

CAMPEONATO GAÚCHO DE ORIENTAÇÃO 2026

1ª Etapa - 11 e 12 de abril de 2026 - Paraíso, Santiago-RS



Congresso Técnico



CENTRO DE EVENTOS

Conforme imagem na próxima página.

- **Estacionamentos:** para os atletas e comissão organizadora serão organizados na área externa ao perímetro do clube. Para a comunidade local, será dentro da área do clube.

- **Secretaria:** localizada junto ao Clube.

- **Partida:** localizada ao lado da estrada de acesso à comunidade do paraíso, distante 610 metros a partir do centro de eventos. O percurso será balizado com bandeirolas.

Para conhecimento, o tempo médio de execução do percurso balizado para a partida para atletas de 70 anos de idade (categoria de maior idade), feito caminhando, é de até 10 minutos.

Na área da partida não haverá disponibilidade de sanitários.

A partida das categorias “Acompanhado” será realizada a partir da secretaria do evento.

- **Ordens de partida:** serão afixadas no mural junto à secretaria e também na partida. O relógio oficial da competição encontra-se na partida.

Solicitamos a todos os atletas que compareçam à partida pelo menos 5 minutos antes de seu horário.

- **Resultados:** os resultados serão expostos de forma digital (televisão) ou no mural da secretaria e posteriormente publicado no site do evento.

- **Chegada:** no campo de futebol, em frente ao clube, com balizamento para a apuração.

- **Equipe médica:** estará localizada próximo a chegada.

- **Área de aquecimento:** próximo à partida ou na estrada de acesso ao local da partida limitado à altura da porteira de acesso ao local da partida (não será permitido ultrapassar este ponto em direção ao Norte).

- **Banho:** Não foi possível obter apoio para fornecimento de banho no local do evento. Haverá somente um chuveiro feminino e um masculino no centro de eventos, portanto, recomendamos que os atletas conduzam seu material de higiene e limpeza próprios.

- **Banheiros:** estão localizados no interior do clube. Na área da partida não haverá disponibilidade de sanitários.

- **Premiação:** será realizada no espaço interior do clube, conforme programação.

Com o intuito de “preservar a imagem do esporte”, as seguintes regras deverão ser seguidas pelos atletas agraciados com o pódio:

> O traje para receber a premiação, tanto nas etapas quanto na premiação final, deverá ser adequado para a ocasião, sendo proibido o uso de sandálias, chinelos ou pés descalços, camisa de

time de futebol ou outros esportes e/ou estar sem camisa. **Dê preferência para a camisa do clube ou representativa do Esporte Orientação.**

> É permitido o uso de tênis sem meias, bermudas e camiseta tipo regata.

> É proibido subir ao pódio acompanhado de/ou carregando no colo crianças, bem como animais de estimação, salvo no caso de incapacidade física, situação em que é permitido acompanhante para auxiliar o atleta a se manter no pódio.

- **Almoço:** será realizada espaço interior do clube.

- **Água e frutas:** distribuição próximo à chegada.

- **Água nos percursos:** haverá dois pontos de água no percurso de sábado e três pontos de água no percurso de domingo, os quais atendem todas as categorias. Solicita-se o uso racional da água, somente para beber (proibido banhar-se nos pontos de água).

- **Atletas acompanhados:** A partida das categorias “Acompanhado” será realizada a partir da secretaria do evento e somente partirão após a chegada do responsável (se for atleta inscrito) ou outra pessoa que for acompanhá-lo, que não esteja inscrito.



MAPAS

Os mapas serão parcialmente inéditos (27% da área da competição será realizada no mapa da 3ª Etapa do CGO, disponível no site do evento). Confeccionados de acordo com as Especificações Internacionais para Mapas de Orientação (ISOM 2017-2), na escala de 1:10.000 ou 1:7.500, com equidistância de 5 metros.

A parcela não inédita do mapa está disponível no site do evento: <https://cos.esp.br/evento/campeonato-gaucha-de-orientacao-cgo-2025-2025-terceira-etapa>

A vegetação predominantemente da área é de mata nativa, áreas com muitos bosques, moitas esparsas e predominância de campos abertos para o gado (símbolo 401 das ISOM 2017-2 - amarelo

75%). A vegetação nativa é predominante (símbolo 406 e 408 das ISOM 2017-2), possuindo poucas partes onde a corrida é fácil (símbolo 405 das ISOM 2017-2). Próximo aos cursos d'água pode ocorrer a presença de vegetação mais fechada e barrancos altos, descritos no mapa como penhascos intransponíveis (símbolo 201 das ISOM 2017-2). Nos locais onde há presença de vegetação nativa de progressão difícil foi utilizado o símbolo 408 e 410 das ISOM 2017-2.

O relevo é variado entre 300 a 400 metros de altitude no ponto mais alto, com formação de talvegues e colinas rasas, acidentes que mais se destacam no mapa. Há presença de áreas com pedras concentradas que dificultam a progressão, as quais foram marcadas no mapa.

A área possui trilhas e estradas sem tráfego intenso de veículos (símbolo 504 e 505 da ISOM 2017-2) e uma pequena quantidade de trilhas (símbolo 506, 507 e 508 da ISOM 2017-2).

Há certa quantidade de cercas, que dividem as propriedades e lotes de campo e lavouras e poucas construções na área.

Na parte de hidrografia, destacam-se os pequenos córregos, pequenos lagos e açudes.

Em caso de chuva extrema nos dias do evento, serão preparados e marcados no mapa, dois pontos de passagem sobre o principal córrego da área, para isso, será usado o sistema de “pinguela” (pontes improvisadas para pedestres), nas quais recomendamos não correr, somente caminhar, pois a estrutura é estreita e se movimenta ao passar.

PERCURSOS

1º Percorso: Individual, com características de distância média, tipo Floresta, predominantemente de mata nativa.

2º Percorso: Individual, com características de distância Longa, tipo Floresta, predominantemente de mata nativa.

Grupos de Categorias: Conforme Boletim 2 do evento.

RISCOS E ÁREAS PROIBIDAS

Importante: recomendamos uso de caneleira e camiseta de manga comprida. A vegetação definida como 406 pode conter uma variedade de espécies de espinhos (Unha de Gato, Maricá, Sucará, Japacanga, Espinho de Agulha, Mamica de cadela, entre outras), **que podem provocar lesões na pele.**

As áreas marcadas no mapa como “Fora de prova” (símbolo 709 das ISOM 2017-2) e “Áreas Privadas” (símbolo 520 das ISOM 2017-2) devem ser evitadas para a segurança dos atletas ou a preservação das condições da área.

As áreas perigosas são definidas onde há presença de caixas de abelhas e estão marcadas no mapa. Nas áreas coincidentes com as rotas dos percursos, estarão balizadas com fita zebra.

Abelhas nativas como vespas e marimbondos podem ser encontrados na área, porém não estarão marcados no mapa.

Alérgicos a picadas de abelhas, vespas e outros insetos DEVEM LEVAR SEU PRÓPRIO MEDICAMENTO!

Penhascos: Na presente situação temos a representação de penhascos no extrato do mapa (imagem A) e as fotos do local na floresta (imagens B e C).



Imagem A



Imagem B

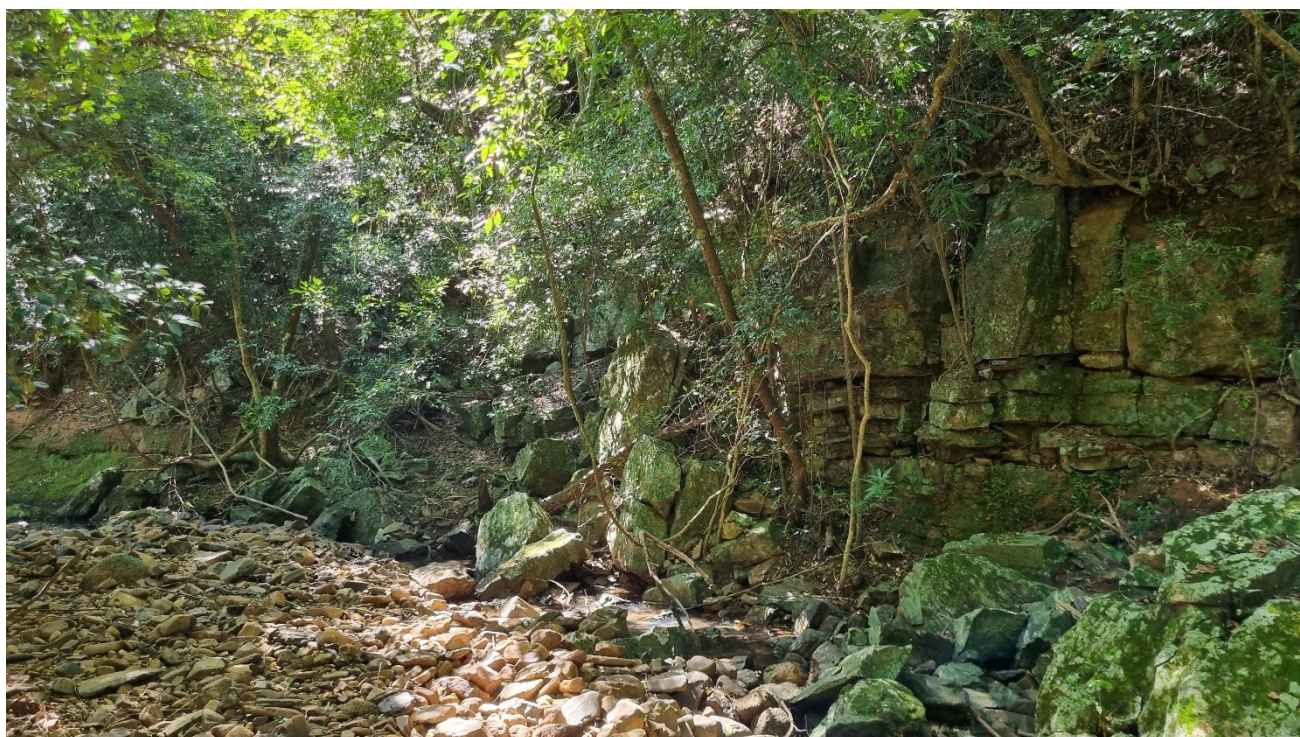


Imagem C

Linhas de água: Na presente situação temos a representação de passagem em linha de água no extrato do mapa e a foto do local na floresta.

Obs: Em caso de chuva extrema nos dias do evento e nível alto do córrego, foram preparados e marcados no mapa, dois pontos de passagem sobre o principal córrego da área conforme imagem “D”, para isso, será usado o sistema de “pinguela” (pontes improvisadas para pedestres), figura “E e F”, nas quais recomendamos não correr, somente caminhar, pois a estrutura é estreita e se movimenta ao passar. As pinguelas não são de passagem obrigatória pois o córrego possui vários pontos onde é possível passar, conforme imagens G, e conforme mostrado no mapa.



Imagem D



Imagem E

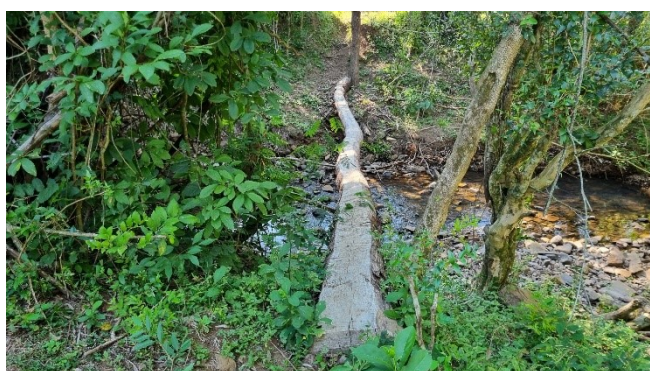


Imagem F



Imagem G

Área com abelhas: As áreas perigosas são definidas onde há presença de caixas de abelhas e estão marcadas no mapa. Nas áreas coincidentes com as rotas dos percursos, estarão balizadas com fita zebraada.

Abelhas nativas como vespas e marimbondos podem ser encontrados na área, porém não estarão marcados no mapa.

Alérgicos a picadas de abelhas, vespas e outros insetos DEVEM LEVAR SEU PRÓPRIO MEDICAMENTO!

Na presente situação temos a representação de áreas perigosas com abelhas, no extrato do mapa (imagem I – quando é uma caixa isolada e, imagem J – quando são várias caixas próximas) e a foto do local na floresta (imagem K).



Imagem I

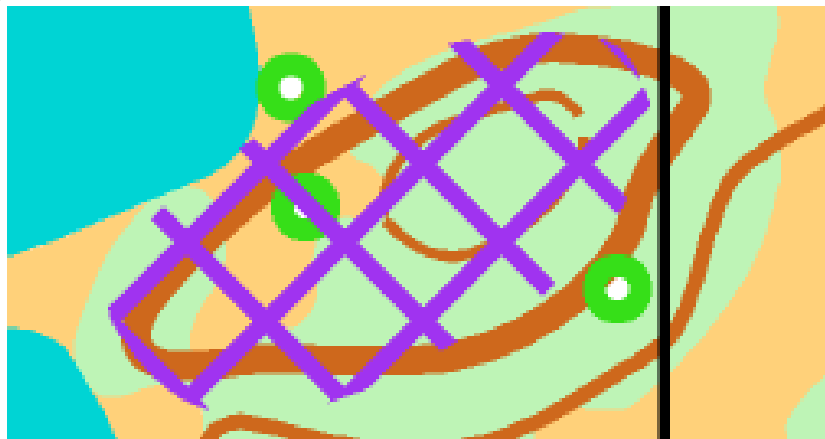


Imagem J



Imagem k



Exemplo da demarcação da área com abelhas no terreno.

Cercas Elétricas para Gado: Na área do mapa poderá haver a presença de algumas cercas elétricas para gado. A mesma funciona emitindo pulsos de alta tensão, mas com baixa amperagem, o que causa um choque incômodo, mas não letal, em animais e pessoas que tocam nos fios. Embora a cerca elétrica não seja projetada para causar danos graves, um choque pode ser doloroso e assustador, especialmente para crianças ou pessoas com problemas de saúde.

A comissão organizadora já fez contato com os proprietários para desligá-la durante a realização dos percursos, mesmo assim, recomenda-se não tocar nos fios, passando por baixo ou por cima, dependendo das condições físicas de cada atleta.

As cercas elétricas para gado geralmente são constituídas de um ou dois fios de metal ou fibra e metal, diferentemente das cercas tradicionais com vários fios de arame liso ou farpado. Na imagem abaixo, representa-se a cerca elétrica que estará mais destacada na área dos percursos.



Cerca em Construção em área de mata: Na área de mata próximo ao ponto de controle número 81, do 2º percurso (12 de abril) há uma cerca em construção (está marcada com uma elipse na imagem “L” abaixo), a qual possui somente dois fios de arame, um na altura de 1,50 m e outro na altura de 0,40 m, conforme mostrado destacado na imagem “M” abaixo. A cerca pode representar risco ao atleta, caso não observe atentamente o terreno.

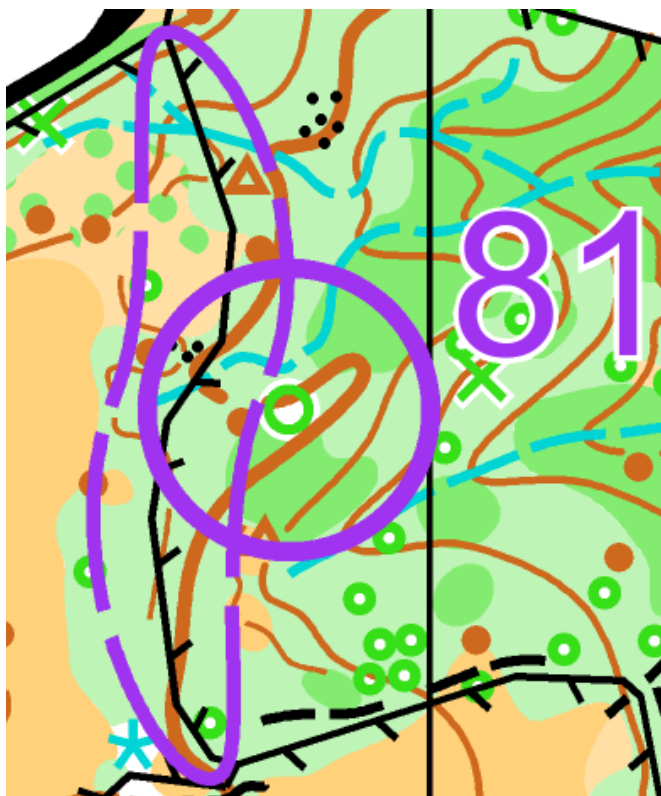


Imagem L (cerca marcada na elipse)



Imagem M (setas indicam os fios de arame)

Cachorros: Nas propriedades rurais é constante a presença de cachorros, para a proteção das casas e trabalho com o gado ou as ovelhas.

Porém na área de competição não há presença de cachorros hostis, que possam causar transtornos aos atletas.

A equipe organizadora fez contato com os proprietários para que prendam os mesmos durante a realização dos percursos, mesmo assim, recomenda-se não hostilizar os animais que porventura estejam soltos, jogando pedras ou outros materiais. Mantenha a calma e passe normalmente pelos locais.

RESPONSABILIDADES

De acordo com as Regras de Orientação Pedestre (ROP-2026), da Confederação Brasileira de Orientação (CBO), deve ser observado e divulgado o seguinte:

“Regra 6.6: Ao se inscreverem para participar de um evento de orientação, os atletas ou seus responsáveis legais obrigatoriamente DECLARAM que são responsáveis pelos riscos, problemas físicos ou fisiológicos que porventura venham a sofrer durante os deslocamentos, área de concentração bem como a execução dos percursos, isentando os responsáveis pelas áreas, promotores e organizadores do evento de qualquer responsabilidade decorrente de acidentes ou incidentes que venham a ocorrer antes, durante e ou após as competições do evento. Também ATESTAM que se encontram em perfeitas condições físicas e médicas para competir regularmente no evento. O seguro contra acidentes pessoais é de responsabilidade do atleta ou clube/entidade ao qual é filiado.”

“Regra 6.14: O atleta, ao se inscrever em um evento de Orientação, autoriza o uso de suas imagens para fins de divulgação e promoção do esporte.”

“Regra 6.15: Os menores de 18 anos de idade só poderão participar de competições oficiais da CBO, após a apresentação de autorização dos pais ou responsável legal, conforme Anexo N da ROP 2026.”

Os clubes deverão enviar à FGO, através do e-mail secretario@fgo.esp.br, uma declaração informando que os menores de 18 anos estão devidamente e formalmente autorizados por seus responsáveis legais a participarem do Campeonato, mantendo sob sua guarda as autorizações recebidas.

O prazo para o envio da declaração referida no item anterior é o término do 2º prazo de inscrições. A declaração terá validade a partir do seu recebimento pela FGO até 31/12/2026. No caso do não envio da declaração, os atletas menores de 18 anos poderão ser impedidos de participar.

“Regra 6.16: Os atletas surdos participam dos eventos de Orientação, sem qualquer distinção, se inscrevendo e competindo dentro das categorias regulares da modalidade. Ao se inscrever no evento, o atleta surdo deverá informar no campo OBSERVAÇÕES, no ato da inscrição no SISCBO, ou enviar um e-mail para a organização, informando sua condição, para que o organizador possa oferecer as condições que possibilitem este competidor participar normalmente do evento.”

RECOMENDAÇÕES EM RELAÇÃO AO CALOR EXTREMO

Seguir as orientações médicas e organizacionais, incluindo uso de vestuário adequado, hidratação constante e atenção aos sinais de exaustão térmica.

Como identificar doença relacionada ao calor?

“Ouça o corpo”: ao surgir qualquer sintoma ou sinal descrito abaixo, **pare imediatamente:**

- Tontura, cabeça leve, náusea, fadiga evidente;
- Interrupção da sudorese;
- Perda de habilidade/coordenação (falta de firmeza);
- Confusão, comportamento agressivo/irracional;
- Alteração do nível de consciência, colapso; e
- Pele pálida ou acinzentada.

Regras de segurança para treinos e competições:

- Construa condicionamento antes de esforços intensos, especialmente em clima quente;
- Modere a intensidade em condições quentes ou úmidas;
- Evite exercícios intensos em calor/umidade se estiver indisposto ou em recuperação de doença;
- Hidrate-se antes, durante e após o exercício;
- Interrompa o esforço se ocorrer mal-estar em calor/umidade ou durante intensidade alta;
- Interrompa/assista outros participantes que pareçam indispostos, confusos ou com perda de coordenação;
- Se teve recentemente febre alta, infecção, diarreia ou vômito, **NÃO** deve participar de exercícios intensos;
- Pessoas com mais de 65 anos ou que sofrem de diversas condições médicas, que tomam medicamentos ou mulheres que estão grávidas podem ter dificuldades para se exercitar no calor. Exemplos incluem: asma, diabetes, problemas cardíacos, epilepsia, sobrepeso e obesidade. Medicamentos podem incluir até aqueles comprados sem prescrição. Se não tiver certeza sobre os efeitos, consulte seu médico ou farmacêutico.

DÚVIDAS

Devem ser encaminhadas para o Diretor do Evento, pelo e-mail cosantiago1998@gmail.com ou WhatsApp (55) 99940 0957 (exclusivamente por mensagem).

Uma cópia deste documento estará disponível na Secretaria do Evento para consulta.

Santiago-RS, 05 de abril de 2026.

Patrícia Santana Mathias
Árbitra do evento

Jocemar Riva
Diretor do evento

REALIZAÇÃO / ORGANIZAÇÃO



PATROCÍNIO



CONTROL POINT
EVENTOS & ARTIGOS ESPORTIVOS

APOIO



PREFEITURA DE
SANTIAGO
Oportunidades que Transformam

SECRETARIA
MUNICIPAL DE
**ESPORTE
E LAZER**



**CLUBE
SOCIAL
DO
PARAÍSO**



Bianchin
Indústria Arrozeira