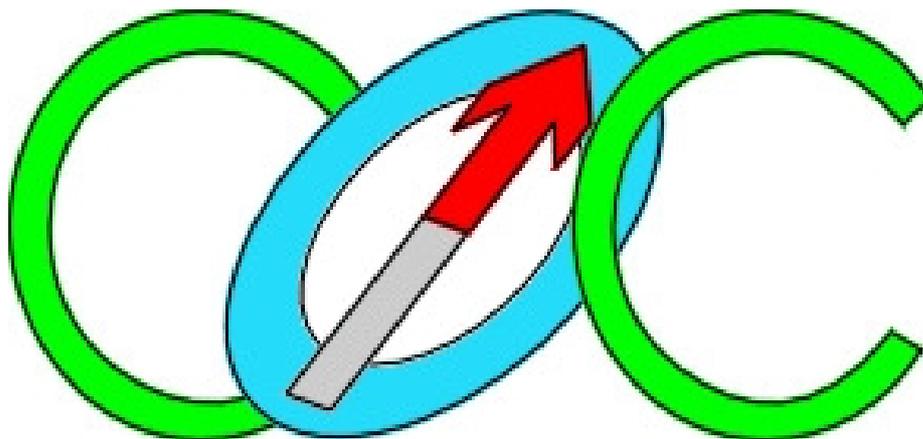
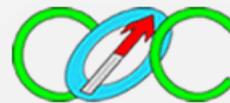


RELATÓRIO DE ACTIVIDADES

ÉPOCA DESPORTIVA 20010/2011

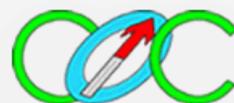


CLUBE DE ORIENTAÇÃO DO CENTRO



ÍNDICE

- 1. Relação de atletas do COC federados na FPO**
- 2. Provas em que o COC participou**
- 3. Melhores classificações obtidas em cada prova**
- 4. Participação de atletas do COC na Selecção Nacional**
- 5. Títulos individuais e colectivos nacionais obtidos pelo COC**
- 6. Resumo dos títulos colectivos nacionais obtidos pelo COC**
- 7. Eventos organizados pelo COC**
- 8. Aperfeiçoamento Técnico – Treinos**
- 9. Eventos em que o COC prestou apoio técnico**
- 10. Actividades da Escola de Orientação**
- 11. Parceria e protocolos do COC**



1. Relação de atletas do COC federados na FPO

ÉPOCA 2010/2011

ESCALÃO INFANTIL FEMININO

Nome	Ano Nasc	Lic FPO	Escalão Ori-Pedestre	Nac	Escalão Ori-BTT	Nac
CAMILA COELHO	2000	4907	D13			
SARA BARROS	1999	4909	D13			
TANIA OLAIO	2000	5482	D11			

ESCALÃO INICIADO FEMININO

Nome	Ano Nasc	Lic FPO	Escalão Ori-Pedestre	Nac	Escalão Ori-BTT	Nac
DIANA SILVA	1996	4398	D15			

ESCALÃO JUVENIL FEMININO

Nome	Ano Nasc	Lic FPO	Escalão Ori-Pedestre	Nac	Escalão Ori-BTT	Nac
INÊS DOMINGUES	1994	3054	D17			

ESCALÃO SÉNIOR/ADULTO FEMININO

Nome	Ano Nasc	Lic FPO	Escalão Ori-Pedestre	Nac	Escalão Ori-BTT	Nac
ANDREIA SILVA	1988	2933	D21 E			
CATARINA RUIVO	1988	3052	D21 E		D21 A	
PATRICIA CASALINHO	1987	3060	D21 E			
JANDIRA PERES	1973	2171	D21 A			
MARISA BARROSO	1981	3082	D21 A		D21 A	
CLÁUDIA GARCIA MONTEIRO	1977	3870	D21 A		D21 A	
TERESA FERNANDES	1980	3885	D21 A			
CRISTIANA CUNHA	1987	4606	D21 A			
MARINA GUILHERME	1973	2190	D21 B			
JOANA MENDONÇA	1987	2190	D21 B			
SUSANA DOMINGOS	1972	2259	D21 B			
SUSANA OLIVEIRA	1978	4655	D21 B			
RAQUEL SACCHETTI	1978	5292	D21 B		D21 A	
CÁTIA MARQUES	1977	5296	D21 B			
ISABEL MARTO	1971	2445	D35			
ISABEL OLIVEIRA	1972	2842	D35			
ANABELA VIEITO	1967	2582	D40		D35	
CELIA FAUSTINO	1970	4806	D40			
ROSÁRIO BARROS	1969	5211	D40			
LUÍSA MATEUS	1958	2129	D45		D45	
FLORBELA SOUSA	1961	2380	D45			
PALMIRA JOÃO	1959	1183	D50			
ISABEL MONTEIRO	1958	1952	D50			
GRAÇA TERESO	1957	3053	D50			

ESCALÃO INFANTIL MASCULINO

Nome	Ano Nasc	Lic FPO	Escalão Ori-Pedestre	Nac	Escalão Ori-BTT	Nac
BERNARDO FILIPE	2003	5311	H11			
SAMUEL SILVA	1999	4697	H13			
FRANCISCO BOLRÃO	1998	5004	H13			
JOSÉ FONSECA	1998	5005	H13			
MANUEL OLIVEIRA	2001	5073	H13			
RODRIGO OLIVEIRA	2002	5074	H13			



JOÃO BERNARDINO	1998	5295	H13
ANDRÉ ROBERTO	2002	5299	H13
RICARDO TENREIRO	1998	5477	H13

ESCALÃO INICIADO MASCULINO

Nome	Ano Nasc	Lic FPO	Escalão Ori-Pedestre	Nac	Escalão Ori-BTT	Nac
LEONEL VIEITO JR	1996	4695	H15			
ANTÓNIO FERREIRA	1998	4755	H15			
PEDRO ROBERTO	1997	4908	H15			
GRABRIEL BRAZ	1997	5006	H15			

ESCALÃO JUVENIL MASCULINO

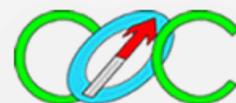
Nome	Ano Nasc	Lic FPO	Escalão Ori-Pedestre	Nac	Escalão Ori-BTT	Nac
LEANDRO SILVA	1995	4696	H17			
PEDRO NEVES	1994	4672	H17			H17

ESCALÃO JÚNIOR MASCULINO

Nome	Ano Nasc	Lic FPO	Escalão Ori-Pedestre	Nac	Escalão Ori-BTT	Nac
ANDRÉ CARDEIRA	1991	4226	H20			
PEDRO RAMOS	1993	5003	H20			H20
PEDRO DIAS	1992	4508	H20			
CRISTIANO SILVA	1991	4698	H20			
NUNO PEREIRA	1993	4681	H20			H20
ANDRÉ COELHO	1993	5105	H20			H20
DIOGO GÂNDARA	1993	5122	H20			H20
DIOGO NEVES	1993	5255	H20			H20

ESCALÃO SÉNIOR/ADULTO MASCULINO

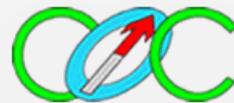
Nome	Ano Nasc	Lic FPO	Escalão Ori-Pedestre	Nac	Escalão Ori-BTT	Nac
PAULO FRANCO	1981	1132	H21	E		
PAULO ALIPIO	1970	1211	H21	E		H21 E
JOAQUIM SOUSA	1970	1281	H21	E		
FILIPE REINOITE	1972	2495	H21	E		H21 E
ANDRE RAMOS	1986	2547	H21	E		
GILDO SILVA	1985	2668	H21	E		H21 E
MÁRIO SILVA	1989	3139	H21	E		
SERGIO JUNQUEIRA	1979	3898	H21	E		H21 A
NELSON SANTOS	1989	4633	H21	E		
CELSO MOITEIRO	1981	1936	H21	A		
JOÃO OLIVEIRA	1966	1938	H21	A		
JOSÉ JORDÃO	1984	1941	H21	A		
DANIEL MARQUES	1984	2128	H21	A		H21 E
GUILHERME MARQUES	1989	2401	H21	A		H21 E
RICARDO SERRA	1977	2558	H21	A		H21 E
JOEL MORGADO	1977	2700	H21	A		H21 E
DUARTE SANTO	1976	2703	H21	A		
TIAGO BRITO	1990	3049	H21	A		
RUI FERREIRA	1984	3090	H21	A		
FREDERICO COSTA	1988	3570	H21	A		H21 A
GONÇALO MARQUES	1980	3849	H21	A		H21 A
NUNO FERREIRA	1978	3915	H21	A		H21 A
FIDEL CONDE	1977	4807	H21	A		
TIAGO MELO SACCHETTI	1976	5210	H21	A		
EDGAR DOMINGUES	1988	2635	H21	B		
POMPILIO MARQUES	1983	3083	H21	B		H21 A
GONÇALO OLIVEIRA	1984	3324	H21	B		H21 A



JORGE PIRES	1977	3353	H21 B	H21 A
LUIS PIRES	1989	3730	H21 B	H21 E
RUI PIRES	1985	3877	H21 B	H21 E
JORGE ALMEIDA	1973	4227	H21 B	
AMANDIO FERNANDES	1976	4607	H21 B	H21 B
JOSÉ PEREIRA	1977	4610	H21 B	H21 B
PEDRO NEVES	1973	4611	H21 B	H21 B
PEDRO CRUZ	1982	4631	H21 B	H21 B
ORLANDO MARQUES	1978	4782	H21 B	H21 B
CARLOS ANTUNES	1976	4709	H21B	H21 A
HELDER FERREIRA	1969	1364	H35	H35
TÓ-ZÉ SILVA	1966	1937	H35	H35
ÓSCAR MARQUES	1970	2787	H35	H35
RICARDO OLIVEIRA	1975	3729	H35	
LUIS MONTEIRO	1974	3869	H35	H35
FILIPE ANTONIO	1972	3962	H35	H35
JORGE OLIVEIRA	1969	1583	H40	
RUI TENREIRO	1967	1935	H40	H40
LUÍS TENREIRO	1969	1951	H40	H40
JORGE SILVA	1969	2079	H40	
JOSÉ BERNARDO	1968	2099	H40	H40
LEONEL VIEITO	1966	2750	H40	H40
HORACIO BRAZ	1966	3085	H40	H40
NUNO NEVES	1967	3880	H40	
ILIDIO COELHO	1967	4228	H40	H40
NORBERTO MARQUES	1968	4372	H40	H40
VITOR CRUZ	1967	4630	H40	H40
RUI ROBERTO	1968	5262	H40	
LUIS MIGUEL S PEREIRA	1970	5277	H40	
PEDRO SERRALHEIRO	1961	2130	H45	H40
MÁRIO SANTOS	1962	2553	H45	
JOSÉ BOLRÃO	1964	4656	H45	
ALBANO JOÃO	1959	1182	H50	H50
RUI ANTUNES	1957	1373	H50	
CARLOS MONTEIRO	1958	1931	H50	
MANUEL DOMINGUES	1957	2118	H50	
NELSON TERESO	1958	2381	H50	
ANTÓNIO BASTOS	1958	4229	H50	
CARLOS VALE	1956	4455	H50	H50
CARLOS LOPES	1959	4456	H50	H50
CARLOS SANTOS	1967	4629	H40	H40

RESUMO:

	FORMAÇÃO	JUVENIL	JÚNIOR	ADULTO	TOTAL
FEMININO	4	1	0	24	29
MASCULINO	13	2	8	68	91
				TOTAL	120



2. PROVAS EM QUE O COC PARTICIPOU

INTERNACIONAIS – ORIENTAÇÃO PEDESTRE 2010/2011*

Data	Designação	Local	Nº. Atletas	Km
25 e 26 Set. 2010	XVI Taça dos Países Latinos / XVIII Campeonato Ibérico / XII Meeting do Centro	Leiria e Pedrógão	13	80 x 2 carrinhas = 160 Km
16 e 17 Out. 2010	X Troféu Internacional de Orientación Diputación de Córdoba	Córdoba - Espanha	4	1400 x 1 carrinhas = 1400 Km
05 a 08 Mar. 2011	Portugal "O" Meeting 2011 *** TP Nível 1	Alter do Chão e Portalegre	67	340 x 3 carrinhas = 1020 Km
12 e 13 Mar. 2011	2º Meeting Internacional de Arraiolos *** TP Nível 1	Arraiolos	57	460 x 3 carrinhas = 1380 Km
09 e 10 Abr. 2011	Troféu Ibérico de Orientação - Barroso 2011*** TP Nível 1	Moscoso/Salto	52	700 x 3 carrinhas = 2100 Km
27 e 28 Ago. 2011	Portugal "O" Summer *** TP Nível 1	Parque do Alvão	48	600 x 3 carrinhas = 1800 Km

*Pontuáveis para a Taça de Portugal FPO / Ranking Nacional

NACIONAIS – TAÇA DE PORTUGAL DE ORI-PEDESTRE 2010/2011

Data	Designação	Local	Nº. Atletas	Km
08 a 09 Jan. 2011	I Coruche Orienteering Trophy (COT) '11 *** TP Nível 1	Coruche	63	240 X 3 carrinhas = 720 Km
15 Jan. 2011	IV Troféu Mondego *** TP Nível 2	Quiaios - Figueira da Foz	48	120 x 3 carrinhas = 360 Km
05 e 06 Fev. 2011	I Meeting de Orientação de Gouveia *** TP Nível 1	Gouveia	56	360 x 3 carrinhas = 1080 Km
26 Fev. 2011	XIX Troféu Ori-Estarreja *** TP Nível 2	Dunas de Cantanhede (Palheirão)	58	180 x 3 carrinhas = 540 Km
28 e 29 Mai. 2011	Campeonato Nacional de Distância Longa e Campeonato Nacional de Estafetas *** TP Nível 1	Figueira da Foz	69	100 x 3 carrinhas = 300 Km
18 e 19 Jun. 2011	Campeonato Nacional de Distância Média e Campeonato Nacional de Sprint *** TP Nível 1	Peniche	67	180 x 3 carrinhas = 540 Km

INTERNACIONAIS – ORIENTAÇÃO EM BTT 2010/2011*

Data	Designação	Local	Nº. Atletas	Km
19 e 20 Fev. 2011	II Open de Orientação em BTT de Sesimbra *** TP Nível 1	Sesimbra	21	360 x 3 carrinhas = 1080 Km
21 e 22 Mai. 2011	VII Campeonato Ibérico O-BTT '2011	Oliveira de Azeméis	16	



	*** TP Nível 1			300 x 2 carrinha = 600 Km
--	--------------------------------	--	--	------------------------------

***Pontuáveis para a Taça de Portugal FPO / Ranking Nacional**

NACIONAIS – TAÇA DE PORTUGAL DE ORI-BTT 2010/2011

Data	Designação	Local	Nº. Atletas	Km
18 e 19 Set. 2010	II Ori-BTT Vila Nova de Poiares	Vila Nova de Poiares	19	200 x 2 carrinhas = 400 Km
23 e 24 Out. 2010	II O-BTT Terras de Cister	Ribeira do Fário - Ourém	28	60 x 3 carrinhas = 180 Km
26 e 27 Mar. 2011	7º Troféu Ori-BTT de Grândola *** TP Nível 1	Serra de Grândola	29	460 x 3 carrinhas = 1380 Km
22 a 24 Abr. 2011	Campeonatos Nacionais de Orientação em BTT '2011 // Portugal "O" Meeting BTT 2011 *** TP Nível 1	Sobrena (Cadaval) e Olho Polido - Outeiro da Cabeça (Torres Vedras)	21	200 x 2 carrinhas = 400 Km
10 a 12 Jun. 2011	Campeonato Nacional Absoluto BTT 2011 // IV Ori-BTT Rota da Bairrada *** TP Nível 1	Cordinhã - Barcouço	17	180 x 3 carrinhas = 360 Km
02 e 03 Jul. 2011	2º Ori-BTT .COM Barroso 2011*** TP Nível 1	Montalegre	8	700 x 1 carrinhas =700 Km

REGIONAIS (TAÇA FPO NORTE / SUL DE ORI-PEDESTRE 2010)

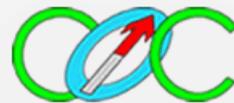
Data	Designação	Local	Nº. Atletas	Km
11 e 12 Set. 2010	Troféu de Orientação de Manteigas	Penhas Douradas e Manteigas	8	200 x 1 carrinhas = 200 Km
30 Out. 2010	1º Troféu "Crescer como Grupo"	Brasfemes	32	160 x 3 carrinha = 480Km

Outras Provas (não incluídas em nenhum dos Rankings anteriores)

Data	Designação	Local	Nº. Atletas	Km
25 Jun. 2011	13º Grande Prémio do RA4 / Camp. Nac. Universitário 10/11	Pedrogão - Leiria	34	80 x 3 carrinha = 240 Km

CONTACTOS INTERNACIONAIS ORIENTAÇÃO 2010/2011

Data	Designação	Local	Nº. Atletas
Agosto 2010	Campeonato do Mundo de Veteranos (Ori Pedestre)	Neuchatel - Suíça	6
Setembro 2010	Campeonato Ibérico (Ori Pedestre)	Leiria e Pedrógão	6
Mai 2011	Campeonato do Mundo do Desporto Escolar (Ori Pedestre)	Trentino - Itália	1
Julho 2011	OOCUP (Ori Pedestre)	Lokve - Eslovénia	3
Julho 2011	Campeonato do Mundo de Veteranos (Ori Pedestre)	Pécs - Hungria	4
Agosto 2011	Campeonato do Mundo de Seniores (Ori Pedestre)	Chambery - França	1



Agosto 2011	O'FESTIVAL - ERDF Savoie Grand Revard (Ori Pedestre)	Chambery - França	16
Agosto 2011	Campeonato do Mundo de Seniores (Ori BTT)	Vicenza - Itália	1

RESUMO

- Total de participações (Atletas do COC) nas provas 2010/2011:
 - 805 (646 Ori-Pedestre e 159 Ori BTT).
- Total de quilómetros percorridos na Época 2010/2011:
 - 17420 em carrinhas (12320 para a Ori-Pedestre e 5100 para a Ori-BTT).

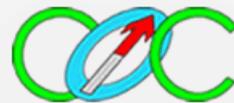
DESCRIÇÃO

- Internacionais – Orientação Pedestre 2010/2011:
 - 37 Participações.
- Internacionais – Taça de Portugal de Ori-Pedestre 2010/2011:
 - 245 Participações / 7860 km carrinhas.
- Nacionais – Taça de Portugal de Ori-Pedestre 2010/2011:
 - 361 Participações / 3540 km carrinhas.
- Internacionais – Orientação BTT 2010/2011:
 - 1 Participações.
- Internacionais – Taça de Portugal de Ori-BTT 2010/2011:
 - 37 Participações / 1680 km carrinhas.
- Nacionais – Taça de Portugal de Ori-BTT 2010/2011:
 - 122 Participações / 3420 km carrinhas.
- Regionais (Taça FPO Norte e Sul de Ori-Pedestre 2010/2011):
 - 40 participações / 680 km carrinhas.

3. Melhores classificações obtidas em cada prova

Provas Internacionais – Orientação Pedestre 2010/2011*

25 e 26 Set. 2010
XVI Taça dos Países Latinos / XVIII Campeonato Ibérico / XII Meeting do Centro
MEDIA
1.º Joaquim Sousa - Veteranos Masc.I
1.ª Luisa Mateus - Veteranos Fem.II
3.ª Patricia Casalinho – Seniores Fem.
3.º Tiago Romão – Seniores Mas.
SPRINT
1.º Tiago Romão – Seniores Mas.
1.º Joaquim Sousa - Veteranos Masc.I
1.ª Luisa Mateus - Veteranos Fem.II
LONGA
1.º Joaquim Sousa - Veteranos Masc.I
1.ª Luisa Mateus - Veteranos Fem.II
2.º Tiago Romão – Seniores Mas.
RESULTADOS GERAIS EXTRA C.IBERICO



3.º António Ferreira - H13
3.º Pedro Ramos - M17
1.º Rui Curado - OPT4

16 e 17 Out. 2010

X Troféu Internacional de Orientación Diputación de Córdoba

3.º Tiago Romão - HE

05 a 08 Mar. 2011

Portugal "O" Meeting 2011 *** TP Nível 1

COLECTIVAMENTE - COC -2ª EQUIPA

12 e 13 Mar. 2011

2º Meeting Internacional de Arraiolos *** TP Nível 1

1.ª Sara Barros - D13

COLECTIVAMENTE - COC -3ª EQUIPA

09 e 10 Abr. 2011

Troféu Ibérico de Orientação - Barroso 2011*** TP Nível 1

1.ª Ana Gouveia - D11
1.ª Sara Barros - D13
1.º João Bernardino - H13
1.ª Inês Domingues - D17
1.ª Anabela Vieito - D40
1.ª Luísa Mateus - D45
1.ª Isabel Monteiro - D50
1.º Albano João - H50
2.º José Fonseca - H13
2.º Gabriel Bráz - H15
3.ª Tânia Olaio - D11
3.º Manuel Domingues - H50

COLECTIVAMENTE - COC -1ª EQUIPA

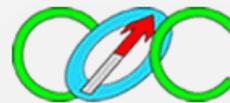
27 e 28 Ago. 2011

Portugal "O" Summer *** TP Nível 1

1.ª Tânia Olaio - D11
1.º André Roberto - H11
1.ª Isabel Monteiro - D50
1.º Albano João - H50
2.ª Liana Batista - D11
2.ª Sara Barros - D13
2.ª Inês Domingues - D17
3.ª Ana Gouveia - D11
3.º Bernardo Filipe - H11
3.ª Cátia Marques - D21B
3.ª Catarina Ruivo - DE
3.º Joaquim Sousa - HE
3.º Manuel Domingues - H50

COLECTIVAMENTE - COC -1ª EQUIPA

***Pontuáveis para a Taça de Portugal FPO / Ranking Nacional**



Provas Nacionais – Orientação Pedestre

TACA DE PORTUGAL 2010/2011

08 e 09 Jan. 2011

I Coruche Orienteering Trophy (COT) '11 *** TP Nível 1

- 1.ª Sara Barros – D13
- 1.ª Inês Domingues - D17
- 1.ª Anabela Vieito – D40
- 1.ª Luísa Mateus – D45
- 1.ª Isabel Monteiro - D50
- 2.º João Bernardino – H13
- 2.º Celso Moiteiro – H21A
- 2.ª Palmira João – D50
- 2.º Rui Antunes – H50
- 3.º António Ferreira - H15
- 3.ª Cátia Marques – D21B
- 3.º Luís Tenreiro – H40

COLECTIVAMENTE – COC – 2ª EQUIPA

15 Jan. 2011

IV Troféu Mondego *** TP Nível 2

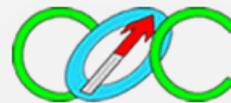
- 1.º Samuel Silva - H13
- 1.ª Diana Silva - D15
- 1.ª Ines Domingues - D17
- 1.º Nuno Ferreira – H21A
- 1.º Ricardo Oliveira – H35
- 1.ª Anabela Vieito – D40
- 2.º João Bernardino – H13
- 2.º António Ferreira - H15
- 2.º Tiago Brito – H21A
- 2.º Joaquim Sousa - HE
- 3.ª Sara Barros – D15
- 3.º Leandro Silva – H17
- 3.ª Patrícia Casalinho - DE
- 3.º Paulo Franco - HE

COLECTIVAMENTE – COC – 1ª EQUIPA

05 e 06 Fev. 2011

I Meeting de Orientação de Gouveia *** TP Nível 1

- 1.º João Bernardino – H13
- 1.º António Ferreira - H15
- 1.ª Anabela Vieito – D40
- 1.ª Luísa Mateus – D45
- 1.ª Isabel Monteiro – D50
- 2.º José Bernardo – H40
- 2.ª Palmira João – D50
- 2.º Albano João – H50
- 3.ª Ines Domingues - D17
- 3.º Rui Antunes – H50



COLECTIVAMENTE – COC –3ª EQUIPA

26 Fev. 2011

XIX Troféu Ori-Estarreja *** TP Nível 2

- 1.ª Sara Barros – D13
- 1.º Samuel Silva - H13
- 1.º Celso Moiteiro – H21A
- 1.ª Anabela Vieito – D40
- 1.ª Luísa Mateus – D45
- 1.ª Palmira João – D50
- 2.ª Ines Domingues – D17
- 2.ª Isabel Monteiro – D50
- 2.º Albano João – H50
- 3.º André Roberto - H11
- 3.ª Diana Silva - D15
- 3.º Pedro Roberto - H15
- 3.º André Cardeira – H20
- 3.ª Cátia Marques – D21B
- 3.º Manuel Domingues – H50

COLECTIVAMENTE – COC –2ª EQUIPA

28 a 29 Mai. 2011

Campeonato Nacional de Distância Longa e Campeonato Nacional de Estafetas *** TP Nível 1

DISTÂNCIA LONGA

RESULTADOS INDIVIDUAIS

- 1.º Leandro Silva – H17
- 1.ª Anabela Vieito – D40
- 1.ª Luisa Mateus - D45
- 1.ª Palmira João – D50
- 2.ª Sara Barros – D15
- 2.ª Catarina Ruivo - DE
- 2.º Joaquim Sousa - HE
- 2.º Albano João – H50
- 3.º António Ferreira - H15
- 3.º Luís Tenreiro – H40

RESULTADOS COLECTIVOS

- 1.º Iniciados Masculinos
- 1.º Seniores Femininos
- 1.º Veteranos Femininos II
- 2.º Veteranos Masculinos I
- 3.º Veteranos Masculinos II

ESTAFETAS

- 1.º Iniciados Masculinos
- 1.º Seniores Masculinos
- 1.º Veteranos Femininos II
- 2.º Juvenis Femininos
- 2.º Veteranos Femininos I
- 2.º Veteranos Masculinos II
- 3.º Seniores Femininos
- 3.º Veteranos Masculinos I

RESULTADOS GERAIS EXTRA CAMPEONATO

- 1.ª Tânia Olaio – D11
- 2.ª Ana Gouveia – D11



3.ª Liane Batista – D11

3.º Samuel Silva - H13

18 e 19 Jun. 2011

Campeonato Nacional de Distância Média e Campeonato Nacional de Sprint

DISTÂNCIA MÉDIA

RESULTADOS INDIVIDUAIS

1.º Ines Domingues - D17

1.ª Anabela Vieito – D40

1.ª Luísa Mateus – D45

1.ª Isabel Monteiro – D50

2.º Albano João – H50

3.ª Palmira João – D50

RESULTADOS COLECTIVOS

1.ª Seniores Femininos

1.º Seniores Masculinos

1.º Veteranos Femininos II

2.º Iniciados Masculinos

2.ª Veteranos Femininos I

3.º Veteranos Masculinos II

SPRINT

RESULTADOS INDIVIDUAIS

1.º António Ferreira - H15

1.ª Anabela Vieito – D40

1.ª Luisa Mateus - D45

1.ª Isabel Monteiro - D50

1.º Albano João – H50

2.ª Andreia Silva – DE

2.º Manuel Domingues – H50

3.º Ines Domingues - D17

3.º Mario Santos – H45

RESULTADOS COLECTIVOS

1.º Iniciados Masculinos

1.ª Seniores Femininos

1.º Veteranos Masculinos II

2.ª Veteranos Femininos I

2.º Veteranos Masculinos I

3.º Seniores Masculinos

RESULTADOS GERAIS EXTRA CAMPEONATO

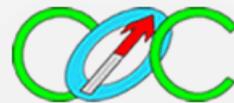
1.ª Tânia Olaio – D11

1.º Samuel Silva - H13

1.ª Raquel Sacchetti- D21B

2.ª Ana Gouveia – D11

COLECTIVAMENTE – COC –2ª EQUIPA



VENCEDORES DA TAÇA DE PORTUGAL 2010 DE ORI-PEDESTRE

H13

NOME	N.º Fed
António Ferreira	4755

Vet F B

NOME	N.º Fed
Susana Domingos	2259

D45

NOME	N.º Fed
Luisa Mateus	2129

D50

NOME	N.º Fed
Isabel Monteiro	1952

H50

NOME	N.º Fed
Albano João	1182

RANKING DA TAÇA DE PORTUGAL 2011 DE ORI-PEDESTRE

Classificação dos Atletas do COC (à data de 31/08/2011)

ESCALÕES DE FORMAÇÃO

D11

Clas.	NOME	N.º Fed	Total
3	Tânia Olaio	5482	200

H11

Clas.	NOME	N.º Fed	Total
2	Bernardo Filipe	5311	594.2

D13

Clas.	NOME	N.º Fed	Total
1	Sara Barros	4909	1462.6

H13

Clas.	NOME	N.º Fed	Total
2	João Bernardino	5295	1313.4

D15

Clas.	NOME	N.º Fed	Total
-------	------	---------	-------



3	Diana Silva	4398	1258.6
---	-------------	------	--------

H15

Clas.	NOME	N.º Fed	Total
1	António Ferreira	4755	1438.2

ESCALÕES DE COMPETIÇÃO

D17

Clas.	NOME	N.º Fed	Total
1	Ines Domingues	3054	1647.2

H21A

Clas.	NOME	N.º Fed	Total
1	Nuno Ferreira	3054	1647.2

D21B

Clas.	NOME	N.º Fed	Total
1	Cátia Marques	5296	1528.8

D21E

Clas.	NOME	N.º Fed	Total
2	Patrícia Casalinho	3060	1486.4
3	Catarina Ruivo	3052	1483.7

H21E

Clas.	NOME	N.º Fed	Total
2	Joaquim Sousa	1281	1557.6

D40

Clas.	NOME	N.º Fed	Total
1	Anabela Vieito	2582	1644.1

H40

Clas.	NOME	N.º Fed	Total
3	Jorge Oliveira	1583	1317.3

D45

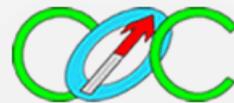
Clas.	NOME	N.º Fed	Total
3	Luisa Mateus	2129	1385.6

D50

Clas.	NOME	N.º Fed	Total
1	Isabel Monteiro	1952	1577.2
2	Palmira João	1183	1357.5

H50

Clas.	NOME	N.º Fed	Total
3	Albano João	1182	1395.6



Provas Internacionais – Ori-BTT 2010/2011*

19 e 20 Fev. 2011

II Open de Orientação em BTT de Sesimbra *** TP Nível 1

- 1.ª Luisa Mateus – D45
- 2.º Daniel Marques - HE
- 3.ª Marisa Barroso – D21A
- 3.º Carlos Lopes – H50

COLECTIVAMENTE – COC – 3ª EQUIPA

21 e 22 Mai. 2011

VII Campeonato Ibérico O-BTT '2011 *** TP Nível 1

- 1.ª Luisa Mateus – D50
- 2.º Guilherme Marques - HE

RESULTADOS GERAIS EXTRA IBERICO

- 2.ª Claudia Garcia Monteiro – D21A

COLECTIVAMENTE – COC – 3ª EQUIPA

*Pontuáveis para a Taça de Portugal FPO / Ranking Nacional

Provas Nacionais de Ori-BTT

TAÇA DE PORTUGAL 2010/2011

18 e 19 Set. 2010

II Ori-BTT Vila Nova de Poiares

- 1.ª Luisa Mateus – D45
- 2.º Albano João – H50
- 3.º Joel Morgado - HE
- 3.º Pedro Serralheiro – H45

COLECTIVAMENTE – COC – 2ª EQUIPA

23 e 24 Out. 2010

II O-BTT Terras de Cister

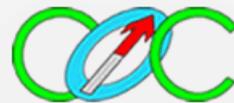
- 1.ª Luisa Mateus – D45
- 2.º Albano João – H50

COLECTIVAMENTE – COC – 3ª EQUIPA

26 e 27 Mar. 2011

7º Troféu Ori-BTT de Grândola *** TP Nível 1

- 1.º Frederico Cosat – H21A
- 1.ª Luisa Mateus - D45



3.º Daniel Marques - HE

3.ª Marisa Barroso – D21A

COLECTIVAMENTE – COC – 3ª EQUIPA

22 a 24 Abr. 2011

Campeonatos Nacionais de Orientação em BTT '2011 //
Portugal "O" Meeting BTT 2011 * TP Nível 1**

DISTÂNCIA LONGA

RESULTADOS INDIVIDUAIS

1.º Paulo Alipio - H E

1.ª Luisa Mateus - D45

2.º Albano João – H50

3.º Joel Morgado – HE

RESULTADOS COLECTIVOS

1.º Seniores Masculinos

1.º Veteranos Masculinos II

DISTÂNCIA MÉDIA

RESULTADOS INDIVIDUAIS

1.ª Luisa Mateus - D45

3.º Paulo Alipio - H E

RESULTADOS COLECTIVOS

1.º Seniores Masculinos

SPRINT

RESULTADOS INDIVIDUAIS

1.ª Luisa Mateus - D45

1.º Albano João – H50

2.º Daniel Marques - HE

3.º Joel Morgado – HE

RESULTADOS COLECTIVOS

1.º Seniores Masculinos

ESTAFETAS

1.º Seniores Masculinos

2.ª Seniores Femininos

3.º Seniores Masculinos II

RESULTADOS GERAIS EXTRA CAMPEONATO

1.ª Claudia Garcia Monteiro – D21A

3.ª Marisa Barroso – D21A

COLECTIVAMENTE – COC – 3ª EQUIPA

10 a 12 Jun. 2011

Campeonato Nacional Absoluto BTT 2011 // IV Ori-BTT Rota da Bairrada
***** TP Nível 1**

RESULTADOS COLECTIVOS

1º Masculinos

RESULTADOS GERAIS EXTRA C.N.ABSOLUTO

1.º Frederico Cosat – H21A

1.ª Luisa Mateus - D45

1.º Carlos Vale – H50

2.ª Marisa Barroso – D21A

2.º José Pereira – H21A

3.º Pedro Ramos – H20

COLECTIVAMENTE – COC – 1ª EQUIPA



02 e 03 Jul. 2011

2º Ori-BTT .COM Barroso 2011*** TP Nível 1

2.º Tozé Silva – H35

2.º Carlos Vale – H55

COLECTIVAMENTE – COC – 2ª EQUIPA

VENCEDORES DA TAÇA DE PORTUGAL 2010 DE ORI-BTT

HE

NOME	N.º Fed
Daniel Marques	2259

D45

NOME	N.º Fed
Luisa Mateus	2129

RANKING DA TAÇA DE PORTUGAL 2011 DE ORI-BTT

Classificação Actual dos Atletas do COC(à data de 31/08/2011)

D21A

Clas.	Nome	Clube	N.º Fed	Total
2	Claudia Garcia Monteiro	COC	3870	935.6
3	Marisa Barroso	COC	3082	785.4

HE

Clas.	Nome	Clube	N. Fed	Total
3	Joel Morgado	COC	2700	1150.3

H35

Clas.	Nome	Clube	N. Fed	Total
2	Tozé Silva	COC	1937	1069.7

H40

Clas.	Nome	Clube	N.º Fed	Total
3	Norberto Marques	COC	4372	937.6

D45

Clas.	Nome	Clube	N. Fed	Total
1	Luisa Mateus	COC	2129	1200.0

H50

Clas.	Nome	Clube	N. Fed	Total
3	Pedro Serralheiro	COC	2130	798.9

PROVAS REGIONAIS DE ORIENTAÇÃO PEDESTRE – Taça FPO

(Ranking Regional Norte/Sul - Taça FPO 2010/2011)



11 e 12 Set. 2010

Troféu de Orientação de Manteigas

- 2.ª Catarina Ruivo – Seniores Fem.A
- 2.º Joaquim Sousa - Seniores Masc.A
- 3.º Gildo Silva - Seniores Masc.A

30 Out. 2010

1º Troféu "Crescer como Grupo"

- 1.º Joaquim Sousa - Seniores Masc.A
 - 1.ª Luisa Mateus – Veteranos Fem II
 - 3.ª Inês Domingues – Juvenil Fem.
 - 3.ª Anabela Vieito - Veteranos Fem. I
 - 3.º Manuel Domingues - Veteranos Masc.II
- COLECTIVAMENTE – COC 1ª Equipa

Outras Provas (não incluídas em nenhum dos Rankings 2010/2011 anteriores) Orientação Pedestre (Sem Ranking)

25 Jun. 2011

13º Grande Prémio do RA4 / Camp. Nac. Universitário 10/11

- 1.ª Sara Barros – Infantis Feminino
- 2.ª Tânia Olaio – Infantis Feminino
- 2.º André Roberto – Infantis Masculino
- 2.º José Bernardino – Iniciados Masculino
- 3.º António Ferreira – Iniciados Masculino

4. Participação de atletas do COC na Selecção Nacional

CAMPEONATOS IBÉRICOS

Campeonato Ibérico de Ori Pedestre Leiria e Pedrógão

25 e 26 Set. 2010

- Andreia Silva – Sénior Fem
- Catarina Ruivo – Sénior Fem
- Patrícia Casalino – Sénior Fem
- Tiago Romão – Sénior Masc
- Joaquim Sousa – Veteranos Masc I
- Luisa Mateus – Veteranos Fem II

CAMPEONATOS DO MUNDO

ISF 2011 – Campeonato do Mundo do Desporto Escolar de Ori Pedestre Trentino - Itália

21 a 27 Mai. 2011

- Inês Domingues – Juvenis F

MTBO WOC 2011 – Campeonato do Mundo de Seniores de Ori BTT Itália

21 a 27 Ago. 2011

- Daniel Marques - Senior Mas



WOC 2011 – Campeonato do Mundo de Séniores de Ori Pedestre França

14 a 20 Ago. 2011

Paulo Franco - Sénior Masc

5. *Títulos individuais e colectivos nacionais obtidos pelo COC*

ORIENTAÇÃO PEDESTRE

28 Mai. 2011

CAMPEONATO NACIONAL DE DISTANCIA LONGA

RESULTADOS INDIVIDUAIS

Campeões Nacionais

Leandro Silva – H17

Anabela Vieito – D40

Luisa Mateus - D45

Palmira João – D50

Vice - Campeões Nacionais

Sara Barros – D15

Catarina Ruivo - DE

Joaquim Sousa - HE

Albano João - H50

RESULTADOS COLECTIVOS

Clube Campeão Nacional

Iniciados Masculinos

Seniores Femininos

Veteranos Femininos II

Clube Vice - Campeão Nacional

Veteranos Masculinos I

29 Mai. 2011

CAMPEONATO NACIONAL DE ESTAFETAS

Clube Campeão Nacional

Iniciados Masculinos

Seniores Masculinos

Veteranos Femininos II

Clube Vice - Campeão Nacional

Juvenis Femininos

Veteranos Femininos I

Veteranos Masculinos II

18 Jun. 2011

CAMPEONATO NACIONAL DISTÂNCIA MÉDIA

RESULTADOS INDIVIDUAIS

Campeões Nacionais

Ines Domingues - D17

Anabela Vieito – D40

Luisa Mateus - D45

Isabel Monteiro – D50

Vice - Campeões Nacionais

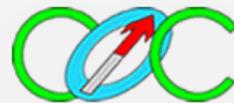
Albano João - H50

RESULTADOS COLECTIVOS

Clube Campeão Nacional

Seniores Femininos

Seniores Masculinos



Veteranos Femininos II

Clube Vice - Campeão Nacional

Iniciados Masculinos

Veteranos Femininos I

19 Jun. 2011

CAMPEONATO NACIONAL SPRINT

RESULTADOS INDIVIDUAIS

Campeões Nacionais

António Ferreira - H15

Anabela Vieito - D40

Luisa Mateus - D45

Isabel Monteiro - D50

Albano João - H50

Vice - Campeões Nacionais

Andreia Silva - DE

Manuel Domingues - H50

RESULTADOS COLECTIVOS

Clube Campeão Nacional

Iniciados Masculinos

Seniores Femininos

Veteranos Masculinos II

Clube Vice - Campeão Nacional

Veteranos Femininos I

Veteranos Masculinos I

ORIENTAÇÃO BTT

28 a 29 Mai. 2010

CAMPEONATO NACIONAL DE ORI BTT

DISTÂNCIA MÉDIA

RESULTADOS INDIVIDUAIS

Campeões Nacionais

Luisa Mateus - D45

RESULTADOS COLECTIVOS

Clube Campeão Nacional

Seniores Masculinos

DISTÂNCIA SPRINT

RESULTADOS INDIVIDUAIS

Campeões Nacionais

Luisa Mateus - D45

Albano João - H50

Vice - Campeões Nacionais

Daniel Marques - HE

RESULTADOS COLECTIVOS

Clube Campeão Nacional

Seniores Masculinos

DISTÂNCIA LONGA

RESULTADOS INDIVIDUAIS

Campeões Nacionais

Paulo Alipio - H E

Luisa Mateus - D45

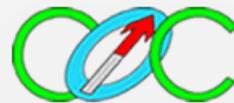
Vice - Campeões Nacionais

Albano João - H50

RESULTADOS COLECTIVOS

Clube Campeão Nacional

Seniores Masculinos



Veteranos Masculinos II

ESTAFETAS

Campeões Nacionais

Seniores Masculinos

6. Resumo dos títulos colectivos nacionais obtidos pelo COC

ÉPOCA 2010

- 2º Classificado Taça de Portugal de Clubes - Orientação Pedestre
- 1º Classificado Taça de Portugal de Clubes - Orientação em BTT

ÉPOCA 2011

- 1º Classificado Taça de Portugal/Ranking Nacional de Clubes - Orientação Pedestre (à data de 31/08/2011)
- 2º Classificado Taça de Portugal/Ranking Nacional de Clubes - Orientação em BTT (à data de 31/08/2011)

- Pedestre:

- Campeão Nacional Distância Longa nos escalões Iniciados Masculinos, Seniores Femininos e Veteranos Femininos II.
- Campeão Nacional Distância Média nos escalões Séniores Femininos, Seniores Masculinos e Veteranos Femininos II.
- Campeão Nacional de Sprint nos escalões Juvenis Masculinos, Séniores Femininos e Veteranos Masculinos II.
- Campeão Nacional de Estafetas nos escalões Seniores Masculinos, Veteranos Femininos II e Veteranos Masculinos II.

- Ori-BTT:

- Campeão Nacional Distância Longa no escalão Seniores Masculinos e Veteranos Masculinos II.
- Campeão Nacional Distância Média no escalão Seniores Masculinos.
- Campeão Nacional de Sprint no escalão Seniores Masculinos.
- Campeão Nacional de Estafetas no escalão Seniores Masculinos.

7. Eventos organizados pelo COC

Internacionais (Pontuáveis para a Taça de Portugal FPO / Ranking Nacional 2010/2011)

Data	Evento	Local	Participantes	Organização
25 a 26 Set. 2010	XVI Taça dos Países Latinos / XVIII Campeonato Ibérico / XII Meeting do Centro	Leiria e Pedrógão	831	60

Outras Provas (não incluídas em nenhum dos Rankings anteriores)

Data	Evento	Local	Participantes	Organização
Fevereiro a Março 2011	Campo de Treinos Internacional	Pinhal de Leiria	300 atletas vários Países	10
02 Abr. 2011	II Prova de Orientação Bombeiros Voluntários da Marinha Grande	Pedreanes	80	20



07 Mai. 2011	Dia Nacional da Orientação	Parque da Cerca - Marinha Grande	68	15
25 Jun. 2011	13º Grande Prémio do RA4 / Camp. Nac. Universitário 10/11	Pedrogão - Leiria	353	30

8. Aperfeiçoamento Técnico – Treinos 2010/2011

Data	Local (Mapa)	Nº. Participantes
16 a 17 Outubro	Estágio 1 – Alto dos Picotos/Parede/ Pedrogão	17
17 Outubro	Pedrogão	42
13 Novembro	Escola Orientação - Pedreanes	38
27 e 28 Novembro	Estágio 2 – Peneda/Gerês	12
27 Novembro	Praia da Vieira	35
11 e 12 Dezembro	Estágio 3 – Pedrogão	26
12 Dezembro	Pedrogão	45
27 e 28 Dezembro	Escola Orientação – Estágio Natal	7
22 e 23 Janeiro	Estágio 4 - Gafanhoeira	29
20 Fevereiro	Lagoa das Braças (Grupo Estrangeiro Treinar)	19
27 Fevereiro	Paredes (perfil energético e antropométrico)	38
26 a 27 Março	Estágio 5 - Estarreja	9
17 Abril	Paredes – Teste físicos para ao atletas GAR	34
30 Abril e 1 Maio	Estágio 6 - Costa de Lavos	19
1 Maio	Costa de Lavos	32
14 e 15 Maio	Estágio 6 - Tocha	6
21 e 22 Maio	Estágio 7 - Leirosa	12
22 Maio	Leirosa	25

9. Eventos em que o COC prestou apoio técnico

Data	Designação	Local
Junho 2011	Campeonato Nacional Universitario	Pedrogão
Abril 2011	Férias Criativas 2011 – Abril Juvenil	Leiria

10. Actividades da Escola de Orientação

Nome da Actividade	Data	Presenças
Dia Europeu sem Carros COC	19 - Set	70
Treino Pedrógão	17 - Out	42
Treino Nazaré	23 - Out	23



Treino Pataias	6 - Nov	20
Treino Pedreanes	13 - Nov	13
Treino Paredes	20 - Nov	14
Treino Pedrógão	27 - Nov	17

Treino Pataias	4 - DEZ	20
Estágio Pedrógão	11/12 - DEZ	45
Treino Vieira	18 - DEZ	10
Treino Estágio de Natal	29 - Dez	7

Treino Pataias	22 - Jan	23
Treino Paredes	29 - Jan	9

Treino Pataias	19 - Fev	8
Treino Pedreanes - Estágio	26 - Fev	20

Treino Leirosa - Estágio	19 e 20 - Mar	45
--------------------------	---------------	----

Treino Vieira	17 - Abr	30
---------------	----------	----

Treino Costa de Lavos - Estágio	1 - Mai	9
Treino Marinha Grande - Dia Nacional de O	7 - Mai	68
Treino Nazaré	14 - Mai	34
Treino Vieira	21 - Mai	10
Treino Quiaios	28 - Mai	12

Treino Nazaré	11 - Jun	21
---------------	----------	----

Treino - Campo de Férias do Bairro dos Anjos	11 - Jul	53
Treino Urbano-Largo Sto Agostinho-Lar Sta Isabel	17 - Jul	13

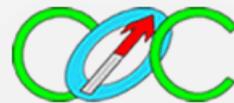
Total de presenças nas actividades da Escola de Orientação na Época 2010/2011: 437 pessoas.

11. Parcerias e Protocolos

Parcerias

Entidades com as quais o COC organizou eventos:

- Câmara Municipal de Leiria (Férias Criativas 2011 - Abril Juvenil e Dia Europeu sem Carros)
- Desporto Escolar Leiria e Marinha Grande
- Câmara Municipal de Marinha Grande (Dia Nacional da Orientação)



- Bombeiros Voluntários da Marinha Grande
- Lar Sta Isabel – Leiria
- Agrupamento de Escuteiros Carvide (integrando o Staff organizativo da Taça dos Países Latinos/Campeonato Ibérico)

Protocolos

Protocolo com o Instituto Politécnico de Leiria

Deste protocolo resulta

Colaboração com a Escola Superior de Educação e Ciências Sociais (ESECS) ligado ao curso de Desporto e Bem Estar (DBE).

Colaboração com o Centro de Investigação em Motricidade Humana (CIMH) onde se destaca o desenvolvimento de estudos dentro da modalidade

A Direcção do COC

Setembro de 2011