

# PROVA DE ORIENTAÇÃO SOLIDÁRIA - 73º ANIVERSÁRIO FAP

## Perguntas Frequentes (FAQ)



### 17 Quando e onde vai ter lugar esta prova?

A prova de orientação solidária faz parte das comemorações do 73.º aniversário da Força Aérea Portuguesa na **Figueira da Foz** e será no dia **01 de julho (terça-feira)**, com início às **19H00**, com partida e chegada na  Praça da Europa Manuel Alfredo Aguiar de Carvalho .

### Quem organiza esta prova?

A prova de orientação é organizada pela Força Aérea, em parceria com a Associação Desportiva do Mondego - Ori Mondego e com o apoio da Câmara Municipal da Figueira da Foz .

### Como posso inscrever-me?

As inscrições são gratuitas e devem ser feitas até dia 30 de junho 2025, através da leitura do QR Code no cartaz da prova ou através deste [link: Prova de Orientação Solidária – 1 de julho de 2025 | Força Aérea Portuguesa](#). No entanto, convidamos todos os participantes a doar um ou mais bens alimentares não perecíveis, a reverter para três associações locais de solidariedade social.

### O que inclui a inscrição?

Além dos benefícios inerentes à prática da atividade física e de conhecer a cidade de uma forma completamente diferente, de mapa na mão, a inscrição inclui uma **t-shirt alusiva ao evento** para todos os participantes e **medalhas** para os três primeiros classificados do escalão competitivo, **Percurso Longo (Vermelho)**. A inscrição também inclui seguro de acidentes pessoais.

### Porque é que esta prova se designa como solidária?

As inscrições são gratuitas, mas convidamos todos os participantes a doar um ou mais bens alimentares não perecíveis, a reverter para três associações locais de solidariedade social:

- CASA - Centro de Apoio ao Sem Abrigo;
- Santa Casa da Misericórdia de Buarcos;
- Casa da Criança de Santo António da Obra do Padre Amaro.

### Quem pode participar?

Todos são bem-vindos! A atividade é adequada para todas as idades e níveis de experiência. Pode participar individualmente ou em equipa.

### O que é a orientação?

A orientação é um desporto ao ar livre que combina exercício físico e raciocínio. Os participantes utilizam um mapa para encontrar pontos de controlo marcados no terreno, escolhendo as melhores

rotas para os alcançar. Clique neste *link* para visualizar um vídeo didático sobre o que é a orientação: [▶ NORDA - Versão Portuguesa](#) .

### **Preciso de correr?**

Não é necessário correr. Pode fazer o percurso ao seu ritmo, seja a caminhar ou a correr. O importante é desfrutar da atividade e da descoberta da cidade.

### **Que tipo de percursos estão disponíveis?**

Existem percursos de diferentes distâncias e níveis de dificuldade, adequados a todos os participantes. As opções são:

- **Percurso Curto (Verde):** Aproximadamente 2 a 3 km
- **Percurso Médio (Amarelo):** Aproximadamente 4 a 5 km
- **Percurso Longo (Vermelho):** Aproximadamente 7 a 8 km

### **O que devo levar?**

Recomenda-se o uso de roupa e calçado confortáveis, adequados à prática de atividade física ao ar livre. Leve também água para se manter hidratado. Todo o material necessário para a orientação (mapa e dispositivo de controlo) será fornecido pela organização.

### **E se chover?**

As atividades decorrem mesmo com condições meteorológicas adversas, salvo em casos de alerta vermelho ou condições extremas. Em caso de cancelamento, os participantes serão informados através dos canais oficiais da Força Aérea.

### **O que cobre o seguro de acidentes pessoais?**

O seguro de acidentes pessoais incluído na inscrição cobre eventuais lesões ocorridas durante a participação na atividade. Em caso de acidente, os participantes devem informar imediatamente a organização para que sejam acionados os procedimentos necessários.

### **O que é o sistema SPORTIdent?**

O *SPORTIdent* é um sistema eletrónico de controlo de tempo e passagem em eventos de orientação. Cada participante utiliza um **SI-Card (chip)** que regista o tempo e a sequência dos pontos de controlo visitados. Após a prova, os dados são transferidos para um computador, permitindo a análise dos tempos parciais e totais. Para mais informações, visite o site oficial da [SportIdent Portugal](#).

### **Como interpretar os mapas de orientação urbana (ISSprOM)?**

Os mapas de Orientação seguem a especificação [ISSprOM](#) (*International Specification for Sprint Orienteering Maps*), adequada para ambientes urbanos. Alguns símbolos comuns incluem:

- **Preto:** Elementos construídos (edifícios, muros, escadas, rochas)
- **Castanho:** Relevo (curvas de nível, cotas)
- **Azul:** Água (rios, lagos, fontes)
- **Verde:** Vegetação (parques, áreas arborizadas)
- **Amarelo:** Áreas abertas (praças, campos)

Para uma compreensão mais detalhada do que é a orientação, mapas, percursos e simbologia, sugerimos a consulta do site [Orientação - Desporto com pés e cabeça](#) e a visualização de alguns vídeos didáticos, disponíveis no *Youtube*:

▶ [NORDA - Versão Portuguesa](#)

▶ [O mapa](#)

▶ [Define o teu trajeto](#)

▶ [Como orientar o mapa](#)

### **A que horas devo chegar?**

Recomenda-se que os participantes cheguem entre 20 a 30 minutos antes do início da atividade, para procederem à acreditação, levantamento do mapa e do sistema *SPORTIdent*. Uma vez que a partida e a chegada serão junto à exposição estática das comemorações do 73.º aniversário da Força Aérea, convidamos todos os participantes a visitarem-nos e conhecer um pouco mais sobre a nossa história e missão.

### **Mais informações**

Para mais detalhes sobre as comemorações do 73º aniversário, siga as redes sociais ou consulte o site oficial da [Força Aérea Portuguesa](#).

