



#5

16 | 04 | 2013

ORIENTAÇÃO
Orienteering
PORTUGAL 2013



DIREÇÃO-GERAL DOS ESTABELECIMENTOS ESCOLARES

www.isfori2013.pt



TODAY IS THE OPENING CEREMONY
HOJE É A CERIMÓNIA DE ABERTURA

INDEX | ÍNDICE

GREETING MESSAGES MENSAGENS DE BOAS -VINDAS	2
HIGHLIGHTS DESTAQUES	4
DAILY PIC	6
AIMING OFF	8
ORIENTEERING ORIENTAÇÃO	9
HIGHLIGHTS DESTAQUES	9
PROGRAMME PROGRAMA	10
INFORMATIONS (VERY IMPORTANT!)	10
PHOTO OF THE DAY	10

MOZAMBIQUE PRESENT IN WSCO 2013

2 For the very first time in the history, one delegation from Africa will be present in an ISF orienteering event. Mozambique is that nation and, with the assistance of our spanish friends who has worked with Casa do Gaiato from Maputo. A piece of orienteering history is being wrote in the WSCO 2013 held in Algarve/Portugal!

MOÇAMBIQUE PRESENTE NO CMEO 2013

Pela primeira vez na história uma delegação africana marca presença num evento de Orientação. Moçambique é essa nação e, com a colaboração de um nosso amigo espanhol, que trabalha na Casa do Gaiato de Maputo. Uma boa peça da história da Orientação será escrita no CMEO 2013 do Algarve / Portugal.



SWEDEN



MOZAMBIQUE ATHLETES



Reingard Anwanter
Vice-president of ISF

Dear school sport friends

As ISF Vice President and official delegate of the ISF I have the great pleasure in extending a warm welcome to all athletes, teachers and delegates who will be taking part in the international Orienteering School Championships in Vila Real de San Antonio y Castro Marim. I congratulate all athletes who have been chosen to represent their school and country and I want especially to recognize and thank the teachers, coaches and officials who have given their time and energy to make this event possible. The identity of school sport is very different from other international sports. In addition to sport, the encouragement of education, fair play and social interaction are the fundamental principles of the ISF. They help us to build a world where young people meet and understand each other.

Caros amigos do Desporto Escolar

Como Vice-Presidente da ISF tenho um enorme prazer em dar calorosas boas vindas a todos os atletas, treinadores e Chefes de Delegação que marcam presença neste Campeonato do Mundo Escolar de Orientação, em Vila Real de Santo António e Castro Marim. Congratulo todos os atletas que escolheram representar as suas escolas e o País, e quero reconhecer o mérito do trabalho de todos os treinadores e oficiais que deram o seu tempo e energia para tornar este evento possível. A identidade da ISF é muito diferente de todas as outras entidades desportivas internacionais. O incremento educativo, do fair play e interação social através do desporto é algo de muito importante e são estes os fundamentos da ISF. Estes princípios ajudam a construir um mundo onde a juventude se conhece, estabelece laços de amizade e de entendimento mútuo.

Liebe Schulsportfreunde, Athletinnen und Athleten

Als ISF Vize-Präsidentin möchte ich die Gelegenheit ergreifen und alle Athlet/innen, Lehrpersonen und Delegationsleiter/innen, die an diesem internationalen OL - Wettkämpfen in Vila Real de San Antonio y Castro Marim teilnehmen, willkommen heißen. Ich gratuliere den Athlet/innen, die durch ihre guten Leistungen ausgewählt wurden, ihre Schule und ihr Land zu vertreten. Ich bedanke mich bei allen Lehrpersonen, Trainer/innen und Offiziellen, die ihre Zeit und Energie geopfert haben, um diese Veranstaltung möglich zu machen. Die Grundidee des Schulsports unterscheidet sich maßgeblich vom internationalen Sport (der Verbände). Zusätzlich zum Sport sind die Förderung der Bildung, Fair Play und die soziale Komponente die wesentlichen Prinzipien der ISF. Diese helfen uns eine Welt zu schaffen, in der sich junge Menschen einander treffen und verstehen lernen. Feiern wir also gemeinsam ein unvergessliches Fest im Orientierungslauf. Es ist nun der Moment gekommen, liebe Athletinnen und Athleten. eure Leistungen zu zeigen und dies mit Respekt, Toleranz und Fairness. Möget ihr euer Ziel erreichen und die Früchte eures Trainings ernten.

Chers amis, chers athlètes du sport scolaire.

Comme Vice-Présidente de l'ISF, je voudrais saisir cette occasion pour souhaiter la bienvenue à tous les athlètes, enseignants et chefs de délégation qui participent à ces mondiaux scolaires de cours d'orientation in Vila Real de San Antonio y Castro Marim. Je vais à féliciter les athlètes, qui ont été sélectionnés par leurs performances de représenter leur école et leur pays. Je remercie tous les professeurs, entraîneurs et officiels qui ont sacrifié leur temps et leur énergie pour rendre possible cet événement. L'idée de base du sport scolaire diffère sensiblement du sport international des fédérations. A côté des efforts sportifs, il consiste à promouvoir les compétences sociales, le fairplay ainsi que la culture; les principes essentiels de l'ISF. Ceux-ci aideront à créer un monde où les jeunes peuvent se rencontrer et s'échanger afin de mieux se comprendre.



Célébrons donc ensemble une fête de cours d'orientation inoubliable. Le moment est maintenant venu, chers athlètes, pour montrer vos performances et celles-ci avec du respect, de la tolérance et du fair-play. Je vous souhaite beaucoup de succès et que vous atteigniez votre but!





Karl Keuppens

President Technical Commission
ISF Orienteering

Dear “O-friends”,

In the name of the ISF Technical Committee orienteering I want to welcome you here in the Algarve to participate in the 15th World School Championship in Orienteering. The Portuguese Organizing Committee are doing a great job to offer you a wonderful week of orienteering and more.

For the most of you this will be your first experience of a high quality international orienteering event. Here you can feel the real spirit of orienteering and we hope this ISF event will be a taste for more and possibly the start of an international orienteering career. A lot of young athletes who participated in the past ISF orienteering events have found their way to the major IOF events. Take your chance and follow their track into the exciting world of international orienteering.

During this week you must also take your time to enjoy the opportunity for a truly international and cultural exchange. Make new friends, don't be afraid of the language barrier because all young people speak the language of youth. Enjoy the “meeting of the nations”, learn more about your new friends nations. The most valued orienteering event of the week will be the Friendship Team Event. Here you will enjoy with your new friends the most memorable orienteering event of your life.

We wish you the best of luck in your races and we hope that you will enjoy every minute of this week.

Meus caros “ ORI amigos”

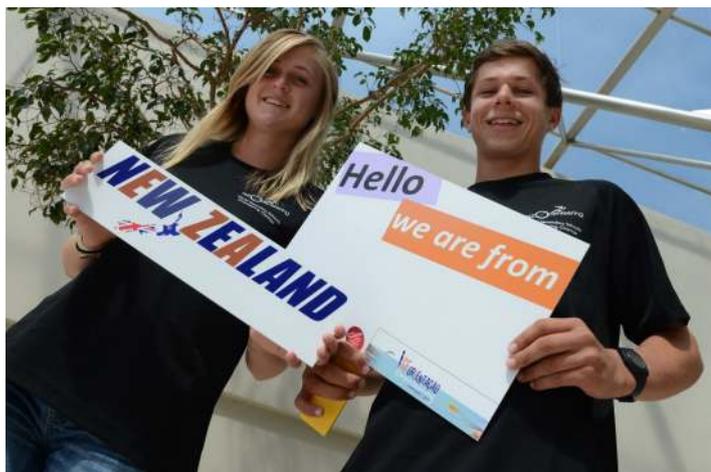
Em nome da Comissão Técnica da ISF de Orientação quero dar-vos as boas vindas ao Algarve para a participação no 15º Campeonato do Mundo Escolar de Orientação. A Comissão Portuguesa de Organização está a realizar um excelente trabalho para vos facultar uma maravilhosa semana de Orientação e muito mais.

Para a maioria de vós, esta será a primeira experiência no mais alto nível mundial nesta modalidade. Aqui, poderão sentir o verdadeiro espírito da Orientação e nós esperamos que este evento seja um aperitivo para a possibilidade de começar uma carreira internacional. Muitos dos jovens atletas que participaram no passado nos eventos da ISF encontraram o caminho para os maiores eventos da IOF. Aproveitem a vossa oportunidade e sigam o vosso percurso para este excitante mundo internacional da Orientação.

Durante esta semana deverão disfrutar desta oportunidade para uma verdadeira troca de experiências culturais. Façam novos amigos, não tenham receio das barreiras linguísticas porque os jovens falam a mesma linguagem. Apreciem o “Encontro das Nações” e aprendam mais sobre os novos amigos. O valor mais importante desta semana neste evento de Orientação será a “Corrida da Amizade”. Aqui encontrarão novos amigos, e juntos participarão no evento mais memorável das vossas vidas.



Desejamos-vos a maior das sortes para as vossas provas e esperamos que se divirtam em cada minuto desta semana.



WILL TREMAIN AND GEORGIA CREAGH NEW ZEALAND

Will Tremain and Georgia Creagh are 14 years old. They are Juniors selected team and came all the way from Napier in New Zealand. It's their first time in a World Competition... Exciting!

Back at home will plays popular sports such as rugby and cricket but less than 2 years ago he decided to give a try to Orienteering and just got stuck to that. Georgia says he's a pro already.

What about you, Georgia?

"Well I practice cross country and I love being in contact with Nature and seeing the pretty countryside... Orienteering is growing faster and is getting more and more popular in my country."

Will and Georgia agree that this sport is good exercise and fantastic for the personal development and it's really good fun!

What's the next point, Will?

"Hoping for the podium."

Will Tremain e Georgia Creagh têm ambos 14 anos. São juvenis e representam a equipa da Nova Zelândia, e são provenientes de Napier. É a primeira vez que estão no campeonato do Mundo e estão entusiasmados com a experiência.

Quando regressarem ao seu país vão continuar a jogar rugby e cricket, que são os desportos mais populares. Há menos de dois anos, Will Tremain decidiu experimentar a Orientação e gostou muito da experiência. A Georgia referiu, de imediato, que ele já é "um profissional"...

E tu, Georgia?

"Bem, eu pratico atletismo e gosto muito estar em contacto com a natureza. O meu País é fantástico, pois possui belíssi-

mas paisagens naturais. A Orientação, como modalidade, está a crescer muito depressa tanto ao nível e no número de praticantes como na sua popularidade"

Will e Georgia concordam que este desporto é excelente para realizar atividade física e é fantástico para o desenvolvimento pessoal. "É mesmo divertido!"

Qual é o teu próximo ponto, Will?

"Espero chegar ao pódio!"



Ana Zagorodniva ESTONIA GUIDE

Ana Zagorodniva was born in Moldavia. She's a beauty and lives in Portugal in Vila Real Santo Antonio where she's finishing her secondary studies.

Ana, what are you doing here as a volunteer in Orienteering World School Sports Championship?

"Oh, it's a great opportunity to socialize. It's quite an experience that

might be useful in the future. I love sports and this sort of event it's a great advantage for us.

I'm the guide for Estonia and hopefully I'll be able to help the organization speaking Russian. As you know we used to learn Russian at school back in Moldavia and Estonia. It's a great life this one!!! "

Ana Zagorodniva nasceu na Moldávia. É muito bonita, vive em Vila Real de Santo António e está a terminar o ensino secundário.

Ana, o que estás a fazer no Campeonato do Mundo de Orientação?

"Oh... é uma excelente oportunidade para socializar. É uma experiência que me pode ser útil num futuro próximo. Eu gosto muito de desporto e este tipo de evento é uma grande oportunidade para nós.

Sou guia da Estónia e espero sinceramente ajudar a organização, porque falo russo. Como sabem todos nós aprendemos a língua russa nas escolas da Moldávia e da Estónia.

É uma boa vida!! "





José Sá and José Beirão
ENGLAND GUIDES

José Sá e José Beirão are the guides working with the English Delegation. They're natives from Vila Real de Santo António and about finishing their secondary studies.

Why did you volunteer to work in this ISF Championship organization?

"It's a great opportunity to practice the English language. We're about finishing our studies in Sports Management and we've recently participated in the Mundialito and the Algarve Football Cup – 2013."

You've just met the English Delegation, what's your first impression?

"They're great. Very nice people, indeed. Apparently they look very shy but they've just arrived and they must be still in shock because of the weather. It was snowing in England when they left...freezing cold.

The've got to be careful with the sun otherwise they will get in trouble... "

José Sá e José Beirão são os guias que acompanham a delegação inglesa. Nasceram ambos em Vila Real de Santo António e estão quase a terminar o curso secundário.

Porque é que se voluntariaram para este Mundial de Orientação?

"Porque é uma excelente oportunidade para praticar o nosso inglês. Estamos quase a terminar os nossos estudos em Gestão do Desporto e estivemos recentemente envolvidos no Mundialito de Futebol—2013."

Já conheceram a vossa delegação, qual foi a primeira impressão?

"Foi fantástica. Parecem umas pessoas extraordinárias. Aparentemente também parecem tímidos, mas acabaram de chegar. Depois de passar esta fase de adaptação à nossa temperatura e este maravilhoso tempo, todos ficam mais divertidos. Quando saíram de Inglaterra estava a nevar ... com imenso frio. Eles devem ter muito cuidado com o sol... de outra maneira poderão ter alguns problemas."



TRANSPORTATION
TRANSPORTES

In this website you can see all the transportation plan:

www.esfcastro.pt/isf2013

www.isfori2013.pt





SALT FLOWER— A TRADITIONAL ECONOMIC ACTIVITY

The salt flower or “clot” is made out of crystals which appear on the top layer of the water during salt production. It’s a hand-harvested sea salt recollection that never touches the bottom of the large salt pans.

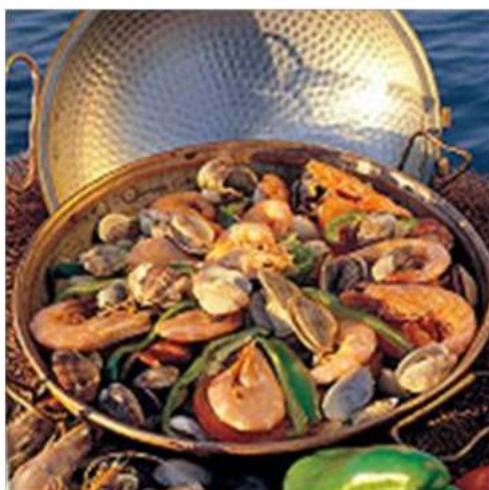


**FLOR DE SAL — UMA TRADIÇÃO ANCESTRAL
SALT FLOWER— AN ANCIENT TRADITION**

The salt flower is not processed after the recollection, and it’s sun-dried and then is packed while maintaining the flavor and humidity from the sea.

Smells and flavours Symphony

Knowing the Algarve regional cuisine is mandatory for anyone visiting the area. Simultaneously rich flavors and simple confection, the gastronomy of the Algarve, like everything else, has its roots in ancient times and absorbed various influences. This is a land of fishermen facing the Atlantic Ocean and because of that fish and seafood play a good role in this kitchen. But the influences not only come from the sea but also from the entire region endowed the Algarve cuisine of wonderful recipes based on vegetables, wild plants and meat from the pastures in the mountain. The sweets are also to eat and to cry for more! This is a rich legacy that has increased as very enjoyable at the restaurants throughout the region.



FLOR DE SAL— UMA ATIVIDADE ECONOMICA COM TRADIÇÃO.

A flor de sal ou coalho é constituída pelos cristais de sal que se formam à superfície da água, durante a produção de sal marinho em salinas. É cuidadosamente recolhida com um instrumento especial, que nunca toca o fundo.



A Flor de Sal não sofre qualquer processamento posterior, seca ao sol e é depois embalada, mantendo o sabor e a humidade do mar.

A “fina flor” do sal marinho tradicional é composta por pequenos cristais quebradiços, e a sua brancura deve-se ao cuidado com que é feita a recolha diária, nunca tocando no fundo da salina.

Sinfonia de aromas

Conhecer a cozinha regional algarvia é obrigatório para quem visita a região. Simultaneamente rica de sabores e simples de confeção, a gastronomia do Algarve, à semelhança de tudo o resto, tem as suas raízes em tempos e quotidianos longínquos e absorveu influências diversas. Por ser terra de pescadores virada para o Atlântico, os peixes e mariscos desempenham papel protagonista nesta cozinha. Mas não só. Mas não é só do mar que vêm as influências. Toda a região interior dotou a gastronomia algarvia de maravilhosas receitas baseadas em produtos hortícolas, plantas silvestres e carne proveniente dos pastos serrenhos. A doçaria é de comer e chorar por mais! Trata-se de um legado riquíssimo, cada vez mais possível de ser apreciado em restaurantes ou típicas tasquinhas por toda a região.

Map maker: Tiago Aires & Raquel Costa
 Course planner: Alexandre Reis
 National controller: Jorge Baltazar
 ISF TC: Frances Stone, Franz Hartinger, Roy Berkoviz, Karl Keuppens
 Map – Monte Gordo
 Scale – 1:10.000
 Interval Contour – 2,5m
 Map is protected against water by a plastic bag.

MIDDLE DISTANCE



Class.	Distance	Climb	Controls
M1 School	3660 m	50 m	22
M1 Selected	3700 m	55 m	21
M2 School	2770 m	35 m	16
M2 Selected	2820 m	40 m	17
W1 School	3240 m	45 m	18
W1 Selected	3240 m	45 m	17
W2 School	2450 m	30 m	16
W2 Selected	2450 m	35 m	16

Start: Camping near the hotel, by foot (500m from hotel to start)

First start at 09:30

Quarantine from 09:45 till the last start

Starts interval 2'

Warm up area near the start

After leaving the quarantine, it is not possible to get inside again

A separate control description for each course and for each competitor will be given out before the competition, in the start lanes – 3 min.

No mobil phones in the quarantine area

During the race:

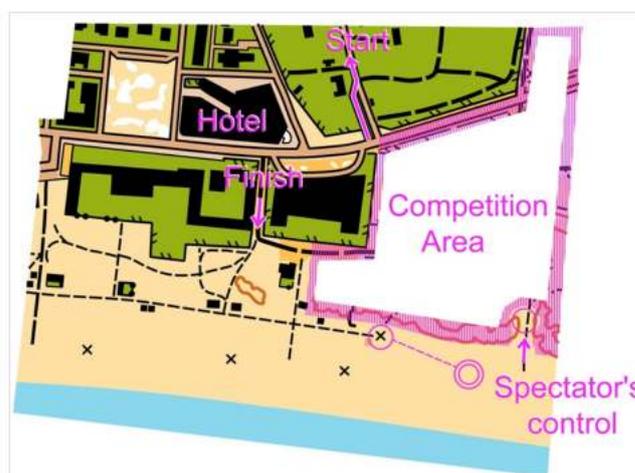
Bags left in the specific spot in the start area will be taken to the arena;

Road cross necessary; traffic will be blocked;

Water and fruit on the finish line

Maps must be left in a bag in the finish line

It is not allowed to use any kind of GPS device



DIA DAY 16	07:30 – 10:00	Breakfast Pequeno almoço	Hotel Yellow
	07:30 – 09:00	Accreditation Acreditação	Hotel Yellow – Room Diogo Cão
TUESDAY	09:00 - 12:30	Model Event — Training Treino	Vila Real St António
3ª FEIRA	12:30 – 14:30	Lunch Almoço	Hotel Yellow
	14:00 – 16:30	Technical Meeting for the Head Delegations and Coaches Reunião Chefes de Delegação e Treinadores	Hotel Yellow – Sala Diogo Cão
	18:00	Dinner Jantar	Hotel Yellow
	19:00	Departure to the Opening Ceremony Partida do Hotel para a Cerimónia de Abertura	
	19:45	Parade Desfile	Marquês de Pombal Square
	20:30 – 21:30	Opening Ceremony Cerimónia de Abertura	Vila Real de Sto. António Municipality Stadium
	22:00	Return to the hotel Regresso ao hotel	All buses in front of the Stadium

ATTENTION

- 1- DURING THE RACE EVERYBODY MUST FOLLOW ALL REGULATIONS (SEE PAG. 9).
- 2- IN THE OPENING CEREMONY:
 - 20:30
 - THE ATHLETES SELECTED TO MAKE THE OATH MUST REMAIN IN THE TRACK AFTER THE PARADE.
- 3– DUE TO HIGHT TEMPERATURES WE ADVICE TO WEAR HAT AND USE SUN PROTECTION
- 4– IT'S REQUIRED TO USE THE ACCREDITATION CARD IN ALL ACTIVITIES.

ATENÇÃO

- 1- DURANTE AS PROVAS DEVERÃO CUMPRIR TODAS AS REGRAS DEFINIDAS (LER PAG. 9).
- 2- NA CERIMÓNIA DE ABERTURA:
 - 20:30
 - OS ATLETAS ESCOLHIDOS PARA FAZER O JURAMENTO DEVERÃO PERMANECER NA PISTA APÓS O DESFILE.
- 3– DEVIDO ÀS TEMPERATURAS ELEVADAS DEVERÃO USAR SEMPRE CHAPÉU E PROTETOR SOLAR.
- 4– OBRIGATÓRIO A UTILIZAÇÃO DA ACREDITAÇÃO, EM TODAS AS ATIVIDADES.

PHOTO OF THE DAY

