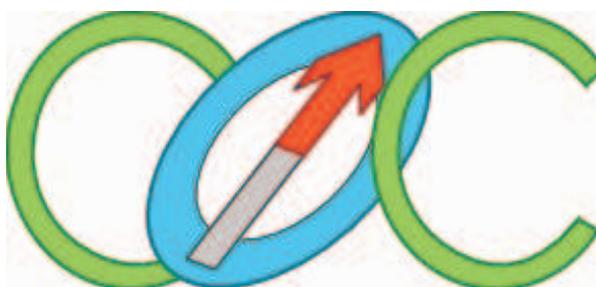


PLANO DE ACTIVIDADES

ÉPOCA DESPORTIVA 2003/2004



CLUBE DE ORIENTAÇÃO DO CENTRO

1. PARTICIPAÇÕES EM PROVAS

Internacionais

Data	Designação	Local	Organização
6 e 7 Dezembro 2003	Campeonato Ibérico 2003	Málaga (Espanha)	FEDO

Nacionais – Pedestre (TAÇA DE PORTUGAL 2003/2004)

Data	Designação	Local	Organização
11 e 12 Outubro 2003	II Troféu Montes e Vales	Carvalhos - Chaves	Montes e Vales
1 e 2 de Novembro 2003	IX Troféu CIMO	Idanha-A-Nova	CIMO
22 e 23 de Novembro 2003	I Troféu Cidade de Sines	Casoto - Sines	CP EDP
10 e 11 de Janeiro 2004	VII Meeting Orientação do Centro	Juncal – Porto de Mós	COC
31 Jan. e 1 de Fevereiro 2004	IV Troféu do CPOC	Alcácer do sal	CPOC
21 a 24 Fevereiro 2004	Portugal "O" Meeting 2004	Évora e Reguengos de Monsaraz	ADFA
28 e 29 Fevereiro 2004	IV Open da Nazaré	Nazaré	SC Caldas
3 e 4 Abril 2004	Campeonato Nacional de Distância Longa	A designar	AA Mafra
24 e 25 Abril 2004	Campeonato Nacional de Distância Média	Gerês	.COM
22 Maio 2004	Campeonato Nacional de Sprint	Amieira do Tejo - Nisa	GD4C
12 e 13 Junho 2004	A designar	A designar	Ori-Estarreja
26 e 27 de Junho 2004	Campeonato Nacional Absoluto	Coimbra	FPO

Nacionais – Ori-BTT (TAÇA DE PORTUGAL 2003/2004)

Data	Designação	Local	Organização
27 e 28 de Setembro 2003	II Troféu Costa Alentejana	Santo André	Galp Energia
8 e 9 Novembro 2003	II Ori-BTT de Torres Vedras	Torres Vedras	aeGIST
29 e 30 Novembro 2003	II Troféu Ori-BTT de Montemor	Montemor-O-Novo	CPOC
24 e 25 Janeiro 2004	V Ori-BTT do NADA	Pombal	NADA
6 e 7 Março 2004	II Ori-BTT do Centro	Juncal – Porto de Mós	COC
27 e 28 Março 2004	Ori-BTT do ADFA	Alcanena	ADFA
17 e 18 Abril 2004	I Ori-BTT de Alcaria	Alcaria	CN Alvito
8 e 9 Maio 2004	Campeonato Nacional de Ori-BTT	Chaves	Montes e Vales

Regionais (Camp. Regional Norte/Centro)

Data	Designação	Local	Organização
20 Setembro 2003	II Troféu Stº. Tirso	Stº. Tirso	TST
4 e 5 Outubro 2003	VI Meeting de Orientação do Centro	Pataias/Facho	COC
25 Outubro 2003	A designar	Gerês	.COM
16 Novembro 2003	III GP Orientação do NADA	Pombal	NADA
13 Dezembro 2003	V GP de Stº. Tirso	Stº. Tirso	TST
17 Janeiro 2004	A designar	Braga	.COM
7 e 8 Fevereiro 2004	A designar	Anadia	DA Recardães
14 e 15 Fevereiro 2004	A designar	Cantanhede	Ori-Estarreja
1 e 2 Maio 2004	I GP de Vila Flor	Vila Flor	LIZ
5 e 6 Junho 2004	VI GP RA4	Pedreanes/P.Vieira	COC/RA4

Provas Internacionais – Eventual presença de atletas do COC em representação da Selecção Portuguesa

Data	Designação	Local	Organização
6 e 7 Dezembro 2003	Campeonato Ibérico 2003	Málaga (Espanha)	FEDO
11 a 13 de Junho 2004	Campeonato da Europa	Dinamarca	IOF
4 a 11 de Julho de 2004	Campeonato do Mundo de Juniores	Rússia	IOF
1 a 9 de Julho de 2004	Campeonato do Mundo de Veteranos	Itália	IOF
11 a 19 de Setembro de 2004	Campeonato do Mundo	Suécia	IOF

2. ORGANIZAÇÃO DE PROVAS

Nacionais – Pedestre (TAÇA DE PORTUGAL 2003/2004)

Data	Designação	Local
10 e 11 de Janeiro 2004	VII Meeting Orientação do Centro	Juncal – Porto de Mós

Nacionais – Ori-BTT (TAÇA DE PORTUGAL 2003/2004)

Data	Designação	Local
6 e 7 Março 2004	II Ori-BTT do Centro	Juncal – Porto de Mós

Regionais (Campeonato Regional Norte/Centro)

Data	Designação	Local
4 e 5 Outubro 2003	VI Meeting de Orientação do Centro	Pataias/Facho
5 e 6 Junho 2004	VI Grande Prémio RA4	Pedreanes /P.Vieira

Locais

Data	Designação	Local
17 Julho 2004	Nocturna 2004	Pedrogão