



RETOICA

ORGANIZAÇÃO

1 - 3 DEZEMBRO

CNA

MADEIRA 2023

1 DEZ

- 15H00 -

**TAÇA PORTUGAL
SPRINT**

[BOAVENTURA]

2 DEZ

- 11H30 -

**QUALIFICAÇÃO
CNA**

[POISO]

3 DEZ

- 09H30 -

FINAL - CNA

[MONTADO
PEREIRO]

CAMPEONATO NACIONAL ABSOLUTO DE ORIENTAÇÃO PEDESTRE

APOIOS INSTITUCIONAIS

APOIOS



santa cruz
madeira

MACHICO
MUNICIPAL



madeira

banana da
madeira

Atlântida
Agências

INATEL
FUNDOS

Madeira Rent
drive like a local



Secretaria Regional
de Educação, Ciência e Tecnologia
Direção Regional de Desporto

IFCN
Instituto de Formação e
Capacitação Profissional

Junta de Freguesia de
CAMACHA

Boletim Final

29.11.2023

Apresentação

O Campeonato Nacional Absoluto de Orientação Pedestre de 2023 realiza-se na Região Autónoma da Madeira, nos dias 1, 2 e 3 de Dezembro.

A par do Campeonato Nacional, realiza-se uma etapa da Taça de Portugal Sprint a realizar na Freguesia da Boa Ventura.

A Organização convida-os a virem experimentar a orientação na fantástica floresta da Madeira, reservando o primeiro fim-de-semana de dezembro para descobrir ou redescobrir os encantos da ilha.

A gastronomia típica regional, onde os sabores da espetada regional, acompanhada com o milho frito ou ainda bolo do caco fazem certamente parte da ementa de quem nos visita.

Para quem participar na Taça de Portugal de Sprint, na Boa Ventura, irá experimentar a sopa de trigo, muito usada pelos locais aquando dos dias frios de inverno.

A coincidir com este evento, teremos a abertura da época natalícia, com a abertura oficial e o acender das luzes de Natal, um pouco por toda a ilha, com maior incidência no Funchal. Também na Placa Central da Av. Arriaga, no Funchal, será possível saborear as bebidas e doces típicos da época.

A Associação de Orientação da R.A.M.
O Clube Aventura da Madeira
O Clube de Montanha do Funchal
A Retoiça - Associação Cultural, Desportiva e Recreativa

Aguardam-vos!

Até aos próximos dias 1, 2 e 3 de dezembro.

A Organização

AORAM, CAM, CMoF, Retoiça

Programa

Segunda feira, 20 de novembro de 2023

Boa Ventura (Junta de Freguesia)

19:00h - Apresentação de prova

Quinta feira, 30 de novembro de 2023

*Model Event - Chão das aboboreiras**

09:00h - 11:00h - levantamento de mapas secretariado na sede da AORAM
(Funchal)

14:00h - 16:00h levantamento de mapas secretariado na sede da AORAM

* *Model Event* disponível até domingo, 3 de dezembro de 2023

Sexta feira, 01 de dezembro de 2023

TP Sprint Boa Ventura (São Vicente)

13:30h – Abertura do secretariado

15:00h – Partidas dos primeiros participantes – Hora Zero

18:00h – Fim da competição

18:30h – Entrega de prémios da *TP Sprint* seguido de convívio (Sopa de Trigo)

Sábado, 02 de dezembro de 2023

Campeonato Nacional Absoluto (Qualificatória)

Poiso - Chão das Feiteiras (Machico)

09:30h – Abertura do secretariado

11:30h – Início das partidas da “Qualificatória para o Campeonato Nacional Absoluto”, escalões de formação e escalões abertos

Domingo, 03 de dezembro de 2023

Campeonato Nacional Absoluto (Final)

Montado do Pereiro (Santa Cruz)

08:00h – Abertura do secretariado

09:30h – Início das partidas da Final do Campeonato Nacional Absoluto, escalões de formação e escalões abertos

13:00h - Cerimónia de entrega de prémios do Campeonato Nacional Absoluto e escalões abertos

Informações Gerais

Arenas

Nas diversas arenas, os atletas terão à sua disposição as infraestruturas necessárias, tal como: secretariado, Informática, WC, BabySitting, Primeiros Socorros, Resultados e Speaker. Não haverá serviço de bar em nenhuma das etapas.

Babysitting

Existirá serviço de babysitting em todas as arenas das 3 etapas do CNA 2023, com as seguintes regras:

- Para ter acesso a este espaço, o pedido deverá ser realizado no OriOasis, aquando da inscrição;
- Cada criança receberá uma pulseira que deverá ser preenchida pelo seu responsável;
- O responsável da criança deve ir busca-la até ao início das cerimónias de entrega de prémios.

Solo duro

O Solo Duro será nas instalações do INATEL do Santo da Serra. Mais informações mais à frente do documento.

Banhos

Na etapa 1 os atletas poderão utilizar os balneários do Campo de Futebol da Boa Ventura (32.818532, -16.975527). Nas etapas 2 e 3 os atletas terão ao seu dispor balneários na Arena da etapa 3 (água fria) (32.704325, -16.889164).

Model Event

O evento modelo estará em funcionamento desde quarta-feira, dia 29 de novembro de 2023 até domingo, 3 de dezembro de 2023 e será no Chão das Aboboreiras (cerca de 3km do Solo Duro).

Mais informações e detalhes, mais à frente no documento.

Acesso à Final A do CNA

Têm acesso à “Final A” 60 atletas femininos e masculinos, melhor classificados na prova de apuramento no primeiro dia. Os restantes atletas (ou atletas que sejam desclassificados na prova de apuramento) serão colocados na “Final B”.

Peitorais

É obrigatória a utilização do peitoral da FPO para os atletas federados na FPO.

Na Final A será fornecido aos atletas, na partida, peitorais (e alfinetes) em função de acordo com a sua classificação na prova de apuramento no primeiro dia.

Apenas será permitida a partida de atletas com o peitoral corretamente colocado no seu equipamento.

Mudanças de número de SI-Card

As mudanças no número do SI-Card devem ser efetuadas no Secretariado antes da partida, não sendo permitida a partida de atletas com alterações não validadas previamente no Secretariado. Cada alteração tem um custo de €1,00.

Sistema de controlo

O sistema de controlo utilizado será o SPORTident, com o modo contactless AIR+ estará ativo em todas as etapas. Quem não possuir um SIAC pode utilizar o seu SICard como habitual sem problema.

Tempos de partida

Nos dias de competição não serão aceites pedidos de mudança de horas de partida. Nos escalões abertos e de formação (T10 e H/D12), os participantes utilizarão uma estação "START" para a sua partida. No entanto, irá ser gerada uma lista com horas de partida definidas, que deverão ser minimamente respeitadas, para que não haja acumulação de atletas no mesmo minuto e para que o processo de transporte possa correr de forma fluída.

Tempo limite por prova

Sprint – 1 hora;
Distância média – 2 horas;
Final A – 2 horas e 30 minutos.

Fair Play

Não serão recolhidos mapas, pelo que apela-se ao Fair Play de todos no sentido de manter os mapas/percursos secretos para os que ainda não efetuaram a prova.

Prémios e Resultados

Etapas 1 (TP Sprint): Prémio para os 3 primeiros atletas de cada escalão de competição (5 primeiros atletas nos escalões ME e DE) e para os 3 melhores clubes. Todos os atletas inscritos nos escalões de formação (T10 e H/D12) irão receber uma lembrança, independentemente da sua classificação.

Etapas 2 e 3 (CNA): Prémio para os 5 primeiros atletas de cada Final A (Masculinos e Femininos) e para o melhor clube em cada Final A (obtido pela soma de pontos dos 5 melhores praticantes do clube). Prémio para os 3 primeiros atletas dos escalões H14 e D14.

Etapas 2 e 3 (Prova Aberta): Prémio para os 3 primeiros atletas de cada escalão, obtido pela soma dos pontos das duas etapas. Todos os atletas inscritos nos escalões de formação (T10 e H/D12) irão receber uma lembrança, independentemente da sua classificação.

Os resultados podem ser consultados em: <https://aoram.pt/cna-madeira-2023/>

Seguro desportivo

Todos os atletas estarão segurados pelo seguro da FPO.

Indicações de trânsito

A localização dos estacionamento (Coordenadas GPS) e a sua distância às arenas será divulgada em cada etapa neste documento.

Haverá sinalização recorrendo ao uso de setas desde o estacionamento até às arenas e desde as arenas até às partidas (ou pré-partidas).

Solicitamos que siga as instruções fornecidas pela Organização, quer para efeitos de estacionamento ou de condução.

Regras

A competição rege-se pelo Regulamento de Competições da FPO em vigor. Perante qualquer caso omissivo no regulamento da FPO será aplicado o regulamento da IOF.

Reclamações

As reclamações devem ser realizadas por escrito e apresentadas no secretariado até um máximo de 15 minutos após o atleta concluir o respetivo percurso.

Classes e Preços

https://www.orioasis.pt/oasis/events.php?action=event_view_info&eventid=2726

Localizações



Sede AORAM – Nazaré, Funchal (32.648289, -16.938630)

Model Event – Chão das Aboboreiras (32.716111, -16.846472)

Dia 1 – Boa Ventura (32.820348, -16.973540)

Dia 2 – Poiso / Chão das Feiteiras (32.723652, -16.886544)

Dia 3 – Montado do Pereiro (32.703950, -16.888799)

Solo Duro - Fundação Inatel

– Santo António da Serra – Santa Cruz (32.715022, -16.830071)

Mais informação em:

www.retoica.com/cna-madeira-2023

www.facebook.com/CNAmadeira2023

1 dezembro (dia 1) | Taça de Portugal Sprint

BOA VENTURA



Boa Ventura é terra de gente ilustre e humilde, de colonos e senhorios. Uma franja de terra onde o homem se resguarda em vales amenos numa área que vai do mar à serra.

No plano da arquitetura destacam-se dois solares: o dos Banhos, dos finais do séc. XVIII, recuperado em 1992, para hotel, e então denominado Solar da Boa Ventura, e o da Silveira, que apresenta gravado na porta de entrada o ano de 1783. Foi casa dos morgados Lício de Lagos. A história fala da presença do ilustre poeta e escritor português **Antero de Quental**, enquanto hóspede de sua tia D. Isabel de Quental.

A descoberta das potencialidades turísticas da encosta norte remonta ao século XVIII, a sua virginal natureza, donde se destaca a floresta Laurissilva, os seus caminhos reais, veredas e levadas, que fizeram o deleite de novos aventureiros e descobridores.

Como testemunhos de então, lembramos:

Em 1851 **Edward Harcourt** (*A Sketch of Madeira. 1851*) diz que não podia sair da ilha sem ter este encontro com o cenário deslumbrante do norte, o que concretizou num passeio feito pelo Curral e regressando por Boa Ventura. Em Boa Ventura louva-se a beleza agreste da paisagem, indescritível na voz do escritor e poeta.

S. Peacock (*A Treatise of the Climate and Meteorology of Madeira. 1850*) define Boa Ventura como um vale romântico.

Para **E. Wortley** (*A Visit to Portugal and Madeira. 1854*) "É o mais belo cenário que alguma vez vi"

Informações Técnicas

- Terreno: **Urbano e semiurbano (inclui veredas em redor da zona urbana, que dão acesso a terrenos agrícolas (poios))**
- Cartógrafo: **Tiago Aires**
- Escala: **1/4000 | 1/3000**
- Equidistância: **5m**
- Calçado adequado: **Sapatos mistos, tipo trail curto**
- Arena: **Junta de Freguesia da Boa Ventura (32.820348, -16.973540)**
- Duches: **Campo de Futebol da Boa Ventura (32.818532, -16.975527)**



Escalões:	Distância *	Pontos	Desnível +	Escala
H21E	3300m	18	95m	1/4.000
D21E	2800m	15	85m	1/4.000
H20 - H35 - H40	2800m	15	90m	1/4.000
H18 - H45	2700m	15	85m	1/4.000
H16 - H50 - H21A	2700m	15	80m	1/4.000
D20 - D35 - D40 - H55	2400m	14	70m	1/4.000
D18 - D45 - D50 - Open Longo	2400m	14	75m	1/4.000
D55 - D21B - H60	2250m	12	75m	1/4.000
D16 - D21A - H21B	2000m	12	60m	1/4.000
H65 - H70	1900m	11	50m	1/4.000
D60 - D65 - H75 - H80	1850m	11	45m	1/3.000
D70 - D75 - D80 - D85	1850m	12	45m	1/3.000
D/H14	1750m	19	25m	1/3.000
D/H12 - Open Curto	1600m	21	15m	1/3.000
T10	1250m	17	10m	1/3.000

* distancia "real" medida pela opção mais curta

Notas:

Pré-partida na arena, 20 minutos antes da partida real, para transporte da organização. As partidas distam a 1000m com 120m de desnível positivo.

Ao terminarem a prova todos os atletas estarão a 450m com 30m de desnível positivo da arena. Para regressarem os participantes receberão outro mapa com o primeiro percurso permanente de orientação implementado na RAM, para, se ainda o pretenderem, poderem realizar mais um pouco de orientação ao longo do percurso de regresso.

Pelas 18h30 haverá um jantar/convívio onde será servida uma Sopa de Trigo a todos os interessados.

Percurso Permanente de Orientação Boa Ventura

A Freguesia da Boa Ventura é o primeiro local na ilha da Madeira a receber percursos permanentes de orientação. Com 34 pontos de controlo diferentes, foram desenhados 3 percursos:

	Dificuldade	Pontos	Distância (km)	Desnível positivo (m)
Curto	1-2	12	1,6	35
Medio	2-2	15	2,9	105
Longo	3-2	24	4,6	140

Estes percursos permitem descobrir os encantos da Freguesia da Boa Ventura. Cada ponto de controlo possui um QR code para ser possível fazer o registo dos tempos de cada participante na aplicação *iOrienteering* (disponível para Android e iOS). A utilização desta aplicação não é obrigatória, sendo, naturalmente, possível realizar os percursos sem fazer o controlo com a aplicação.

Cada mapa tem o custo simbólico de 3€ para assegurar a manutenção do percurso e poderá ser levantado no secretariado da prova no dia 1 de dezembro de 2023. Em qualquer outro dia, o mapa poderá ser adquirido na Junta de Freguesia da Boa Ventura.

Brevemente será criado um site dedicado ao percurso com todas as informações relevantes.

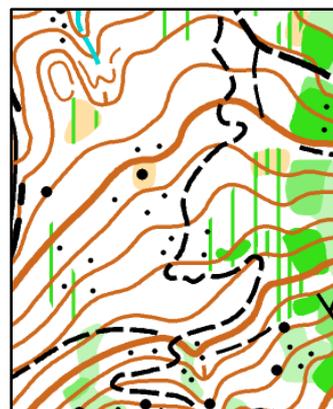


2 dezembro (dia 2) | Qualificação para final do Campeonato Nacional Absoluto

POISO



- Terreno: **Floresta**
- Cartógrafo: **Tiago Aires**
- Escala: **1/10.000 | 1/7.500 | 1/5.000**
- Equidistância: **5m**
- Calçado adequado: **Sapatos de orientação com bastante rasto**
- Arena: **Chão das Feiteiras**
(32.723652, -16.886544)
- Duches: **Montado do Pereiro** – água fria
(32.704325, -16.889164)



Escalões:	Distância	Pontos	Desnível +	Escala
Qualificatória Masculino 1	4300m	17	155m	1/10.000
Qualificatória Masculino 2	4300m	16	155m	1/10.000
Qualificatória Masculino 3	4200m	17	155m	1/10.000
Qualificatória Feminino 1	3000m	14	105m	1/10.000
Qualificatória Feminino 2	3000m	13	105m	1/10.000
Qualificatória Feminino 3	3100m	13	105m	1/10.000
Seniores Masculinos - Veteranos I M	3500m	16	130m	1/7.500
Seniores Femininos - Vet II F	2800m	13	95m	1/7.500
Difícil Longo - Veteranos I F	3000m	15	80m	1/7.500
Difícil Curto - Veteranos II M	2300m	12	45m	1/7.500
Jovens 2 F/M - Fácil Longo	3000m	15	65m	1/7.500
Jovens 1 F/M - H/D14	2700m	14	50m	1/7.500
H/D12- Fácil Curto	2200m	12	25m	1/7.500
T10	1600m	12	10m	1/7.500

Notas:

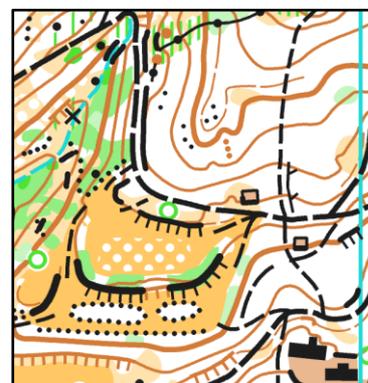
Pré-partida na arena 20, minutos antes da partida real, para transporte da organização. As partidas distam a 1700m com 350m de desnível positivo.

3 dezembro (dia 3) | Final do Campeonato Nacional Absoluto

MONTADO DO PEREIRO



- Terreno: **Floresta**
- Cartógrafo: **Tiago Aires**
- Escala: **1/10.000 | 1/7.500 | 1/5.000**
- Equidistância: **5m**
- Calçado adequado: **Sapatos de orientação com bastante rasto**
- Arena: **Montado do Pereiro**
(32.703950, -16.888799)
- Duches: **Montado do Pereiro** (arena) – água fria



Escalões:	Distância	Pontos	Desnível +	Escala	Partida	
Final A Masculina	5350m	23	280m	1/10.000	2	PE**
Final A Feminina	4400m	15	195m	1/10.000	2	PE**
Final B Masculina	3400m	13	170m	1/7.500	1	
Final B Feminina	3000m	15	150m	1/7.500	1	
Final C Masculina	2700m	15	155m	1/7.500	1	
Final C Feminina	2600m	15	145m	1/7.500	1	
Seniores Masculinos - Veteranos I M	3200m	16	185m	1/7.500	1	
Seniores Femininos - Vet II F	2900m	14	165m	1/7.500	1	
Difícil Longo - Veteranos I F	2700m	13	145m	1/7.500	1	
Difícil Curto - Veteranos II M	2200m	15	85m	1/7.500	1	
Jovens 2 F/M - Fácil Longo	2800m	18	140m	1/7.500	1	
Jovens 1 F/M - H/D14	2600m	17	125m	1/7.500	1	
H/D12- Fácil Curto	2100m	12	60m	1/7.500	1	
T10	1700m	13	15m	1/7.500	1	

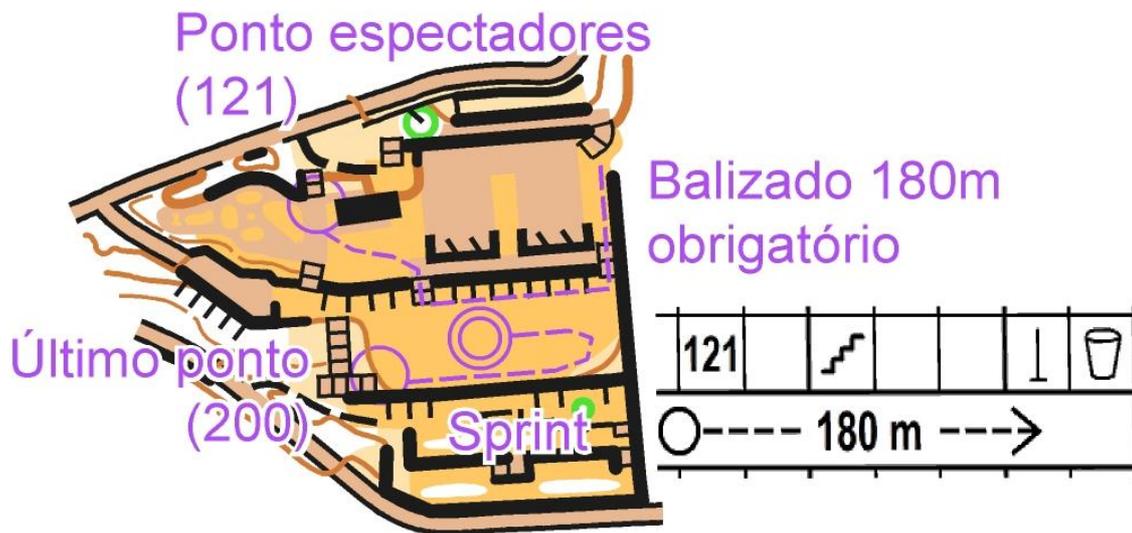
** Ponto de espetadores para Final A Masculina e Feminina a sensivelmente 1,7km do percurso

Notas:

As Partidas 1 distam 750m, com 100m de desnível positivo (aproximadamente 20 minutos a andar).

As Partidas 2 distam mais 1000m após o local da Partida 1 (existe transporte da organização para percorrer este trajeto entre as duas partidas) **APENAS** para os atletas da Final A feminina e masculina, sendo que existe uma Pré-partida 20 minutos, antes da partida real, no local da Partida 1.

Na final A feminina e masculina existe, a seguir ao ponto de espectadores (ponto 121), um balizado obrigatório com 180m ao longo da arena (estará indicado no terreno com balizado contínuo) sendo obrigatório os atletas percorrerem todo o balizado, passando pela arena da prova. No mapa de prova este balizado não aparece tão grande apenas por razões de legibilidade da leitura do mapa e do percurso.



Solo Duro

CNA MADEIRA 2023

ORIENTAÇÃO
CAMPEONATO NACIONAL ABSOLUTO
1-3 DEZEMBRO

SOLO DURO

Informações

A Organização disponibilizará um espaço “Solo Duro” situado nas instalações do INATEL Santo António da Serra – Santa Cruz
GPS: 32°42'53.25"N / 16°49'48.69"W

Este espaço funcionará entre os dias 29/nov e 4/dez

O valor diário a pagar será de 3,00€ por pessoa (inclui colchão)

A utilização de cobertor estará disponível, mediante o pagamento de caução no valor de 10,00€

- * Recomenda-se a utilização de saco-cama
- * Reserva deverá ser efetuada aquando da inscrição

Distâncias referência (aprox.):
Aeroporto: 9 km
Funchal (centro): 21 km
Santa Cruz: 8,5 km
Machico: 12km

Distâncias aproximadas para as etapas:
• TP Sprint (Boa Ventura): 36 km
• CNA (Qualificação): 11 km
• CNA (Final): 10 km



Transportes

Será disponibilizado transporte entre o Aeroporto e o Solo Duro, nos seguintes horários:

TRANSFERES AEROPORTO - SOLO DURO			
	29/nov	30/nov	1/dez
Horários de saída do Aeroporto	21h30'	1h30'	11h00'
		13h30'	22h30'
		23h30'	

O transporte entre o Solo Duro e o Aeroporto, nos dias 3 e 4 de dezembro, ocorrerá apenas em 3 frequências.

Os interessados podem ainda proceder ao aluguer de viatura com o nosso parceiro **MADEIRA RENT**, utilizando para o efeito o código abaixo apresentado e assim usufruir de um desconto especial CNA de 15% (no momento da reserva).



Transporte Solo Duro – Provas

Será disponibilizado transporte entre o Solo Duro e as Arenas, com os seguintes horários de partida:

- Etapa 1: 12h30
- Etapa 2: 9h15
- Etapa 3: 7h15

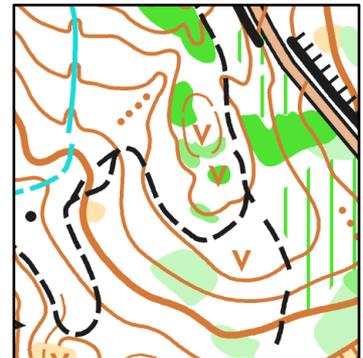
O transporte de regresso ao Solo Duro realizar-se no final das etapas (em local e hora a indicar pela organização no próprio dia).

Model Event

Chão das Aboboreiras



- Terreno: **Floresta**
- Cartógrafo: **Tiago Aires**
- Escala: **1/10.000 | 1/7.500 | 1/5.000**
- Equidistância: **5m**
- Estacionamento: **Chão das Aboboreiras**
(32.716111, -16.846472)



Os pontos (balizas oficiais 30cm x 30cm) estão no terreno de 4ª feira, dia 29/11/2023, até domingo, dia 03/12/2023.

Levantamento de mapas:

Sede da AORAM

R. da Vargem 30, 9000-134 Funchal

4ª e 5ª feira das 9h00 às 11h00 e 14h00 às 16h00.

Para levantar mapas fora deste horário por favor contatar:

geral.aoram@gmail.com.

T-shirt

A organização disponibilizará, mediante registo prévio no OriOasis, a todos os interessados uma t-shirt alusiva ao evento.



Haverão t-shirts à venda no dia da prova, para que os interessados possam comprar. Contudo, o número é limitado.

Local de levantamento de t-shirt: Secretariado de provas.

Custo de T-shirt: quinze euros (15€).

Pagamentos

Os pagamentos devem ser preferencialmente realizados para a Associação de Orientação da Região Autónoma da Madeira (todas as despesas a cargo do ordenante):

Titular da conta: Associação O Região A Madeira

Nome do Banco: Banco Santander Totta S.A.

IBAN: PT50 0018 000320307252020 65

SWIFT: TOTAPTPL

O pagamento deverá ser efetuado por transferência bancária, devendo ser enviada uma cópia do comprovativo de transferência para o email:

geral.aoram@gmail.com

Informações Úteis

Praças de Táxis:

Santo da Serra: (+351) 291 552 100

Machico (Centro): (+351) 291 962 480

AGRADECIMENTOS



Secretaria Regional
de Educação, Ciência e Tecnologia
Direção Regional de Desporto

