

Portugal "0" Meeting '2025

loulé - Algarve
1st - 4th March

BULLETIN 03



loulé
Aqui e Agora



INDEX

Mensagem do Diretor de Evento	6
Mensagem do Presidente da Câmara de Loulé	8
Turismo	11
Você pode saber mais na seção de turismo do site do município.	12
Pode consultar o mapa turístico de Loulé aqui!	12
Alojamento	12
Week Before	14
Programa	15
Localizações	16
Distâncias	16
POM 2025	18
Programa	18
Locations	20
Distances	20
Seguro Desportivo	24
Escalões	25
.....	27
Dia 1 – Distância Média	28
Programa	29
Informação Técnica	30
Dia 1 – Sprint Noturno	31
Programa	31
Programa	33
Informações Técnicas	34
Esquema da Arena	35
Programa	36
Informações Técnica	37

Programa	38
Informações Técnicas	39
DIA 3 – PRE-O SPRINT	40
Programa	42
Programa	44
Informações Técnicas	45
Esquema da Arena	46
Plan your trip with	47
Contacts	48

2 WEEKS, 5 WRE

AGUIAR DA BEIRA | LOULÉ | CASCAIS

ABOM 2025
AGUIAR DA BEIRA 'O' MEETING

- 21.02.2025 | FRIDAY
PROLOGUE
- 22.02.2025 | SATURDAY
LONG WRE + PREO
- 23.02.2025 | SUNDAY
MIDDLE WRE

eventos.ori-estareja.pt
/OrientedForLife
/orientedforlife

Portugal "O" Meeting 2025
Loulé - Algarve
1st - 4th March

Concelho de Loulé
Compromisso com o Desporto
www.loule.pt

Program 2 WRE

- Stage 1 - 01st March - Middle Distance | Loulé
- Stage 2 - 01st March - Sprint | Algarve Stadium
- Stage 3 - 02nd March - Long Distance | Loulé
- Stage 4 - 02nd March - Sprint | Quarteiro
- Stage 5 - 03rd March - Middle Distance | Loulé
- Stage 6 - 03rd March - Pre-O | Loulé
- Stage 7 - 04th March - Long Distance | Loulé

CLUB BTT Loulé
Aqui e Agora

www.pom.pt | info@pom.pt | orientec@pom.pt | www.bttclub.com | @portugal.o.meeting

8TH AND 9TH MARCH '25

Cascais International 'O' Meeting '25

3 NEW MAPS

- 1 MIDDLE
- 1 MIDDLE
- 1 SPRINT
- 1 PRE-O

WRE CANDIDATE

CPDC 1285

CASCAIS

WORLD RANKING EVENT
- IOF -

Bem-vindo ao Portugal "O" Meeting 2025

Bem-vindos ao Portugal "O" Meeting 2025, o evento de Orientação mais aguardado do ano! Este prestigiado encontro decorrerá na dinâmica cidade de Loulé, situada na deslumbrante região do Algarve, durante o fim de semana de Carnaval. Conhecida pela sua riqueza cultural, paisagens encantadoras e comunidade acolhedora, Loulé proporciona o cenário perfeito para a competição deste ano, garantindo uma experiência inesquecível tanto para participantes como para espectadores.

Junta-te a nós na exploração dos terrenos desafiantes do Algarve, onde orientistas de todo o mundo irão pôr à prova as suas habilidades na arte da Orientação. O evento coincide com o famoso Carnaval de Loulé, uma celebração vibrante repleta de desfiles coloridos, música animada e atuações cativantes. Esta combinação única entre desporto e festividade oferece não só a oportunidade de te superares em percursos deslumbrantes, mas também de te envolveres num ambiente carnavalesco sem igual.

Para além da adrenalina da competição, descobre as praias deslumbrantes que fazem do Algarve um destino de renome mundial. Desde as areias douradas da Praia da Falésia até às águas serenas da Praia de Quarteira, a região oferece uma infinidade de refúgios à beira-mar, perfeitos para relaxar e aventurar-te. Quer estejas a navegar pelos mapas ou a desfrutar do sol, o Portugal "O" Meeting em Loulé promete uma experiência extraordinária, onde cultura, natureza e desporto se encontram. Esperamos por ti neste grande evento!



Mensagem do Diretor de Evento



Caros Atletas,

O Portugal "O" Meeting é uma prova de Orientação Pedestre, integrada no Ranking da Federação Internacional de Orientação (IOF) e no ranking da Taça de Portugal da Federação Portuguesa de Orientação (FPO).

Este é um evento aberto a pessoas de todas as idades, que podem participar em escalões de competição ou em percursos abertos, individualmente ou em grupo.

Convidamos todos os amantes da Orientação a juntarem-se a esta prova, dando-lhes as boas-vindas.

Esperamos que desfrutem da vossa estadia no Algarve.

Durante o POM, todos os atletas terão a oportunidade de viver e participar no Carnaval de Loulé.

Poderão ainda conhecer algumas das mais belas praias do Algarve, em Vilamoura e Quarteira.

Haverá também eventos na prestigiada Quinta do Lago.

Helder Faísca

GOLF

QUINTA DO LAGO



Mensagem do Presidente da Câmara de Loulé



Bem-vindos ao Município de Loulé

Loulé está situado no centro do Algarve e estende-se desde a costa até à serra. Com uma grande diversidade de paisagens, esta terra no sul de Portugal combina a beleza da natureza com a autenticidade das pequenas aldeias do interior e a modernidade das suas cidades.

Como Presidente da Câmara Municipal, convido todos a conhecer o nosso concelho, rico em património cultural, espalhado por todo o território. Não posso deixar de destacar alguns dos nossos ex-libris, como o Mercado Municipal da cidade de Loulé, os [Banhos Islâmicos](#)

e a Casa Senhorial dos Barreto, [a Igreja Matriz de São Clemente](#) com o seu característico campanário, o [Museu Municipal](#), onde podem ser observados dois fósseis de um fitossauro e de um metopossauro algarvensis; e as ruínas romanas do Cerro da Vila.

O património natural é também um cartão de visita imperdível do nosso município para os amantes das caminhadas ao ar livre. Parte do território de Loulé está classificada como área protegida, englobando uma grande diversidade de habitats, ricos em fauna e flora, património geológico e outros recursos naturais importantes, como a Reserva Natural Local da Foz do Almargem e Trafal; parte do Parque Natural da Ria Formosa; a Paisagem Protegida Local da Rocha da Pena e a Paisagem Protegida Local da Fonte da Benémola.

A gastronomia, confeccionada com produtos frescos e locais, e o artesanato são também riquezas do nosso concelho que irão certamente agradar a quem nos visita pela primeira vez. Destaco ainda o nosso calendário de festividades, que atrai anualmente milhares de pessoas ao nosso município.

Loulé é, tradicionalmente, um território que promove o desporto, oferecendo excelentes condições para a prática de diversas modalidades. A qualidade das suas infraestruturas permite ao concelho acolher várias competições desportivas nacionais e internacionais ao longo do ano, em diferentes pontos do território.

É, por isso, com grande satisfação que recebemos mais uma competição em 2025, um evento internacional de Orientação: o Portugal "O" Meeting (POM), uma prova que promove uma modalidade em crescente expansão em todo o mundo, não só pelas suas características únicas de desporto ao ar livre, mas também pela sua adaptabilidade a contextos urbanos, rurais ou florestais. Em Loulé, os orientistas que participarem nesta edição de 2025 encontrarão percursos de rara beleza e interesse.

Termino felicitando a organização do evento, nomeadamente o Clube BTT Terra de Loulé, que, com o apoio da Câmara Municipal, voltará, sem dúvida, a projetar o nome da nossa terra além-fronteiras.

Desejamos a todos uma excelente prova e esperamos que aproveitem tudo o que Loulé tem para oferecer.

Vitor Aleixo



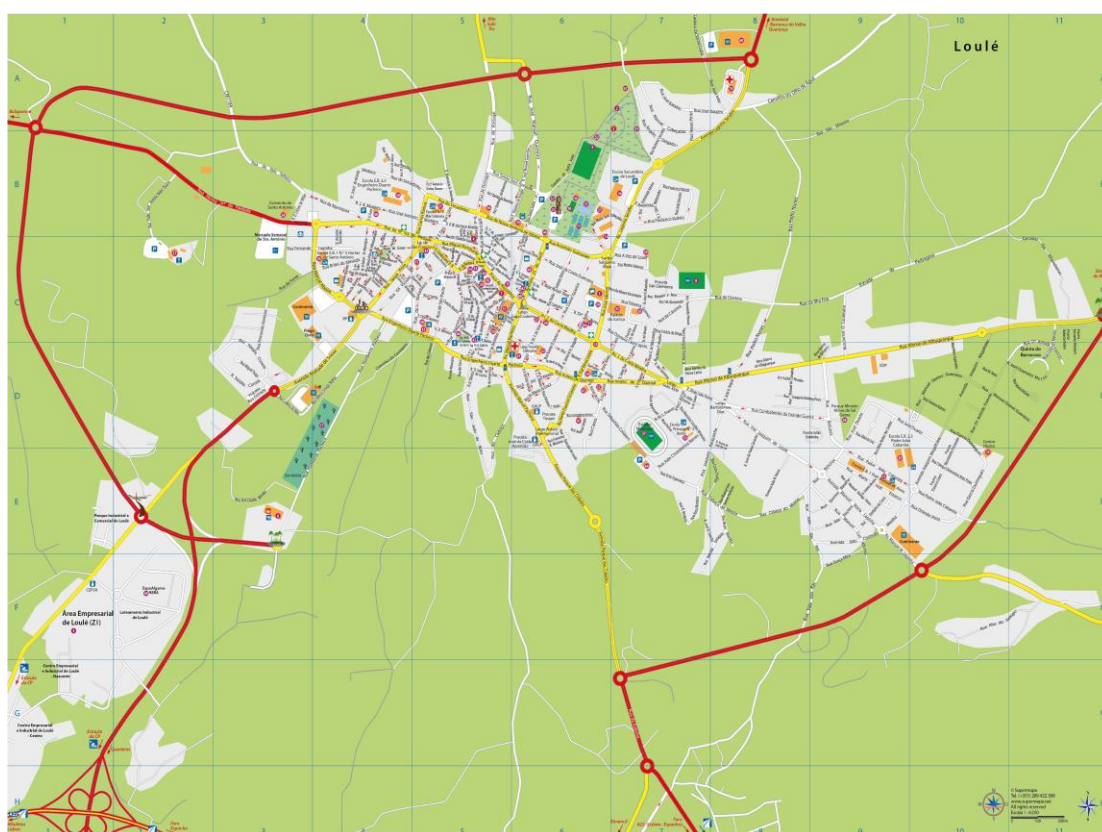
QUARTEIRA BEACH



Turismo

Loulé goza de uma posição muito especial na região do Algarve. A sua localização central e bons percursos fazem deste concelho um destino turístico por excelência.

A visita a Loulé é obrigatória para quem vem à região: fica a 16km do Aeroporto Internacional de Faro, com fácil acesso à autoestrada A22 (Via do Infante) e à autoestrada que liga o Algarve à capital (A2), e a apenas 68km. de Aiamonte.



Com uma área de cerca de 765km² e uma população de 69.230 habitantes, o concelho estende-se por três zonas climáticas: o litoral, a Serra (as colinas) e o Barrocal no meio.

Existe uma gama enorme de recursos turísticos para os visitantes descobrirem.

Loulé tem de tudo, desde as areias douradas das extensas praias com bandeira azul, que se estendem por 13 km ao longo da costa, às pitorescas aldeias da serra algarvia, desde um património arquitectónico de grande qualidade à riqueza do ambiente e da paisagem, da animada vida nocturna

às festas tradicionais transmitidas de geração em geração, e além disso os visitantes podem ainda usufruir de 13 excelentes campos de golfe, e de uma marina internacional, e desfrutar da rica variedade da gastronomia local.

Você pode saber mais na seção de [turismo](#) do site do município.

Pode consultar o mapa turístico de Loulé [aqui!](#)

Alojamento

O Piso Duro (é um pavilhão desportivo escolar, onde se pode dormir no sacco-cama) estará na EB 2,3 Eng. Duarte Pacheco ([37°08'29,5"N 8°01'33,7"W](#)).

Nas áreas de estacionamento das arenas estarão disponíveis vagas exclusivas para autocaravanas. Adicionalmente, destacam-se três postos de abastecimento próximos: Fonte Santa (Quarteira), com capacidade para 100 autocaravanas, Salir com capacidade para 40 autocaravanas, e São Brás de Alportel, que tem capacidade para 68 autocaravanas.

Loulé é a principal cidade do maior e mais populoso concelho do Algarve. De fácil acesso e com uma localização central privilegiada na região, o concelho é um destino turístico por excelência. Os visitantes podem escolher entre uma enorme variedade de alojamentos que vão desde hotéis de 5* a alojamentos de turismo rural, sendo estes últimos também extremamente procurados pelos turistas que visitam o concelho de Loulé.

veja a lista completa de [alojamentos](#) na secção do site do município.



AQUASHOW

WATERPARK | INDOOR WATERPARK | HOTEL

aquashow INDOOR VERÃO TODO C

aquashow
INDOOR



Week Before

Os campos de treino serão uma simulação das competições do Portugal "O" Meeting 2025.

Terão um sistema de cronometragem com o SPORTIdent Air+ ativo e também disponibilizarão resultados.

Os campos de treino consistem em provas de distância média, com mapas à escala de 1:10 000, e contarão com 3 percursos de diferentes níveis de dificuldade:

Verde – Para iniciantes

Amarelo – Percurso médio com dificuldade técnica

Vermelho – Percurso médio/longo com dificuldade técnica

O custo de cada treino é de 5€ por pessoa, por dia, até 31 de outubro. Após essa data, o custo será de 7€ por pessoa, por dia.

Os campos de treino não incluem seguro desportivo, exceto se solicitado. Caso seja pedido, o valor do seguro será acrescido ao custo do treino.

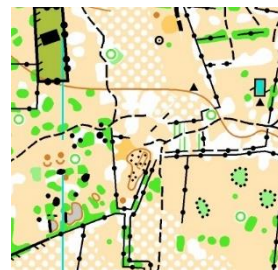
Não percas esta oportunidade de prolongar a tua experiência no POM 2025!



Programa

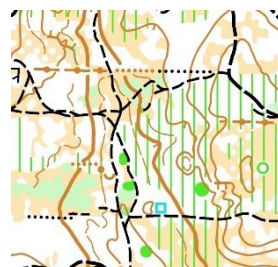
25 fevereiro (Dia -3 – Terça): São Brás de Alportel

- 10:30 – Primeira Partida
- 11:30 – Última Partida
- 13:00 – Encerramento Campo de Treino



26 fevereiro (Dia -2 – Quarta): Tôr

- 10:30 – Primeira Partida
- 11:30 – Última Partida
- 13:00 – Encerramento Campo de Treino



27 fevereiro (Dia -1 – Quinta): Quinta do Lago

- 10:30 – Primeira Partida
- 11:30 – Última Partida
- 13:00 – Encerramento Campo de Treino



Localizações



TC= Treinos de Campo

Distâncias

Distâncias desde o Centro de Evento			
Estádio do Algarve	0 km	37°05'14.3"N 7°58'29.4"W	GOOGLE MAPS
Quinta do Lago TC	8 km	37°02'16.7"N 8°02'36.0"W	GOOGLE MAPS
Loulé	9 km	37°08'20.0"N 8°01'19.7"W	GOOGLE MAPS
Faro	11 km		GOOGLE MAPS
Aeroporto de Faro	11 km	37°01'23.4"N 7°58'14.1"W	GOOGLE MAPS
Praia de Faro	13 km		GOOGLE MAPS
Quarteira	14 km		GOOGLE MAPS
Vilamoura	15 km		GOOGLE MAPS
São Brás de Alportel TC	20 km	37°10'32.2"N 7°54'16.6"W	GOOGLE MAPS
Tôr TC	20km	37°11'35.9"N 8°01'52.9"W	GOOGLE MAPS

PARTNER

TIMMING SOLUTION



**TIC TAC
TIMING**
CRONOMETRAGEM



POM 2025

Programa

28 fevereiro (Dia 0 – Sexta): Evento Modelo – Estádio do Algarve

- 10h30 – Abertura do Secretariado – Estádio do Algarve
- 11h00 – Abertura do Model Event – Estádio do Algarve (Floresta)
- 17h00 – Encerramento do Model Event – Estádio do Algarve (Floresta)
- 19h00 – Abertura do Solo Duro
- 23:00 – Fecho do Secretariado – Estádio do Algarve

1 Março (Dia 1 – Sábado): Distância Média WRE - Ludo

- 08h00 – Abertura do Secretariado – Estádio do Algarve
- 10h00 – Partida Distância Média **WRE** – Competição
- 10h30 – Início partida para os escalões abertos e de formação
- 14h30 – Fecho do secretariado – Arena
- 15h00 – Cerimónia de entrega de prémios WRE – Estádio do Algarve



1 Março (Dia 1 – Sábado): Sprint Noturno – Estádio do Algarve

- 17h30 – Abertura do Secretariado
- 19h00 – Partida Sprint Noturno
- 19h30 – Início partida para os escalões abertos e de formação
- 21h00 – Cerimónia de entrega de prémios – Sprint Noturno
- 21h30 – Fecho do Secretariado

2 Março (Dia 2 – Domingo): Distância Longa - Ludo

- 08:00 – Abertura do Secretariado – Arena
- 10h00 – Partida distância Longa – Competição
- 10h30 – Início partida para os escalões abertos e de formação
- 15h30 – Fecho do Secretariado

2 Março (Dia 2 – Domingo): Sprint Noturno – Quarteira

- 17:30 – Abertura do Secretariado
- 19h00 – Partida Sprint Noturno
- 19h30 – Início partida para os escalões abertos e de formação
- 21h00 – Cerimónia de entrega de prémios – Sprint Noturno
- 21h30 – Fecho do Secretariado

3 Março (Dia 3 – Segunda): Distância Média WRE – Canil Loulé

- 08:00 – Abertura do Secretariado – Arena
- 10h00 – Partida Distância Média **WRE**
- 10h30 – Início partida para os escalões abertos e de formação
- 14h30 – Fecho do secretariado na arena
- 15h00 – Cerimónia de entrega de prémios WRE



3 Março (Dia 3 – Segunda): PreO – Quarteira

- 13:00 – PreO – Abertura secretariado
- 13h30 – PreO – Partidas
- 17h30 – PreO – Cerimónia de entrega de prémios

4 Março (Dia 4 – Terça): Distância Longa – Chasing Start – Canil Loulé

- 08:00 – Abertura do Secretariado
- 09h00 – Distância Longa (chasing start para os escalões de Elite na arena)
- 09h30 – Início partida para os escalões abertos e de formação
- 10h00 – Mass Start para os restantes atletas dos escalões de Elite na arena
- 13h30 – Cerimónia de entrega de prémios – POM2025
- 15H00 – Fecho do Secretariado
- 17h00 – Fecho do Solo Duro

Localizações



Distances

Distâncias desde o Centro de Evento			
Estádio do Algarve	0 km	37°05'14.3"N 7°58'29.4"W	GOOGLE MAPS
Ludo – Dia 1 e 2	4 km	37°04'20.3"N 7°59'28.2"W	GOOGLE MAPS
Loulé	9 km	37°08'20.0"N 8°01'19.7"W	GOOGLE MAPS
Faro	11 km		GOOGLE MAPS
Aeroporto de Faro	11 km	37°01'23.4"N 7°58'14.1"W	GOOGLE MAPS
Loulé – Dia 3 e 4	12 km	37°07'43.1"N 8°03'27.1"W	GOOGLE MAPS
Praia de Faro	13 km		GOOGLE MAPS
Quarteira	14 km		GOOGLE MAPS
Vilamoura	15 km		GOOGLE MAPS
Aeroporto de Sevilha	220 km		GOOGLE MAPS
Aeroporto de Lisboa	269 km		GOOGLE MAPS
Aeroporto do Porto	542 km		GOOGLE MAPS
Aeroporto de Madrid	734 km		GOOGLE MAPS

PARTNER



visacar[®]

ALUGUER & VENDA DE AUTOMÓVEIS DESDE 1991

TIMING SYSTEM

AIR MODE WILL BE ACTIVE



Inscrições e Preços

Os atletas devem fazer a sua inscrição através da plataforma OriOasis. A inscrição no Model Event deve também ser feita na mesma plataforma, utilizando um campo extra disponível.

Em caso de dúvidas ou problemas com as inscrições, por favor, contacte-nos através do seguinte e-mail: <mailto:entries@pom.pt>

O prazo para inscrições é até 15 de Fevereiro de 2025.

Escalão ELITE: Durante o processo de inscrição, os atletas do escalão Elite devem fornecer o seu ID de Ranking Mundial da IOF. Todos os atletas desses percursos precisam de estar também inscritos no IOF Eventor.

Devido ao elevado número de concorrentes, esta categoria será dividida em M21SE (super elite) e M21E (elite), sendo o critério de separação o Ranking Mundial dos atletas registados, 20 dias antes da competição.

Model Event: Não se esqueça de se inscrever no Evento Modelo.

SOLO DURO: Se quiser utilizar o Solo Duro, a inscrição para isso é obrigatória.

LEMBRANÇA: Todos os atletas receberão uma t-shirt do evento.

Preços				
Terreno	Etapa	Escalão	FPO/FEDO	Não-FPO/FEDO
Floresta	1	Open Young + T10 + M/W	5,5€	6€
	3	12		
	5	Open Senior	10€	11€
	7	Young Competition	5,5€	10€*
		Senior Competition	10€	17€*
Sprint	2	Open Young + T10 + M/W	4,5€	5€
	4	12		
		Open Senior	8€	9€
		Young Competition	4,5€	9€*
		Senior Competition	8€	14€*
PreO	6	Paralimpic	10€	17€*
		Open	10€	17€*
Floresta	Model	Todos	5€	

Nota: Quaisquer alterações fora dos prazos terão um custo de 3€.

O valor do seguro desportivo é acrescentado aos valores da tabela (2€/dia).

Seguro Desportivo

Os atletas filiados na FPO/ FEDO e nas Classes Abertas estão cobertos pelo seguro da FPO. Será aplicada uma taxa de 2€/dia a todos os restantes atletas nas classes de competição e no PreO.



Escalões

Escalões			
Terreno	Etapa	Tipo	Escalão
Forest and Sprint	1 2 3 4 5 7	OPEN	White Green Yellow Red
		Extra-Competição	T 10 M/W 12
		Jovem Competição	M/W 14 M/W 16 M/W 18 M/W 20 ME / WE M/W 21A M/W B M/W 35 M/W 40 M/W 45 M/W 50 M/W 55 M/W 60 M/W 65 M/W 70 M/W 75 M/W 80 M/W 85 M 90
		Senior Competição	
PREO	6	Competição	Open Paralímpico

Prémios

No POM 2025, os prémios serão réplicas das tradicionais chaminés algarvias, celebrando não só a conquista atlética, mas também o rico património da região. Estas chaminés são símbolos icónicos da arquitetura tradicional do Algarve, inspiradas na arte mourisca, com designs intrincados em calcário que combinam funcionalidade com estética. Antigamente um sinal de estatuto social, cada chaminé é única, refletindo a criatividade cultural da região.

Atletas a serem premiados:

- POM Geral: Top 3 de cada classe, top 3 clubes e top 5 em M21E, M21SE, W21E. Todos os participantes de W/M10 e W/M12 recebem um presente especial.
- WRE: Top 5 em D21E e H21SE.
- Sprint Noturno: Prémios para os 3 primeiros classificados de cada categoria na soma dos dois sprints.
- PreO: Top 3 por classe.

Os atletas levarão para casa um troféu com história e identidade!



PARTNER

5% de desconto nas nossas tarifas nas opções disponíveis (café da manhã e jantar)

Código Promocional: **POM25**
(disponível apenas para **reservas efetuadas diretamente no Hotel** por telefone ou email)

Telefone: +351 289 310210

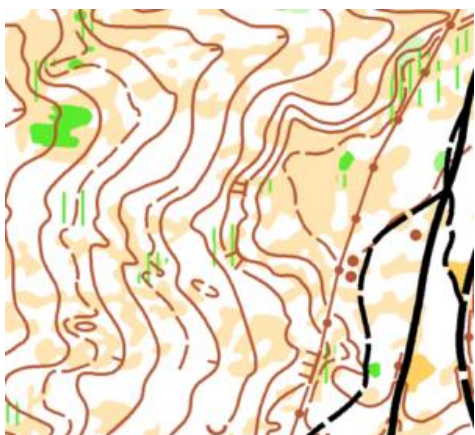
DOM JOSÉ

— BEACH HOTEL —

Dia 1 – Distância Média

Mapa: Ludo

Terreno: Caracteriza-se por florestas de pinheiro manso, mato mediterrânico com estevas e medronheiros, e vegetação ripária próxima da Ria Formosa, onde se destacam os sapais e as plantas halófitas.



Cartógrafo: Alexandre Reis

Traçador de Percursos: Alexandre Reis

Distância para as partidas: 2500 mts

Abastecimento de Água: Não

Ponto de Espetadores: Não

Parque: No Estádio do Algarve - Transporte será fornecido para todos os participantes, que devem chegar cerca de 40 minutos antes. Classes prioritárias: T10 / D/H 12 e 70+.

Informações Adicionais:

- Local de Babysitting ([37°04'32.9"N 7°58'31.3"W](#)).
- Haverá serviço de bar.
- Esquema da Arena - ver página 35.
- O uso de relógios GPS com informações do mapa não será permitido nas classes Elite durante esta prova.

Programa

08h00 Abertura do Secretariado – Estádio do Algarve

10h00 Início do WRE Distância Média – Competição

10h30 Início das classes abertas e de treino

14h30 Fecho do Secretariado – Arena

15h00 Cerimónia de entrega de prémios WRE – Estádio do Algarve

Informações Técnicas

DAY 1 – (SATURDAY): MIDDLE DISTANCE WRE – LUDO					
CLASS	DISTANCE (MTS)	DESNÍVEL (mts)	CONTROL POINTS	MAP SCALE	EQUID. (mts)
T10	2 060	25	12	1:7.500	2,5
M12	2 350	30	14	1:10.000	
M14	2700	35	15		
M16	4220	95	22		
M18	5100	105	24		
M20	5800	130	22		
M21A	5100	105	21		
M21B	4110	90	21		
M21E	6250	140	22		
M21SE	6250	140	22		
M35	5800	130	22		
M40	5540	117,5	23		
M45	5400	110	23		
M50	5400	110	22		
M55	5160	95	22		
M60	4300	90	25		
M65	3750	85	22	1:7.500	
M70	3740	80	21		
M75	3150	75	19		
M80	2900	75,5	19		
M85	2650	60	19		
W12	2260	60	14	1:10.000	
W14	2650	75	15		
W16	3510	85	16		
W18	4220	90	23		
W20	4900	105	24		
W21A	4170	80	21		
W21B	3080	70	19		
W21E	5800	130	22		
W35	5160	95	22		
W40	4500	90	21		
W45	4450	85	21		
W50	4450	85	21		
W55	3740	80	21		
W60	3740	80	21		
W65	3590	75	20		
W70	2900	75,5	19		
W75	2900	75,5	19		
W80	2650	60	19		
W85	2500	55	18		
White	2060	25	12	1:10.000	
Green	2350	30	14		
Yellow	3100	35	14		
Red	5100	105	21		

Dia 1 – Sprint Noturno

Mapa: Estádio Algarve

Terreno: Área urbana com um emaranhado de ruas e becos muito estreitos..

Cartógrafo: Alexandre Reis

Traçador de Percursos: Alexandre Reis

Distancia para as partidas: 150 mts

Abastecimento de Água: Não

Ponto de Espetadores: Não

Parque: À volta do Estádio do Algarve, na área do Centro de Evento

Informação Adicional:

- Esquema da Arena – ver página 35
- Os atletas devem utilizar uma lanterna frontal.

Programa

17h30 Abertura do Secretariado

19h00 Início do Sprint Noturno

19h30 Início das classes abertas e de treino

21h30 Fecho do Secretariado

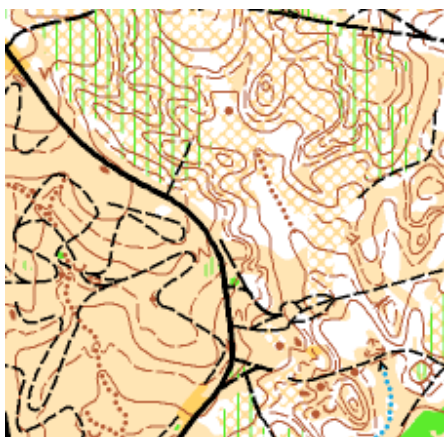
Informações Técnicas

(Day 1 – Saturday): Night Sprint – Algarve Stadium					
CLASS	DISTANCE (MTS)	CLIMB (MTS)	CONTROL POINTS	MAP SCALE	EQUID. (mts)
T10	1 520	20	14	1:4.000	2.0
M12	1 700	20	14		
M14	2 070	22	14		
M16	3 080	22	18		
M18	3 250	30	19		
M20	3 500	30	22		
M21A	3 200	30	22		
M21B	2 070	22	14		
M21E	3 650	34	30		
M21SE	3 650	34	30		
M35	3 400	30	26		
M40	3 400	30	26		
M45	3 350	28	26		
M50	3 350	28	26		
M55	2 900	24	24		
M60	2 900	24	24		
M65	2 650	24	16		
M70	2 650	24	16		
M75	2 080	22	16		
M80	2 080	22	16		
M85	2 080	22	16		
W12	1 520	20	14		
W14	1 700	20	14		
W16	2 550	22	14		
W18	2 760	24	16		
W20	2 780	24	17		
W21B	1 940	20	15		
W21A	2 430	20	20		
W21E	3 400	28	24		
W35	2 790	26	17		
W40	2 790	26	17		
W45	2 550	22	19		
W50	2 550	22	19		
W55	2 400	24	17		
W60	2 400	24	17		
W65	2 360	24	16		
W70	2 360	24	16		
W75	2 050	22	16		
W80	2 050	22	16		
W85	2 050	22	16		
White	1 520	17,5	14		
Green	1 700	22,5	14		
Yellow	3 280	32,5	20		
Red	3 870	47,5	23		

Dia 2 – Distância Longa

Mapa: Ludo

Terreno: Caracteriza-se por florestas de pinheiro manso, mato mediterrânico com estevas e medronheiros, e vegetação ripária próxima da Ria Formosa, onde se destacam os sapais e as plantas halófitas.



Cartógrafo: Alexandre Reis

Traçador de Percurso: Alexandre Reis

Distância até à Partida: 2100 mts

Abastecimento de Água: Sim

Ponto de Espectadores: Não

Parking: No Estádio do Algarve – Transporte será fornecido para todos os participantes, que devem chegar cerca de 40 minutos antes. Classes prioritárias: T10 / D/H 12 e 70+

Informações adicionais:

- Local de Babysitting ([37°04'32.9"N 7°58'31.3"W](https://www.google.com/maps/place/37°04'32.9\)).
- Haverá serviço de bar.
- Esquema da Arena – ver página 35

Programa

08h00 Abertura do Secretariado – Arena

09h00 Início da Distância Longa – Competição

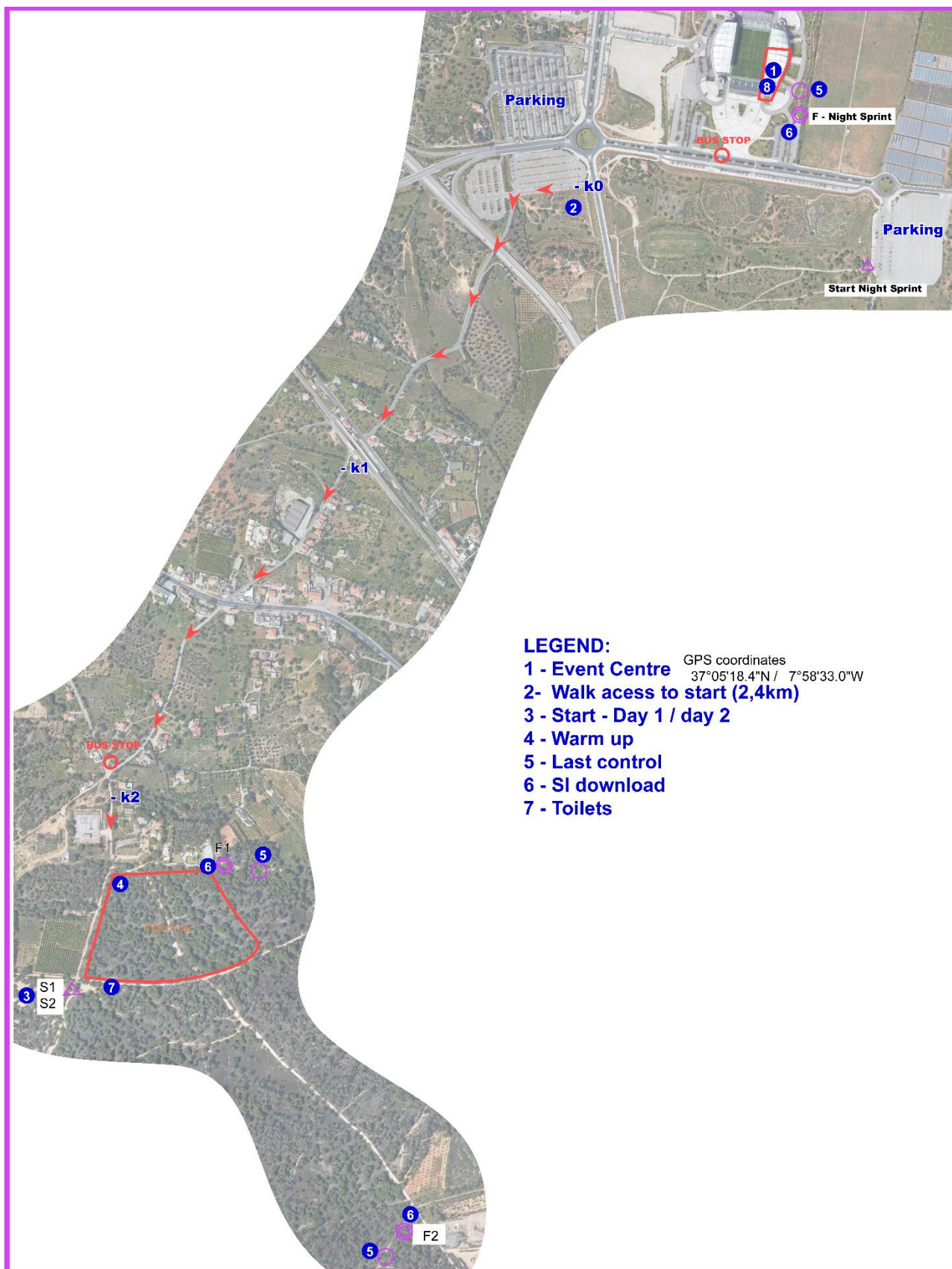
09h30 Início das classes abertas e de treino

15h30 Fecho do Secretariado

Informações Técnicas

DAY 2 – (SUNDAY): LONG DISTANCE – LUDO					
CLASS	DISTANCE (MTS)	CLIMB (MTS)	CONTROL POINTS	MAP SCALE	EQUIDISTANCE (MTS)
T10	2290 m	35	14	1:7.500	2.5
M12	2500m	40	16		
M14	3180m	65	14	1:10.000	
M16	6490 m	185	20		
M18	8730 m	230	23		
M20	10510 m	285	22		
M21A	8550 m	220	20		
M21B	6560 m	185	18		
M21E	14880 m	345	28		
M21SE	14880 m	345	28		
M35	11710 m	230	23		
M40	10050 m	225	18		
M45	8470 m	225	21		
M50	7660 m	215	19		
M55	7350 m	205	12		
M60	6990 m	190	21		
M65	5010 m	175	16	1:7.500	
M70	4630 m	135	19		
M75	3840 m	95	15		
M80	3650	100	14		
M85	3600	67,5	11		
W12	3280 m	40	16	1:10.000	
W14	3350 m	75	16		
W16	5900 m	150	18		
W18	6490 m	180	18		
W20	8730 m	190	21		
W21A	8660 m	175	18		
W21B	5110m	120	13		
W21E	9760 m	285	30		
W35	8470 m	170	18		
W40	7660 m	170	18		
W45	7350 m	180	17		
W50	6990 m	175	16		
W55	5010 m	165	16		
W60	5010 m	150	12		
W65	4630 m	140	12	1:7.500	
W70	3840 m	100	14		
W75	3840 m	90	11		
W80	3230	50	10		
W85	3230	50	10		
White	2290 m	35	14	1:10.000	
Green	2500m	40	16		
Yellow	4660	95	20		
Red	6760	160	19		

Esquema da Arena

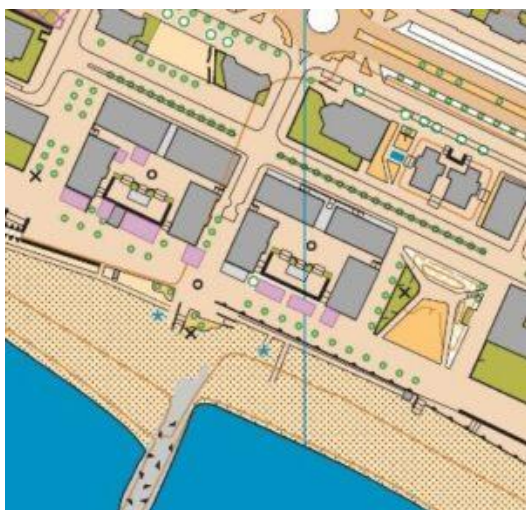


Dia 2 – Sprint Noturno

Mapa: Quarteira

Terreno: O mapa destaca uma área urbana ricamente detalhada, com ruas estreitas, zonas residenciais e alguns espaços abertos que prometem velocidade e agilidade. O terreno é perfeito para um sprint rápido e dinâmico, mas atenção! A leitura do mapa será crucial para evitar erros que podem custar preciosos segundos.

Quarteira, com a sua vibrante atmosfera noturna, vai testar a tua concentração e capacidade de adaptação, oferecendo um percurso tão belo quanto técnico.



Cartógrafo: Alexandre Reis

Traçador de Percurso: Alexandre Reis

Distância até à Partida: 0 mts

Abastecimento de Água: Não

Ponto de Espectadores: Não

Parque: Nos locais indicados pela Organização

Informações adicionais: Os atletas devem utilizar uma lanterna frontal.

Programa

17h30 Abertura do Secretariado

19h00 Início do Sprint Noturno

19h30 Início dos escalões abertos e de treino

21h30 Fecho do Secretariado

Informações Técnicas

(Day 2 – Sunday): Night Sprint – Quarteira					
CLASS	DISTANCE (MTS)	CLIMB (MTS)	CONTROL POINTS	MAP SCALE	EQUID. (mts)
T10	1 520	1800	14		
M12	1700	22,5	13		
M14	2070	20	14		
M16	3080	40	18		
M18	3250	40	19		
M20	3870	52,5	22		
M21A	3960	52,5	22		
M21B	2070	20	14		
M21E	4190	55	24		
M21SE	4250	55	25		
M35	3980	47,5	26		
M40	3980	47,5	26		
M45	3850	47,5	26		
M50	3820	47,5	26		
M55	3690	45	24		
M60	3570	45	24		
M65	2700	37,5	16		
M70	2620	37,5	16		
M75	2080	25	16		
M80	2080	25	16		
M85	2080	25	16		
W12	1700	22,5	13	1:4.000	2,5
W14	1940	17,5	15		
W16	2550	30	14		
W18	2760	30	16		
W20	2780	35	17		
W21B	1940	17,5	15		
W21A	2430	15	20		
W21E	3860	45	24		
W35	2790	35	17		
W40	2790	35	17		
W45	2740	35	19		
W50	2720	35	19		
W55	2550	32,5	17		
W60	2500	32,5	17		
W65	2360	30	16		
W70	2360	30	16		
W75	2080	25	16		
W80	2080	25	16		
W85	2080	25	16		
White	1700	22,5	13		
Green	2500	30	15		
Yellow	3280	32,5	20		
Red	3870	47,5	23		

Dia 3 – Distância Média

Mapa: Loulé

Terreno: Área de floresta mediterrânica com relevo médio e muitos detalhes de vegetação e elementos lineares, como muros de pedra solta, maioritariamente em ruínas.



Cartógrafo: Alexandre Reis (Portugal)

Traçador de Percurso: Alexandre Reis

Distância até à Partida: 1100 mts

Abastecimento de Água: Não

Ponto de Espectadores: Não

Parque: Na Arena, no local indicado pelos Organizadores

Additional information:

- Local de Babysitting ([37°08'23.3"N 8°01'47.3"W](https://www.google.com/maps/place/37°08'23.3\)).
- Haverá serviço de bar.
- Esquema da Arena – ver página 46
- O uso de relógios GPS com informações do mapa não será permitido nas classes Elite durante esta prova.

Programa

08h00 Abertura do Secretariado – Arena

10h00 Início da Distância Média – **WRE**

10h30 Início das classes abertas e de treino

14h00 Cerimónia de entrega de prémios do Sprint Noturno

14h30 Fecho do Secretariado na Arena

15h00 Cerimónia de entrega de prémios – **WRE**

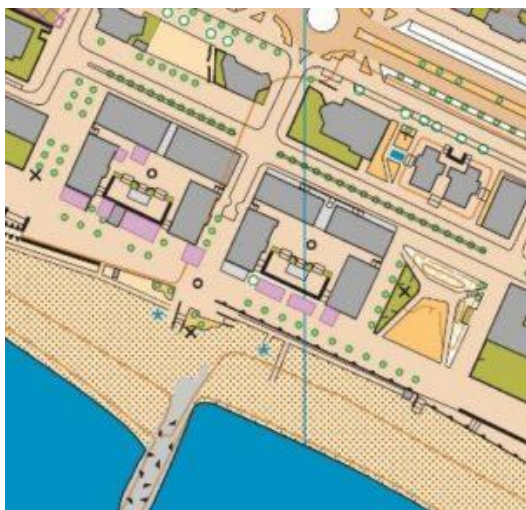
Informações Técnicas

Day 3 – (Monday): Middle Distance WRE – Canil Loulé					
CLASS	DISTANCE (MTS)	CLIMB (MTS)	CONTROL POINTS	MAP SCALE	EQUID. (mts)
T10	2 770	45	17	1:7.500	5
M12	3 080	60	16		
M14	4040	105	15	1:10.000	
M16	5460	215	20		
M18	5640	225	20		
M20	6470	265	23		
M21A	5430	230	20		
M21B	4770	165	20		
M21E	7140	265	23		
M21SE	7140	265	23		
M35	5890	260	20		
M40	5580	250	20		
M45	5440	230	19		
M50	5150	220	17		
M55	5080	215	19		
M60	4630	185	21	1:7.500	
M65	4120	160	17		
M70	3440	105	16		
M75	2870	90	12		
M80	2830	95	14		
M85	2800	90	14	1:10.000	
W12	3080	60	16		
W14	3420	100	15		
W16	4620	185	16		
W18	4870	195	19		
W20	5080	210	17		
W21A	4390	215	15		
W21B	3100	100	14		
W21E	5860	235	20		
W35	4260	160	17		
W40	4260	160	17		
W45	4040	135	15		
W50	3870	120	16		
W55	3820	125	17		
W60	3500	115	16		
W65	3400	110	16		
W70	2830	95	14		
W75	2800	90	14		
W80	2610	85	14		
W85	2610	85	14	1:10.000	
White	2770	45	17		
Green	3080	60	16		
Yellow	3420	85	16		
Red	5580	230	21		

DIA 3 – PRE-O SPRINT

Mapa: Quarteira

Terreno:



Cartógrafo: Alexandre Reis

Traçador de Percurso: Jorge Baltazar

Informações adicionais:

- Esta etapa é um PRE-O SPRINT, será utilizado um sistema de cronometragem. É obrigatório o uso do SPORTident.
- O PreO Sprint está limitado a 150 participantes.

1. O perfil

O PreO Sprint combina precisão com decisões rápidas. Testa a capacidade dos atletas de ler e interpretar o mapa em terreno complexo e tomar decisões precisas rapidamente. A distância total do percurso do PreO Sprint deve ser mantida o mais curta possível, sendo que apenas os melhores competidores devem conseguir resolver todos os problemas corretamente dentro do tempo máximo permitido. Um terreno que não ofereça esse desafio não é adequado para o PreO Sprint. Portanto, áreas urbanas e parques que são adequados para competições TempO podem não ser apropriados para o PreO Sprint.

2. O percurso

Os percursos devem ter um mínimo de 20 controlos. Devem existir apenas tarefas **A/Z**, que podem ser resolvidas em ordem livre. Exatamente uma bandeira deve ser colocada no terreno para cada tarefa, ou na posição no centro do círculo de controlo (resposta A) ou a pelo menos 4 m (8 m para controlos em áreas grandes e longas ou mais de 50 m do ponto de visualização) da localização correta (resposta Z), de acordo com as Diretrizes da IOF para tarefas Zero.

O tempo máximo permitido será de 30 minutos ou menos (para a classe Open); é calculado como 1 minuto por cada 30 m mais 1 minuto por controlo. A distância total do percurso (ou seja, desde a partida até à chegada e passando por todos os pontos de decisão) não deve exceder 15 m por controlo. Portanto, um percurso típico de **PreO Sprint** teria 25 controlos ao longo de um trajeto de 150 m de comprimento. No entanto, se necessário, o percurso pode ser dividido em duas ou três secções, com uma secção de tempo limite entre elas. Mapas separados serão entregues no início de cada secção. A distância total, incluindo as secções com tempo limite, deve ser mantida abaixo de 1 km.

O percurso deve ser em um trilho ou área plana, idealmente com uma superfície dura e lisa, com largura mínima de 2,5 m para permitir a passagem de cadeiras de rodas. As secções de tempo limite devem ser usadas para permitir que os utilizadores de cadeira de rodas naveguem através de secções não planas do percurso e conectem diferentes partes da área com características interessantes, com distância mínima de competição.

A visibilidade da área deve ser boa para limitar a concentração de competidores nos pontos de visualização. Embora as bandeiras de controlo devam ser posicionadas de forma a poderem ser vistas de diferentes posições ao longo do percurso, os pontos de visualização devem ser marcados no terreno em ordem numérica ao longo do caminho, para indicar uma posição de onde o competidor tenha uma visibilidade clara de uma bandeira de controlo específica. Bandeiras adicionais podem ser visíveis a partir destes pontos. Os pontos de visualização devem indicar claramente o número(s) do controlo. Para evitar congestionamentos, cada controlo deve ter o seu próprio ponto de visualização, e a distância mínima entre os pontos de visualização deve ser de 3 m. Para garantir a justiça para competidores com mobilidade limitada, recomenda-se colocar o ponto de visualização de modo que a tarefa possa ser resolvida a partir dessa

posição, sem que se ganhe vantagem significativa ao mover-se além do próximo ponto de decisão no percurso.

3. Classificação

Classificação por total de pontos (um ponto para cada controlo resolvido corretamente) menos uma penalização de 1 ponto por cada 1 minuto ou fração utilizado além do tempo máximo permitido. O tempo total utilizado no percurso (menos as secções com tempo limite) será utilizado como critério de desempate.

Um sistema de handicap para ajustar o tempo utilizado com base nas condições do terreno e para utilizadores de cadeira de rodas manuais, que não possam usar o mapa enquanto se movem, melhorará a comparação direta entre todos os competidores. Como orientação, para utilizadores de cadeira de rodas, multiplica-se o tempo total por 0.8, e para outros competidores com elegibilidade para a classe P, multiplica-se o tempo total por 0.9. Se forem usados handicaps, o tempo máximo permitido para os competidores da classe P deve ser ajustado de acordo, para que o tempo máximo após ajuste seja o mesmo para todos os competidores. Por exemplo, se o multiplicador for 0.8 e o tempo máximo para a classe Open for de 28 minutos, o tempo máximo para a classe P deverá ser de 35 minutos. A penalização de 1 ponto por minuto (ou parte de um minuto) além do tempo máximo aplica-se a todas as classes e não é ajustada pelos fatores de handicap utilizados.

Mais informações no: [IOF website](#)

Programa

13:00 Abertura do Centro de Evento Pre-O

13:30 Início do Pre-O

17:30 Cerimónia de entrega de prémios Pre-O

Dia 4 – Distância Longa & Chasing Start

Mapa: Loulé

Terreno: Área de floresta mediterrânica com relevo médio e muitos detalhes de vegetação e elementos lineares, como muros de pedra solta, maioritariamente em ruínas.



Cartógrafo: Alexandre Reis (Portugal)

Traçador de Percurso: Alexandre Reis

Distância até à Partida: 0 mts

Abastecimento de Água: Sim

Ponto de Espectadores: Não

Parque: Na Arena, no local indicado pelos Organizadores

Additional information:

- Local de Babysitting ([37°08'23.3\"N 8°01'47.3\"W](https://www.google.com/maps/place/37°08'23.3\))
- Haverá serviço de bar.
- Esquema da Arena – ver página 46
- Todas as classes Elite (M21SE, M21E e W21E) terão um **Chasing Start** próximo da Arena;
- Atletas que estiverem mais de uma hora após a primeira partida ou que não tenham corrido numa das etapas de floresta terão um **Mass Start** uma hora após o primeiro início.

Programa

08h00 Abertura do Secretariado – Arena

09h00 Distância Longa (Chasing Start para as classes Elite na Arena)

09h30 Início das classes abertas e de treino

10h00 Mass Start para os restantes atletas Elite na Arena

13h30 Cerimónia de entrega de prémios – POM2025

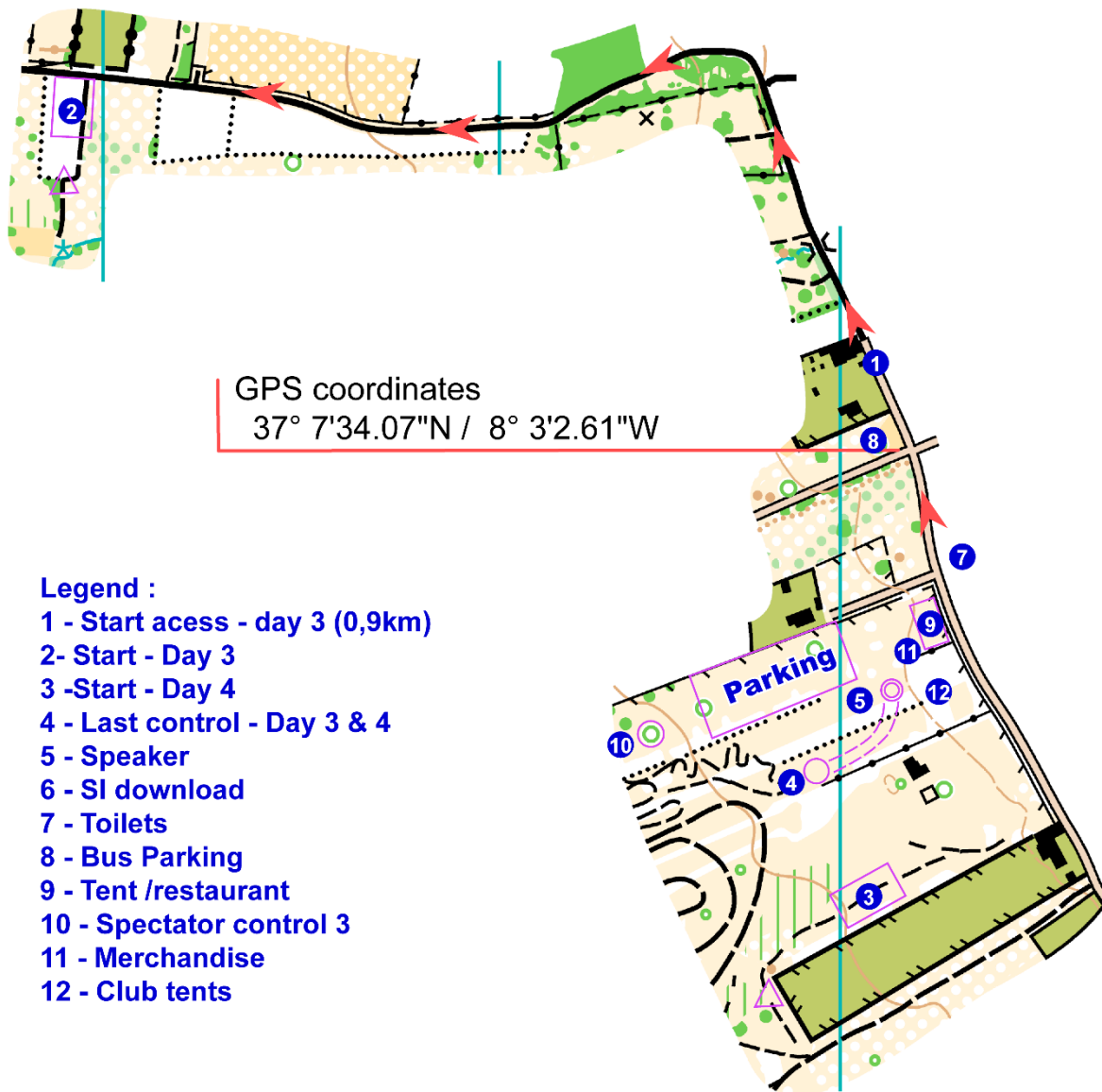
15h00 Fecho do Secretariado

17h00 Fecho do **Solo Duro**

Informações Técnicas

Day 4 – (Tuesday): Long Distance – Chasing Start – Canil Loulé					
CLASS	DISTANCE (MTS)	CLIMB (MTS)	CONTROL POINTS	MAP SCALE	EQUID. (mts)
T10	2 090	40	12	1:7.500	5
M12	2 550	65	14		
M14	4110	140	17	1:10.000	
M16	5640	220	19		
M18	5790	235	18		
M20	7770	290	19		
M21A	6700	240	18		
M21B	5120	165	14		
M21E	10790	415	29		
M21SE	10790	415	29		
M35	7880	295	19		
M40	7060	265	19		
M45	6380	250	21		
M50	6290	240	21		
M55	5530	215	18		
M60	5020	175	16		
M65	4360	170	17	1:7.500	
M70	4000	145	14		
M75	3890	135	15		
M80	3790	135	15		
M85	3760	125	13	1:10.000	
W12	2550	65	14		
W14	3900	130	18		
W16	4870	180	14		
W18	5470	210	17		
W20	6120	215	20		
W21A	5289	170	18		
W21B	4830	165	14		
W21E	9500	310	26		
W35	5600	195	17		
W40	5600	195	17		
W45	4420	165	15		1:7.500
W50	4280	160	13		
W55	4010	155	14		
W60	3890	135	15		
W65	3880	155	15		
W70	3790	135	15		
W75	3760	125	13		
W80	3100	120	13		
W85	3100	120	13	1:10.000	
White	2090	40	12		
Green	2550	65	14		
Yellow	4230	130	16	1:10.000	
Red	6950	260	22		

Esquema da Arena



PLAN YOUR TRIP WITH...

WHERE DO YOU LIVE? MAYBE YOU HAVE
SOMEONE OUT THERE WHO CAN HELP YOU!



EMAIL: INFO@O-PORTUGAL.PT

WWW.O-PORTUGAL.PT



EMAIL: INFO@WMOC.FI

WWW.WMOC.FI



EMAIL: POSTI@DANIELSTRAVELS.FI

WWW.DANIELSTRAVELS.FI

SUUNNISTUSMATKAT

Sport&Nature Travels OY

EMAIL: INFO@SUUNNISTUSMATKAT.FI

WWW.SUUNNISTUSMATKAT.FI



ULU'S
REISEWELT

EMAIL: ULU@SUNRISE.CH



PWT travel

EMAIL: INFO@PWT.NO

WWW.PWT.NO

swissOotours.ch

EMAIL: SWISSOTOURS@BLUEWIN.CH

WWW.SWISSOTOURS.CH

Contacts

www.pom.pt

info@pom.pt

www.bttloule.com

info@pom.pt - For general matters

entries@pom.pt - for general entries matters

payments@pom.pt - for payment management

  @portugal.o.meeting

