

O quem vêm por ai – Março/Abril/Maio





3º TREINO DE ORIENTAÇÃO FLORA 2023

25/03/2023 - Sábado – 15 Hs

1. Sobre o Treino de Bike / Pedestre

Prezados amigos orientistas!

É com muita satisfação que o Clube de Orientação de Florianópolis – FLORA convida os senhores para participarem da nossa terceira Pista Treino de Orientação 2023 do clube.

Pista comemorativa aos 350 anos da cidade de Florianópolis!

Essa pista que poderá ser feita de bike ou a pé ou ainda as duas modalidades (opção do atleta), percurso urbano médio.

Vamos fazer um excelente treino no bairro Carianos – imediações do estádio da Ressacada.

Vamos a algumas observações importantes sobre a nossa pista:

2. Ponto de concentração

O bairro Carianos será visitado em nossa pista.

O mapeamento nessa área começou em 2020. A nova rodovia que dá acesso ao aeroporto internacional de Florianópolis trouxe oportunidades de acesso ao bairro criando bons desafios de orientação.

A pista é 100% plana não possuindo desníveis. Será utilizado tanto para a bike como para a orientação pedestre uma área de mata que irá corresponder a 20% da pista. O restante da pista se dará nas ruas do bairro.

Google Maps da nossa concentração e partida:

FairPlay Floripa – Complexo de Quadras de Futebol Indor

<https://goo.gl/maps/Hwb3yLpayqkp3DvM9>

Haverá estrutura de vestiários e chuveiro além de bar.

Estacione em frente ao complexo . Há bastante espaço para os carros e motos.

3. Agenda

Sexta-feira 24/03	
23:59 hs	Horário limite para inscrição Inscrições pelo site www.flora.esp.br Dúvidas: Enviar whatsapp para (48)99907-3625 Nelson

Sábado 25/03	
14:30 hs	Explanação e breve explicação da dinâmica do esporte orientação aos novos
15:00 hs	Abertura da pista – Partida Livre para Bike e Orientação Pedestre: O atleta se apresenta na mesa de partida, recebe seu chip e seu horário de partida.
16:30 hs	Horário limite para partida dos atletas
18:00 hs	Encerramento da atividade

4. Inscrições / Pagamento:

Todos os interessados em realizar a pista de 25/03 devem se inscrever pelo site do clube: flora.esp.br.

Caso tenha problemas na inscrição manifestar interesse via whatsapp (48)99907-3625 até sexta-feira 24/03 às 23:59 hs.

No dia teremos a quantidade de 5 mapas extras para cada categoria.

<p>Clube De Orientação De Florianópolis</p>  	<p>Para transferir via Pix use o QR code ou copie e cole no seu banco o código: 00020126360014br.gov.bcb.pix0114465243240001 205204000053039865802BR5925Clube De Orientacao De Fl6013Florianopolis622605226lo8KO9N6yAupq93KI 0Wks630444C6</p> <p>Ou Chave PIX: 46.524.324/0001-20 Clube de Orientação de Florianópolis</p> <p>Cada pista: R\$ 30,00 Bike + Pedestre: R\$ 50,00</p>
--	--

Atletas Menores de 14 anos deverão obrigatoriamente realizar a atividade acompanhados de adulto responsável Jovens com 16 anos ou menos não pagam Atletas Novos não pagam (realizando a pista pela primeira vez)

5. Mapas

Pedestre

ISOM 2017/2 – Escala 1:7500

Curvas de Nível: 2 m

Percorso Médio – Misto (Floresta e Urbano)

MTB-O

ISMTBO 2019 – Escala 1:10000

Curvas de Nível: 2 m

6. Percursos - Pedestre

Categoria	Distância	Quantidade de pontos	Altimetria acumulada
Elite	5.2 km	21 pontos de controle	10 m
Avançado	4.6 km	18 pontos de controle	10 m
Veteranos	4.0 km	15 pontos de controle	10 m
Intermediário	3.2 km	13 pontos de controle	5 m
Novos	2.4 km	10 pontos de controle	5 m

Elite (E) –

Percorso que vai exigir escolhas de rotas e condicionamento físico dos atletas. Passaremos por diversos pontos dentro do bairro e entraremos em áreas de mata com pontos que vão exigir boa navegação.

Avançado (A) –

Percorso exigente com uma distância um pouco menos mas privilegiando a boa navegação e escolha de rotas.

Área urbana com entrada e saída de Floresta que liga com os bairros.

Exigência física menor comparada a categoria Elite.

Veteranos (A) –

Percorso Master, exigente mas privilegiando a boa navegação.

Área urbana com entrada e saída de Floresta que liga com os bairros.

Intermediário (B) – Se você já pratica o esporte e quer fazer um bom treino pelo bairro opte por esse percurso.

Novos (N)

A pista Novos está bem simplificada e tem o objetivo de apresentar o esporte aos atletas

Ps.: Na classificação não haverá divisão de percursos por gênero

7. Percursos - Bike

Categoria	Distância	Quantidade de pontos	Altimetria acumulada
Avançado	14 km	15 pontos de controle	15 m
Intermediário	10 km	12 pontos de controle	15 m
Novos	8 km	9 pontos de controle	15 m

8. Bike + pedestre

O atleta que desejar fazer as duas pistas Bike e Pedestre precisara obrigatoriamente realizar primeiro a pista MTB-O para depois realizar a pista de orientação pedestre.

9. Legenda

Pedestre		MTB-O
 Curva de nível  Pedra/Pedras  Água  Área pavimentada  Área aberta  Área semiaberta  Vegetação corrida lenta  Vegetação possível caminhar  Vegetação difícil caminhar  Vegetação corrida lenta  Árvore destacada  Arbusto  Torre  Cerca  Área privada  Área privada  Linha fronteira  Estrada pavimentada  Construção  Estrada não pavimentada, Caminho, trilha  Objeto redondo  Objeto construído pelo homem  Escada	LEGENDA transponíveis: estradas e trilhas largas - estreitas  fácil  média  lenta  difícil áreas e estradas  pavimentadas  aberto  obstáculo intransponíveis: mato, floresta  sem  com visibilidade  semi -aberto  semi aberto com arvores esparsas  sem passagem	

10. Suporte mapa

O atleta Arthur do Flora fez 8 suportes de mapa para guidão da bicicleta.

Na foto abaixo está o modelo impresso em impressora 3D. Sobre a base giratória é colocado uma prancheta plastica e o mapa fica sobre essa prancheta.

Aos atletas que tiverem interesse será locado ao valor de R\$ 15,00 esse suporte de mapa.

Esse valor irá ajudar a serem feitos mais suportes para atividades futuras.



Os atletas também podem criar seus suportes para o guidão da bike utilizando suas estratégias. O mais importante é fazer uma base para que o mapa fique firme e não exija que o atleta utilize suas mãos para manuseá-lo.

11. Apuração

Utilizando sistema eletrônico Sport Ident.

Aluguel do Sicardi já está incluso na inscrição.

12. Últimas

Uniforme: Tenis , Calça (aconselhável), e camisa (aconselhavel manga comprida)

Atenção a travessia de ruas. Apesar do movimento baixo de veículos as principais ruas estarão abertas.

Atenção a cobras. (não encontrei nenhuma no mapeamento, mas é sempre importante ter atenção) – se for atravessar cercas se arrastado pelo chão você deve checar ao redor antes.

Gravem seus percursos no celular e depois nos enviem para colocarmos no 3D Re Run e avaliarmos as escolhas de rotas dos atletas.

Atleta que gravar com câmera de cabeça o percurso e divulgar tem inscrição gratuita (fale com o organizador antes da pista – é necessário editar e divulgar o vídeo)