



Seleção Nacional de Orientação Pedestre

Estágio de Preparação EYOC e JWOC 2021 – Marinha Grande

PROGRAMA

Horas	07 agosto	Local	08 agosto	Local
9H30	Treino Mass Start	Burinhosa	Pernadas Longas	Burinhosa
14H30 - 16H30	-	-	Reunião Técnica	Sede FPO
17H30	Treino Sprint	Leiria	-	-
21h00	Reunião Técnica	Sede FPO	-	-

- SIAC fornecido pela entidade organizadora aos atletas que não possuam
- Partidas com base START
- O atleta é responsável por efetuar CLEAR e CHECK

INFORMAÇÕES TÉCNICAS (ÁREAS DE COMPETIÇÃO)

TREINO 1 (MASS START) - Burinhosa, Pataias	
Mapas	Burinhosa produzido em outubro de 2003 por Rui Antunes; Lic. Nº 025/03, revisto em abril de 2021
Escala	1:15000 e equidistância de 2,5m
Traçadores de percursos	Rafael Lima
Descrição do terreno	Terreno dunar, variando a área entre zonas coberta de floresta de pinheiro, zonas abertas e algumas zonas com alguma vegetação rasteira (dificultando a progressão). É ainda um terreno com vários detalhes de relevo. O desnível poderá ir de suave a moderado nas zonas altas. Boa rede de caminhos.

TREINO 2 (DISTÂNCIA SPRINT) - Leiria	
Mapas	Leiria produzido em Junho de 2017 por Rui Antunes; Revisto em 2021
Escala	1:4000 e equidistância de 2,5m
Traçadores de percursos	Rafael Lima
Descrição do terreno	Terreno urbano, misto entre zona área urbana e parques Desnível pouco acentuado.

TREINO 3 (DISTÂNCIA LONGA) - Burinhosa, Pataias	
Mapas	Burinhosa produzido em outubro de 2003 por Rui Antunes; Lic. Nº 025/03, revisto em abril de 2021
Escala	1:15000 e equidistância de 2,5m
Traçadores de percursos	Rafael Lima
Descrição do terreno	Terreno dunar, variando a área entre zonas coberta de floresta de pinheiro, zonas abertas e algumas zonas com alguma vegetação rasteira (dificultando a progressão). É ainda um terreno com vários detalhes de relevo. O desnível poderá ir de suave a moderado nas zonas altas. Boa rede de caminhos.

Nota: todos os casos omissos serão resolvidos pela organização.

