

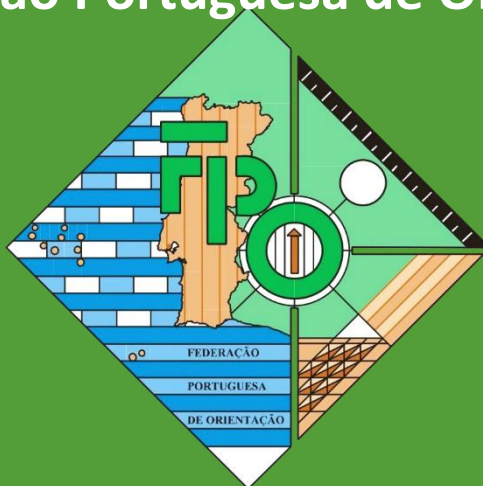
Programa e Informações

12º OriJúnior Pedestre



19, 20 e 21-dezembro-2023

Federação Portuguesa de Orientação



www.fpo.pt

12º OriJúnior Pedestre

ENQUADRAMENTO

Destinatários

- Atletas com idades compreendidas entre os 15 e os 19 anos (nascidos entre 2004 e 2008), integrados em clubes FPO, de preferência com situação de filiação regularizada e jovens principiantes na modalidade, das mesmas idades.

Objetivos

- Iniciação, integração e formação de jovens na modalidade;
- Aquisição, aperfeiçoamento e consolidação de habilidades específicas da disciplina de Orientação Pedestre;
- Partilha de conhecimentos entre técnicos e jovens das diferentes idades;
- Desenvolvimento dos valores da ética e do fair play no desporto e da educação e consciência ambiental;
- Promover a autonomia dos jovens, o espírito de grupo e a criação de amizades.

Localização

- Paredes de Coura

Datas

- 19 a 21 de dezembro de 2023

Organização

- Federação Portuguesa de Orientação
- Amigos da Montanha (AM)

Coordenação Técnica

- Rafael Lima

Apoios

- Câmara Municipal de Paredes de Coura
- CEIA - Centro de Educação e Interpretação Ambiental da Paisagem Protegida do Corno de Bico

Inscrições

- Inscrições no site da FPO, em +Orientação > Ori Jovens e Ori Júniores: [12ºOri Júnior Pedestre](#)
- Data-limite** de inscrições **13 de dezembro** de 2023
- Inscrições **limitadas a 25 participantes**, sendo considerada lista de espera, por ordem de inscrição, em caso de desistências.
- Valor de inscrição - **50€** (Inclui: alojamento, alimentação e participação em todas as atividades descritas no programa e deslocações implícitas).
Nota: Apoio da FPO, aos Clubes: "Comparticipação em 50% da inscrição nos "Ori-Jovens/Júniores", de todos os jovens atletas inscritos em Clubes-FPO, com filiações regularizadas" (em Apoios FPO 2023 > Outros Apoios).
- Autorização do Encarregado de Educação**, obrigatória no caso dos atletas menores de idade (disponível em [12ºOri Júnior Pedestre](#)).
- Cancelamento** de inscrição: se por algum motivo, um atleta inscrito não puder comparecer no evento, deverá cancelar a sua inscrição **até às 12h00 do dia 14 de dezembro** de 2022. Neste caso, será disponibilizada a vaga a inscritos que estejam em lista de espera.
- Pagamento** até dia 14 de dezembro de 2023, através do **IBAN** PT50 0035 0441 00042596930 27 (envio obrigatório de comprovativo para geral@fpo.pt; assunto-Pagamento Inscrição 12ºOriJúnior Pedestre).



12º OriJúnior Pedestre

Início do Evento

- ▣ A **recepção** aos participantes será entre as **11h30 e as 12h30** do dia **19 de dezembro** de 2023 (terça-feira), no Centro do Evento:
CEIA - Centro de Educação e Interpretação Ambiental da Paisagem Protegida do Corno de Bico
Chã de Lamas, 4940-510 Paredes de Coura
41.913333, -8.492500

Encerramento do Evento

- ▣ O **encerramento** está previsto para as **17h30** do dia **21 de dezembro** de 2023 (quinta-feira), devendo os pais ou responsáveis pelos jovens comparecer a esta hora no Centro do Evento.

PROGRAMA

Horas	19 dez (3ª feira)	20 dez (4ª feira)	21 dez (5ª feira)
08h00	Concentração (11h30-12h30)	Pequeno Almoço	Pequeno Almoço
09h30		Treino de floresta Corno do Bico	Treino de floresta Corno do Bico
11h30			
12h30	Almoço	Almoço	Almoço
13h00			
14h30	Treino Sprint Paredes de Coura	Treino de floresta Corno do Bico	Treino Sprint Paredes de Coura
17h30	Jantar	Reunião Técnica	Encerramento
19h00			
20h00			
21h00	Reunião Técnica	À conversa sobre... <i>Orienta-te por Valores: Ética e Fair Play.</i>	-

ALOJAMENTO

- ▣ No Centro do Evento.

MATERIAL NECESSÁRIO

Para a Estadia:

- ▣ Utensílios de Higiene Pessoal (não esquecer toalha e chinelos de borracha);
- ▣ Cantil ou garrafa de água;
- ▣ Relógio.

Equipamento de Orientação:

- ▣ Bússola;
- ▣ SI*;
- ▣ Porta-sinalética;
- ▣ Caneta dermatográfica (acetato);
- ▣ Lanterna ou frontal;
- ▣ Equipamento e calçado para os treinos/atividades;
- ▣ Mochila para transporte de equipamento e calçado suplementar, agasalho e lanches.

* Indicar o nº de SI no formulário de inscrição. Se não tiver, será disponibilizado pela Organização;

* Se o participante perder o SI, disponibilizado, terá de pagar o valor correspondente ao modelo que lhe foi atribuído (entre 37,5€ a 66€).



NORMAS E REGRAS A CUMPRIR

- ▣ Deverão ser cumpridas todas as regras definidas no âmbito do funcionamento das atividades, de modo a garantir-se a segurança de todos os participantes e a melhor dinâmica do evento;
- ▣ O acesso ao espaço de alojamento apenas é autorizado aos elementos responsáveis pela organização e aos participantes no evento;
- ▣ Deverão ainda ser cumpridas as regras de boa utilização de um espaço comum de pernoita, nomeadamente no que à limpeza e ruído diz respeito, devendo ser respeitado o período de silêncio definido entre as 23h00 e as 07h00

RASCUNHO

