

Prova pontuável para a Taça de Portugal de Orientação Pedestre TP Vitalis e Liga Nacional de Espanha e na qual se disputarão os títulos de Campeões Ibéricos Masculinos.

Durante o evento será possível usufruir da natureza e da região conjugando lazer com a competição.

CAMPEONATO IBÉRICO MASCULINO DE orientação

PEDESTRE
TERRAS DO LINCE

www.coc.pt
www.cm-penamacor.pt

26.27.28.**MAIO**.2023
PENAMACOR
PORTUGAL



Boletim Final



INFORMAÇÕES GERAIS

EVENTO: Penamacor International Orienteering Meeting 2023 (PIOM 2023) – Campeonato Ibérico Masculino de Orientação Pedestre (CIMO).

O PIOM 2023 é constituído por três etapas distintas de Orientação Pedestre, Pontuáveis para as Taças de Portugal de Orientação Pedestre e TP Sprint, e para a Liga Espanhola de Orientação a Pé (LEO).

Simultaneamente será disputado o CIMO nos escalões: H14, H16, H18, H20, H21Elite, H35, H40, H45, H50, H55, H60, H65, H70, H75.

Serão apurados e premiados os vencedores do PIOM e os vencedores do CIMO, pelo somatório dos pontos das três etapas, nos escalões abertos a classificação será obtida apenas pelo somatório das duas etapas de floresta. Os escalões de formação não terão prémios, mas sim lembranças aos seus participantes.

DATA DO EVENTO: 26 a 28 de Maio de 2023

LOCAL: Penamacor, Portugal

ORGANIZAÇÃO: Clube de Orientação do Centro e Câmara Municipal de Penamacor

PROGRAMA

22 de Maio (segunda-feira – 23h59m)

Data-limite para inscrições em Escalões de Competição, Formação e Abertos.

26 de Maio (sexta-feira – Dia 0)

10h00 – Abertura do Secretariado

10h00 – Abertura do Model Event – Rachã (média & longa) Escala 1:7.500, 1:10.000 e 1:15.000) // Meimoa (sprint) escala 1:4.000

18h00 – Abertura do Solo Duro

19h00 – Fecho do Model Event

19h00 – Encerramento do Secretariado

27 de Maio (sábado – Dia 1)

MANHÃ

08h30 – Abertura do Secretariado na Arena

10h00 – Início das Partidas

10h10 / 11h10 – Partidas dos Escalões Abertos, D/H10 e D/H12

TARDE

16h00 – Abertura do Secretariado

16h00 – Abertura da Quarentena do Sprint

16h45 – Fecho da Quarentena do Sprint



17h00 – Início das Partidas – Sprint

17h05 / 18h00 – Partidas dos Escalões Abertos, D/H10 e D/H12

28 de Maio (domingo – Dia 2)

08h00 – Abertura do Secretariado na Arena

09h30 – Início das Partidas

09h40 / 10h40 – Partidas dos Escalões Abertos, D/H10 e D/H12

13h30 – Cerimónia de Entrega de Prémios

16h00 – Encerramento do Solo Duro

DISTÂNCIAS ENTRE PONTOS DE REFERÊNCIA E A ÁREA DO EVENTO:

De	Para	Kms / Tempo
Lisboa (aeroporto)	Penamacor	280 Km / 3 hr
Porto (aeroporto)	Penamacor	280 Km / 3 hr
Madrid	Penamacor	360 Km / 4 hr
Penamacor	Model Event Floresta (Rachã)	15 Km / 17 min
Penamacor	Model Event Sprint (Meimoa)	14 Km / 16 min
Penamacor	Arena Média e Longa (Carvalhal)	16 Km / 18 min
Penamacor	Parking Sprint (Pedrogão de São Pedro)	12 Km / 15 min
Arena Média e Longa (Carvalhal)	Parking Sprint (Pedrogão de São Pedro)	15 Km / 20 min

SECRETARIADO

Sexta-feira, 26 de Maio: 10h00 - 19h00; Casa na Rua de Santo Estevão: Coordenadas: 40.167472, -7.171140

Sábado e Domingo, 27 e 28 de Maio: Na arena de cada etapa.

SOLO DURO E BANHOS

Local: Pavilhão Gimnodesportivo de Penamacor

Horário:

Abertura: 26 de Maio às 18h00

Encerramento: 28 de Maio às 16h00

Coordenadas: 40.170371, -7.175081

BABY SITTING

Etapa	Abertura	Encerramento
Média	09h30	12h30
Sprint	16h30	19h00
Longa	09h00	12h30

CERIMÓNIA DE ENTREGA DE PRÉMIOS

Local: Arena da Distância Longa | **Hora:** 13h30

MODEL EVENT

Sexta-feira, 26 de Maio: 10h00 - 19h00, Mapa Floresta Rachã (média e longa); Meimoa (sprint)

Coordenadas:

Média e Longa 40.090818, -7.207470 (Estacionamento)

Sprint 40.226640, -7.187554 (Estacionamento)

ZONAS DE COMPETIÇÃO

Etapas: Distâncias Média e Longa

Local: Carvalhal

Estacionamento: 40.100591, -7.152407

11h00 Hora limite de entrada no estacionamento (junto à Arena)*

11h10 Hora a partir da qual é permitida a saída das viaturas da arena*

*Condicionantes de circulação a partir da Aldeia de João Pires (estrada florestal, de um só sentido)

Distâncias:

Estacionamento Ligeiros/Autocaravanas - Arena: 300m, sem desnível, 5 minutos a pé.

Autocarros – Aldeia de João Pires +- 35 minutos a pé.

Etapas: Sprint

Local: Pedrogão de São Pedro

Estacionamento: 40.093828, -7.235228 (seguir sinalização)

Arena: Campo de futebol de Pedrogão de São Pedro **Quarentena:** Dentro do Campo de futebol de Pedrogão de São Pedro

Distâncias:

Estacionamento -> Arena/Quarentena: 1000m, sem desnível, 12 minutos a pé

REGULAMENTOS E REGRAS

- O Campeonato Ibérico Masculino de Orientação 2023, no que respeita aos escalões de competição e atribuição de títulos Ibéricos, rege-se pelo Protocolo FPO/FEDO.
- Os títulos Ibéricos são atribuídos pela soma dos pontos das três etapas (Média, Longa e Sprint) nos seguintes escalões: H14, H16, H18, H20, H21Elite, H35, H40, H45, H50, H55, H60, H65, H70, H75.
- O PIOM terá uma classificação final, individual e coletiva, obtida pelo somatório dos pontos das três etapas para todos os escalões de competição, excepto nos escalões abertos em que a classificação será obtida apenas pelo somatório das duas etapas de floresta. Os escalões de formação não terão prémios, mas sim lembranças aos seus participantes.
- A competição rege-se pelo Regulamento de Competições da FPO 2023.
- Em casos omissos será aplicado o regulamento da IOF.
- **Todos atletas inscritos não federados na FPO e que participem em escalões de competição, devem levantar o seu peitoral no secretariado.**
- Na etapa de Sprint não será permitida a entrada, na Quarentena a nenhum atleta após a hora indicada de fecho da quarentena para participação na competição; Caso entrem depois da hora do fecho, poderão participar na prova, mas extra competição (não será considerado o resultado do sprint para a classificação geral no CIMO).

INFORMAÇÕES TÉCNICAS

DISTÂNCIA MÉDIA/LONGA

Terreno: Terreno caracterizado por áreas abertas e semiabertas, com elementos rochosos e detalhes de relevo. Boa progressão e visibilidade. Apresenta algumas vedações e muros em pedras.

Mapa: Carvalhal (2019 e 2020, revisto Março 2023)

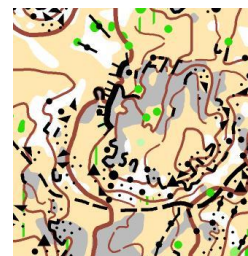
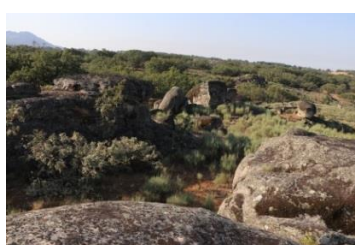
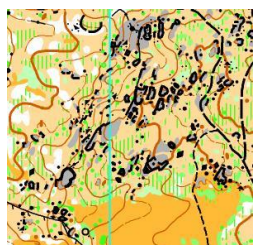
Cartógrafos: Rui Antunes

Escalas: 1:7.500 e 1:10.000 e 1:15.000 (longa) **Equidistância:** 5 metros

Traçador de percursos: Tomás Lima (Longa) / Carlos Monteiro (Média)

Hora 1ª partida média: 10h00 – pré partida -7

Hora 1ª partida longa: 9h30 – pré partida -3



PIOM - CAMPEONATO IBÉRICO MASCULINO 2023					
DISTÂNCIA MÉDIA - 27 Maio					
1ª PARTIDA 10:00 horas Minuto -7					
ESCALÃO	DISTANCIA (kms)	DESNIVEL (Mts)	PONTOS DE CONTROLE	ESCALA	PONTO/CORREDOR ESPECTADORES
T10	2,6	40	15	7.500 – 5 m	Não
H12	2,7	60	11	7.500 – 5 m	Não
D12	2,7	60	11	7.500 – 5 m	Não
H14	3,4	65	14	10.000 – 5 m	Não
D14	3,1	60	15	10.000 – 5 m	Não
H16	4,4	125	19	10.000 – 5 m	Sim
D16	3,7	90	16	10.000 – 5 m	Não
H18	5,0	155	21	10.000 – 5 m	Sim
D18	4,3	135	17	10.000 – 5 m	Não
H20	5,3	170	24	10.000 – 5 m	Sim
D20	4,5	150	20	10.000 – 5 m	Não
HE	5,5	170	22	10.000 – 5 m	Sim
DE	5,0	145	22	10.000 – 5 m	Sim
H21A	4,6	130	19	10.000 – 5 m	Não
D21A	3,3	95	13	10.000 – 5 m	Não
H21B	3,4	120	13	10.000 – 5 m	Não
D21B	2,9	65	10	10.000 – 5 m	Não
H35	5,1	155	21	10.000 – 5 m	Sim
D35	4,0	120	18	10.000 – 5 m	Não
H40	4,8	155	20	10.000 – 5 m	Não
D40	3,8	95	15	10.000 – 5 m	Não
H45	4,7	150	19	10.000 – 5 m	Não
D45	3,4	100	15	10.000 – 5 m	Não
H50	4,5	160	19	10.000 – 5 m	Não
D50	3,2	105	13	10.000 – 5 m	Não
H55	3,7	115	17	10.000 – 5 m	Não
D55	2,9	65	13	10.000 – 5 m	Não
H60	3,4	110	13	10.000 – 5 m	Não
D60	2,9	65	13	10.000 – 5 m	Não
H65	3,0	80	13	7.500 – 5 m	Não
D65	2,2	45	11	7.500 – 5 m	Não
H70	2,9	75	11	7.500 – 5 m	Não
D70	1,8	60	9	7.500 – 5 m	Não
H75	2,3	60	10	7.500 – 5 m	Não
H80	1,8	60	9	7.500 – 5 m	Não
FÁCIL CURTO	2,8	50	13	7.500 – 5 m	Não
DIFÍCIL CURTO	3,3	95	14	10.000 – 5 m	Não
FÁCIL LONGO	3,9	85	16	10.000 – 5 m	Não
DIFÍCIL LONGO	4,4	125	17	10.000 – 5 m	Não

PIOM - CAMPEONATO IBÉRICO MASCULINO 2023					
DISTÂNCIA LONGA - 28 Maio					
1ª PARTIDA 9:30 horas Minuto -3					
ESCALÃO	DISTANCIA (Kms)	DESNIVEL (Mts)	PONTOS DE CONTROLE	ESCALA	PONTO/CORREDOR ESPECTADORES
T10	2,3	70	7	7.500 – 5 m	Não
H12	2,3	90	9	7.500 – 5 m	Não
D12	2,3	90	9	7.500 – 5 m	Não
H14	4,5	125	16	10.000 – 5 m	Não
D14	4,2	105	16	10.000 – 5 m	Não
H16	7,3	195	14	10.000 – 5 m	Não
D16	5,9	145	14	10.000 – 5 m	Não
H18	9,2	250	17	15.000 – 5 m	Sim
D18	6,3	160	11	15.000 – 5 m	Não
H20	11,1	290	21	15.000 – 5 m	Sim
D20	6,6	170	11	15.000 – 5 m	Não
HE	13,5	400	24	15.000 – 5 m	Sim
DE	10,1	265	18	15.000 – 5 m	Sim
H21A	8,8	245	15	15.000 – 5 m	Não
D21A	5,6	185	13	15.000 – 5 m	Não
H21B	5,9	170	11	10.000 – 5 m	Não
D21B	4,0	110	9	10.000 – 5 m	Não
H35	10,2	250	15	15.000 – 5 m	Não
D35	5,7	160	13	15.000 – 5 m	Não
H40	9,8	250	15	15.000 – 5 m	Não
D40	4,9	135	12	15.000 – 5 m	Não
H45	8,6	210	14	10.000 – 5 m	Não
D45	4,8	140	11	10.000 – 5 m	Não
H50	7,8	195	13	10.000 – 5 m	Não
D50	4,2	110	10	10.000 – 5 m	Não
H55	6,8	165	11	10.000 – 5 m	Não
D55	4,1	95	10	10.000 – 5 m	Não
H60	5,9	170	13	10.000 – 5 m	Não
D60	4,1	95	10	10.000 – 5 m	Não
H65	5,1	95	12	7.500 – 5 m	Não
D65	3,0	75	8	7.500 – 5 m	Não
H70	4,0	125	13	7.500 – 5 m	Não
D70	2,6	100	10	7.500 – 5 m	Não
H75	2,8	85	9	7.500 – 5 m	Não
H80	2,6	100	10	7.500 – 5 m	Não
FÁCIL CURTO	3,5	115	13	7.500 – 5 m	Não
DIFÍCIL CURTO	4,2	100	11	10.000 – 5 m	Não
FÁCIL LONGO	4,1	120	13	10.000 – 5 m	Não
DIFÍCIL LONGO	5,9	135	16	10.000 – 5 m	Não

AVISO

PERCURSO T10 E H/D12 DIA 28 MAIO – DISTÂNCIA LONGA

No domingo dia 28 de maio, dia em que se disputará a distância longa, com o parecer favorável do Supervisor e a competente autorização da Direcção da FPO, os percursos para os escalões T10 e H/D12 terão um formato diferente do habitualmente usado para estes escalões.

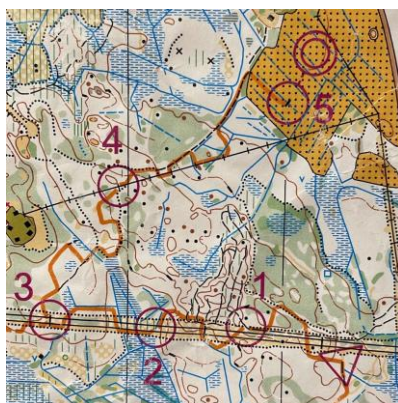
O que se vai implementar será num percurso fitado em toda a sua extensão, que se desvia por vezes dos caminhos para “visitar” elementos diferentes.

Os pontos de controlo encontram-se nos locais habituais para estes percursos – em referência lineares e em locais de decisão.

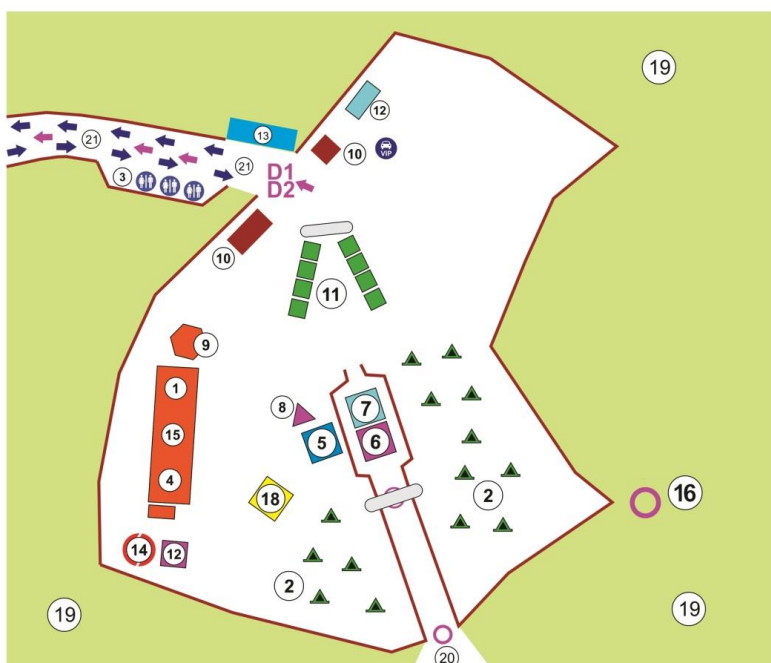
Para o T10, os pontos são colocados ao longo do percurso fitado, pelo que os atletas não têm de se desviar deste.

Para os H/D12, os pontos são colocados no percurso fitado ou ligeiramente afastados (nunca mais de 20m), sendo esta a dificuldade acrescida para os mais velhos.

Para melhor ilustrar o que estes escalões encontrarão no domingo dia 28 de maio, deixamos como exemplo uma imagem de como este tipo de percursos é implementado na Finlândia e é exatamente desta forma que o pretendemos fazer.



Arena 1 – Média | Longa - Dias 27 | 28



- 1 – Secretariado
- 2 – Tendas de Atletas
- 3 – WCs
- 4 – Bar – Restaurante
- 5 – Informática
- 6 – SI Descarregar
- 7 – Abastecimentos
- 8 – Informações
- 9 – Baby Sitting
- 10 – Primeiros Socorros
- 11 – Lojas de Desporto + Produtores Locais
- 12 – STAFF – Logística
- 13 – STAFF – Parque
- 14 – Grupo Gerador
- 15 – Cerimónias | Entrega de Prémios
- 16 – Ponto Espetador
- 17 – Partidas - D1 | D2 → → →
- 18 – Speaker
- 19 – Área de Competição
- 20 – Ponto 200
- 21 – Acesso a Estacionamento → →

SPRINT

Terreno: Aldeia caracterizada pelo seu entrelaçado de ruas, becos e vielas, maioritariamente pavimentada a paralelos com algum desnível e escadarias estreitas.

Mapa: Pedrógão de São Pedro (2020 – revisto Março 2023)

Cartógrafo: Rui Antunes

Escala: 1:4.000 | **Equidistância:** 2,5 metros

Traçador de percursos: Tomás Lima

Horário Quarentena:

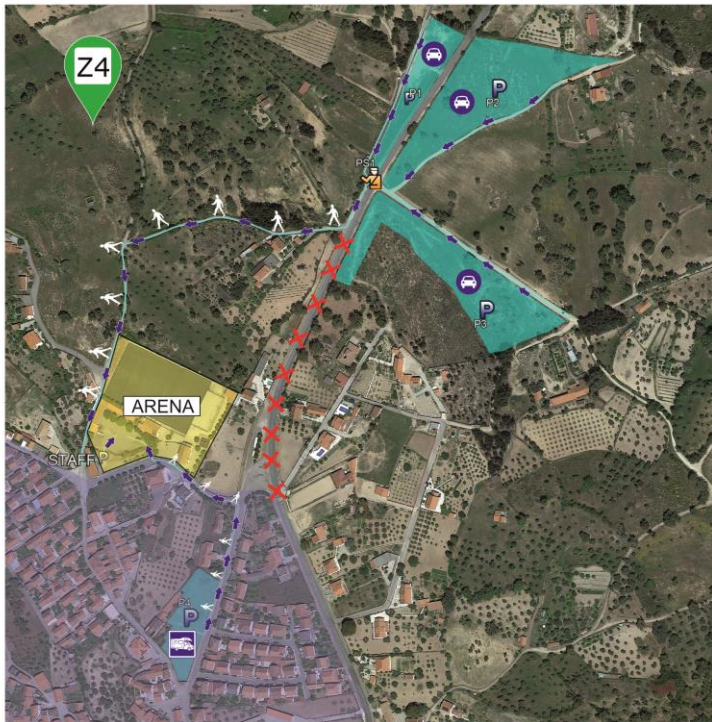
16h00 abertura | 16h45 encerramento

Hora 1ª partida: 17h00 – pré partida -10



PIOM - CAMPEONATO IBÉRICO MASCULINO 2023					
SPRINT - 27 Maio					
1ª PARTIDA 17:00 horas Minuto -10 Fecho Quarentena 16:45					
ESCALÃO	DISTANCIA (Kms)	DESNIVEL (Mts)	PONTOS DE CONTROLE	ESCALA	PONTO/CORREDOR ESPECTADORES
T10	1,1	15	14	1.4000 - 2,5m	Não
H12	1,3	25	16	1.4000 - 2,5m	Não
D12	1,3	25	16	1.4000 - 2,5m	Não
H14	1,7	40	19	1.4000 - 2,5m	Não
D14	1,7	50	18	1.4000 - 2,5m	Não
H16	2,6	65	25	1.4000 - 2,5m	Não
D16	2,3	65	21	1.4000 - 2,5m	Não
H18	3,0	90	24	1.4000 - 2,5m	Não
D18	2,6	75	23	1.4000 - 2,5m	Não
H20	3,2	115	27	1.4000 - 2,5m	Não
D20	2,8	70	24	1.4000 - 2,5m	Não
HE	3,5	120	29	1.4000 - 2,5m	Não
DE	2,9	90	23	1.4000 - 2,5m	Não
H21A	2,8	90	22	1.4000 - 2,5m	Não
D21A	2,5	50	21	1.4000 - 2,5m	Não
H21B	2,4	70	20	1.4000 - 2,5m	Não
D21B	2,1	65	18	1.4000 - 2,5m	Não
H35	3,1	100	25	1.4000 - 2,5m	Não
D35	2,5	85	21	1.4000 - 2,5m	Não
H40	2,9	90	22	1.4000 - 2,5m	Não
D40	2,4	80	20	1.4000 - 2,5m	Não
H45	2,6	75	21	1.4000 - 2,5m	Não
D45	2,2	70	19	1.4000 - 2,5m	Não
H50	2,5	80	20	1.4000 - 2,5m	Não
D50	2,0	55	16	1.4000 - 2,5m	Não
H55	2,2	70	16	1.4000 - 2,5m	Não
D55	1,6	40	14	1.4000 - 2,5m	Não
H60	1,8	60	16	1.4000 - 2,5m	Não
D60	1,6	40	14	1.4000 - 2,5m	Não
H65	1,7	40	14	1.4000 - 2,5m	Não
D65	1,5	35	16	1.4000 - 2,5m	Não
H70	1,6	35	16	1.4000 - 2,5m	Não
D70	1,3	20	13	1.4000 - 2,5m	Não
H75	1,3	20	13	1.4000 - 2,5m	Não
H80	1,3	20	13	1.4000 - 2,5m	Não
ABERTO CURTO	1,5	15	20	1.4000 - 2,5m	Não
ABERTO LONGO	2,3	60	19	1.4000 - 2,5m	Não

Arena 2 – Estacionamentos|Acessibilidades



- 1 – Secretariado
- 2 – Tendas de Atletas
- 3 – WCs
- 4 – Bar – Restaurante
- 5 – Informática
- 6 – SI Descarregar
- 7 – Abastecimentos
- 8 – Informações
- 9 – Baby Sitting
- 10 – Primeiros Socorros
- 11 – Zona de Quarentena
- 12 – STAFF – Logística
- 13 – STAFF – Parque
- 14 – Grupo Gerador
- 15 – Speaker
- 16 – Área Embargada
- 17 – Partidas
- 18 – Acesso a Estacionamento ➡ ➡
- 19 – Ponto 200
- ✗ -- EN 233 - Proibido circular a pé

Arena 2 – Sprint - Dia 27



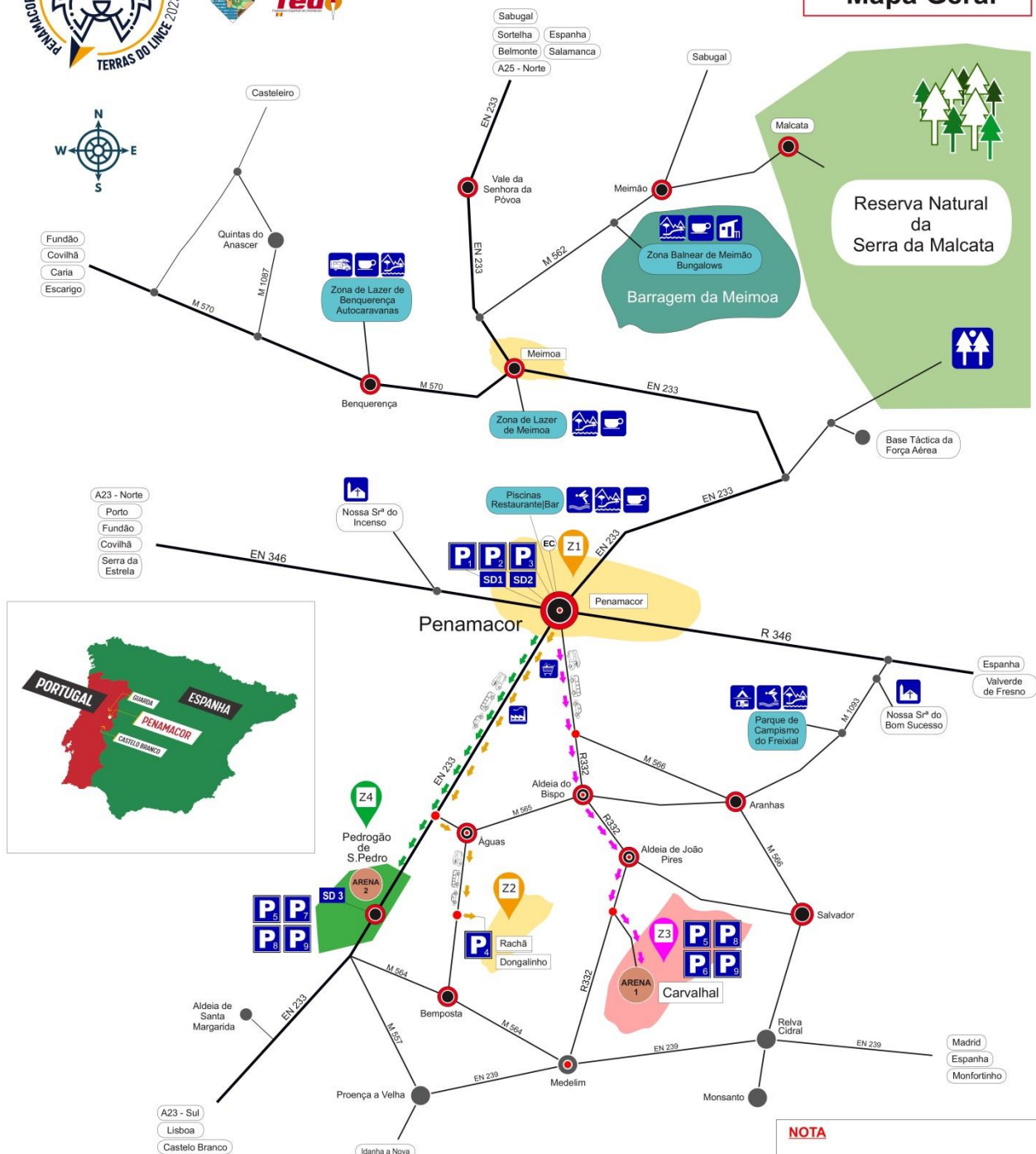
- 1 – Secretariado
- 2 – Tendas de Atletas
- 3 – WCs
- 4 – Bar – Restaurante
- 5 – Informática
- 6 – SI Descarregar
- 7 – Abastecimentos
- 8 – Informações
- 9 – Baby Sitting
- 10 – Primeiros Socorros
- 11 – Zona de Quarentena
- 12 – STAFF – Logística
- 13 – STAFF – Parque
- 14 – Grupo Gerador
- 15 – Speaker
- 16 – Área Embargada
- 17 – Partidas
- 18 – Acesso a Estacionamento ➡ ➡
- 19 – Ponto 200
- ✗ -- EN 233 - Proibido circular a pé

LOCALIZAÇÕES



Zonas – Sítios - Acessibilidades - Rotas

Mapa Geral



NOTA

Ver desenhos de pormenor das Arenas 1 e 2

Codificações	Zonas de Mapas	Pontos do Evento	Plano de Segurança - Icons	Parques de Estacionamento
- Freguesias - Locais de Referência e Acessos - Sinalização - Acessos a Locais - Zonas de Mapas - Event Center - Arenas 1 e 2	- Penamacor - Rachã - Carvalhal - Pedrogão de São Pedro	- Event Centre - Solo Duro 1 e 2 - Zona de Evento nº# - cor de zona - Model Events - Média Longa - Sprint	- Pontos Sensíveis - Necessidade de GNR - Necessidade de Bombeiros - Escoteiros Agrupamento 163	- Penamacor – Largo de Santo António junto a Câmara Municipal - Solo Duro 1 – Junto ao Pavilhão Gimnodesportivo - Solo Duro 2 – Junto ao Pavilhão da EB23 Ribeiro Sanches - Solo Duro 3 – Junto ao Pavilhão da Freguesia de Pedrogão de S. Pedro - Rachã – Model Event de Floresta - Zona de Autocarros e Autocaravanas - Zona de Autocaravanas e Automóveis - Zona de Autocarros, Autocaravanas e Automóveis - Zona de Assistência - Zona de Staff

COORDENADAS GPS (Localizações)

Local	Coordenadas
Secretariado (26-05-2023)	40.167472, -7.171140
Solo Duro e Banhos	40.170371, -7.175081
Estacionamento Média e Longa	40.100605, -7.152434
Estacionamento Sprint	40.093868, -7.235207
Estacionamento Autocaravanas Sprint	40.089464, -7.237383
Quarentena/Arena Sprint	40.091557, -7.238194
Model Event Floresta (Rachã)	40.090820, -7.207528
Model Event Sprint (Meimoa)	40.226198, -7.188352

Próximos Eventos COC





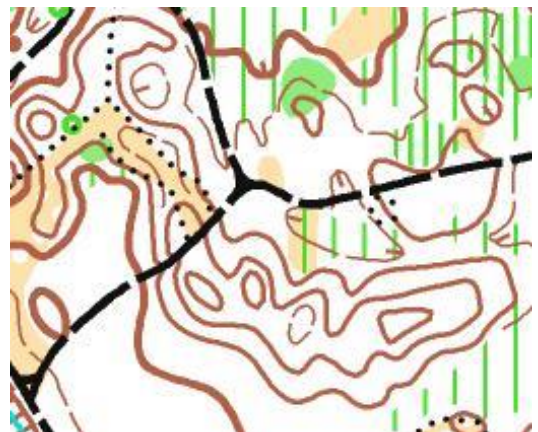
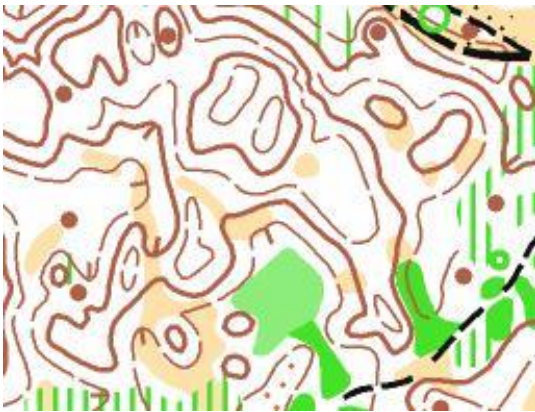

24º

GP RA4

Grande Prémio do Regimento de Artilharia nr.º 4

03-06-2023

"Fortes e Leais"





CLUBE DE ORIENTAÇÃO DO CENTRO

info@coc.pt

www.coc.pt