

www.orioasis.pt / www.coc.pt

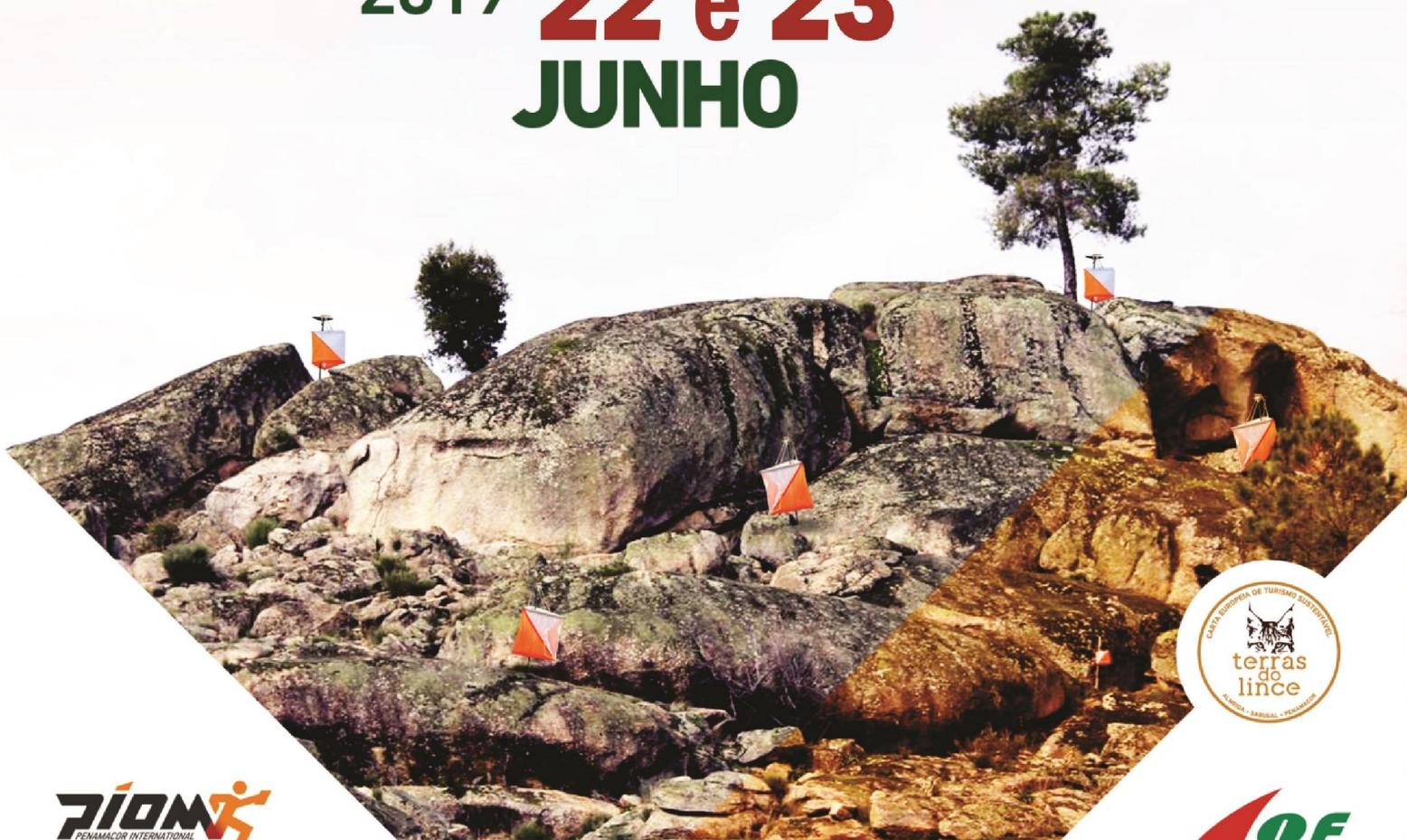


PIOM



in Trail O ECTO

PENAMACOR
PORTUGAL
2019 22 e 23
JUNHO



Cofinanciado por:



Índice / Contents

Apresentação / Presentation	3
Organização / Organizing team	3
Boas Vindas / Welcome words	4
Programa / Programme	6
Informações gerais / General informations	7
Solo duro / Sleeping floor	7
Alojamento / Accomodation	7
Arenas / Arenas	7
Peitorais / Bib numbers	7
Prémios / Prizes	7
Informações Técnicas / Technical informations	8
PreO / PreO	8
Percurso / Course	8
Resposta zero / Zero tolerance	8
Terreno / Terrain	8
Quarentena / Quarantine	9
Sistema de resposta / Answering system	9
Acompanhantes / Escorts	9
Regulamentos / Regulations	10
Reclamações / Complaints	10
TempO / TempO	11
Percurso / Course	11
Terreno / Terrain	11
Localização / Location	12
Zonas embargadas / Embargoed areas	14
Contactos / Contacts	15
Inscrições / Entries	15

Apresentação / Presentation

Evento ECTO 2019 (Pre-O e Temp-O) disputado em Penamacor (a 35km de Idanha-a-Nova e 20km de Monsanto), nos dias 22 e 23 de junho (fim de semana antes do WTOC).

Provas a contar para a Taça de Portugal de Orientação de Precisão.

ECTO 2019 event (Pre-O and Temp-O) held in Penamacor (35km from Idanha-a-Nova and 20km from Monsanto) in June 22nd and 23rd (weekend before WTOC).

Competitions scoring for Portuguese Trail-O Cup.

Organização / Organizing team

Clube / **Club** - COC - Clube de Orientação do Centro, Portugal

Diretor do evento / **Event director** - Manuel Domingues

Cartógrafo / **Map maker** - Rui Antunes

Traçadores de percursos / **Course Setters** - Inês Domingues e Edgar Domingues

Supervisor / **Supervisor** - Cláudio Tereso

Boas Vindas / Welcome words

Presidente da Federação Portuguesa de Orientação / President of the Portuguese Orienteering Federation:

Nos dias 22 e 23 de junho de 2019, um evento da ECTO com uma etapa de TempO e uma de PreO terá lugar em Penamacor.

Este evento será no fim de semana antes do WTOC 2019 e em terrenos muito similares pelo que será uma excelente oportunidade de treino.

Organizado pelo COC, um dos clubes portugueses mais experientes, e numa cidade típica do interior, com paisagens espantosas, uma rica e vasta gastronomia e uma comunidade muito amigável que vos dará as boas vindas, este evento tem todos os ingredientes para ser um sucesso.

Assim, em nome da Federação Portuguesa de Orientação, quero dar a todos as boas vindas ao "PIOM in Trail-O".

On the 22nd and 23rd of June 2019, an ECTO event with a TempO and a PreO stage will be held in Penamacor.

This event will be on the weekend before WTOC 2019 and on very similar terrains so it will be an excellent training opportunity.

Organized by COC, one of the most experienced Portuguese clubs, and on a typical interior city with astounding landscape, rich and vast gastronomy and a very friendly community that will be happy to welcome you all, this event has all the ingredients to be a success.

Therefore, on behalf of the Portuguese Orienteering Federation, I wish you all a warm welcome to "PIOM in TrailO".

António Amador,

Presidente da Federação Portuguesa de Orientação / President of the Portuguese Orienteering Federation

Presidente da Câmara Municipal de Penamacor / President of Penamacor's Municipality:

Penamacor vai voltar a receber uma prova internacional de orientação. Desde que foi formalizada a parceria entre a Câmara Municipal e o COC (Clube de Orientação do Centro), há cerca de quatro anos, com a organização do Portugal "O" Meeting 2016, que temos procurado afirmar Penamacor como um destino europeu da modalidade. Tendo em conta a dimensão e a qualidade dos eventos em causa e o número de participantes inscritos, que ascendeu a sete centenas no PIOM 2018 (Penamacor International Orienteering Meeting), não hesitamos em reforçar e consolidar esta parceria. Com a organização conjunta, do Município com o COC, do PIOM in TrailO, uma competição de âmbito preambular ao Campeonato do Mundo que se realiza no concelho vizinho de Idanha-a-Nova, pretendemos colocar cada vez mais Penamacor no mapa da modalidade e reforçá-lo como um destino de referência para atletas nacionais e internacionais, que aqui encontram excelentes condições para competir e treinar durante todo o ano. Pela primeira vez, Penamacor recebe uma prova da Taça da Europa de orientação de precisão, uma modalidade inclusiva, transversal a qualquer tipo de condição física. Sendo o PIOM in TrailO uma prova internacional, apresenta-se igualmente como um notável cartão de visita do concelho, que tem excepcionais características para esta variante inclusiva. Quanto ao resto, não tenho dúvidas em repetir que o concelho de Penamacor, situado no centro raiano de Portugal, é uma terra de gente boa e hospitaleira. As suas aldeias, notas coloridas inseridas no património natural, preservam muito do pitoresco encanto que o tempo e a história conferem aos lugares. A vila de Penamacor, com mais de oito séculos de existência, é quase tão antiga quanto a própria nação portuguesa. O seu castelo medieval e as suas igrejas, as suas ruelas e casario estendido pelas encostas parecem saídos de um autêntico postal ilustrado. O cenário é fantástico! Aguardamos-vos para o PIOM in TrailO!

Penamacor will, once again, be the stage for an international orienteering event. Since the partnership between Penamacor's municipality and COC (Clube de Orientação do Centro) was formalized, about four years ago, with the organization of Portugal "O" Meeting 2016, we have been working on establishing Penamacor as a European destination for this sport. Considering the dimension and quality of these events and the number of participants, ascending to seven hundred at PIOM 2018 (Penamacor International Orienteering Meeting), we don't hesitate to reinforce and consolidate this partnership. With the joint organization, by the Municipality and COC, of PIOM in TrailO, a competition that is a preamble to the World Championship that will take place on the neighbor municipality of Idanha-a-Nova, we intend to reinforce Penamacor as a reference destination for national and international athletes, who can find excellent conditions to compete and train here during the entire year. For the first time, Penamacor will be the stage for a European Cup Trail Orienteering competition, an inclusive sport, transversal to any type of physical condition. As PIOM in TrailO is an international competition, it is a great way of bringing new people to this municipality, which has exceptional characteristics for the practice of this inclusive sport. Furthermore, I have no doubts in saying that the Penamacor's municipality, situated on the border of Portugal, is a land of good and hospitable people. Its villages, colorful parts of the natural heritage, preserve much of the picturesque charm that time and history provide. The village of Penamacor, with more than eight centuries of existence, is almost as old as the Portuguese nation itself. Its medieval castle and its churches, its alleys and houses scattered through the hillside seem like coming out of a postcard. The landscape is fantastic! We await you for PIOM in TrailO!

António Luís Beites Soares,

Presidente da Câmara Municipal de Penamacor / President of Penamacor's Municipality

Programa / Programme

Sexta-feira – 21 de junho:

18:00 às 22:00 – Centro do evento aberto no Pavilhão Municipal de Penamacor

18:00 – Abertura do Solo Duro no Pavilhão Municipal de Penamacor

Sábado – 22 de junho:

11:00 – Abertura do secretariado na arena (Rachã)

13:00 – Pre-O – Mapa “Rachã”

14:30 – Fecho da quarentena

Domingo – 23 de junho:

7:30 – Abertura do secretariado na arena (Ramalhão)

8:30 – Temp-O – Mapa “Ramalhão”

15:00 – Entrega de prémios do Pre-O e Temp-O na arena

Friday – June 21st:

18:00 to 22:00 – Event Center at Penamacor’s Municipal Sports Hall (“Pavilhão Municipal de Penamacor”)

18:00 – Opening of the Sleeping floor at Penamacor’s Municipal Sports Hall (“Pavilhão Municipal de Penamacor”)

Saturday – June 22nd:

11:00 – Opening of the secretariat at the arena (Rachã)

13:00 – Pre-O – Map “Rachã”

14:30 – Closing of the quarantine

Sunday – June 23rd:

7:30 – Opening of the secretariat at the arena (Ramalhão)

8:30 – Temp-O – Map “Ramalhão”

15:00 – Pre-O and Temp-O prize giving ceremony at the arena

Informações gerais / General informations

Solo duro / Sleeping floor:

Estará disponível Solo duro no Pavilhão Municipal de Penamacor - gratuito.

É necessária inscrição prévia através do e-mail da prova ou da página de facebook do evento.

- Abertura: 21 de Junho (sexta-feira) – 18:00
- Fecho: 23 de Junho (domingo)

There will be Sleeping floor available at Penamacor's Municipal Sports Hall ("Pavilhão Municipal de Penamacor") - free.

Previous registration is required through the competition's e-mail or through the event's facebook page.

- Opening: june 21st (Friday) – 18:00
- Closing: june 23rd (Sunday)

Alojamento / Accomodation:

Existem várias possibilidades de alojamento na área - ver separador "Alojamento".

There are several possibilities for accommodation – see "Accommodation" tab.

Arenas / Arenas:

Em ambas as arenas haverá casas-de-banho (normal e adaptada) e bar.

There will be toilets (normal and accessible for disabled people) and bar in both arenas.

Peitorais / Bib numbers

Todos os atletas têm de usar os peitorais fornecidos pela organização de modo visível.

All athletes must wear the bib numbers provided by the organization in a visible manner.

Prémios / Prizes:

- PreO: prémios para os 3 primeiros classificados das classes aberta e paralímpica
- TempO: prémios para os 3 primeiros classificados
- PreO: prizes for the best 3 athletes on the Open and Para classes
- TempO: prizes for the best 3 athletes

Informações Técnicas / Technical informations

PreO / PreO

Percurso / Course:

Classe / Class	Pontos / Controls	Pontos cronometrados* / Timed controls*	Distância / Length	Desnível positivo / Climb	Escala / Map scale	Tempo máximo / Time allowed
Aberta / Open	20	1 x 3	500 m	0 m	1:4000	75 min
Paralímpica / Para	20	1 x 3	500 m	0 m	1:4000	75 min

* Pontos cronometrados no final do percurso.

* Timed controls at the end of the course.

Resposta zero / Zero tolerance:

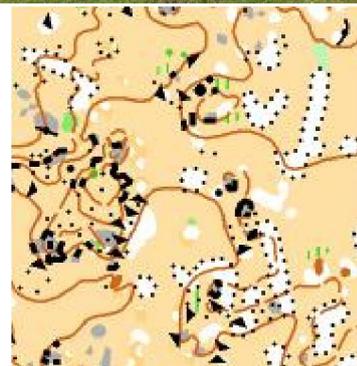
Para uma resposta ser zero, terá de obedecer a uma das seguintes condições: estar a mais de 4 metros da localização correta; não estar no elemento correto ou estar a mais de 135° da posição indicada na sinalética.

For an answer to be Zero, it will have to obey one of the following conditions: being at least 4 meters from the correct location; being in a different element or being more than 135° from the position indicated on the control description.

Terreno e mapa / Terrain and map:

Terreno mediterrânico com áreas abertas e semi-abertas e grande variedade de detalhes rochosos e de relevo. Percurso sobre estrada asfaltada com pouco declive.

Mediterranean terrain with open and semi open areas and a good variety of rocky and contour details. Course on paved road with low slope.



Atenção: Devido a trabalhos de limpeza feitos no terreno após os trabalhos de cartografia, haverá algumas cotas no terreno que não estarão cartografadas.

Attention: Due to cleaning works on the field after cartography was ready, there will be some knolls on the terrain that won't be cartographed.



Quarentena / Quarantine:

Na prova de PreO, haverá uma quarentena para impedir a comunicação entre atletas que já terminaram a prova e atletas que ainda não partiram. Assim, todos os atletas que ainda não partiram deverão estar dentro da quarentena até às 14:30 (hora de fecho).

A quarentena será no exterior com tendas, casa de banho e bar.

Não é permitido levar mapas ou dispositivos eletrónicos para dentro da quarentena, excepto um relógio.

Haverá uma tenda à saída da quarentena onde o atleta poderá deixar os seus pertences quando sair para a partida, indo-os buscar depois de completar o percurso.

During the PreO competition, there will be a quarantine to prevent communication between athletes that have finished their race and athletes that haven't started yet. Thus, all the athletes that haven't started yet must be inside the quarantine by 14:30 (closing time).

The quarantine will be outside with tents, bathroom and bar.

It's not allowed to take maps or electronic devices into the quarantine, except for a watch.

There will be a tent near the exit of the quarantine where the athlete can put his/her belongings when he/she leaves to the start, picking them up after completing the course.

Sistema de resposta / Answering system:

Toda a prova será realizada com recurso a SI card (tanto a cronometragem do tempo total de prova como a resposta aos desafios), pelo que se pede aos atletas que usem o seu. A organização terá SIs para emprestar em caso de necessidade.

SI Cards will be used to register time and answers and athletes shall use their own. In case of need, the organization will have extra SI cards.

Acompanhantes / Escorts:

A organização fornecerá voluntários para auxiliar os atletas de cadeiras de rodas em certos locais do percurso.

Todos os atletas Paralímpicos poder-se-ão fazer acompanhar de um elemento na ajuda à progressão, cumprindo as regras de fair play, só comunicando com o atleta o estritamente necessário

The organization will provide volunteers to assist wheelchair competitors along some parts of the course

All the Para athletes can be accompanied by an escort, following the rules of fair play, only communicating with the athlete when necessary

Regulamentos / Regulations:

As regras aplicáveis seguem o regulamento de Competições da Federação Portuguesa de Orientação (FPO) para 2019. Os casos omissos serão decididos pela organização com base nos regulamentos da IOF.

Applicable rules follow the Portuguese Orienteering Federation's (FPO) competition rules for 2019. Missing cases will be decided by the organization based on the IOF regulations.

Reclamações / Complaints:

O prazo para a apresentação de reclamações é de 15 minutos após a publicação dos resultados.

The deadline for submitting complaints is 15 minutes after publication of the results.

TempO / TempO

Percurso / Course:

5 estações com 5 desafios cada

Tempo limite por estação: 150s

Escala do mapa: 1:4000

5 stations with 5 tasks each

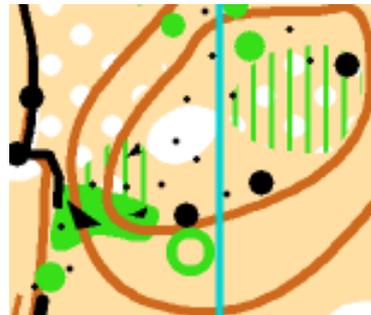
Time limit per station: 150s

Map scale: 1:4000

Terreno / Terrain:

Terreno mediterrânico com áreas abertas e semi-abertas e detalhes rochosos e urbanos.

Mediterranean terrain with open and semi open areas and rocky and urban details.



Localização / Location

Event Center / Event Center:

Pavilhão Municipal de Penamacor / Penamacor's Municipal Sports Hall
(40°10'13.5"N 7°10'30.2"W / 40.170402, -7.175048)

Solo duro / Sleeping floor:

Pavilhão Municipal de Penamacor / Penamacor's Municipal Sports Hall
(40°10'13.5"N 7°10'30.2"W / 40.170402, -7.175048)

PreO / PreO

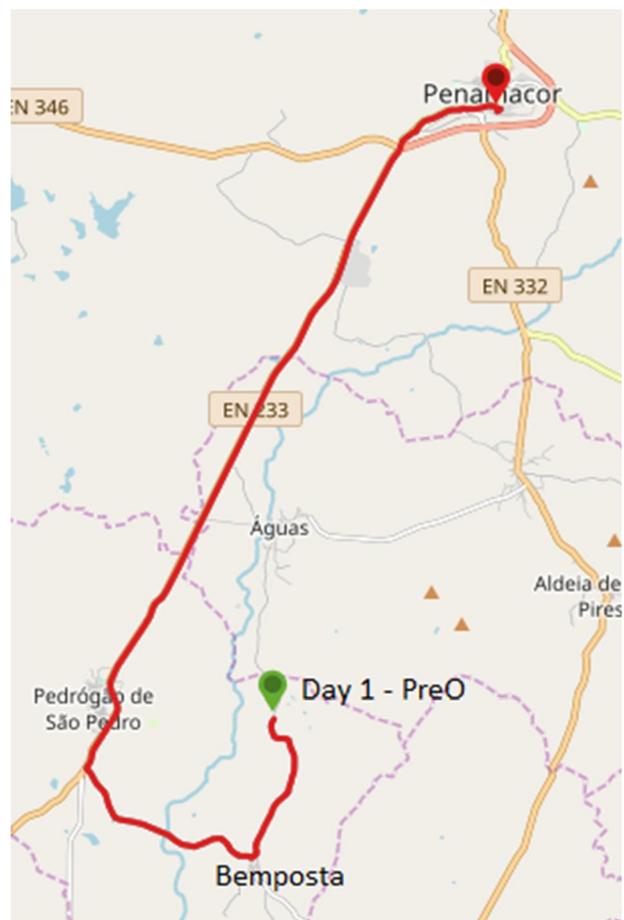
Rachã (40°05'25.0"N 7°12'26.6"W / 40.090279, -7.207391)

Atenção: É obrigatório seguir o percurso indicado pela organização para chegar ao local da prova, como representado na imagem e descrito abaixo. Haverá setas laranja e brancas a sinalizar o percurso até ao local da prova.

Attention: It is mandatory to follow the directions indicated by the organisation to go to the competition, as seen on the image and described below. There will be orange and white signs signalling the directions to the competition.

» Distância do Event Center até ao local do PreO: 18km

» Distance from the Event Center to PreO competition: 18km



Todos os atletas deverão aceder ao local da prova através da estrada N233, virando no cruzamento para Bemposta, entrando na vila e seguindo as placas.

All the athletes must access the competition through the road N233, turning at the intersection to "Bemposta", entering the village and following the signs.

TempO / TempO

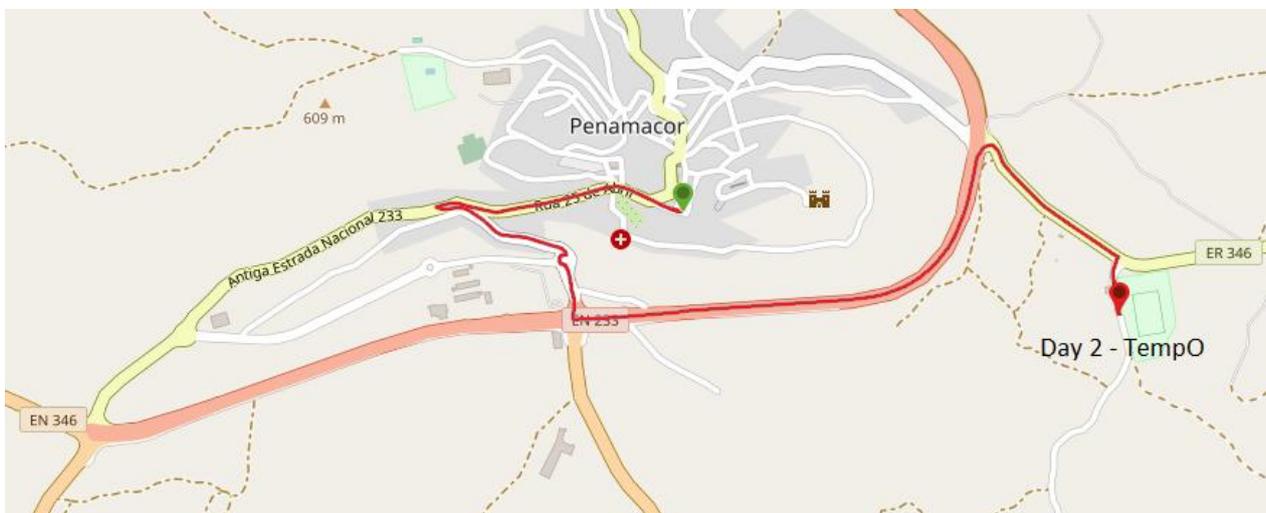
Ramalhão, perto do Estádio Municipal de Penamacor / close to Penamacor's Municipal Stadium (40°09'54.7"N 7°09'24.8"W / 40.165198, -7.156882)

O percurso para a prova encontra-se representado na imagem abaixo. Haverá também setas laranja e brancas a sinalizar o percurso até ao local da prova.

The directions to the competition are represented on the image below. There will also be orange and white signs signalling the directions.

» Distância do Event Center até ao local do TempO: 3.5km

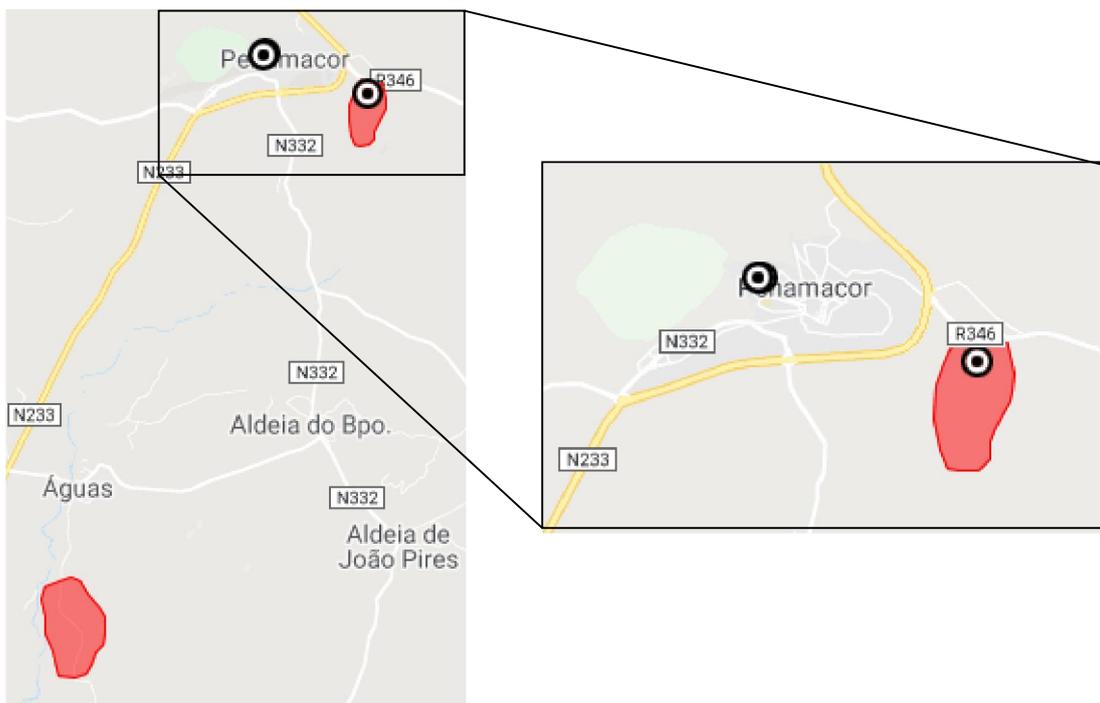
» Distance from the Event Center to TempO competition: 3.5km



Zonas embargadas / Embargoed areas

As zonas embargadas (marcadas a vermelho) encontram-se interditas para todos os participantes e quaisquer outras pessoas que possam influenciar os resultados das competições através de conhecimento do terreno.

The embargoed areas (marked red) are out of bounds for all competitors and any other person who may influence the results of the competitions by any knowledge of the terrain.



Contactos / Contacts

E-mail / E-mail: piomintrailo@gmail.com

Página do Facebook / Facebook page: “PIOM in TrailO - ECTO 2019”

Inscrições / Entries

Todos os atletas devem efectuar as suas inscrições através da plataforma OriOasis.
All runners must register their entries using the platform OriOasis.

Data limite de inscrição / Entry deadline - 10 de junho / June 10th

Taxas de inscrição / Entry fees:

	Pre-O	Temp-O
Aberto / Open	15€	15€
Paralímpico / Para	15€	15€

Aluguer de SI-Card: 2,00€ por etapa

(A perda ou não devolução de um SI-Card alugado implica o pagamento de 50€)

SI-Card rental: 2,00€ per stage

(Losing or not returning a rented SI card implies payment of 50€)