



GRUPO GRAXAIM DE ORIENTAÇÃO

INSTRUÇÕES



Você está recebendo um mapa de Orientação que acompanha todas as instruções para realizar a prática do seu percurso que pode servir como treino, recreação, alternativa para sua atividade física ou até mesmo uma diversão em família.

O percurso virtual consiste em um percurso de orientação planejado e montado com tecnologia GNSS. Onde com o apoio de um aplicativo em seu smartphone, o atleta receberá a notificação de chegada e passagem pelos pontos de controle indicados no mapa. Não há o prisma no local, apenas a indicação no mapa e o seu smartphone lhe informará por meio de um aviso sonoro (“bip”) a chegada no ponto.



O tempo é registrado automaticamente pelo aplicativo e fica registrado em um ranking onde todos os participantes podem conferir suas colocações e assim avaliar e melhorar os seus resultados caso desejarem. Pode realizar o percurso quantas vezes quiser.



É importante ressaltar que, devido à grande variedade de modelos e marcas de smartphones, podem ocorrer diferenças de sensibilidade na captação do sinal GNSS.

Para que o atleta conheça o funcionamento do aplicativo é importante que o atleta realize o percurso de ambientação disponibilizado juntamente com estas instruções.



Amplamente utilizado no mundo todo, o aplicativo se torna uma ferramenta interessante para a difusão do esporte oferecendo uma prática acessível, de baixo custo e permanente.



Contato: orientacao.graxaim@gmail.com
Instagram: @orientacao.graxaim
(92) 99249-9652 (whatsapp)

www.graxaim.site

O APLICATIVO



Totalmente gratuito, sem comerciais e tem a opção em português.

Baixe o aplicativo iOrienteering no link ou QR Code abaixo, realize o registro do seu cadastro e autorize as permissões necessárias.

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.iorienteering.mobile>



O MAPA

A última página destas instruções é o seu mapa. Deixe para abri-lo na hora da partida após o percurso de ambientação. Assim você garante a experiência completa da prática da orientação.

Se quiser se preparar, junte os amigos e faça uma pesquisa nos manuais e apostilas sobre o esporte na Biblioteca Graxaim no site. Também contamos com uma videoteca com vídeos explicativos que vão lhe inserir de maneira completa na modalidade.

<https://www.graxaim.site/biblioteca-graxaim>

<https://www.graxaim.site/videoteca-graxaim-videos-de-junior-dias#612573c28cb2b>

MEDIDAS DE SEGURANÇA

1. A prática é livre, porém por se tratar de local público recomendamos que **NÃO** faça em horários inapropriados. Aproveite os horários de maior movimentação de outras pessoas. Além de seguro você ajuda a difundir a modalidade.

2. Todos os pontos de controle estão dispostos em locais acessíveis. As rotas disponíveis aos atletas não oferecem risco e nem estimulam o desafio de ultrapassagem de obstáculos. Lembrem que o esporte é Orientação e não transposição de obstáculos.
3. Para travessia de ruas e vias utilize preferencialmente os pontos de passagem indicadas no mapa. Estão colocados para iluminar as faixas de pedestres.
4. Não se esqueça de usar calçado ideal, protetor solar e se hidratar.



Obrigado por praticar orientação e colaborar com a difusão do esporte!

BÔNUS

A Sinalética



A	B	C	D	E	F	G	H
2	25	25	25	25	25	25	25

Coluna C

↖	Mais a Norte
↘	Mais a sudeste
→	De cima
←	De baixo
↕	Do meio

Coluna E

—	baixa
—	raso
U	fundo
■	coberto de vegetação
□	aberto
▲	rochoso pedregoso
■	patanoso
■	arenoso
▲	copa comprida
▲	copa redonda
▲	em ruínas

Coluna F - Dimensões

2.5	altura ou profundidade
8 x 4	tamanho
0 / 2.0	altura em inclinação
2.0	altura de dois elementos
3.0	

Combinação

✕	cruzamento
✕	junção

Coluna D - O elemento característico

Formas do terreno	Elementos Rochosos	Água e Pantanos	Vegetação	Elementos feitos pelo homem
terraço	falésia	lago	área aberta	estrada ou caminho largo
espórão	Rocha alta	lago pequeno	área semi-aberta	caminho estreito
reentrância	gruta	buraco com água	canto de vegetação	passarela
banco de terra	pedra	rio, linha de água	clareira	ponte
pedreira	monte de pedras	linha de água pequena	vegetação	linha de alta tensão
muro de terra	pequeno monte de pedras	pântano estreito	linha de vegetação	poste de alta tensão
barranco	monte de pedras	pântano	limite de vegetação	túnel
pequeno barranco	chão pedregoso	terra firme no pântano	pequena floresta	muro de pedra
colina	aforamento rochoso	poço	árvore especial	vedação
cota	passagem estreita	nascente	tronco ou raiz	portão ou passagem
passagem		tanque de água		edifício
depressão				área pavimentada
pequena depressão				ruína
buraco				cano de água
chão esburacado				torre
formigueiro				plataforma de tiro

Coluna G - Localização da baliza no elemento

○	lado nordeste
○	borda sudeste
○	parte oeste
○	canto este (por dentro)
○	canto sul (por fora)
○	ponta sudoeste
○	curva
○	terminação noroeste
○	parte de cima

elementos especiais em que seu significado é divulgado pela organização antes da prova

✕	Special item
○	Special item

Coluna H - Outras Informações

+	primeiros socorros
☒	abastecimento
☒	ponto de rádio ou TV
☒	ponto de espectadores

Instruções Especiais

troço balizado a partir do ponto de controle	60 m
balizado de um ponto para outro	300 m
peneira com passagem obrigatória	
peneira com troço balizado obrigatório	
troço obrigatório para mudança de mapa	50 m

Linha de meta

balizado do último ponto ao finish	400 m
termos de nos orientar até ao balizado	150 m
termos de nos orientar do último ponto ao finish	380 m

Simbologia Internacional para Mapas de Orientação Sprint - ISSprOM 2019 - IOF

Relevo		Rochas e pedras		Água e charcos		Vegetação		Construídos		Percurso	
Curva de nível		Penhasco intratransponível		Área aquática intratransponível		Área aberta		Área pavimentada (degrau ou borda)		Partida	
Curva de nível mestre		Penhasco		Área aquática transponível (rasa)		Área aberta com árvores esparsas		Estrutura multível		Ponto de entrega do mapa	
Trapo de declividade		Buraco rochoso ou caverna		Buraco com água		Área semiaberta		Área pavimentada com árvores esparsas		Ponto de controle	
Curva de nível auxiliar		Pedra		Pequeno curso d'água transponível		Área aberta com árvores esparsas		Trilha para pedestres ou caminho não pavimentado		Número do ponto de controle	
Depressão		Pedra grande		Canal d'água temporário ou sazonal		Floresta aberta		Pequena trilha para pedestres ou caminho não pavimentado		Linha do percurso	
Barranco de terra		Pedra gigante		Charco intratransponível		Vegetação: corrida lenta		Pequena trilha para pedestres ou caminho não pavimentado		Chegada	
Muro de terra (talude)		Agrupamento de pedras		Charco transponível		Vegetação: corrida rápida		Picada		Rota balizada	
Erosão (ravina)		Área com pedras		Charco estreito		Vegetação: possível caminhar		Via férrea		Limite de área fora de prova	
Pequena erosão		Terreno pedregoso		Charco indistinto ou sazonal		Vegetação: boa visibilidade		Bonde		Área fora de prova	
Montículo ou colina pequena		Terreno arenoso		Poço, fonte ou tanque		Vegetação: intratransponível		Linha elétrica, telefônica ou teleférico		Ponto de passagem	
Colina alongada		Afloramento rochoso		Nascente		Terreno cultivado		Linha elétrica principal		Seção de passagem	
Pequena depressão				Objeto especial de água		Pomar		Passagem subterrânea ou túnel		Construção temporária ou área fechada	
Buraco						Vinhedo ou similar		Muro transponível			
Terreno irregular						Limite de cultivo		Muro intratransponível			
Objeto especial (raiz, cupim)						Borda vegetação		Cerca transponível ou parapeito			

Conjunto de símbolos para mapas de orientação escolares

Poste pequeno, mastro ou placas de trânsito	
Poste de iluminação ou semáforo	
Mesa	
Banco ou assentos	
Aparelho de playground ou goleiras	
Hidrate ou bebedouro	

O conteúdo deste quadro representa os símbolos que devem ser usados exclusivamente para fins didáticos.

Nota: os desenhos estão na escala de 1:4000.



CONSELHO DE MAPEADORES
Tradução e adaptação
JOCEMAR RIV - OM 34117
jmapascursos@gmail.com

CLUBE ASA - CONJUNTO AYAPUÁ Manaus - Amazonas - Brasil



E: 1/2000

SPRINT CLUBE ASA				
LIVRE				
VIRTUAL		1,0 km	3 m	
1	119	△	◇	
2	120	◇		
3	102	■		♂
4	101	△	◇	
5	103	△	◇	
6	104	◇	◇	
7	114	△		7
8	115	△	◇	
9	116	◇	◇	
10	117	◇	△	
30 m				

Yk7Yhe



OCAD 10 Versão 2010 - Gaia GPS - QGIS 3.22
iORIENTEERING
Trabalho de Campo: Julho 2023
Mapeador: André Rondon Nº 249 - 3556 / CBO



Percurso planejado com o aplicativo iOrienteeing

**PERCURSO
VIRTUAL**

Apoio



OCAD
the smart software
for cartography