



XVII CPO

Realização



ROTA ALTERNATIVA

Apoio





Boletim Informativo 02

XVII Campeonato Paraibano de Orientação

1 - CONVITE

A Federação de Orientação da Paraíba – FOP e o Clube de Orientação Rota Alternativa têm a honra de convidar toda a “família orientista”, para participar da **I Etapa do XVII Campeonato Paraibano de Orientação**, que será realizada no dia 26 de Março de 2023, com área de competição localizada no município de João Pessoa, Estado da Paraíba.

2 - SÍMBOLO



Logo inspirada nas histórias de Cordel, tão comum pelo Nordeste agora presente na Logo do Campeonato Paraibano de Orientação. Desenhado a mão e transformado em desenho digital para compor o material digital deste campeonato.

3 - COMISSÃO ORGANIZADORA

Diretor do Evento	Denis Henrique Martins
COMISSÃO TÉCNICA	
Diretor Técnico	Rildo Ferreira
Traçador de Percurso	Jones Ludwig
Mapeador	Jones Ludwig
Árbitro FOP	Sérgio Carvalho
E-mail	prof.sergiocarvalho@gmail.com
Telefone	(83) 9 8672-0023



Boletim Informativo 02

XVII Campeonato Paraibano de Orientação

4 - CONTATO

Federação de Orientação da Paraíba

Email: secretaria@fop.org.br

Telefone: (83) 9 8827-7634

5 - LOCAL DO EVENTO

O Evento acontecerá no Parque Trilhas – João Pessoa, Paraíba.





Boletim Informativo 02

XVII Campeonato Paraibano de Orientação

6 - CRONOGRAMA DO EVENTO

Data	Horário	Atividade	Local
26 de março 2023 Domingo	A partir das 07hs	Entrega do Si-Card	Secretaria do evento
	07:30hs	Cerimônia de Abertura	Arena principal
	8:00hs	Início das Partidas	Arena de partidas

7 - TIPO DE PROVA

A competição será de orientação pedestre, diurna, individual ou acompanhado, percurso único, em ordem específica e longa distância.

8 - CATEGORIAS

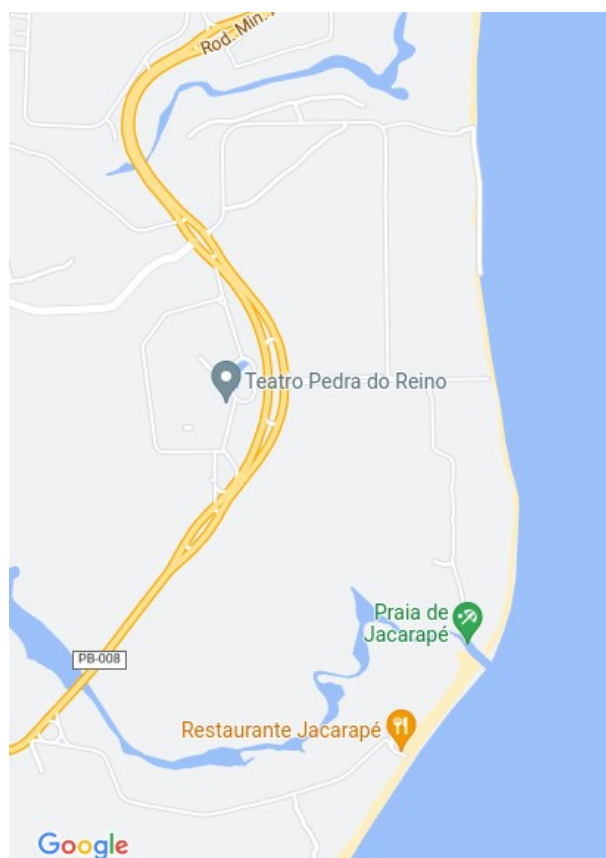
Homens no Estadual	Equivalencia Nacional	Mulheres no Estadual	Equivalencia no Nacional
H Infantil N (HIN)	H10N / H12N	D Infantil N (HIN)	D10N / D12N
H Infantil B (HIB)	H10B / H12B	D Infantil B	D10B / D12B
H Juvenil N (HJuvN)	H14N / H16N	D Juvenil N	D14N / D16N
H Juvenil B (HJuvB)	H14B / H16B	D Juvenil B	D14B / D16B
H Juvenil A (HJuvA)	H14A / H16A	D Juvenil A	D14A / D16A
H Juvenil E (HJuvE)	H16E	D Juvenil A	D16E
H Junior N (HJN)	H18N / H20N	D Junior N	D18N / D20N
H Junior B (HJB)	H18B / H20B	D Junior B	D18B / D20B
H Junior A (HJA)	H18A / H20A	D Junior A	D18A / D20A
H Junior E (HJE)	H18E / H20E	D Junior E	D18E / D20E
H Adulto N (HAN)	H21N	D Adulto N	D21N
H Adulto B (HAB)	H21B	D Adulto B	D21B
H Adulto A (HAA)	H21A	D Adulto A	D21A
H Adulto E (HAE)	H21E	D Adulto E	D21E
H Master N (HMN)	H35N / H40N	D Master N	D35N / D40N
H Master B (HMB)	H35B / H40B	D Master B	D35B / D40B
H Master A (HMA)	H35A / H40A	D Master A	D35A / D40A
H Sênior N (HSN)	H45N / H50N	D Sênior N	D45N / D50N
H Sênior B (HSB)	H45B / H50B	D Sênior B	D45B / D50B
H Sênior A (HSA)	H45A / H50A	D Sênior A	D45A / D50A
H Veterano N (HVN)	H55N / H60N	D Veterano N	D55N / D60N
H Veterano B (HVB)	H55B / H60B	D Veterano B	D55B / D60B
H Veterano A (HVA)	H55A / H60A	D Veterano A	D55A / D60A
H VIP N	H65N e acima	D VIP N	D65N e acima
H VIP B	H65B e acima	D VIP B	D65B e acima
H VIP A	H65A e acima	D VIP A	D65A e acima
H N 1	Até 10 anos	D N 1	Até 10 anos

HN 2	de 10 a 14 anos	DN 2	de 10 a 14 anos
HN 3	de 15 anos acima	DN 3	de 15 anos acima

A competição seguirá as regras de Orientação da IOF, as Regras de Orientação Pedestre da CBO (ROP/CBO), o Regulamento de Competições Regionais e Estaduais da CBO (RCRE/CBO) e o Regulamento do Campeonato Paraibano de Orientação 2022, disponíveis em: www.cbo.org.br e www.fop.org.br/

9 - ÁREA EMBARGADA

Toda a área demarcada como Parque Trilhas na cidade de João Pessoa – PB.





Boletim Informativo 02

XVII Campeonato Paraibano de Orientação

10 - INSCRIÇÕES

Os atletas não filiados à CBO poderão se inscrever nas categorias “N” e “B”, recebendo as premiações previstas para seus resultados, porém não participando do ranking da FOP.

Os atletas menores de 18 anos participam do evento mediante autorização escrita dos pais ou responsáveis (esta autorização deverá ficar sob controle e posse dos Presidentes de Entidades, Técnicos ou dos Responsáveis Legais).

As inscrições serão realizadas de forma ONLINE no Sistema da FOP, integrado ao sistema CBO, no evento correspondente a I Etapa, através do link: <https://fop.org.br/evento/1141>

Conforme Regulamento do XVII CPO, os clubes interessados em participar do “Ranking de Clubes” devem realizar inscrição no campeonato conforme valor descrito no Regimento de Taxas 2023 da FOP. Os valores devem ser depositados/transferidos para a conta da FOP informada no item 10.2 até o final do 2º prazo da IV Etapa.

“Regra 42 - Os competidores que participam de uma prova são responsáveis pelos riscos e acidentes que venham a sofrer no deslocamento, concentração e execução dos percursos. O seguro contra acidentes é de responsabilidade do atleta ou do clube a que ele pertence.”

10.1 - COMO FILIAR-SE À CBO:

Para realizar a filiação temporária ou definitiva acesse: <https://www.cbo.org.br/login> e escolha a opção desejada no quadro do lado direito da tela.



Boletim Informativo 02

XVII Campeonato Paraibano de Orientação

10.2 - VALORES E PRAZOS

Os valores do percurso longo (domingo) devem ser depositados no Banco do Brasil, agência 3501-7, conta Corrente 40150-1, Federação de Orientação da Paraíba CNPJ: 13.189.836/0001-28, e anexado ao sistema de inscrição eletrônica, antes do término dos prazos deste boletim.

Valores e prazos conforme tabela a seguir:

Descrição	Prazos		
	1º Prazo Até 07/Março	2º Prazo Até 17/Março	Aberto (1) Até 22/Março
Individual + Sicard Alugado	R\$ 75,00	R\$ 95,00	R\$ 125,00
Individual + Sicard Próprio	R\$ 68,00	R\$ 88,00	R\$ 118,00
1º Dependente + Sicard Alugado(2)	R\$ 70,00	R\$ 90,00	R\$ 120,00
1º Dependente + Sicard Próprio(2)	R\$ 63,00	R\$ 83,00	R\$ 113,00
2º Dependente em diante + Sicard Alugado(2)	R\$ 67,00	R\$ 87,00	R\$ 117,00
2º Dependente em diante + Sicard Próprio (2)	R\$ 60,00	R\$ 80,00	R\$ 110,00
*Duplas + Si-Card Alunado	R\$ 140,00	R\$ 160,00	R\$ 190,00
*Duplas + Si-Card Próprio	R\$ 133,00	R\$153,00	R\$ 183,00

***As Duplas devem seguir as orientações contidas no Regulamento do XVII CPO, Art. 4 – Parágrafo 3º.**

Valores para os participantes filiados à CBO já com o desconto de 40%. Os participantes não filiados à CBO pagarão os valores integrais.

(1) - Atletas inscritos neste prazo correrão no percurso aberto, sem pontuação individual e para o clube.

(2) - São considerados dependentes esposas/esposos, companheiras/companheiros legalmente constituídos e filhos solteiros até 21 anos, sendo obrigatória a comprovação por documentação o oficial da referida condição. A documentação deverá ser enviada para secretaria@fop.org.br

Inscrições no sistema com valores de depósito divergente de prazos não serão aceitas. Valores depositados a mais não serão devolvidos.



Boletim Informativo 02

XVII Campeonato Paraibano de Orientação

Haverá devolução de valores mediante solicitação do atleta através dos e-mail secretaria@fop.org.br, CONFORME TABELA ABAIXO

PRAZOS	PERCENTUAL DEVOLVIDO
Até 07 de março de 2023	50% do valor pago
Até 17 de março de 2023	25% do valor pago
Após 17 de março de 2023	Não haverá devolução

Para sanar dúvidas referente a utilização do sistema online de inscrição o atleta deverá entrar em contato com a FOP pelo e-mail secretaria@fop.org.br.

Em observância à Regra 232, Parágrafo 3º da ROP 2022, o valor estipulado para leitura da memória da base será de **R\$100,00** (cem reais).

11 – PRINCIPAIS DISTÂNCIAS

- Campina Grande – 137km
- Recife – 120km
- Natal – 192km

12 – HOSPEDAGEM E ALIMENTAÇÃO

João Pessoa tem uma ótima estrutura de hotéis, pousadas e restaurantes destacando-se os que estão na faixa litorânea.

Não será oferecido acantonamento.

13 – MAPAS

Os mapas serão confeccionados de acordo com as Especificações Internacionais Para Mapas de Orientação – ISOM 2017-2.

Escalas 1:10000 / 1:7500

O caráter único da corrida de orientação pode ser descrito como: encontrar e seguir o melhor itinerário, através de terreno desconhecido, numa luta constante contra o tempo. O que exige diversas capacidades de orientação: boa leitura do mapa, avaliação de opções, utilização da



Boletim Informativo 02

XVII Campeonato Paraibano de Orientação

bússola, concentração sobre estresse, rapidez na tomada de decisão, corrida em terreno acidentado, etc.

O terreno apresenta as seguintes características: Zonas de floresta; visibilidade limitada; terreno com muitos detalhes e pequenos elementos; rede de caminhos reduzida; desnível moderado para baixo; zonas sem construções e não cultivadas; piso que permite a corrida; a vegetação predominante com aproximadamente 90% a área mapeada foi classificada como Verde Possível Caminhar (408) que varia bastante em sua possibilidade de progressão hora próximo ao Verde Corrida Lenta (406) hora próximo ao Verde Difícil de Caminhar (410); sendo estes dois últimos com pouca extensão; terreno com poucas variações na altimetria.

O traçado dos percursos levou em consideração as regras previstas nas Regras de Orientação Pedestre (ROP 2023) dentre outras, destacam-se as seguintes: regra 8.1 “Em cada evento, o traçador de percursos deverá montar os percursos, divididos em Elite (E), Muito Difícil (A), Difícil (B) e Fácil (N), observando a ordem crescente dos grupos dentro dos respectivos graus de dificuldade, variando apenas as distâncias. Especial atenção deve ser dada ao respeito ao tempo de prova” e regra 8.2 “Os percursos deverão ser testados e devem estar de acordo com a habilidade dos competidores em cada categoria”.

O quadro demonstrativo do Grau de Dificuldade anexo E das ROP 2023, traz de forma ilustrada a diferença entre os diversos níveis de dificuldade:


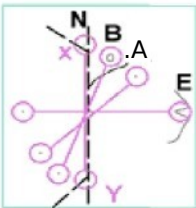

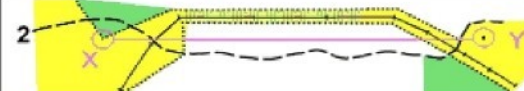

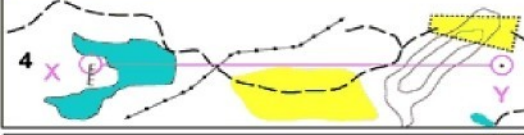
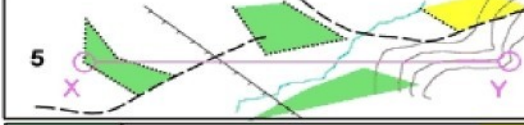

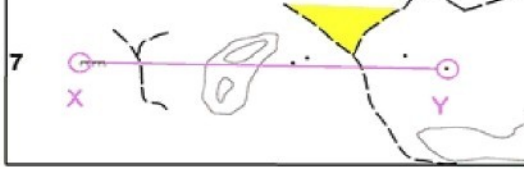



Boletim Informativo 02

XVII Campeonato Paraibano de Orientação

ANEXO "E" - ROP

GRAU DE DIFICULDADE

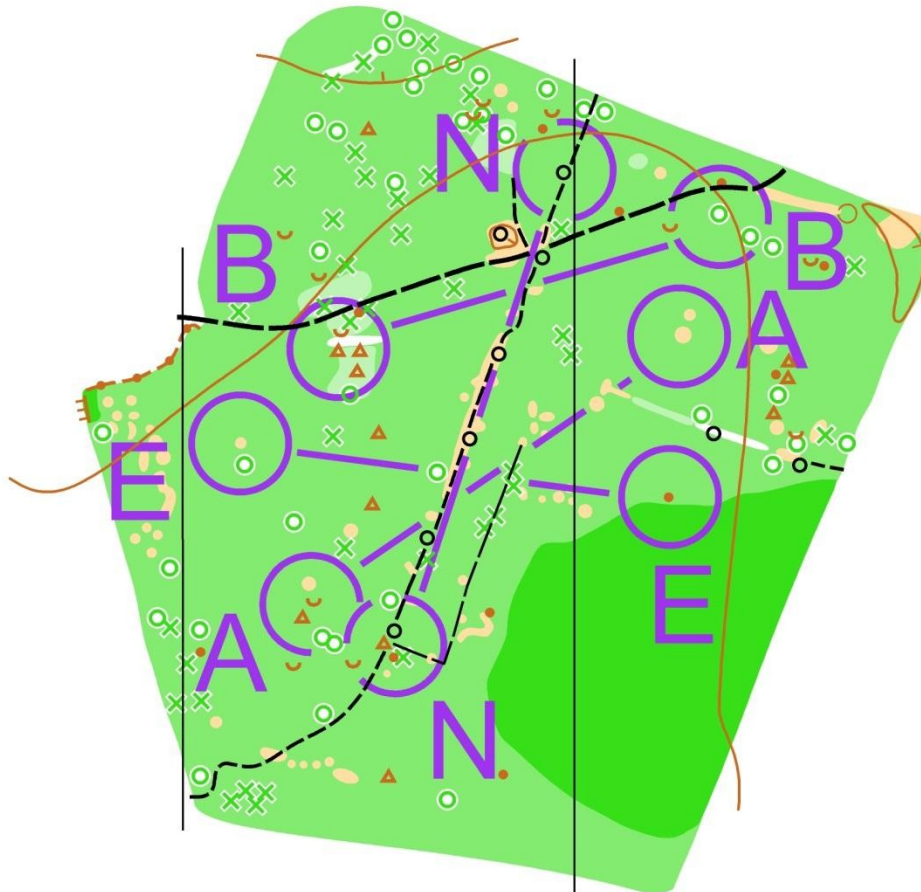
<p>GRAU DE DIFICULDADE 1 - DIN 10 N - 12 N 2 - D/I-I 14 N - 16 N - 1B N 3 - N 21 EM DIANTE 4 - 12 B a 20 B 5 - 21 B - 35 B em diante 6 - 16 A - 20 A 7 - 21 A - 45 A 8 - ELITE</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"></div> <p>OBS:</p> <p>Levar em consideração o preparo físico dos participantes,</p> <p>Facilitar ao máximo para as mais novos, pois eles trocam de categoria quando adquirem mais confiança;</p> <p>Ter sempre em mente que ORIENTAÇÃO é esporte puro, não é esporte radical nem aventura.</p>	       
--	--

Aplicando estas regras, nas considerações já apresentadas na descrição do terreno e vegetação predominantes, divulgamos com a devida antecedência um extrato do mapa (reforçamos que todo o mapa está nestas condições) com as exemplificações dos graus de dificuldade inerentes a cada categoria: (mapa fora de escala)



Boletim Informativo 02

XVII Campeonato Paraibano de Orientação



Em resumo, o grau de dificuldade das categorias, foi aplicado do início ao final dos percursos, o que exigirá dos atletas a aplicação das diversas capacidades de orientação: boa leitura do mapa, avaliação de opções, utilização da bússola, concentração sobre estresse, rapidez na tomada de decisão, corrida em terreno acidentado e de vegetação densa, peculiar das nossas matas litorâneas.



Boletim Informativo 02

XVII Campeonato Paraibano de Orientação

14 – SERVIÇOS EXTRAS PARA ATLETAS INSCRITOS NA I ETAPA DO XVII CPO.

Para você, atleta filiado e inscrito nas etapas do XVII CPO, a FOP e a Sir Acupuntura especializada na prevenção de lesões e reabilitação estarão oferecendo uma sessão gratuita de Bota pneumática com ILIB e ainda, 40% de desconto em outras sessões.

Para aproveitar, basta ser um atleta filiado a CBO e estar inscrito em uma das nossas quatro etapas de CPO 2023. Promoção não acumulativa.

Alguns dos serviços disponibilizados:

- ✓ Laserterapia;
- ✓ Massagem Desportiva
- ✓ Acupuntura
- ✓ Avaliação Termográfica

E muitas outras!

Sir Acupuntura - saúde integrativa e reabilitação por Acupuntura

Liv mall

Av governador Flávio Ribeiro Coutinho 500, sala 637, Jardim oceânica.

Layon Madeiro – Acupunturista

Telefone - 83 99917-7630





Boletim Informativo 02

XVII Campeonato Paraibano de Orientação

15 – PREMIAÇÃO DA I ETAPA

A Federação de Orientação da Paraíba irá premiar os três primeiros colocados de cada categoria com no mínimo três (03) inscritos. A premiação será realizada no momento em que a categoria já estiver definida.



Boletim Informativo 02

XVII Campeonato Paraibano de Orientação

João Pessoa, 26 de fevereiro de 2023

Denis Henrique Martins
Diretor da prova

Sérgio Carvalho
Arbitro FOP



Apoio

