



1º Meeting de Orientação de Palmela

2016

14 e 15
maio

Programa



Município
Palmela

1º Meeting de Orientação de Palmela

Percursos Abertos Marateca e Vila de Palmela

Palmela acolhe, nos dias 14 e 15 de maio, os Campeonatos Nacionais de Distância Longa e de Sprint, de Orientação Pedestre.

No dia 14, realiza-se a prova de Distância Longa na Marateca (palco dos últimos campeonatos europeus) e a prova de Pré'O' (Orientação de Precisão) em Vale de Barris, Palmela.

No dia 15, decorre na Vila de Palmela a prova de Sprint. Paralelamente à vertente competitiva, a organização tem preparados Percursos Abertos para todos os que queiram experimentar a Orientação.

No seu total serão 4 percursos abertos. Com extensões entre os 2 e os 4 kms, dois dos percursos apresentam pouca exigência física e técnica, sendo um convite para todas as pessoas que, com pouca ou nenhuma experiência, queiram experimentar.

Para quem já tenha alguns conhecimentos de Orientação a organização reserva 2 percursos já com alguma exigência, oscilando entre os 3 e os 5 kms.

Todos os percursos poderão ser feitos individualmente ou em grupo.

Inscrição: adfa.orientacao@gmail.com (até 9 maio)

Valor: 6€ por elemento (isenção do pagamento do aluguer do cartão eletrónico)

PROGRAMA 1º MEETING DE ORIENTAÇÃO PALMELA

14 MAIO

08:00 - Abertura do secretariado

10:00 - **Distância Longa na Marateca** - Partida dos primeiros participantes

16:00 - Prova de **Pré"O"** em Vale de Barris, Palmela

18:30 - Entrega de prémios da prova de Pré"O"

15 MAIO

08:00 - Abertura do secretariado em Palmela

09:00 - Fecho da quarentena

09:30 - **Prova de sprint em Palmela** - Partida dos primeiros participantes

12:30 - Cerimónia de encerramento e entrega de prémios em Palmela

Info./programa detalhado: cnlspalmela2016.weebly.com

Org: ADFA - Associação dos Deficientes das Forças Armadas/ Delegação de Évora

Apoio: Federação Portuguesa de Orientação e Câmara Municipal de Palmela