso Moiteiro - H35
2. Anabela Vieito - D40
2. Albano João - H60
3. Jorge Oliveira - H45

COC em segundo lugar por clubes

Equipas Vencedoras- Distancia Média

Juniores Femininos

Sara Roberto
Tânia Pereira Olaio
Carina Cotovio

Veteranos Femininos I

Susana Pontes
Anabela Vieito
Teresa Alves

Veteranos Masculinos II

Joaquim Sousa
Rui Botão
Jorge Oliveira

Equipas Vencedoras- Estafetas

Veteranos Femininos II

Luísa Mateus
Teresa Alves
Isabel Monteiro

Veteranos Masculinos III

Carlos Monteiro
José Bolrão
Albano João

26 e 27 Out - 3º Open Ori-Pedestre de Sesimbra

Global

1. Rodrigo Oliveira - H20
1. Joaquim Sousa - H45
1. Isabel Monteiro - D50
1. Luísa Mateus - D55
1. Albano João - H60
2. André Roberto - H18
2. Palmira João - D55
3. Tânia Pereira Olaio - D20
3. Rui Botão - H50

COC em terceiro lugar por clubes

06 Nov - Campeonato Nacional de Estafetas Misto de Sprint

Equipas Vencedoras

Veteranos 2

Teresa Alves
 Tozé Silva
 Rafael Lima
 Anabela Vieito

Veteranos 3

Carlos Monteiro
 José Bolrão
 Isabel Monteiro
 Luísa Mateus

17 e 18 Nov - Campeonato Nacional Absoluto Pedestre

Global

- 2. Mário Moreira - H21B
- 3. Paula Ferreira - D45
- 3. Manuel Domingues - H60

Campeonato Absoluto

Final feminina

- 4. Helena Lima

COC é campeão absoluto em femininos

Helena Lima
 Susana Pontes
 Patrícia Casalinho
 Adelindina Lopes
 Catarina Castelão

Na classificação por clubes o COC consegue os seguintes pódios:

- 1º lugares - 1
- 2º lugares - 5
- 3º lugares - 2

5. Pódios no Ranking Pedestre

Pódios Individuais

Clas.	Nome	Nº Fed.
D14		
3	Patrícia Rosa	6208
H18		
2	Rodrigo Oliveira	5074
D20		
1	Helena Lima	3975

COC - Regimento de Artilharia N.º 4 - Rua D. José Alves Correia da Silva, Cruz d' Areia, 2410-117 Leiria - PORTUGAL
 email: info@coc.pt • sitio internet: www.coc.pt

Clas.	Nome	Nº Fed.
D21A		
2	Catarina Castelão	5977
H21B		
3	Mário Moreira	6403
DE		
3	Adelindina Lopes	3315
D40		
3	Anabela Vieito	2582
H45		
1	Joaquim Sousa	1281
3	Jorge Oliveira	1583
D50		
2	Isabel Monteiro	1952
H50		
1	Rui Botão	2377
2	Rafael Lima	1302
D55		
1	Luísa Mateus	2129
3	Palmira João	1183
H60		
2	Albano João	1182

Clubes

Por clubes o COC ficou em segundo lugar

6. Melhores classificações obtidas em cada prova de ORI BTT

16 e 17 mar - II Troféu CLAC Ori BTT

- 1. David Marques - H13
- 1. Daniel Marques - HE
- 1. Catarina Castelão - D21A
- 1. Luísa Mateus - D50
- 2. Bernardo Rosa - H17
- 2. Rui Botão - H50

COC em terceiro lugar por clubes

13 e 14 Abr - IV ORI BTT Loulé

Campeonato Nacional de Distância Média

- 1. Daniel Marques - HE
- 1. Luísa Mateus - D50
- 1. Tozé Silva - H50
- 2. Rui Botão - H50
- 3. David Marques - H13
- 3. David Formiga - H15

Equipas

1. Seniores Masculinos

Daniel Marques
Joel Morgado
Inácio Serralheiro

1. Veteranos Masculinos II

Tozé Silva
Rui Botão
Pedro Serralheiro

Global

1. Daniel Marques - HE
1. Luísa Mateus - D50
2. Bernardo Rosa - H17
2. Rui Botão - H50
3. David Marques - H13

COC em segundo lugar por clubes

4 e 5 Mai - TP BTT e CN Sprint

Campeonato de Sprint

1. Luísa Mateus - D50
2. Bernardo Rosa - H17
2. Daniel Marques - HE
3. Tozé Silva - H50

Equipas

1. Seniores Femininos

Susana Pontes
Marisa Barroso
Anabela Vieito

Global

1. David Marques - H13
1. Daniel Marques - HE
1. Catarina Castelão - D21A
1. Luísa Mateus - D50
3. Bernardo Rosa - H17

COC em terceiro lugar por clubes

18 e 19 Mai - Campeonato Ibérico Masculino

Global

Sem pódios

Campeonato Ibérico

Sem pódios

1 e 2 Jun - BOM MTBO 2019 - Campeonato Ibérico Feminino de O BTT

Global

1. Catarina Castelão - D21A
2. David Marques - H13
3. Rui Botão - H50

COC em terceiro lugar por clubes

Campeonato Ibérico

1. Susana Pontes - D40
2. Luísa Mateus - D50

14 e 15 Set - Campeonato Nacional de Distância Longa e Estafetas

Campeonato de Longa

1. Marisa Barroso - D21A
2. Daniel Marques - HE
3. Bernardo Rosa - H17
3. Susana Pontes - DE
3. Rui Botão - H50

Equipas

1. Seniores Masculinos

Daniel Marques
Joel Morgado
André Esteves

Estafetas

2. Seniores Masculinos

Susana Pontes
Joel Morgado
Daniel Marques

19 e 20 Out - Campeonato Nacional de Mass Start

Campeonato Nacional de Mass Start

- 1. Luísa Mateus - D50
- 1. Tozé Silva - H50
- 3. Daniel Marques - HE
- 3. Susana Pontes – DE

Global

- 1. Daniel Marques - HE
- 1. Luísa Mateus - D50
- 2. Moisés Domingues - Open Longo
- 2. Rui Botão - H50

COC em terceiro lugar por clubes

Na classificação por clubes o COC consegue os seguintes pódios:

- 2º lugares - 1
- 3º lugares - 4

7. Pódios no Ranking de BTT

Pódios individuais

Clas.	Nome	Nº Fed.
H13		
3	David Marques	6242
H17		
1	Bernardo Rosa	6207
D21A		
2	Catarina Castelão	5977
HE		
1	Daniel Marques	2128
D50		
1	Luísa Mateus	2129
H50		
1	Rui Botão	2377
2	Tozé Silva	1937

Clubes

Por clubes o COC ficou em terceiro lugar

8. Melhores classificações obtidas em cada prova de Portugal City Race

20 Jan - McDonald's Barcelos City Race 2019

1. Joaquim Sousa - Veteranos I M
2. André Roberto - Juniores M
3. Bernardo Filipe - Juvenis M
3. Rafael Lima - Veteranos I M
3. Isabel Monteiro - Veteranos II F

31 Mar - Gondomar City Race

1. Joaquim Sousa - Veteranos I M
1. Isabel Monteiro - Veteranos II F

13 Abr - Matosinhos City Race

1. Joaquim Sousa - Veteranos I M
2. Isabel Monteiro - Veteranos II F
3. André Roberto - Juniores M

14 Abr - Vila do Conde City Race

2. Isabel Monteiro - Veteranos II F

19 Mai - Porto City Race

1. Joaquim Sousa - Veteranos I M
3. André Roberto - Juniores M

2 Jun - Penafiel City Race

1. Joaquim Sousa - Veteranos I M

8 Jun - Leiria City Race

1. André Roberto - Juniores M
1. Joaquim Sousa - Veteranos I M
2. Miguel Braz - Juvenis M

9 Jun - Alcobaça City Race

1. André Roberto - Juniores M
1. Joaquim Sousa - Veteranos I M

30 Jun - Santo Tirso City Race

1. Joaquim Sousa - Veteranos I M

7 Jul - Viseu City Race

Sem pódios

5 Out - Cascais City Race

1. André Roberto - Juniores M
1. Rui Botão - Veteranos I M
2. Susana Pontes - Seniores F

20 Out - Vila Real City Race

1. André Roberto - Juniores M
2. Anabela Vieito - Veteranos I F
2. Isabel Monteiro - Veteranos II F

10 Nov - IV Figueira City Race

1. André Roberto - Juniores M
1. Albano João - Veteranos II M

9. Pódios no Ranking do Portugal City Race

Pódios Individuais

Clas.	Nome	Nº Fed.
Juniores Masculinos		
1	André Roberto	5299
Vet. Masculinos I		
1	Joaquim Sousa	1281

10. Melhores classificações obtidas em cada prova de Rogaine

02 Fev - Valongo Adventure Race 2019

1. Carlos Monteiro, António Bastos – Super Veteranos Masculinos
2. Daniel Marques, Guilherme Marques – Sénior Masculino
3. Duarte Santo, Joel Morgado – Absoluto Masculino

30 Mar - II Ori-Trail Rogaine "Reg. Monsaraz"

1. Albano João, Carlos Monteiro – Super Veteranos Masculinos
1. Daniel Marques, Joel Morgado – Sénior Masculino BTT
2. Humberto Esteves, Adelindina Lopes – Veteranos Mistos
3. Cristiana Maranhão, Catarina Castelão – Absolutas Femininas

25 Abr - Ori-Trail/Rogaine da Maça

1. Carlos Monteiro, António Bastos – Super Veteranos Masculinos
1. Daniel Marques, Joel Morgado – Sénior Masculino BTT
2. Ilídio Coelho, Tozé Silva - Absoluto Masculino
2. Inácio Serralheiro, Pedro Serralheiro – Veteranos I Masculino

3. Jorge Almeida, Gonçalo Daniel - Absoluto Masculino
3. Cristiana Maranhão, Catarina Castelão – Absolutas Femininas
3. Humberto Esteves, Adelindina Lopes – Veteranos Mistos

9 Jul - III Ori-Trail Rogaine da Costa Alentejana

1. Carlos Monteiro, António Bastos– Super Veteranos Masculinos
1. Daniel Marques, Inácio Serralheiro – Sénior Masculino BTT
2. Humberto Esteves, Adelindina Lopes – Veteranos Mistos

2 Nov - Ori Trail Rogaine UCDA

1. Pedro Nogueira / Joel Morgado – Absoluto Masculino
1. Isabel Monteiro / Anabela Vieito – Veterano Feminino
1. Carlos Monteiro, António Bastos, José Bastos – Super Veteranos Masculinos
1. Daniel Marques, Inácio Serralheiro – Sénior Masculino BTT
2. Humberto Esteves, Adelindina Lopes – Veteranos Mistos

16 Nov - Ori-Trail/Rogaine da Miuzela – C.Ibérico e C.Nacional Ori-Trail/Rogaine

Campeonato Nacional

1. Anabela Vieito / Isabel Monteiro – Veteranos Femininos
1. Humberto Esteves, Adelindina Lopes – Veteranos Mistos
1. Carlos Monteiro, António Bastos, Francisco Julião – Super Veteranos Masculinos
1. Daniel Marques, Inácio Serralheiro – Sénior Masculino BTT

Campeonato Ibérico

1. Anabela Vieito / Isabel Monteiro – Veteranos Femininos
2. Humberto Esteves, Adelindina Lopes – Veteranos Mistos
1. Carlos Monteiro, António Bastos, Francisco Julião – Super Veteranos Masculinos
1. Daniel Marques, Inácio Serralheiro – Sénior Masculino BTT

30 Nov - III Ori-Trail Rogaine "Serra de Grândola"

1. António Bastos / Carlos Monteiro - Super Veteranos Masculinos
2. Duarte Santo / Jorge Almeida - Absolutos Masculino
2. Daniel Marques / Guilherme Marques - Sénior Masculino BTT
2. Inácio Serralheiro / Pedro Serralheiro – Veteranos Masculino BTT

11. Pódios no Ranking de Rogaine

Pódios Individuais

Clas.	Nome
Absoluta Masculinos - Pedestre	
2	Duarte Santo, Joel Morgado, Jorge Almeida, Gonçalo Daniel, Pedro Nogueira
3	Pedro Pereira, José Bolrão, To Zé Silva, Ilídio Coelho

Clas.	Nome
Absoluta Femininos - Pedestre	
3	Cristiana Maranhão, Catarina Castelão
Veteranos Femininos - Pedestre	
2	Isabel Monteiro, Anabela Vieito
Super Veteranos Masculinos - Pedestre	
1	Carlos Monteiro, António Bastos, Albano João
Absoluta Masculina - BTT	
1	Daniel Marques, Guilhermes Marques, Joel Morgado, Inácio Serralheiro

12. Melhores classificações obtidas em cada prova de Pre-O

3 Mar - Portugal "O" Meeting 2019

1. Edgar Domingues – Classe Aberta
3. Inês Domingues – Classe Aberta

09 Mar - NAOM 2019

1. Inês Domingues – Classe Aberta
3. Edgar Domingues – Classe Aberta

10 Nov - Campeonato Nacional de Orientação de Precisão - PreO

1. Edgar Domingues – Classe Aberta

13. Pódios no Ranking de Pre-O

Pódios Individuais

Clas.	Nome
Classe Aberta	
1	Edgar Domingues
2	Inês Domingues

14. Atividades da Escola de Orientação (Ori Pedestre)

No âmbito do protocolo existente entre o COC e o Agrupamento de Escolas Marinha Grande Poente (Desporto Escolar), coordenado pelo prof. Hélder Ferreira, no período letivo são semanalmente organizadas atividades de orientação, cedendo o COC os seus meios para a realização das mesmas.

15. Participações em Seleções Nacionais

Campeonatos do Mundo

Campeonato do Mundo de Orientação de Precisão, Idanha-a-Nova, Portugal

Inês Domingues
Edgar Domingues

Campeonato do Mundo de Juniores de Orientação Pedestre, Silkeborg, Dinamarca

Helena Lima
Tomás Lima

Campeonato do Mundo de Orientação em BTT, Viborg, Dinamarca

Susana Pontes
Daniel Marques

Campeonatos da Europa

Campeonato da Europa de Jovens de Orientação Pedestre, Grodno, Bielorrússia

Rodrigo Oliveira
Tomás Lima

Campeonato da Europa de Juniores de Orientação Pedestre, Ardèche, França

Rodrigo Oliveira
Helena Lima

Campeonato da Europa de Orientação em BTT, Wrocław, Polónia

Daniel Marques

Taça do Mundo

Terceira Ronda Ori-BTT, Rabenberg, Alemanha

Daniel Marques

Outros

Taça da Confederação das Federações de Orientação Mediterrânicas 2019 (COMOF'19), Múrcia, Espanha

Tomás Lima
Helena Lima

Taça dos Países Latinos 2019, Odemira, Portugal

Rodrigo Oliveira

16. Títulos Individuais Obtidos

Orientação Pedestre

Campeonato Ibérico

- 1. Helena Lima - D20
- 1. Luísa Mateus - D55
- 1. Isabel Monteiro - D60

Sprint

- 1. Mara Luna - D14
- 1. Helena Lima - D20
- 1. Joaquim Sousa - H45
- 1. Luísa Mateus - D55
- 1. Albano João - H60
- 1. Isabel Monteiro - D60

Distância Média

- 1. Miguel Braz - H16
- 1. Susana Pontes - D35
- 1. Joaquim Sousa - H45
- 1. Rui Botão - H50
- 1. Luísa Mateus - D55
- 1. Isabel Monteiro - D60

Distância Longa

- 1. Helena Lima - D20
- 1. Susana Pontes - D35
- 1. Joaquim Sousa - H45
- 1. Rui Botão - H50
- 1. Palmira João - D55
- 1. Isabel Monteiro - D60

Orientação em BTT

Sprint

- 1. Luísa Mateus - D50

Distância Média

- 1. Daniel Marques - HE
- 1. Luísa Mateus - D50
- 1. Tozé Silva - H50

Distância Longa

Sem vencedores

Orientação de Precisão - WTOC – campeonato do Mundo -Tempo O

2º Lugar -Medalha de prata / classe aberta - Inês Domingues

17. Títulos Coletivos Obtidos

Orientação Pedestre

Sprint

Juniores Femininos

Helena Lima
Sara Roberto
Tânia Pereira Olaio

Seniores Femininos

Catarina Castelão
Adelindina Lopes
Cristiana Maranhão

Veteranos Femininos I

Marisa Barroso
Cátia Marques
Anabela Vieito

Veteranos Masculinos II

Joaquim Sousa
Rui Botão
Jorge Oliveira

Veteranos Femininos III

Isabel Monteiro
Palmira João
Luísa Mateus

Distância Média

Juniores Femininos

Sara Roberto
Tânia Pereira Olaio
Carina Cotovio

Veteranos Femininos I

Susana Pontes
Anabela Vieito
Teresa Alves

Veteranos Masculinos II

Joaquim Sousa
Rui Botão
Jorge Oliveira

Distância Longa

Juniores Femininos

Helena Lima
Sara Roberto
Tânia Pereira Olaio

Seniores Femininos

Catarina Castelão
Adelindina Lopes
Cristiana Maranhão

Veteranos Femininos I

Susana Pontes
Cátia Marques
Anabela Vieito

Veteranos Masculinos II

Joaquim Sousa
Rui Botão
Jorge Oliveira

Veteranos Femininos III

Isabel Monteiro
Palmira João
Luísa Mateus

Estafetas

1 Veteranos F2

Luísa Mateus
Teresa Alves
Isabel Monteiro

1 Veteranos M3

Carlos Monteiro
José Bolrão
Albano João

Absoluto

Campeão Absoluto Feminino

Helena Lima

Susana Pontes
 Patrícia Casalinho
 Adelindina Lopes
 Catarina Castelão

Orientação em BTT

Distância Média

1. Seniores Masculinos

Daniel Marques
 Joel Morgado
 Inácio Serralheiro

1. Veteranos Masculinos II

Tozé Silva
 Rui Botão
 Pedro Serralheiro

Sprint

1. Seniores Femininos

Susana Pontes
 Marisa Barroso
 Anabela Vieito

Longa

1. Seniores Masculinos

Daniel Marques
 Joel Morgado
 André Esteves

Estafetas

Sem vencedores

18. Eventos organizados pelo COC

Nacionais (Pontuáveis para os rankings e circuitos nacionais)

Data	Evento	Local	Atletas	Org.
08 Jun	Leiria City Race	Leiria	209	46
09 Jun	Alcobaça City Race	Alcobaça	207	45
22 e 23 Jun	PIOM in Trail-O - ECTO 2019	Penamacor	134	39
21 e 22 Set	PIOM - Camp. Ibérico Masculino	Penamacor	830	81

Outras Provas/Atividades (não incluídas nos rankings anteriores)

Data	Evento	Local	Atletas	Org.
13 Jan	Ori família	Leiria	133	18
08 Jun	Ori família	Leiria	90	8
09 Jun	Ori família	Alcobaça	81	8
08 Ago	Ori família	Praia de Pedrogão	108	10

COC - Regimento de Artilharia N.º 4 - Rua D. José Alves Correia da Silva, Cruz d' Areia, 2410-117 Leiria - PORTUGAL
 email: info@coc.pt • sitio internet: www.coc.pt

06 Out	Treino Aberto	Praia de Pedrogão	30	
19 Out	Treino Aberto	Leiria	41	
03 Nov	Treino Aberto	Leiria	70	
17 Nov	Treino Aberto	Pataias	65	
07 Dez	Treino Aberto	Marinha Grande	74	
15 Dez	Treino Aberto	Leiria	58	

19. Eventos com apoio Técnico do COC

Data	Evento	Local	Parceiro
04 Mai	Leiria Run	Leiria	Município de Leiria
02 Jun	Percurso Pedestre	Barosa	Município de Leiria
14 Jul	Percurso Pedestre	Maceira	Município de Leiria
02 Out	Meia Maratona	Leiria	Município de Leiria
10 Nov	Percurso Pedestre	Bajouca	Município de Leiria

COC- Clube de Orientação do Centro

Leiria, 19 de janeiro 2020