

RAIDBOOK

PROMOÇÃO



III CORRIDA DE AVENTURA “ESCOLA DAS ARMAS”

INSTRUÇÕES GERAIS

PROMOÇÃO

Este Raidbook irá regular a Prova Aventura de Mafra 1ª prova da Taça de Portugal de Corridas de Aventura, época 2016 e, em complemento ao Regulamento de Competições de Corridas de Aventura 2016 da FPO disponível em www.fpo.pt, cuja leitura integral se recomenda.

-O desrespeito pelas normas deste Raidbook ou o incumprimento de normas adicionais afixadas no local de partida ou transmitidas pelos controladores são motivos de desclassificação no CP, na etapa ou na prova, consoante a gravidade.

-Todos os elementos de todas as equipas têm de descarregar os seus *SI cards*, no final das etapas 1, 4 e 5.

-Na etapa 1 há pontos de controlo cuja sua pontuação vale a dobrar.

-Não é permitida a utilização de cartografia não fornecida pela organização. A sua utilização será penalizada com desclassificação na etapa.

Os mapas apresentam em algumas zonas pequenas desactualizações, devendo as equipas ter especial atenção para essa situação.

- A prova realiza-se em autonomia entre as partidas e chegadas das etapas, em muitas zonas em ambiente urbano. Nestas etapas as equipas terão de ter o máximo cuidado pois irão progredir em vias abertas ao trânsito. Neste caso os atletas **devem comportar-se como previsto no Código da Estrada**, quer circulem como peões, quer como ciclistas, obedecendo escrupulosamente às regras de trânsito aplicáveis nos casos acima referidos.

-A utilização de meios de comunicação móvel (art. 11) só pode ocorrer em situações de estrita emergência e sempre para os números indicados neste Raid-Book. Apela-se às equipas em prova que transportem os seus telemóveis desligados de modo a preservar a sua autonomia e evitar eventuais desqualificações por uso indevido.

Contactos da Organização

Director de Prova	Maj Fernandes	914503046
Director Técnico	Saj A Reis	962906316
Supervisor	Crispim Júnior	961905730
Cronometragem	Carlos Lourenço	961886785
Percursos	1Sarg César	918462714

Emergência Médica

Nº Nacional Emergência	112

Etapa 1 – Orientação Pedestre e em BTT

Hora de Abertura
09:00:00

Hora Limite Partida
09:15:00

Hora de Fecho
12:00:00

Tipo de Prova	Etapa de Orientação Pedestre e btt		
Distância Máx.	Total – 17,0km Ped-10Km Btt – 7km	Dist Min.	Ped- 0 km Btt- 2km
Subida Dist. Max.	350m	Subida Min.	20 m
Número de CPs	6	Nº Elem	2 a 5
Local Inicio	Campo dos plátanos	Local de fim	Campo dos plátanos
Cartografia	Carta Militar do CIGeoE à escala 1:25 000		
Descrição da etapa	<p>Percurso de orientação duas secções: Pedestre e btt A secção de btt é composta pelos Cp´s 1 e 2. A secção pedestre (Tapada Real) é composta pelos restantes Cp´s. As bicicletas na transição de setores ficam em parque, assinalado na carta com (P), à entrada da Tapada real. Será efectuado o controlo de entrada na secção pedestre. Os Cps efectuados por equipas que não parquiem as bicicletas no local assinalado (P), não serão contabilizados. O Cp´s 6 tem pontuação a dobrar</p>		
Observações	<u>Após o final da etapa é obrigatório proceder à leitura e limpeza da informação de todos os SI.</u>		

Material da Equipa		Material Individual		Material Aconselhado	
1	Bússola	1	Manta Sobrevivência	1	Telemóvel
1	Apito	1	Cantil ou similar		
1	Kit 1ºs socorros	1	BTT		
1	Kit reparação BTT	1	Capacete BTT		

Etapa 2

Hora de Abertura
11:30:00

Hora Limite Partida
12:30:00

Etapa 2 – Orientação em BTT

Hora de Abertura
11:30:00

Hora Limite Partida
12:30:00

Hora de Fecho
14:30:00

Tipo de Prova	Etapa de Orientação em BTT		
Distância Máx.	25,0 kms	Dist Min.	10,0 kms
Subida Dist. Max.	200m	Subida Min.	50m
Número de CPs	9+Chegada	Nº Elem	2 a 5
Local Início	Campo dos plátanos	Local de fim	Foz Lisandro
Cartografia	Carta Militar do CIGeoE à escala 1:25 000		
Descrição da etapa	Etapa realizada em ambiente rural, com caminhos de bons piso e algumas estradas.		
Observações	Nesta etapa, por vezes será necessário atravessar ou circular em vias com alguma circulação automóvel. Mais uma vez reforça-se a necessidade de os atletas se <u>deverem comportar como previsto no Código da Estrada.</u>		

Material da Equipa		Material Individual		Material Aconselhado	
1	Bússola	1	Manta Sobrevivência	1	Telemóvel
1	Apito	1	Cantil ou similar		
1	Kit 1ºs socorros	1	BTT		
1	Kit reparação BTT	1	Capacete BTT		

Etapa 3

Hora de Abertura
14:30:00

Hora Limite Partida
15:30:00

Etapa 3 – Canoagem

Hora de Abertura	Hora Limite Partida	Hora de Fecho
14:30:00	15:30:00	16:00:00

Tipo de Prova	Orientação em caiaque		
Distância Máx.	5km	Dist Min.	0,8 Km
Subida Dist. Max.	0m	Subida Min.	0m
Número de CPs	4	Nº Elem	2 a 5
Local Início	Foz Lisandro	Local de fim	Foz Lisandro
Cartografia	Carta Militar do CIGeoE à escala 10000		
Descrição da etapa	<p>Percurso Orientação ao longo de um rio. O Cp 22 tem pontuação a dobrar.</p> <p>Não é permitido o acesso aos Pontos de controlo por outro meio de progressão.</p>		
Observações	<p>A Organização garante o transporte de equipas e bicicletas de regresso ao ponto central do evento, início da 4ª etapa (para as equipas que o solicitarem)</p>		

Material da Equipa		Material Individual		Material Aconselhado	
1	Bússola	1	Manta Sobrevivência	1	Telemóvel
1	Apito	1	Cantil ou similar		
1	Kit 1ºs socorros				

Etapa 4	Hora de Abertura	Hora Limite Partida
	17:00:00	17:30:00

Etapa 4 – Atividades

Hora de Abertura	Hora Limite Partida	Hora de Fecho
17:00:00	17:30:00	19:30:00

Tipo de Prova	Percurso de orientação com atividades		
Distância Máx.	6,2km	Dist Min.	0,5km
Subida Dist Max.	100m	Subida Min.	10m
Número de CPs	9	Nº Elem	2 a 5
Local Início	Campo dos plátanos	Local de fim	Campo dos plátanos
Cartografia	Mapa de Orientação à escala 1:10000		
Descrição da etapa	<p>Percurso de Orientação com 2 CP's de orientação e 7 CP's com atividades.</p> <p>As actividades são as seguintes:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tarzan, Slide, jangada, arborismo, rapel, escalada e Pista militar. <p>Cada actividade vale um CP.</p> <p>O CP "Pista" consiste na execução de um percurso com 5 obstáculos da pista de pentatlo militar.</p> <p>As regras e a forma de executar as actividades são explicadas no local pelo Monitor.</p> <p>Em cada actividade apenas executa um elemento da equipa.</p> <p>É OBRIGATÓRIO CUMPRIR A HORA DE FECHO DE ETAPA</p>		
Observações	<p>A Organização garante equipamento de segurança para a execução das actividades.</p> <p><u>Após o final da etapa é obrigatório proceder à leitura e limpeza da informação de todos os SI.</u></p>		

Material da Equipa		Material Individual		Material Aconselhado	
1	Bússola				
1	Apito				
1	Kit 1ºs socorros				

Entrega Prémios/Jantar	Hora de Abertura	Local
	20:00:00	

Folha de Reclamação

Nº da Equipa		Nome Equipa	
-------------------------	--	------------------------	--

Data: ____ / ____ / 2016

O chefe de equipa: _____