

II Raid Transpeninsular

20 de Novembro de 2010

INSTRUÇÕES GERAIS

- Este Raid Book constitui-se parte integrante do Regulamento de Competições de Corridas de Aventura, neste sentido importa complementar a consulta do presente Raid Book com a leitura atenta do referido regulamento de competições http://www.fpo.pt/www/images/fpo/regulamentos/fpo/tpca_regulamento_09-10.pdf .

- Todos os elementos de todas as equipas têm de descarregar os seus SI Cards, no final da 1ª e 2ª Etapas, na transição pedestre/BTT durante a 4ª Etapa, e no final da prova. Caso a equipa não realize uma secção ou etapa deverá dirigir-se ao local respectivo para proceder à descarga dos SIs.

- Os mapas de cada etapa só serão entregues às equipas aquando da partida para as mesmas. As equipas que utilizem cartografia não fornecida pela organização serão desclassificadas na etapa.

- Reforça-se a necessidade de obediência estrita às instruções dadas pela organização, tanto as escritas neste Raid Book, como as eventualmente afixadas junto às Zonas de Partida e ainda para as que forem transmitidas oralmente pelos controladores colocados no terreno.

- A prova realiza-se em autonomia entre as partidas e chegadas das etapas, por vezes com opções de progressão 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. Todos os atletas estão vinculados ao Termo de Responsabilidade.

- A utilização de meios de comunicação móvel (art. 10.2) só pode ocorrer em situações de estrita emergência e sempre para os números indicados neste RaidBook. Apela-se às equipas em prova que transportem os seus telemóveis desligados de modo a preservar a autonomia dos aparelhos e evitar eventuais desqualificações por uso indevido.

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

Normas Ambientais

O II Raid Transpeninsular decorre em meio urbano, rural, floresta e Parque Natural da Arrábida. Exige-se, em toda a prova, "respeito absoluto pelo meio ambiente, pelos valores humanos e pela propriedade" (in 1.2 do RECA). Qualquer violação a esta disposição fundamental, implica desclassificação ou outro procedimento legal.

No PNA enfatiza-se a proibição de capturar e/ou colher qualquer espécie animal ou vegetal ou interferir negativamente com os seus habitats.

Existem por todo o parque recipientes apropriados para a recolha de lixo, pelo que é imperativo garantir a limpeza dos espaços utilizados após decurso das actividades.

Os atletas devem limitar ao mínimo qualquer perturbação no meio envolvente, devendo minimizar as actividades geradoras de ruído.

II Raid Transpeninsular
20 de Novembro de 2010

Contactos da Organização

Director de Prova	Esmeralda Câmara	916 186 922
Director Técnico	Pedro Nogueira	911 055 720
Supervisor	José Manuel Loureiro	965 877 181
Secretariado	Ângela Cruz	966 105 045
Percursos	António Neves	962 397 359

Emergência

	Nº Nacional de Emergência Médica	112
Barreiro	Bombeiros Voluntários do Barreiro	212 073 062
	Bombeiros Voluntários do Sul e Sueste	212 073 032
Palmela	Bombeiros Voluntários de Palmela	212 336 810
	Serviço Municipal de Protecção Civil	935 321 039
		212 336 652
		212 336 653

II Raid Transpeninsular

20 de Novembro de 2010

Etapa 1 – BTT + Pedestre, Canoagem e Actividades

Hora de Abertura	Hora Limite Partida	Hora de Fecho
09:00:00	09:15:00	12:00:00

Escalão	Elite	Aventura Promoção		Elite	Aventura Promoção
Dist. Máx. km	Pedestre 2,5Km BTT 23Km Canoagem1 km	Pedestre 2,5Km BTT 23Km Canoagem1 km	Dist. Min.	Pedestre 1Km BTT 12Km Canoagem1 km	Pedestre 1Km BTT 12Km Canoagem1 km
Número CPs	10+Ch	10+Ch	Nº Ele.	3	2 (2/5)
Cartografia	Carta Militar do IGeoE à escala 1:15000 e Mapa de Orientação 1:4000				
Descrição da etapa	Percurso de orientação em BTT, em ambiente urbano e rural, com actividades de orientação pedestre, canoagem, escalada, slide, paralelas, rappel, tiro c/ arco, jogo de cooperação. Descarregar SI no final.				
Observações	A actividade de orientação pedestre abre às 9:00 horas e encerra às 9:30 horas (CP1-A/B/C/D e CP2 A/B/C/D). Todas as outras actividades abrem às 9:15 horas e encerram às 11:45 h. (com excepção dos CP9 e CP11 que encerram às 12:00 h.). Existem 12 CP's no terreno mas apenas são validados 10 (é possível optar, ou em caso de insucesso na actividade, realizar um outro CP alternativo). Além das 8 actividades existem 3 CP's para controlar (CP3-A/B/C, CP10-A/B, CP12-A/B). As actividades bem sucedidas validam o CP correspondente, os critérios de êxito da actividade são explicados pelo controlador. Apenas 1 elemento realiza a actividade, com excepção da orientação pedestre e jogo de cooperação em que participam todos os elementos da etapa.				

Material da Equipa

Material Individual

Material Aconselhado

2	Bússolas	1	BTT e Capacete BTT	3	Corta-vento
2	Apitos	1	Cantil (Camelback)	1	Pés-de-gato
1	Mochila	1	Manta sobrevivência	1	Roupa Canoagem
1	Kit 1ºs socorros	1	Arnês equipado		Porta-mapas BTT
1	Telemóvel		(só elite e aventura)		Sapatos corrida
1	Kit reparação BTT	1	Par de luvas		

Etapa 2	Hora de Abertura	Hora Limite Partida
	11:30:00	12:30:00

II Raid Transpeninsular

20 de Novembro de 2010

Etapa 2 – Pedestre (multi-mapas e multi-escalas)

Hora de Abertura	Hora Limite Partida	Hora de Fecho
11:30:00	12:30:00	13:00:00

Escalão	Elite	Aventura		Elite	Aventura
Dist. Máx. km	Pedestre 12,5Km	Pedestre 12,5Km	Dist. Min.	Pedestre 3,6Km	Pedestre 3,6Km
Número CPs	3+2	3+2	Nº Ele.	3	3
Cartografia	Carta Militar do IGeoE à escala 1:15000 e Mapa Simplificado de Orientação 1:10000				
Descrição da etapa	Percurso de orientação pedestre, realizado em ambiente de floresta, com possibilidade de separação dos elementos da equipa. Obrigatório descarregar no final desta etapa.				
Observações	Existem 3 CP's no terreno (CP13-A/B/C/D, CP14-A/B/C/D, CP15-A/B/C/D), cada CP tem um mapa específico: -CP13 Mapa simplificado de orientação 1:10000, onde foram ocultadas algumas referências lineares de caminhos e linhas de alta tensão) -CP14 Mapa simplificado de orientação 1:10000, onde apenas são reveladas algumas janelas com mapa e a localização dos CP's. -CP15 Carta Militar do IGeoE à escala 1:15000 (incluído no mapa da 1ª etapa) Cada CP (A/B/C/D) apenas pode ser controlado por um elemento da equipa, podendo a equipa correr agrupada ou separando os seus elementos, usando cada um o seu mapa. As equipas que consigam controlar os 3 CP's dentro do tempo bonificam com mais 2 CP's				

Material da Equipa

Material Individual

Material Aconselhado

3	Bússolas	1	Cantil (Camelback)	3	Corta-vento
2	Apitos	1	Manta sobrevivência		Bússola com régua
1	Mochila				Caneta de acetato
1	Kit 1ºs socorros				
1	Telemóvel				

Etapa 3	Hora de Abertura	Hora Limite Partida
	12:30:00	13:30:00

II Raid Transpeninsular

20 de Novembro de 2010

Etapa 3 – BTT em linha

Hora de Abertura	Hora Limite Partida	Hora de Fecho
12:30:00	13:30:00	15:30:00

Escalão	Elite	Aventura		Elite	Aventura
Dist. Máx. km	BTT 45Km	BTT 40Km	Dist. Min.	BTT 25Km (6 CP's +Ch)	BTT 25Km (6 CP's +Ch)
Número CPs	11+Ch	10+Ch	Nº Ele.	3	2
Cartografia	Carta Militar do IGeoE à escala 1:25000				
Descrição da etapa	Percurso de orientação em BTT, em ambiente rural, com algumas travessias de estradas com tráfego.				
Observações	Os CP's encontram-se no percurso assinalado na linha tracejada, com excepção do CP17 e CP20 que podem ser localizados pelo azimute cartográfico e distância. O CP17 é exclusivamente para Elite. O CP17 encontra-se no azimute 0 graus a 1460 metros lineares do CP16 O CP20 encontra-se no azimute 32 graus a 1470 metros lineares do CP18 No mapa estão assinalados com o símbolo "STOP" algumas das travessias mais perigosas do percurso, no entanto os participantes estão obrigados a cumprir o código da estrada e para sua própria segurança devem reduzir a velocidade à aproximação de curvas de fraca visibilidade, entroncamentos e cruzamentos mesmo em estradões de terra e sem sinais de trânsito.				

Material da Equipa

- 2 Bússolas
- 2 Apitos
- 1 Mochila
- 1 Kit 1ºs socorros
- 1 Telemóvel
- 1 Kit reparação BTT

Material Individual

- 1 BTT e Capacete BTT
- 1 Cantil (Camelback)
- 1 Manta sobrevivência
- 1

Material Aconselhado

- 3 Corta-vento
- Porta-mapas BTT
- Bússola com régua
ou régua e transferidor
- Caneta de acetato
- Ciclómetro

Etapa 4	Hora de Abertura	Hora Limite Partida
	15:00:00	17:00:00

II Raid Transpeninsular

20 de Novembro de 2010

Etapa 4 – BTT + Pedestre

Hora de Abertura	Hora Limite Partida	Hora de Fecho
15:00:00	17:00:00	20:30:00

Escalão	Elite	Aventura Promoção		Elite	Aventura Promoção
Dist. Máx. km	Pedestre 29,5Km BTT 38,5Km	Pedestre 29,5Km BTT 38,5Km	Dist. Min.	Pedestre 12,5Km BTT 23Km	Pedestre 12,5Km BTT 23Km
Número CPs	19	19	Nº Ele.	3	2 (2/5)
Cartografia	Carta Militar do IGeoE à escala 1:25000				
Descrição da etapa	Etapa de orientação em BTT e pedestre em ambiente rural, com desnível considerável. Obrigatório descarregar o SI na transição entre a secção pedestre e a de BTT.				
Observações	<p>Cada CP controlado na secção Pedestre dá direito à realização de outro CP na secção BTT. Todos os CP's realizados na secção pedestre são válidos.</p> <p>A etapa abre às 15:00 horas só para secção Pedestre. O acesso às bicicletas só é possível a partir das 17:00 horas.</p> <p>Na transição da secção pedestre para a BTT é obrigatório controlar a entrada e saída do parque de transições. As equipas poderão ainda realizar CPs da secção pedestre se realizarem nova transição.</p> <p>Em cada transição é possível revezar 1 elemento da equipa. Todos têm de controlar à entrada e saída do parque de transições. Todo o material de ciclismo e corrida, equipamentos e alimentação deverá estar no parque fechado (em caso de chuva recomenda-se lonas para proteger o material das equipas). Estão 18 CP's no terreno, sendo que o CP36 vale a dobrar.</p>				

Material da Equipa

Material Individual

Material Aconselhado

2 Bússolas	1 BTT e Capacete BTT	3 Corta-vento
2 Apitos	1 Cantil (Camelback)	3 Forro polar
1 Mochila	1 Manta sobrevivência	Porta-mapas BTT
1 Kit 1ºs socorros	1 Lanterna/Frontal	
1 Telemóvel	1 Luz vermelha	
1 Kit reparação BTT	1 Luz BTT	

Etapa 5	Hora de Abertura	Hora Limite Partida
	20:00:00	20:45:00

II Raid Transpeninsular

20 de Novembro de 2010

Etapa 5 – Pedestre score 100

Hora de Abertura	Hora Limite Partida	Hora de Fecho
20:00:00	20:45:00	21:00:00

Escalão	Elite	Aventura Promoção		Elite	Aventura Promoção
Dist. Máx. km	Pedestre 3,5Km	Pedestre 3,5Km	Dist. Min.	Pedestre 1,5Km	Pedestre 1,5Km
Número CPs	3	3	Nº Ele.	3	2 (2/5)
Cartografia	Mapa de orientação à escala 1:5000				
Descrição da etapa	Etapa de orientação pedestre em ambiente urbano, realizada em sistema de score 100.				
Observações	<p>Os postos de controlo estão assinalados por letras. Cada CP é valorizado com pontos, que estão assinalados no mapa. A equipa define o melhor percurso para obter 100 pontos.</p> <ul style="list-style-type: none">- 100 pontos = 3 CP's- entre 80 e 99 e acima de 100 = 2 CP's- entre 50 e 79 pontos = 1 CP- menos de 50 pontos = 0 CP's <p>O fecho desta etapa coincide com a chegada e é obrigatório até às 21:00 horas, não havendo a habitual meia hora de tolerância. A equipa que exceder as 21:00 horas perde os CP's desta etapa.</p>				

Material da Equipa

- 2 Bússolas
- 2 Apitos
- 1 Mochila
- 1 Kit 1ºs socorros
- 1 Telemóvel

Material Individual

- 1 Manta sobrevivência
- 1 Lanterna/Frontal
- 1 Luz vermelha

Material Aconselhado

- 3 Corta-vento

