



## **WOC, EOC, JWOC, EYOC & TPL**

---

**República Checa, Suíça, Turquia, Lituânia & Espanha**

## Critérios de Seleção – Orientaçã Pedestre 2021

### A. Eventos

- EOC – 13 a 16 de Maio '21 - Suíça
- WOC - 3 a 9 de Julho '21 – República Checa
- JWOC - 11 a 16 Julho '21 - Turquia
- EYOC - 19 a 22 de Agosto '21 – Lituânia
- TPL – 31 de Outubro a 1 de Novembro - Espanha

### B. Número de atletas por evento

Atletas	WOC	EOC	JWOC	EYOC	TPL
M	3	3	3	3/6	3
W	3	3	3	3/6	3
Total	6	6	6	6/12	6

1. **EOC:** Sprint Relay (13/5), KO-Sprint Qual (14/5), KO-Sprint Quarter/ ½ Final/ Final (15/5), Sprint (16/5)
2. **WOC Sprint:** Sprint Relay (7/7), Sprint Qual & Finals (3/7), Sprint Relay (4/7), Midle Distance Qual & Final (6/7), Relay (8/7), Long Distance (9/7);
3. **JWOC:** Sprint (11/7), Middle Qual. (12/7), Middle Final (13/7), Long (15/7), Relay (16/7)
4. **EYOC:** Long (20/8), Relay (21/8), Sprint (22/8)
5. **TPL:** Midle (31/10), Sprint (31/10), Long (1/11)

### **C. Seleção de atletas (números e critério)**

1. **WOC: 1 (um)** atleta masculino e **1 (um)** atleta feminina vencedor(a) das Provas de Seleção, cujo resultado será obtido através do somatório dos pontos; **1 (um)** atleta masculino e **1 (um)** atleta feminina por decisão técnica;
2. **EOC: 2 (dois)** atletas masculinos e **2 (dois)** atletas femininas melhor classificados nas Provas de Seleção, cujo resultado será obtido através do somatório dos pontos; **1 (um)** atleta masculino ou **1 (um)** atleta feminina por decisão técnica;
3. **JWOC: 3 (três)** atletas masculinos e **1 (um)** atleta feminino melhor classificados nas Provas de Seleção, cujo resultado será obtido através do somatório dos pontos; possibilidade de **1 (um)** atleta masculino e **1 (um)** atleta feminina por decisão técnica;
4. **EYOC: 3 (três)** atletas masculinos e **3 (três)** atletas femininos melhor classificados nas Provas de Seleção, nos escalões de Juvenis (H/D16) e Cadetes (H/D18), cujo resultado será obtido através do somatório dos pontos;
5. O número de atletas a convocar **pode não atingir o número máximo previsto**, dependendo das prestações dos atletas nas respetivas provas de seleção, bem como dos restantes critérios de seleção estabelecidos;
6. **Decisão técnica:** será tido em conta o historial desportivo do atleta e o seu resultado/performance nas **Provas de Seleção**;

## D. Critérios de Admissão para as Provas de Seleção

Os Critérios de Seleção para o ano de 2021 foram sujeitos a uma alteração profunda em função da situação pandémica que vivemos. No ano de 2020 a atividade das Seleções foi severamente afetada pelos sucessivos confinamentos e cancelamento de competições, não se tendo realizado qualquer evento no âmbito da IOF. O início do ano 2021 mantém esta tendência, tendo sido já canceladas duas competições internacionais, o JEC e o EJYOC, a realizar em Abril, para além, do cancelamento de todas as competições nacionais, até ao final de Abril. Todas as limitações à circulação e os períodos alargados de confinamento, têm contribuído para uma paragem obrigatória das atividades regulares das seleções.

Apesar das adversidades, temos de manter os nossos atletas focados no treino e com uma planificação desportiva ajustada para o período pós Covid, momento em que as competições regressarão.

Dada a impossibilidade de termos provas de observação, somos forçados a ajustar os Critérios de Seleção conforme se segue:

1. Os candidatos terão de concorrer nos escalões H/D16, H/D18, H/D20 e H/D Elite, e ser federados na FPO, com licença válida;
2. É **imprescindível** o preenchimento do documento “*Projecto Desportivo Individual*” – PDI, que estará disponível online e terá que ser preenchido até 31 de Março. Qualquer atleta dos escalões atrás referidos que tenha interesse em fazer parte do grupo selecionável pode e deve preencher o PDI;
3. Realização dos “*Testes Físicos*” nas datas e locais a indicar, em função do levantamento das limitações existentes e impostas pelo Estado de Emergência. Os atletas podem fazer prova dos tempos realizados em competições oficiais de atletismo, fazendo chegar à FPO os respetivos comprovativos das marcas homologadas;
4. Nas “**Provas de Seleção**” só poderão participar os atletas que preencheram o PDI e atingiram os mínimos nos Testes Físicos;

## E. Provas de Seleção (critérios)

<b>Provas de Seleção</b>						
<b>WOC, EOC, JWOC, EYOC, TPL</b>						
<b>Data</b>	<b>Atividade</b>				<b>Local</b>	
A Designar	Distância Intermédia - floresta				Figueira da Foz/Quiaios	
A Designar	Sprint (manhã)				Praia de Mira	
	Testes Físicos - 3K (tarde)					
<b>Testes Físicos</b>						
<b>Floresta</b>					<b>Sprint</b>	
	<b>H</b>		<b>M</b>		<b>H</b>	<b>M</b>
	<b>2K</b>	<b>3K</b>	<b>2K</b>	<b>3K</b>	/	/
Juvenil	7'00	X	8'30	x		
Cadete	x	10'20	x	12'40		
Júnior	x	10'10	x	12'30		
Sénior	<b>5K</b>	<b>10K</b>	<b>5K</b>	<b>10K</b>	<b>3K</b>	
	17'	35'	19'	39'	10' (3'20/Km)	11'30 (3'50/Km)

## 1. Áreas embargadas

- 1.1. **Sprint** – Praia de Mira (urbano) - Mapa n°. 006/2015
- 1.2. **Floresta** - Distância Intermédia - Quiaios - Mapa n°. 003/2019
- 1.3. A partir da data de publicação do presente documento, encontram-se embargadas as áreas referidas anteriormente para os candidatos a participar nas *Provas de Seleção*, dirigentes ou outras pessoas que estejam em posição de fornecer informação relevante aos mesmos, sendo punível com desqualificação do atleta (*fair-play*).
- 1.4. **Mapas (escala e equidistância)**

	<b>Nome</b>	<b>Escala</b>	<b>Equidistância</b>
<b>Sprint</b>	Praia de Mira	1:4000	2,5 m
<b>Distância Intermédia</b>	Quiaios	1:10000	2,5 m

2. Os **testes físicos de floresta** serão tempos mínimos (de controlo), os quais poderão ser feitos fora do âmbito dos estágios de Seleção, tendo para isso o atleta de justificar a sua performance através da apresentação do respetivo comprovativo realizado em prova oficial e com a distância homologada pela respetiva federação.
3. Os **testes físicos de Sprint** serão realizados em **competição direta** e terão uma pontuação para o vencedor de **100 pts**;
4. Os atletas que nos testes físicos de Sprint (3K) não cumpram o tempo dentro do limite serão eliminados;

5. A pontuação dos atletas será dada pela(s) fórmula(s) seguinte:

**Pontuação = Tempo vencedor / Tempo atleta x 120**

*(Sprint)*

ou

**Pontuação = Tempo vencedor / Tempo atleta x 100**

*(Testes Físicos Sprint, Distância Média e Distância Longa)*