

## PROGRAMA

### 16 outubro 2017 – 2ª feira

Data limite das inscrições com preço de referência;

### 23 outubro 2017 – 2ª feira

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

### 28 outubro 2017 – sábado

09h00 Abertura do Secretariado – *Monte das Figueiras (Santa Margarida do Sado)*;

11h00 Início das **Partidas** (Distância Média);

11h30/12h00 Partidas dos participantes nos percursos de Promoção e H/D10;

16h00 Abertura do “solo-duro” – Pavilhão Desportivo Municipal de Santiago do Cacém.

### 29 outubro 2017 – domingo

08h30 Abertura do Secretariado – *Relvas Verdes*;

09h30 Início das **Partidas** (Distância Longa);

10h00/10h30 Partidas dos participantes nos percursos de Promoção e H/D10;

13h00 Cerimónia de Encerramento e entrega de prémios.

## PARTICIPANTES

### Escalões de Competição e Formação

<i>Idade no final da época desportiva (31 de dezembro)</i>	<b>Escalão</b>	<b>Categoria</b>
10 e menos	H/D10	Escolas M/F
11 e 12	H/D12	Infantis M/F
13 e 14	H/D14	Iniciados M/F
15 e 16	H/D16	Juvenis M/F
17 e 18	H/D18	Cadetes M/F
19 e 20	H/D20	Juniores M/F
21 ou mais	HE/DE	Seniores M/F
21 ou mais	H/D21A	
18 ou mais	H/D21B	
35 a 39	H/D35	Veteranos I M/F
40 a 44	H/D40	
45 a 49	H/D45	Veteranos II M/F
50 a 54	H/D50	
55 a 59	H/D55	Veteranos III M/F
60 a 64	H/D60	
65 a 69	H65	Veteranos IV M
70 a 74	H70	
75 ou mais	H75	

### Categorias Abertas

<i>Prom 1 – Fácil / Curto</i>	Participação aberta a praticantes de qualquer idade, mesmo sem inscrição válida na FPO ou a quem opte por participar a pares ou em grupo
<i>Prom 2 – Difícil / Curto</i>	
<i>Prom 3 – Fácil / Longo</i>	
<i>Prom 4 – Difícil / Longo</i>	

## INSCRIÇÕES

As inscrições efectuadas até 16 de outubro de 2017 (2ª feira) têm o preço de referência. As inscrições para os escalões de competição terminam a 23 de outubro de 2017 (2ª feira), bem como alterações ou cancelamentos. Após este prazo as inscrições só serão aceites para as categorias abertas, dependendo da disponibilidade de mapas. Para efeitos de Seguro Desportivo, todos os participantes não filiados na FPO devem indicar o seu N<sup>o</sup> de Identificação e data de nascimento, no acto da inscrição.

**As inscrições devem ser efectuadas através do sistema on-line (só até 23 de outubro):**

[www.fpo.pt/oasis/](http://www.fpo.pt/oasis/). A partir dessa data só para o E-mail: [oricoala@gmail.com](mailto:oricoala@gmail.com).

**Contacto Tlm: 963927714**

## ■ TAXAS DE INSCRIÇÃO

Preços para o CAOM, por pessoa / etapa

Tipo de filiação	Nível etário	Até 16 outubro	Após 16 outubro
Praticante Federado	Elite	7,00 €	10,00 €
	Adulto (excepto Elite)	6,00 €	9,00 €
	Jovem (até 20 anos)	3,00 €	4,50 €
Praticante não filiado na FPO *	Adulto	10,00 €	10,00 €
	Jovem (até 20 anos)	5,00 €	5,00 €
Desporto Escolar **	Jovens em grupo (c/ Prof)	1,50 €	1,50 €

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

\*\* Isenção de pagamento do SI card e da taxa de seguro, sendo obrigatória a apresentação de comprovativo do Seguro Escolar, passado pelo Estabelecimento de Ensino.

**Nota - Residentes nos concelhos de Grândola e de Santiago do Cacém têm 50% de desconto sobre as taxas de inscrição.**

**Aluguer de SI Card - 1 € / por dia**

Os participantes que façam as suas inscrições, individualmente (à margem dos Clubes filiados na FPO), devem efectuar, de imediato, o seu pagamento por transferência bancária, indicando o nome de quem transfere, para o NIB 0035 0783 0001 5136 8308 1 (Clube de Orientação e Aventura do Litoral Alentejano) ou enviando comprovativo, por mail, para [oricoala@gmail.com](mailto:oricoala@gmail.com), só assim sendo validadas as inscrições (confirmar inscrições nas Listas de Partidas a serem publicadas na 4ª feira, 25 de outubro).

Os clubes que não efetuarem o pagamento por transferência bancária, devem pagar em numerário ou levar cheque à ordem do Clube de Orientação e Aventura do Litoral Alentejano, para entregar no Secretariado no ato de levantamento dos documentos de prova. Sff, não protelem o pagamento, para se poder encerrar as contas no final do evento.

**Alterações das inscrições efectuadas (escalões / SI card / outras) após 23 de outubro, serão consideradas mediante a cobrança de uma taxa de 1 € / cada alteração por mail (no Secretariado são 2 € / cada).**

## ■ PRÉMIOS

**O resultado da prova obtém-se pela soma dos pontos obtidos nas duas etapas.**

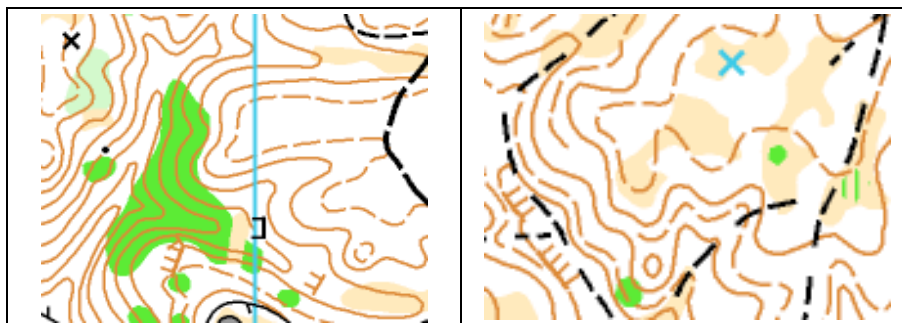
- Prémios para os 3 melhores classificados de cada escalão de competição (5 para HE e DE);
- Lembranças a sortear entre os inscritos nas categorias abertas.
- Lembranças aos participantes em H/D 10.
- Prémios aos 3 clubes mais pontuados.

## ■ MAPAS / TERRENO

**Etapa 1 – Média**

*Mapa “Monte das Figueiras” com o registo nº 008/2015, à escala de 1:10000 ou 1:7.500 e equidistância a 5 m, revisão de setembro de 2017.*

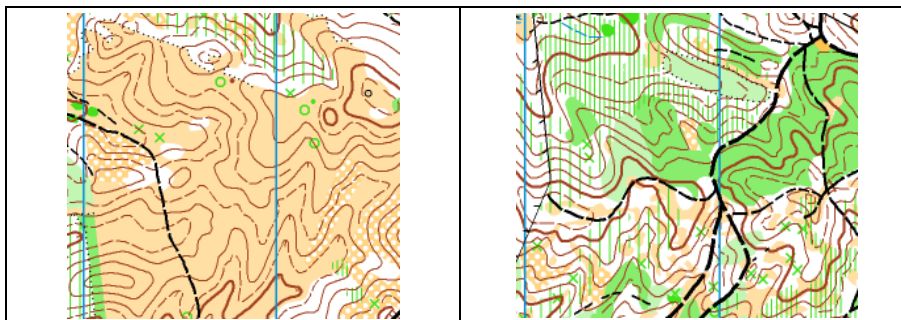
Terreno de montado, na generalidade limpo (poucas manchas de mato), com uma zona de planalto e outra zona de reentrâncias voltada ao vale do Sado e poucos caminhos.



**Etapa 2 – Longa**

Mapa “Relvas Verdes” com o registo nº 036/13, à escala de 1:15.000 ou 1:10.000 e equidistância a 5 m, revisão de setembro de 2017.

Terreno muito variado com áreas planas e outras de relevo médio, zonas de cultivo e montado com algumas zonas de mato e com alguns caminhos.



## INFORMAÇÕES

- Ver notícias em <http://costalentejanaomeeting.weebly.com/>
- **Estacionamentos** – próximos das arenas.
- **Primeiros socorros** – nas arenas.
- **Serviço de Bar** – no sábado (Organização) e no domingo (G D Relvense) – com sopa, sandes, bifanas e bebidas.
- **WC's** – próximos das arenas.
- **Banhos** – no Pavilhão Desportivo Municipal de Santiago do Cacém (solo-duro).
- **Resultados** – serão divulgados junto ao Secretariado e, no sábado, também no solo-duro.
- **Espaço Infantil** – serviço de acompanhamento de crianças dos 3 aos 8 anos, junto ao Secretariado.
- **Solo-duro** – no Pavilhão Desportivo Municipal de Santiago do Cacém, mediante inscrição prévia no OASIS. **Será, integralmente, proibida a manufatura e tomada de refeições no interior do Pavilhão.**
- **Turismo** – Ver sites dos Municípios de Grândola <http://www.cm-grandola.pt/> e de Santiago do Cacém <http://www.cm-santiagocacem.pt/>.

## INFORMAÇÕES TÉCNICAS

*Partidas a cerca de 30 m do Secretariado, na Etapa 1 e a cerca de 300 m na Etapa 2.*

### Escalões de Competição

ESCALÕES	Etapa 1 - Média			Etapa 2 - Longa		
	Dist. (Km)	Desn. (m)	Nº Contr	Dist. (Km)	Desn. (m)	Nº Contr
D10						
H10						
D12						
H12						
D14						
H14						
D16						
H16						
D18						
H18						
D20						
H20						
DE						
HE						
D21A						
H21A						
D21B						
H21B						
D35						

<b>H35</b>						
<b>D40</b>						
<b>H40</b>						
<b>D45</b>						
<b>H45</b>						
<b>D50</b>						
<b>H50</b>						
<b>D55</b>						
<b>H55</b>						
<b>D60</b>						
<b>H60</b>						
<b>H65</b>						
<b>H70</b>						
<b>H75</b>						

### Promocão

<b>Prom 1 FC</b>						
<b>Prom 2 DC</b>						
<b>Prom 3 FL</b>						
<b>Prom 4 DL</b>						

### ▣ INFORMAÇÕES REGULAMENTARES

- As provas decorrem sob o determinado no Regulamento de Competições da FPO para 2017.
- Os participantes que se apresentarem na "Partida" depois da sua hora de partida, deverão partir após a indicação da organização, utilizando o corredor específico dos atrasados, sujeitando-se a penalização do tempo que, entretanto, decorreu.
- Constitui obrigação dos praticantes:
  - a) Apresentar-se na Partida com o "Peitoral";
  - b) "Descarregar" o SI Card na Chegada, mesmo que não conclua o percurso;
  - c) Auxiliar qualquer praticante em caso de acidente;
  - d) Respeitar as áreas balizadas;
- Constitui motivo de desclassificação de qualquer praticante:
  - a) Não executar o percurso, cumprindo os controlos pela ordem estabelecida;
  - b) Perda do SI Card;
  - c) Chegar para além do tempo limite para a execução da prova;
  - d) Progredir ou provocar danos em áreas privadas, cultivadas, proibidas ou interditas;
  - e) Desrespeitar as normas gerais de protecção da floresta.
- Os peitorais (obrigatórios) devem ser colocados à frente. 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 extravio é cobrado o valor de € 35).
- O tempo máximo admitido para realização da prova de distância Média é de 2 horas e da Longa de 4 horas.
- 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 respectivas Apólices, negociadas pela FPO para a época em curso e constantes no seu site.

### ▣ ALOJAMENTO

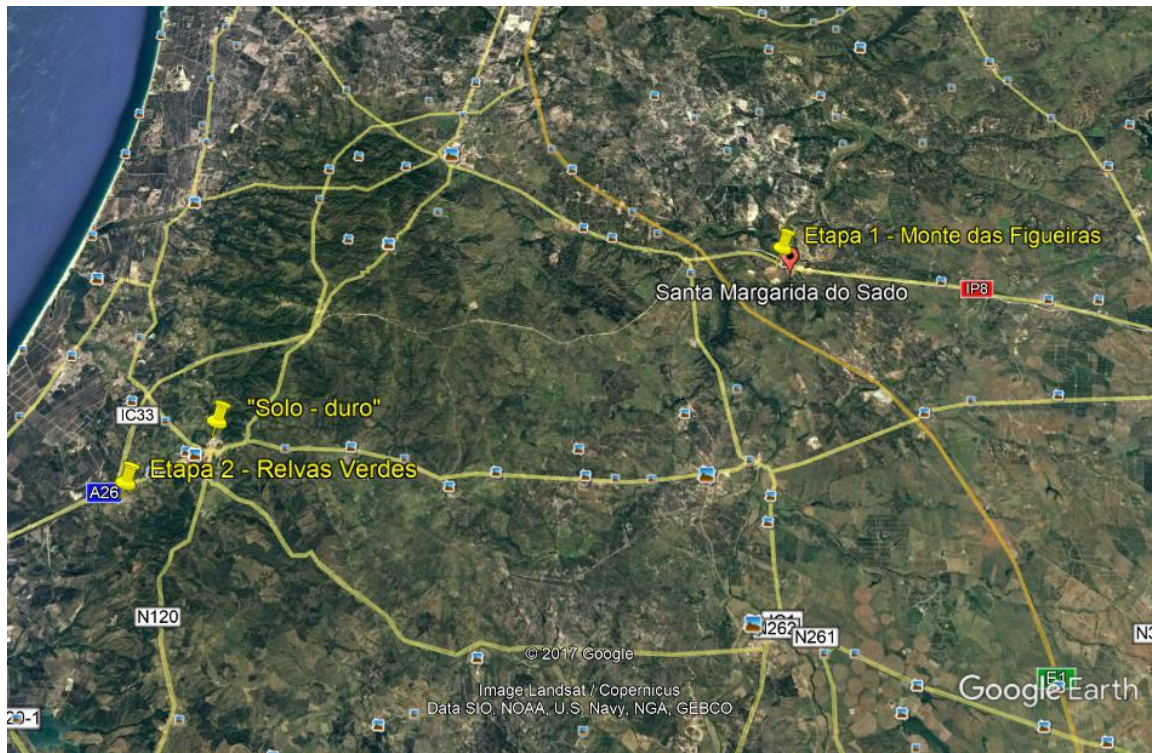
- Casas do Rio, no Monte das Figueiras <http://casasdoriosado.com/pt/>
- Hotel Vila Parque [www.vilapark.com](http://www.vilapark.com)
- Monte da Lezíria [www.montedaleziria.com](http://www.montedaleziria.com)

### ▣ LOCALIZAÇÕES E DIRECCÕES

*Etapa 1 – Monte das Figueiras - Latitude 38° 6'53.56"N / Longitude 8°21'52.48"W*

*Etapa 2 – Relvas Verdes - Latitude 37°59'43.85"N / Longitude 8°44'19.42"W*

*Solo-duro – Santiago do Cacém - Latitude 38° 1'26.30"N / Longitude 8°41'36.90"W*



Melhor acesso, na etapa 1, para quem vem de norte ou do sul pela A2 ou IC1 – saída para Beja e Ferreira do Alentejo, seguindo pelo futuro IP8, encontrarão o Monte das Figueiras antes da ponte de Santa Margarida do Sado.

Haverá sinalização (setas cor laranja e branco) para as arenas e para o “solo-duro”.

**DIRETOR de PROVA – Luciano Lucas**  
**SUPERVISOR – Jorge Baltazar**  
**CARTÓGRAFO – Alexandre Reis**  
**TRAÇADORES de PERCURSOS: João “Mega” Figueiredo e Joaquim Patrício**



## ORGANIZAÇÃO

C.O.A.L.A.	F P ORIENTAÇÃO	C. N. ALVITO
<p><b>COALA</b> CLUBE ORIENTAÇÃO AVENTURA LITORAL ALENTEJANO</p>		<p><b>CNA</b></p>



## APOIOS

<b>J. F. Azinheira dos Barros</b>	<b>M. Grândola</b>	<b>VITALIS</b>	<b>M. Santiago do Cacém</b>	<b>U. F. S. Cacém S. C. e S. B. S.</b>
<p>Azinheira dos Barros JUNTA de FREGUESIA</p>	<p><b>GRÂNDOLA</b> MUNICÍPIO</p>	<p><b>Vitalis</b> água mineral natural</p>	<p><b>SANTIAGO DO CACÉM</b> CÂMARA MUNICIPAL</p>	