

O QUE VEM POR AI!



**DIA 2/9 – Sábado a tarde
TREINO FLORA
PRAIA DO SONHO**





5 º TREINO DE ORIENTAÇÃO FLORA 2023 23/07/2023 - Domingo – 9 Hs

1. Sobre o Treino

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

Seguimos nosso objetivo de realizarmos uma atividade por mês, acreditamos que a sequencia de atividades gera uma sinergia positiva trazendo mais adeptos e fazendo o esporte crescer!

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 95% plana possuindo poucos desníveis. Será utilizado 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 Indoor

<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 21/07	
23:59 hs	Horário limite para inscrição Inscrições pelo site www.flora.esp.br Dúvidas: Enviar whatsapp para (48)99907-3625 Nelson

Domingo 23/07	
08:30 hs	Explicação e breve explicação da dinâmica do esporte orientação aos novos
09:00 hs	Abertura da pista – Partida Livre Orientação Pedestre
10:30 hs	Horário limite para partida dos atletas. (Após esse horário não será mais permitida a partida de pedestres)
12:00 hs	Encerramento da atividade

4. Inscrições / Pagamento:

Todos os interessados em realizar a pista de 23/07 devem se inscrever pelo site do clube: flora.esp.br.

Caso tenha problemas na inscrição pelo site, entrar em contato via whatsapp (48)99907-3625 até sexta-feira 21/07 às 23:59 hs.

**Realizar Inscrição no valor R\$ 30,00 PIX para:
Nelson Silveira Neto / PIX telefone: (48)99907-3625**

Obs 1:. Realizar o pagamento referente a inscrição até às 23:59 Hs do dia 21/07. Só será considerado inscrito o atleta que realizar o pagamento até a data informada

Obs 2:. Atletas até 14 anos não pagam (devem realizar a pista acompanhados de adulto)

Obs3:. Atletas Novos (primeira pista) pagam R\$ 15,00

Obs4:. Só serão devolvidos os valores de inscrição para atletas que informarem até 21/07 às 23:59 Hs a sua ausência.

5. Mapa

Pedestre

ISOM 2017/2 – Escala 1:7500

Curvas de Nível: 2 m

Desnível acumulado: 20 metros (pista predominantemente plana)

O mapa foi desenhado em 2020 durante a pandemia. O ideal seria que ele fosse ISSPROM, contudo ele foi atualizado no ultimo mês para que a pista esteja bem honesta para os atletas.

Percurso 75% Urbano – Longo – Está sendo planejado para o vencedor completar o percurso em 1 hora

A pista será bem longa no que se refere a distância, varias giros no mapa, contagem de ruas, passagem estreitas e escolhas de rota. Contudo ela será veloz pois o terreno assim permite.

6. Percursos - Pedestre

Categoria	Distância	Quantidade de pontos (estimao)	Altimetria acumulada
Elite	7,4 km	16 pontos de controle	20 m
Avançado	6,2 km	14 pontos de controle	20 m
Veteranos	5 km	12 pontos de controle	20 m
Intermediário	4 km	10 pontos de controle	14 m
Novos	2,8 km	9 pontos de controle	14 m

Elite (E) –

Percurso que vai exigir escolhas de rotas e condicionamento físico dos atletas. 20 % da pista em áreas semiabertas(403) com (407)corrida lenta/boa visibilidade, diversos pontos dentro do bairro em vielas, servidões e terrenos sem construção. A quantidade de ruas muito semelhantes exigirá várias opções de escolha de rotas do atleta.

Avançado (A) –

Percurso exigente com uma distância um pouco menor mas privilegiando a boa navegação e escolha de rotas. Exigência física menor comparada a categoria Elite.

Veteranos (A) –

Percurso Master/Senior, exigente mas privilegiando a boa navegação.
Entrada e saída do bairro ligando com areas de mata e praças.

Intermediário (B) – Se você já pratica o esporte e quer fazer um bom treinos 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. Apuração

Via celular, utilizando app próprio desenvolvido.

Dia 21/7 será disponibilizado link para download.











Ps.: Apenas para celulares Android.

8. Últimas

Uniforme: Tenis , Calça (aconselhável)

Dia 21/6 – Informativo 2 com detalhes finais.

9. Legenda

	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