

Corrida de Aventura "Raid Aventura do Azibo"
Macedo de Cavaleiros – 08 e 09 de junho de 2013

ELITE E AVENTURA

INSTRUÇÕES GERAIS

Este Raid Book irá regular o Raid Aventura "Raid Aventura do Azibo" 2ª prova da Taça de Portugal de Corridas de Aventura, época 2013/ Campeonato Nacional e, em complemento ao Regulamento de Competições de Corridas de Aventura 2013 da FPO disponível em www.fpo.pt, cuja leitura integral se recomenda.

-O desrespeito pelas normas deste Raid Book 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 de TODAS as etapas**.

-Caso a equipa não realize a etapa deverá dirigir-se ao local indicado para proceder à leitura dos *SI cards*.

-As equipas que utilizem cartografia não fornecida pela organização serão desclassificadas dessa etapa.

-Em algumas etapas existem CPs múltiplos (A+B e A+B+C). Para obtenção destes CP's a equipa tem que controlar todos os postos de controlo identificados com o mesmo número.

-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 alguma desatualização 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.

Corrida de Aventura "Raid Aventura do Azibo"
Macedo de Cavaleiros – 08 e 09 de junho de 2013

-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	Crispim Junior	961905730
Director Técnico	Alexandre Reis	962906316
Supervisor	Tadeu Celestino	965663627
Secretariado	Quinta Nova	914942124
Cronometragem	Nuno Leite	965744146
Percursos	Valdemar Sendim	964430044

Emergência Médica

BV de Macedo de Cavaleiros	278428530
Nº Nacional Emergência	112

Corrida de Aventura "Raid Aventura do Azibo"
Macedo de Cavaleiros – 08 e 09 de junho de 2013

Etapa 1 – Orientação Pedestre

Hora de Abertura	Hora Limite Partida	Hora de Fecho
10:00:00	10:15:00	14:30:00

Tipo de Prova	Etapa de Orientação Pedestre			
Distância Máx.	29,8 Km	Dist Min.	1,2km	
Subida Dist. Max.	850 m	Subida Min.	40 m	
Número de CPs	14(13+slide)	Nº Elem	Elite 3	Avent. 2
Cartografia	Carta Militar do IGeoE à escala 1:25000			
Descrição da etapa	A etapa decorre maioritariamente em terrenos de floresta e pomar, com vários caminhos de terra batida. O CP 4 vale a dobrar.			
Observações	<p>No CP 3 existe um obstáculo (slide), cuja realização por um elemento da equipa atribui um CP extra.</p> <p><u>Após chegarem à assistência 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	Manta Sobrevivência	1	Telemóvel
1	Apito	1	Cantil ou similar		
1	Kit 1ºs socorros				
1	Arnês				
1	Mosquetão				
1	Fita cosida				

Etapa 2	Hora de Abertura	Hora Limite Partida
	12:30:00	15:00:00

Corrida de Aventura "Raid Aventura do Azibo"
Macedo de Cavaleiros – 08 e 09 de junho de 2013

Etapa 2 – Orientação em BTT

Hora de Abertura	Hora Limite Partida	Hora de Fecho
12:30:00	15:00:00	18:00:00

Tipo de Prova	Etapa de Orientação em BTT			
Distância Máx.	48,3 kms	Dist Min.	6 kms	
Subida Dist. Max.	880m	Subida Min.	60m	
Número de CPs	13 (12+atividade)	Nº Elem	Elite 3	Avent. 2
Cartografia	Carta Militar do IGeoE à escala 1:25000			
Descrição da etapa	<p>Etapa realizada em ambiente de montanha, caminhos com bons pisos mas por vezes com declives acentuados.</p> <p>O CP 23 vale a dobrar.</p>			
Observações	<p>No CP 13 existe um obstáculo (escalada), cuja realização por um elemento da equipa atribui um CP extra.</p> <p><u>Após chegarem à assistência 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	Manta Sobrevivência	1	Forro Polar
1	Apito	1	Cantil ou similar	1	Telemóvel
1	Kit 1ºs socorros	1	BTT	1	Corta-vento
1	Kit reparação BTT	1	Capacete BTT	1	Sapatilhas corrida
1	Arnês				
1	Mosquetão				
1	Fita cosida				

Etapa 3	Hora de Abertura	Hora Limite Partida
	17:00:00	18:30:00

Corrida de Aventura "Raid Aventura do Azibo"
Macedo de Cavaleiros – 08 e 09 de junho de 2013

Etapa 3 – Canoagem e Corrida

Hora de Abertura	Hora Limite Partida	Hora de Fecho
17:00:00	18:30:00	20:00:00

Tipo de Prova	Orientação em caiaque sit-on-top 2 lugares		
Distância Máx.	15km Elite 10,6km Aventura	Dist Min.	1,0 Km
Subida Dist. Max.	Elite - 200 m Aventura - 30m	Subida Min.	Elite - 50 m Aventura - 30m
Número de CPs	10	Nº Elem	Elite 3 Avent. 2
Cartografia	Carta Militar do IGeoE à escala 1:25000		
Descrição da etapa	<p>Execução de percurso de orientação em caiaque. Na Elite é OBRIGATÒRIA a troca de elemento.</p> <p>A troca de elemento durante o percurso da canoagem efectua-se junto ao CP 27 assinalada no mapa com a COR VERDE.</p> <p>O 3º elemento das equipas de ELITE inicia a etapa juntamente com os restantes elementos e desloca-se para o CP 27.</p> <p>Os caiaques encontram-se em S2. É OBRIGATÓRIO terminar a canoagem neste mesmo local.</p> <p>Na Elite os CP's só serão válidos se controlados pelos três elementos.</p> <p>Dependendo da estratégia de cada equipa esta troca poderá ser compreendida entre os 6km e os 8km</p> <p>O CP 32 vale a dobrar.</p>		
Observações	<u>Após chegarem à assistência 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				

Etapa 4	Hora de Abertura	Hora Limite Partida
	19:00:00	20:30:00

Corrida de Aventura "Raid Aventura do Azibo"
Macedo de Cavaleiros – 08 e 09 de junho de 2013

Etapa 4 – Orientação BTT

Hora de Abertura	Hora Limite Partida	Hora de Fecho
19:00:00	20:30:00	23:30:00

Tipo de Prova	Percurso de Orientação em BTT			
Distância Máx.	48 km	Dist Min.	5 km	
Subida Dist. Max.	1290m	Subida Min.	80 m	
Número de CPs	15	Nº Elem	Elite 3	Avent. 2
Cartografia	Carta Militar do IGeoE à escala 1:25000			
Descrição da etapa	<p>Percurso percorrendo zonas de floresta e localidades, com estradas e trilhos facilmente transitáveis.</p> <p>O CP 38 vale a dobrar.</p>			
Observações	<p><u>Após chegarem à assistência 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	Manta Sobrevivência	1	Forro Polar
1	Apito	1	Cantil ou similar	1	Telemóvel
1	Kit 1ºs socorros	1	Lanterna/Frontal	1	Corta-vento
1	Kit reparação BTT	1	Luz vermelha		
		1	BTT		
		1	Luz dianteira BTT		
		1	Capacete BTT		

Etapa 5	Hora de Abertura	Hora Limite Partida
	07:45:00	08:00:00

Corrida de Aventura "Raid Aventura do Azibo"
Macedo de Cavaleiros – 08 e 09 de junho de 2013

Etapa 5 – Actividades

Hora de Abertura	Hora Limite Partida	Hora de Fecho
07:45:00	08:00:00	09:30:00

Tipo de Prova	Actividades com Orientação pedestre e em Caiaque		
Distância Máx.	6,5km – pedestre 2,3Km canoagem	Dist Min.	1km
Subida Dist Max.	190m	Subida Min.	0m
Número de CPs	8	Nº Elem	Elite 3 Avent. 3
Cartografia	Carta Militar do IGeoE à escala 1:25000		
Descrição da etapa	<p>Percurso de Orientação pedestre e em caiaque com a realização de algumas actividades.</p> <p>Existem pontos múltiplos (ex: 53A e 53B).</p> <p>Um CP múltiplo só é válido se controladas todas as letras correspondentes.</p> <p>Alguns dos postos de controlo consistem apenas em actividades. A execução da atividade com sucesso valida esse CP.</p> <p>As atividades são:</p> <p>Pista de cordas; Tiro com Arco;</p> <p>Jogos de perícia – ANDARILHOS e JOGO DA TÁBUA</p> <p>O CP 49(C) só se efetua em caso de insucesso no tiro c/ arco.</p> <p>O obstáculo das cordas e Tiro c/Arco é apenas efetuado por um elemento de cada equipa.</p> <p>Para validar os CP's 48 e 49 são necessários apenas por dois elementos.</p> <p>A Aventura executa a etapa com TRÊS elementos.</p>		
Observações	<u>Após chegarem à assistência 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	Canil ou similar		
1	Kit 1ºs socorros				
1	Arnês				
1	Mosquetão				
1	Fita cosida				
Etapa 6		Hora de Abertura		Hora Limite Partida	
		08:45:00		10:00:00	

Corrida de Aventura "Raid Aventura do Azibo"
Macedo de Cavaleiros – 08 e 09 de junho de 2013

Etapa 6 – Percurso de BTT em Linha e de Orientação Urbana

Hora de Abertura	Hora Limite Partida	Hora de Fecho
08:45:00	10:00:00	11:45:00

Tipo de Prova	Percurso de BTT em linha e percurso de orientação urbana			
Distância Máx.	27km - btt 2,5km - Ped Urbana	Dist Min.	3 Km	
Subida Dist. Max.	Btt -360 m Corrida – 40m	Subida Min.	50 m	
Número de CPs	8	Nº Elem	Elite 3	Avent. 2
Cartografia	Fotografia aérea à escala: 1:7 500 Carta Militar do IGeoE à escala 1:25000			
Descrição da etapa	<p>O percurso a efectuar está marcado na carta com uma linha magenta.</p> <p>Os CP's estão colocados ao longo desse percurso mas a sua localização não está assinalada na carta.</p> <p>Apenas a execução correta desse percurso permite encontrar os CP's.</p> <p>POR QUESTÕES de SEGURANÇA o PERCURSO EM LINHA TEM DE SER FEITO, OBRIGATORIAMENTE NO SENTIDO DOS PONTEIROS DO RELÓGIO.</p> <p>A meio da etapa, em local assinalado com um triângulo, será fornecido um mapa para executar um percurso de orientação pedestre urbana.</p> <p>O percurso urbano é composto por CP's múltiplos.</p> <p>Um CP múltiplo só é válido se controladas todas as letras correspondentes a esse CP.</p> <p>É OBRIGATÓRIO TERMINAR A ETAPA ATÉ Á HORA DE FECHO DA ETAPA.</p>			
Observações	<u>Após a chegada 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	Canil ou similar		
1	Kit 1ºs socorros				

	Cerimónia Entrega Prémios	
	12:30:00	
		Almoço
		12:30:00

Corrida de Aventura "Raid Aventura do Azibo"
Macedo de Cavaleiros – 08 e 09 de junho de 2013

Folha de Reclamação

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

Data: ____ / ____ /2013

O chefe de equipa: _____