

# **Seleções Nacionais**

(Júnior / Absoluto)



**Critérios de Seleção 2018**

---



## \_\_ Seleção Nacional de Orientação Pedestre

PLANO DE ALTO RENDIMENTO E SELEÇÕES NACIONAIS

**Selecionador Nacional Júnior e Absoluto:** Pedro Nogueira

**Email:** pedro1111nogueira@gmail.com

**Tel:** 965771163

## Informação Geral

- O **Grupo de Seleção** constitui-se como a base de trabalho e desenvolvimento dos atletas de Alto Rendimento;
- Pretende-se com a junção dos atletas em idade Júnior em conjunto com os atletas Absolutos criar rotinas de trabalho comum com vista à sua progressão e desenvolvimento, tendo em perspetiva a sua atuação futura;
- Promover uma maior abertura e aumentar o leque de escolhas de qualidade para representação internacional;
- Apresentar aos atletas os momentos e critérios de seleção para que estes se possam preparar da melhor forma.



## \_\_ Seleção Nacional de Orientação Pedestre

PLANO DE ALTO RENDIMENTO E SELEÇÕES NACIONAIS

EOC 2018		
Local	Suíça - Ticino	
Data	5 a 13 Maio 2018	
Nº de atletas	2M + 2W	
Provas de Observação/Seleção		
Data	Prova	Distâncias
3/4 Fev	Troféu Dão Lafões	M/S/L
10 a 13 Fev	POM '18	L/M
17/18 Fev	PIOM '18	M/S/L
17/18 Mar	CN Longa/Sprint	L/S
<b>Notas:</b>		
<ol style="list-style-type: none"><li>1. A decisão final sobre os atletas selecionados para o evento cabe sempre ao selecionador nacional;</li><li>2. Por se tratar de uma competição que <b>não</b> envolve "quotas" e os atletas poderem participar em todas as distâncias (polivalência), para efeitos de seleção, será realizado um ranking com as provas apresentadas anteriormente;</li><li>3. De um total de <b>10 (dez)</b> provas, contarão as <b>7 (sete)</b> <u>melhores</u>.</li></ol>		



## \_\_ Seleção Nacional de Orientação Pedestre

PLANO DE ALTO RENDIMENTO E SELEÇÕES NACIONAIS

JWOC 2018		
Local	Hungria - Kecskemét	
Data	8 a 15 Julho	
Nº de atletas	3M + 2W	
Provas de Observação/Seleção		
Data	Prova	Distâncias
3/4 Fev	Troféu Dão Lafões	M/S/L
10 a 13 Fev	POM '18	L/M
17/18 Fev	PIOM '18	M/S/L
17/18 Mar	CN Longa/Sprint	L/S
<b>Notas:</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. A decisão final sobre os atletas selecionados para o evento cabe sempre ao selecionador nacional;</li><li>2. Por se tratar de uma competição que <b>não</b> envolve "quotas" e os atletas poderem participar em todas as distâncias (polivalência), para efeitos de seleção, será realizado um ranking com as provas apresentadas anteriormente;</li><li>3. De um total de <b>10 (dez)</b> provas, contarão as <b>7 (sete)</b> <u>melhores</u>.</li></ol>		



## \_\_ Seleção Nacional de Orientação Pedestre

PLANO DE ALTO RENDIMENTO E SELEÇÕES NACIONAIS

WOC 2018		
Local	Letónia - Riga/Sigulda	
Data	4 a 11 Agosto	
Nº de atletas	3M + 2W	
Provas de Observação/Seleção		
Data	Prova	Distâncias
3/4 Fev	Troféu Dão Lafões	M/S/L
10 a 13 Fev	POM '18	L/M
17/18 Fev	PIOM '18	M/S/L
17/18 Mar	CN Longa/Sprint	L/S
12 Mai	CN Média	M
<b>Notas:</b>		
1. A decisão final sobre os atletas selecionados para o evento cabe sempre ao selecionador nacional;		
2. Por se tratar de uma competição que envolve "quotas", para efeitos de seleção será realizado um ranking por distância englobando as referidas provas apresentadas;		
3. Assim ficou definido:		
<b>Sprint</b> - 3 provas (-1)		
<b>Média</b> - 4 provas (-1)		
<b>Longa</b> - 4 provas (-1)		



# \_\_ Seleção Nacional de Orientação Pedestre

## PLANO DE ALTO RENDIMENTO E SELEÇÕES NACIONAIS

<b>Ficha do Atleta</b>			
Nome:		Data de nascimento ____/____/____	
Email:		Tel:	
<b>Provas Físicas</b>	<b>Distância</b>	<b>Tempo</b>	<b>Data</b>
<b>EOC '18</b>	<b>Distância</b>	<b>Objetivo</b>	
	Sprint		
	Média		
	Longa		
<b>JWOC '18</b>	<b>Distância</b>	<b>Objetivo</b>	
	Sprint		
	Média		
	Longa		
<b>WOC '18</b>	<b>Distância</b>	<b>Objetivo</b>	
	Sprint		
	Média		
	Longa		

Assinatura



## \_\_ Seleção Nacional de Orientação Pedestre

### PLANO DE ALTO RENDIMENTO E SELEÇÕES NACIONAIS

Seleção Nacional de Orientação Pedestre	
Nome	Escalão
João Mega Figueiredo	Sénior Elite Masculino
Tiago Gingão Leal	Sénior Elite Masculino
Manuel Horta	Sénior Elite Masculino
Rafael Miguel	Sénior Elite Masculino
Nélson Baroca	Sénior Elite Masculino
Pedro Nogueira	Sénior Elite Masculino
Mariana Moreira	Sénior Elite Feminino
Carolina Delgado	Sénior Elite Feminino
Filipa Rodrigues	Sénior Elite Feminino
Ricardo Esteves Ferreira	Júnior Elite Masculino
João Novo	Júnior Elite Masculino
João Bernardino	Júnior Elite Masculino
João Magalhães	Júnior Elite Masculino
Bernardo Pereira	Júnior Elite Masculino
Tomás Lima	Juvenil Elite Masculino
Beatriz Sanguino	Júnior Elite Feminino
Patrícia Romão	Júnior Elite Feminino
Helena Lima	Júnior Elite Feminino