

“Raid Aventura de Idanha”
Idanha a Nova – 21 e 22 de Novembro de 2015

ESCALÃO PROMOÇÃO

INSTRUÇÕES GERAIS

Este Raid Book irá regular o Raid Aventura de Idanha 4ª prova da Taça de Portugal de Corridas de Aventura, época 2015, e em complemento ao Regulamento de Competições de Corridas de Aventura 2015 da FPO disponível em www.fpo.pt, cuja leitura integral se recomenda.

-O desrespeito pelas normas deste Raidbook 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.

- A Prova decorre em formato de estrela.

- Em todas as etapas, o CP de chegada só será contabilizado se for efetuado pelo menos um CP na Etapa.

-Todos os elementos de todas as equipas têm de descarregar os seus *SI cards*, no final de cada etapa.

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

-Em algumas etapas existem pontos de controlo que valem dois Cps. Estão assinalados no mapa da seguinte forma: (x2)

-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 pequenas desatualizações, 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.

-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 Aventura de Idanha”
Idanha a Nova – 21 e 22 de Novembro de 2015

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 Júnior	961905730
Director Técnico	Alexandre Reis	962906316
Supervisor	Jorge Elias	962901716
Secretariado	Jacinto Eleutério	918813863
Cronometragem	Nuno Leite	965744146
Percursos	Marco Póvoa	965013547

Emergência Médica

BV de Idanha-a-Nova	277202249
Nº Nacional Emergência	112

“Raid Aventura de Idanha”
Idanha a Nova – 21 e 22 de Novembro de 2015

Etapa 1 – Orientação em BTT

Hora de Abertura
10:30:00

Hora Limite Partida
10:30:00

Hora de Fecho
14:00:00

Tipo de Prova	Etapa de Orientação em BTT		
Distância Máx.	34 km	Dist Min.	2,3km
Subida Dist. Max.	950m	Subida Min.	160m
Número de CPs	12 + Chegada	Nº Elem	2 a 5
Cartografia	Carta Militar do CIGeoE e mapa de OriBtt à escala 1:25 000		
Descrição da etapa	Etapa realizada em ambiente de média montanha, caminhos com bons pisos.		
Observações	<p>A entrada na Herdade do Vale Feitoso é feito UNICAMENTE pelo portão situado junto ao Ponto17. Nesse portão, o Ponto 17 é composto por 17A e 17B e devem ser controlados da seguinte forma: -17A – à entrada da herdade -17B – à saída da herdade As equipas que NÃO controlarem o ponto 17B, à saída da herdade, perdem todos os CP's efetuados no seu interior. As equipas que não pretendam efetuar pontos no interior da herdade controlam APENAS o CP17A. O Ponto 22 vale 2 Cps.</p> <p><u>Após o final da etapa 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	Corta-vento
1	Kit 1ºs socorros	1	BTT		
1	Kit reparação BTT	1	Capacete BTT		

Etapa 2

Hora de Abertura
13:30:00

Hora Limite Partida
14:30:00

“Raid Aventura de Idanha”
Idanha a Nova – 21 e 22 de Novembro de 2015

Etapa 2 – Canoagem e Score 100

Hora de Abertura
13:30:00

Hora Limite Partida
14:30:00

Hora de Fecho
16:30:00

Tipo de Prova	Orientação em Caiaque sit-on-top 2 lugares e percurso pedestre com atividades		
Distância Máx.	Canoagem – 3,2 km Corrida - 4	Dist Min.	100m
Subida Dist. Max.	130m	Subida Min.	0
Número de CPs	12	Nº Elem	2 a 5
Cartografia	Carta Militar do CIGeoE e mapa de OriBtt à escala 1:10 000		
Descrição da etapa	<p>Etapa dividida em dois sectores: Canoagem e Score 100 -Canoagem- <i>O percurso inicia-se e termina no local assinalado com triângulo azul.</i> O único meio para aceder aos pontos é o caiaque.</p> <p>15H00 - HORA LIMITE DE ENTRADA PARA A CANOAGEM</p> <p>Score 100 - Percurso score 100 com atividades.</p> <p>As actividades podem ser realizadas por um ou dois atletas. Os pontos sem actividades têm o seu valor assinalado junto á letra.</p>		
	Atividades	Descrição	Pts da Ativ.
	Rappel	Rappel apoiado	10 pts por c/d atleta
	Patins	Percurso de aprox. 600m em estrada.	5 pts por c/d atleta
	Tirolesa	Percurso de cordas	10 pts por c/d atleta
	Escalada	Via dificuldade média/fácil	10 pts por c/d atleta
	Malha	6 Malhas para derrubar dois pinos	5pts por c/d pino
	Latas	6 Bolas trapos para derrubar 2 torres de latas	5 pts por c/d torre
		Pts Total	20
			10
			20
			20
			10
			10

"Raid Aventura de Idanha"

Idanha a Nova – 21 e 22 de Novembro de 2015

Correspondência pontos/CPs:

100 Pts	- 6 cps
101 ou mais	- 5 CPS
80 a 99 Pts	- 5 CPS
60 a 79 Pts	- 4 CPS
40 a 59 Pts	- 3 CPS
20 a 39 Pts	- 2 CPS
10 a 19 Pts	- 1 CPS
Menos de 10Pts	- 0

Os pontos efectuados após a hora de fecho não são contabilizados

Observações

A etapa decorre em ambiente urbano, pelo que se reforçar a necessidade de progredir com cuidado na via pública, respeitando as regras de circulação.

Após o final da etapa é obrigatório proceder à leitura e limpeza da informação de todos os SI.

Material da Equipa		Material Individual		Material Aconselhado	
1	Bússola	1	Manta Sobrevivência	1	Telemóvel
1	Apito	1	Cantil ou similar	1	Corta-vento
1	Kit 1ºs socorros			1	Fato Neoprene
				1	patins

Etapa 3

Hora de Abertura

17:30:00

Hora Limite Partida

18:00:00

“Raid Aventura de Idanha”
Idanha a Nova – 21 e 22 de Novembro de 2015

Etapa 3 – Orientação Pedestre

Hora de Abertura
17:30:00

Hora Limite Partida
18:00:00

Hora de Fecho
20:00:00

Tipo de Prova	Percurso de Orientação Pedestre Noturna		
Distância Máx.	11 km	Dist Min.	3 km
Subida Dist. Max.	190m	Subida Min.	50 m
Número de CPs	7 + CHC	Nº Elem	2 a 5
Cartografia	Carta Militar do CIGeoE à escala 1:25000		
Descrição da etapa	Percurso em terreno de montado e floresta de eucalipto.		
Observações	<p>No início e final da etapa será necessário atravessar a estrada N 239. Reforça-se a necessidade de progredir com cuidado na via pública, respeitando as regras de circulação e o cuidado no seu atravessamento.</p> <p><u>Após o final da etapa 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

Etapa 4

Hora de Abertura
07:30:00

Hora Limite Partida
07:45:00

**“Raid Aventura de Idanha”
Idanha a Nova – 21 e 22 de Novembro de 2015**

Etapa 4 – Orientação Pedestre

Hora de Abertura
07:30:00

Hora Limite Partida
07:45:00

Hora de Fecho
09:30:00

Tipo de Prova	Percurso de Orientação Pedestre		
Distância Máx.	11,0 km	Dist Min.	1,5km
Subida Dist Max.	170 m	Subida Min.	30m
Número de CPs	6+Chegada	Nº Elem	2 a 5
Cartografia	Carta Militar do CIGeoE à escala 1:25 000		
Descrição da etapa	Etapa realizada em ambiente de montado.		
Observações	<p>Reforça-se a necessidade de progredir com cuidado na via pública, respeitando as regras de circulação.</p> <p><u>Após o final da etapa 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			

Etapa 5

Hora de Abertura
09:00:00

Hora Limite Partida
10:00:00

“Raid Aventura de Idanha”
Idanha a Nova – 21 e 22 de Novembro de 2015

Etapa 5 – Orientação em Btt

Hora de Abertura
09:00:00

Hora Limite Partida
10:00:00

Hora de Fecho
11:30:00

Tipo de Prova	Percurso de Orientação em Btt		
Distância Máx.	22km	Dist Min.	1,5 Km
Subida Dist. Max.	480 m	Subida Min.	20 m
Número de CPs	9 + Chegada	Nº Elem	2 a 5
Cartografia	Carta Militar do CIGeoE e mapa de OriBtt à escala 1:25 000		
Descrição da etapa	<p>Percurso em terreno de floresta de eucalipto com elevada densidade de caminhos de bom piso.</p> <p>É OBRIGATÓRIO TERMINAR A ETAPA ATÉ À HORA DE FECHO DA ETAPA.</p>		
Observações	<p>Reforça-se a necessidade de progredir com cuidado na via pública, respeitando as regras de circulação e o cuidado no atravessamento da estrada N 557.</p> <p><u>Após a chegada 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	BTT		
1	Kit reparação BTT	1	Capacete BTT		

--

Cerimónia Entrega Prémios
12:30:00

Almoço
12:30:00

“Raid Aventura de Idanha”
Idanha a Nova – 21 e 22 de Novembro de 2015

Folha de Reclamação

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

Data: ____ / ____ /2015

O chefe de equipa: _____