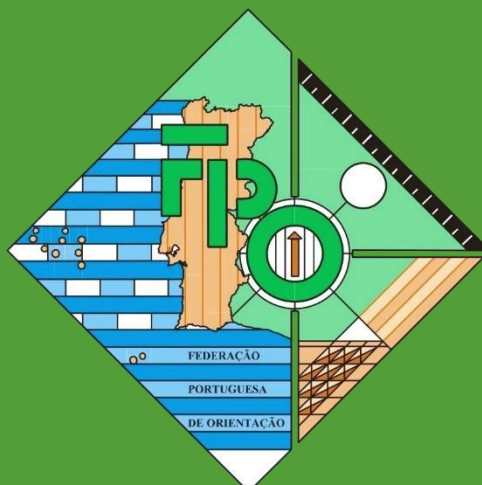


REGULAMENTO DE COMPETIÇÕES REGIONAL

Federação Portuguesa de Orientação (FPO)



www.fpo.pt

Preâmbulo

A FPO tem como objetivo estratégico, divulgar a modalidade e aumentar a oferta de atividades a nível regional, em particular no nível local e intermunicipal, focado na organização de atividades atrativas e próximas para toda a população.

Assim, a Direção da FPO pretende gerar dinâmicas locais e intermunicipais, a curta(s) distância(s) e fáceis acessibilidades para permitir gerar oportunidades de evolução de novos clubes com novos praticantes, bem como contribuir para a preparação dos atuais para os eventos nacionais e internacionais.

Face à ausência de propostas e soluções que garantam uma eficácia assertiva na promoção da modalidade, quer para a captação de novos praticantes quer para continuar a motivar os atuais, edifica-se a atual proposta de caminho a explorar esta e as próximas épocas desportivas.

Cientes de que o atual formato proposto só será viável se os clubes associados da FPO contribuírem e colaborarem ativamente nesta linha de desenvolvimento regional, pois sem esta dinâmica associativista local, a atual proposta não terá sucesso. Para o efeito, serão nomeados pela FPO, coordenadores regionais voluntários, de modo a descentralizar todo o processo organizativo das competições regionais.

A FPO apoiará os clubes organizadores, em estreita ligação com os coordenadores regionais, na gestão do calendário competitivo regional, na disponibilização de material e apoio logístico (SI, *boxes*, *tarjas*, etc), mediante as possibilidades da FPO.

Tendo plena consciência que não existe uma solução perfeita, face à heterogeneidade da distribuição territorial dos clubes, as Regiões apresentadas na presente proposta, têm como base a análise da localização das sedes dos clubes ativos, atletas e zonas de competição possíveis, e foram elaboradas com o firme propósito de mitigar injustiças de acordo com a atual situação da modalidade e do país.

Pretende-se que os eventos organizados no âmbito deste regulamento, sejam simples e minimalistas em termos organizativos, de modo a facilitar os clubes organizadores. O nível de dificuldade dos percursos apresentados para os eventos Regionais, estarão de acordo com o previsto no Manual do Traçador de Percursos.

Cientes da necessidade de crescimento da modalidade, é intenção da FPO com este modelo competitivo regional, integrar todos os praticantes, federados e não federados, criando mais eventos locais e de proximidade, levando a Orientação às pessoas (e as pessoas à Orientação), potenciando em simultâneo, o salutar espírito competitivo desportivo, através da criação e desenvolvimento de um *ranking* regional.

Apesar de existir um *ranking City Race* independente, sendo aquelas consideradas provas de um circuito nacional, podem integrar e ser contabilizadas para o *ranking* regional da zona onde se realizam, de modo a estimular não só a competitividade, mas também a participação da comunidade local nestas provas, que pelas suas características específicas, representam uma excelente forma de iniciação à modalidade.

Assim, nos artigos seguintes, serão apresentados as regras e objetivos para este formato de competição.

Índice

<i>Quadros Competitivos de Orientação Regional</i>	4
<i>Capítulo I – Normas Gerais</i>	4
<i>Artigo 1.º – Categorias de competição</i>	4
<i>Artigo 2.º – Formatos de competição e tipos de percursos</i>	4
<i>Artigo 3.º – Características dos percursos</i>	4
<i>Artigo 4.º – Percursos</i>	5
<i>Artigo 5.º – Tempo máximo da prova</i>	5
<i>Artigo 6.º – Mapas</i>	5
<i>Artigo 7.º – Condições materiais das provas</i>	5
<i>Artigo 8.º – Sistema de controlo e cronometragem das provas</i>	5
<i>Artigo 9.º – Classificação dos atletas</i>	5
<i>Artigo 10 – Prémios</i>	5
<i>Capítulo II – Normas aplicáveis aos atletas</i>	5
<i>Artigo 11.º – Navegação</i>	5
<i>Artigo 12.º – Partidas</i>	6
<i>Artigo 13.º – Sinalética Suplementar</i>	6
<i>Capítulo III – Regiões e Rankings</i>	6
<i>Artigo 14.º – Regiões</i>	6
<i>Artigo 15.º – Ranking Regional FPO</i>	6
<i>Artigo 16.º – Taxas MÁXIMAS de inscrição individuais por percurso</i>	6
<i>Anexo I – Tabela das Regiões</i>	7

Quadros Competitivos de Orientação Regional

Capítulo I – Normas Gerais

Artigo 1.º – Categorias de competição

1. As categorias de competição são decompostas por género, como segue:
 - a. FEMININO, sendo as categorias designadas pela letra F;
 - b. MASCULINO, sendo as categorias designadas pela letra M.
2. As provas regionais realizam-se, categorias de acordo:

Categorias
Formação (<=12 anos)
Juvenis – M/F (> 12 anos <= 16 anos)
Juniores - M/F (> 16 anos e <= 20 anos)
Séniore – M/F (>20 anos)
Veteranos I – M/F (>= 40 anos)
Veteranos II – M/F (>= 55 anos)
Veteranos III – M/F (>= 65 anos)
Veteranos IV – M/F (>= 75 anos)

3. Os escalões abertos deverão ser similares aos da Taça de Portugal:
 - a) BRANCO (Fácil Curto);
 - b) VERDE (Fácil Longo);
 - c) AMARELO (Difícil Curto);
 - d) VERMELHO (Difícil Longo).
4. No Ori-Trail/Rogaine, em função da idade de cada um dos seus elementos, o escalão da equipa é definido da seguinte forma:
 - a. Equipa em que um dos elementos tem menos de 40 e mais de 18 anos - a equipa é do escalão “Seniores”.
 - b. Equipa só com veteranos - a equipa é do escalão correspondente ao elemento mais novo.
 - c. Equipa com jovens e veteranos - a equipa é do escalão absoluto, desde que o jovem tenha 18 anos ou mais, não será permitido praticantes jovens com menos de 18 anos em equipas de veteranos.
 - d. Atletas com menos de 13 anos só podem competir em escalão aberto, desde que acompanhados por um atleta maior de idade.
 - e. A pontuação a contabilizar para o *Ranking* Regional, será calculada conforme previsto no ponto 5, do Artigo 16, do Regulamento de Competições Ori-Trail Rogaine.

Artigo 2.º – Formatos de competição e tipos de percursos

1. As provas Regionais podem integrar percursos individuais das várias distâncias e formatos existentes.
2. As provas Regionais, podem ser das disciplinas Pedestre ou BTT ou da variante Ori-Trail/Rogaine.
3. Caso haja clubes promotores interessados, poderão ser disputados Campeonatos Regionais nas várias disciplinas e/ou variantes, com as regras de participação específicas a serem difundidas pelas organizações.

Artigo 3.º – Características dos percursos

1. As características dos percursos formais e sua elaboração devem estar conforme as normas estabelecidas no “Manual para o Traçado de Percursos”, de acordo com a doutrina nacional, em conformidade com o [Appendix 2: Principles for course planning do IOF Foot Orienteering Competition Rules 2023](#).

2. Deve ser dado especial cuidado aos percursos da categoria de formação e o escalão aberto Branco, destinados aos iniciantes e/ou crianças e jovens, de acordo com o estabelecido em cada uma das disciplinas.

Artigo 4.º – Percursos

1. Os percursos destinam-se a qualquer cidadão, sem distinção de idade ou género, interessado em experimentar a modalidade, a praticantes federados renovados ou não renovados ou a quem opte por participar a pares ou em grupo.
2. Inscrição de menores de 12 anos, só é permitida na categoria de Formação ou percursos abertos, desde que devidamente acompanhados por um adulto.
3. De acordo com a experiência, condição física e motivação do praticante, cada clube deverá indicar aos seus atletas o percurso mais adequado para o evento.
4. No caso de atletas individuais, deverão as organizações a aconselhar os mesmos, sobre qual o percurso mais adequado para se inscrever.

Artigo 5.º – Tempo máximo da prova

1. O limite de tempo dado a um praticante para executar o seu percurso individual, sob pena de desclassificação, é o tempo de referência na tabela de cada disciplina ou variante.
2. No Ori-Trail/Rogaine, os tempos deverão ser reduzidos em 50% do valor máximo na tabela de tempos.

Artigo 6.º – Mapas

O que está definido para cada uma das disciplinas e variantes.

Artigo 7.º – Condições materiais das provas

1. Organizadores de eventos regionais estão obrigados a cumprir os aspetos constantes do Contrato de Organização de Provas, com as devidas adaptações aos regionais.
2. Organizadores de provas regionais devem ainda proporcionar:
Nas provas urbanas uma vez que, regra geral, não é possível serem disputadas em ambiente isento de trânsito automóvel, aconselhamos especial atenção ao reforço de alertas para as regras de trânsito.

Artigo 8.º – Sistema de controlo e cronometragem das provas

1. Nas provas Regionais, sempre que possível, deve ser usado o sistema de controlo eletrónico *SportIdent*. Caso não seja de modo algum viável, pode ser utilizado o método tradicional do Cartão de Controlo;
2. Os coordenadores regionais, em estreita cooperação com os clubes, devem fazer o levantamento do material de controlo eletrónico de provas existente na região, nomeadamente *boxes* e SI, de modo a conjugar esforços, para que todos os clubes organizadores tenham a possibilidade de organizar provas, utilizando o sistema *SportIdent*.
3. Caso seja necessário, os clubes e/ou coordenadores regionais podem solicitar o empréstimo de material à FPO, isento de custos de aluguer (exceto *SI-Cards*).

Artigo 9.º – Classificação dos atletas

O que está referido em cada disciplina e variantes, mas aplicado aos escalões dos Regionais.

Artigo 10 – Prémios

1. Nas provas Regionais podem ser atribuídas medalhas, troféus ou prémios condignos com a prova, sendo atribuídos aos três primeiros ou a todos os participantes (Prémio “*Finisher*”).
2. Não podem ser atribuídos prémios monetários podendo, no entanto, ser atribuídos Vales de Oferta.

Capítulo II – Normas aplicáveis aos atletas

Artigo 11.º – Navegação

O único meio auxiliar de orientação permitido é a bússola.

Artigo 12.º – Partidas

1. As partidas são livres, dentro de um intervalo de tempo definido e divulgado pela organização, utilizando a estação *START*, sempre que se utilize o sistema eletrónico de controlo de prova.
2. Caso a organização decida publicar listas de partidas, para evitar ajuntamentos, as mesmas são meramente indicativas.
3. Nas partidas, os praticantes deverão sempre respeitar a autorização de partida por parte da organização.

Artigo 13.º – Sinalética Suplementar

A sinalética suplementar não é obrigatória, mas aconselhada.

Capítulo III – Regiões e Rankings

Artigo 14.º – Regiões

1. O Campeonato Regional Geral divide-se em 7 Regiões, cada uma com um *ranking* próprio, incluindo os clubes filiados na região, no ano anterior, conforme divisão prevista na tabela do Anexo I, assim:
 - a. Região Norte
 - b. Região das Beiras
 - c. Região Centro
 - d. Região Lisboa e Vale do Tejo
 - e. Região do Alentejo e Algarve
 - f. Região da Madeira
 - g. Região dos Açores

Artigo 15.º – Ranking Regional FPO

Para o *Ranking* Regional Individual, contarão as melhores pontuações obtidas, até 50% da totalidade de provas na região, arredondado para cima, caso necessário. Exemplo: caso existam 10 provas na região e o atleta tenha participado em todas, contarão os 5 melhores resultados. Se participou em 5 ou menos, contarão todos os resultados obtidos.

Artigo 16.º – Taxas MÁXIMAS de inscrição individuais por percurso

Ver documento “TAXAS”, elaborado e aprovado pela direção da FPO.

Nota: as taxas aplicadas no Ori-Trail/Rogaine, são por pessoa

O presente regulamento foi elaborado ao abrigo do Decreto-Lei n.º 248-B/2008, de 31 de dezembro, na sua redação em vigor pela lei 23/2024, de 15 fevereiro, que estabelece o regime jurídico das federações desportivas e as condições para a atribuição do estatuto de utilidade pública desportiva

Regulamento constituído por cinco (07) folhas, aprovado em reunião de direção em 26/03/2025,

Pela Direção da Federação Portuguesa de Orientação

Assinado no original

O Presidente da Direção,
Rui Mora

Anexo I – Tabela das Regiões

Região Norte	
CAO Vianense	NAST
AE Freixo	Orimarão
AD Esposende	GD4C
Amigos da Montanha	SCMP-DA
.COM	Clube Millennium BCP
CAR	AD Cabroêlo
AEPBS Joane	G.D. Luz Verde

Região Beiras	
Ori-Estarreja	C.M. Guarda
Oriented Aguiar	ADM Ori-Mondego
COViseu – Natura	C.P. Abrunheira
CAB	Saca Trilhos Anadia

Região Centro	
NADA	C.R. Casal do Grilo
COC	CLAC
A.R. Bernardense	UCDA
AE Porto de Mós	COA
ADR Avis	COAAL

Região Lisboa e Vale do Tejo	
ATV	Montepio Geral
CAOS	CIMO
ADA Desnível	Escola Naval
APPES	CP Armada
CPOC	ES Pinhal Novo
CAAL	GDU Azóia
AFAP	ADN Sesimbra
C.M. BCP	CM Arrábida
Palmela Desporto	Gafanhori

Região Alentejo e Algarve	
COALA	ADAL
NOA	FIT Leading
BTT Loulé	CNALvito
ABFJ	ADFA

Região da Madeira	
CA Madeira	ACDJS
CMo Funchal	ACM Madeira
GD Estreito	LC Machico
Retoixa	CD Mar e Serra
Clube Naval São Vicer	CTPS
ARC Ajuda	GD Corticeiras
CDEFF	CE Estreito
AD Camacha	

