



# GRUPO GRAXAIM DE ORIENTAÇÃO

## INSTRUÇÕES



Você está recebendo um mapa de Orientação que acompanha todas as instruções para realizar a prática do seu percurso que pode servir como treino, recreação, alternativa para sua atividade física ou até mesmo uma diversão em família.

O percurso virtual consiste em um percurso de orientação planejado e montado com tecnologia GNSS. Onde com o apoio de um aplicativo em seu smartphone, o atleta receberá a notificação de chegada e passagem pelos pontos de controle indicados no mapa. Não há o prisma no local, apenas a indicação no mapa e o seu smartphone lhe informará por meio de um aviso sonoro (“bip”) a chegada no ponto.



O tempo é registrado automaticamente pelo aplicativo e fica registrado em um ranking onde todos os participantes podem conferir suas colocações e assim avaliar e melhorar os seus resultados caso desejarem. Pode realizar o percurso quantas vezes quiser.



É importante ressaltar que, devido à grande variedade de modelos e marcas de smartphones, podem ocorrer diferenças de sensibilidade na captação do sinal GNSS.

Para que o atleta conheça o funcionamento do aplicativo é importante que o atleta realize o percurso de ambientação disponibilizado juntamente com estas instruções.



Amplamente utilizado no mundo todo, o aplicativo se torna uma ferramenta interessante para a difusão do esporte oferecendo uma prática acessível, de baixo custo e permanente.



Contato: [orientacao.graxaim@gmail.com](mailto:orientacao.graxaim@gmail.com)  
Instagram: @orientacao.graxaim  
(92) 99249-9652 (whatsapp)

[www.graxaim.site](http://www.graxaim.site)



## O APLICATIVO



Totalmente gratuito, sem comerciais e tem a opção em português.

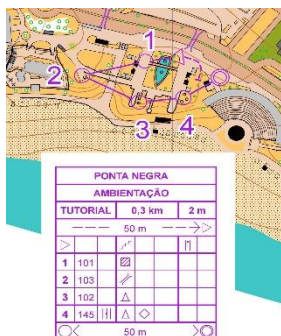
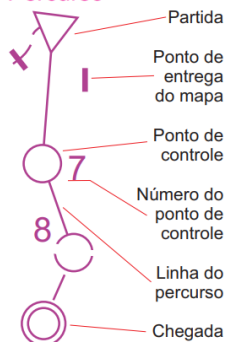
Baixe o aplicativo iOrienteering no link ou QR Code abaixo, realize o registro do seu cadastro e autorize as permissões necessárias.

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.iorienteering.mobile>



## PERCURSO DE AMBIENTAÇÃO

### Percurso



O percurso de ambientação se destina exatamente para ambientar o atleta reproduzindo todos os passos do percurso da atividade. Para realizar o percurso ambientação basta localizar o percurso por meio do QR Code abaixo. Após localizar identifique o nome do percurso e a quantidade de pontos. Toque no botão de pré-partida e se desloque até o local da partida indicada no mapa.

## PONTA NEGRA AMBIENTAÇÃO

### Percurso Linear

**IMPORTANTE:** Se você alterar o percurso no editor, vai necessitar de uma nova versão do código QR de configuração

Atalho do curso: yoQQi2

Avery Laser L7169 / Inkjet J8169

### Configuração



[www.iorienteering.com](http://www.iorienteering.com)



## O MAPA

A última página destas instruções é o seu mapa. Deixe para abri-lo na hora da partida após o percurso de ambientação. Assim você garante a experiência completa da prática da orientação.

Se quiser se preparar, junte os amigos e faça uma pesquisa nos manuais e apostilas sobre o esporte na Biblioteca Graxaim no site. Também contamos com uma videoteca com vídeos explicativos que vão lhe inserir de maneira completa na modalidade.

<https://www.graxaim.site/biblioteca-graxaim>

<https://www.graxaim.site/videoteca-graxaim-videos-de-junior-dias#612573c28cb2b>

## MEDIDAS DE SEGURANÇA

1. A prática é livre, porém por se tratar de local público recomendamos que **NÃO** faça em horários inapropriados. Aproveite os horários de maior movimentação de outras pessoas. Além de seguro você ajuda a difundir a modalidade.
2. Todos os pontos de controle estão dispostos em locais acessíveis. As rotas disponíveis aos atletas não oferecem risco e nem estimulam o desafio de ultrapassagem de obstáculos. Lembrem que o esporte é Orientação e não transposição de obstáculos.
3. Para travessia de ruas e vias utilize preferencialmente os pontos de passagem indicadas no mapa. Estão colocados para iluminar as faixas de pedestres.
4. Não se esqueça de usar calçado ideal, protetor solar e se hidratar.



Obrigado por praticar orientação e colaborar com a difusão do esporte!






# A Sinalética














A	B	C	D	E	F	G	H
1	2	3	4	5	6	7	8
2	3	4	5	6	7	8	9
3	4	5	6	7	8	9	10
4	5	6	7	8	9	10	11
5	6	7	8	9	10	11	12
6	7	8	9	10	11	12	13
7	8	9	10	11	12	13	14
8	9	10	11	12	13	14	15
9	10	11	12	13	14	15	16
10	11	12	13	14	15	16	17
11	12	13	14	15	16	17	18
12	13	14	15	16	17	18	19
13	14	15	16	17	18	19	20
14	15	16	17	18	19	20	21
15	16	17	18	19	20	21	22
16	17	18	19	20	21	22	23
17	18	19	20	21	22	23	24
18	19	20	21	22	23	24	25
19	20	21	22	23	24	25	26
20	21	22	23	24	25	26	27
21	22	23	24	25	26	27	28
22	23	24	25	26	27	28	29
23	24	25	26	27	28	29	30
24	25	26	27	28	29	30	31
25	26	27	28	29	30	31	32
26	27	28	29	30	31	32	33
27	28	29	30	31	32	33	34
28	29	30	31	32	33	34	35
29	30	31	32	33	34	35	36
30	31	32	33	34	35	36	37
31	32	33	34	35	36	37	38
32	33	34	35	36	37	38	39
33	34	35	36	37	38	39	40
34	35	36	37	38	39	40	41
35	36	37	38	39	40	41	42
36	37	38	39	40	41	42	43
37	38	39	40	41	42	43	44
38	39	40	41	42	43	44	45
39	40	41	42	43	44	45	46
40	41	42	43	44	45	46	47
41	42	43	44	45	46	47	48
42	43	44	45	46	47	48	49
43	44	45	46	47	48	49	50
44	45	46	47	48	49	50	51
45	46	47	48	49	50	51	52
46	47	48	49	50	51	52	53
47	48	49	50	51	52	53	54
48	49	50	51	52	53	54	55
49	50	51	52	53	54	55	56
50	51	52	53	54	55	56	57
51	52	53	54	55	56	57	58
52	53	54	55	56	57	58	59
53	54	55	56	57	58	59	60
54	55	56	57	58	59	60	61
55	56	57	58	59	60	61	62
56	57	58	59	60	61	62	63
57	58	59	60	61	62	63	64
58	59	60	61	62	63	64	65
59	60	61	62	63	64	65	66
60	61	62	63	64	65	66	67
61	62	63	64	65	66	67	68
62	63	64	65	66	67	68	69
63	64	65	66	67	68	69	70
64	65	66	67	68	69	70	71
65	66	67	68	69	70	71	72
66	67	68	69	70	71	72	73
67	68	69	70	71	72	73	74
68	69	70	71	72	73	74	75
69	70	71	72	73	74	75	76
70	71	72	73	74	75	76	77
71	72	73	74	75	76	77	78
72	73	74	75	76	77	78	79
73	74	75	76	77	78	79	80
74	75	76	77	78	79	80	81
75	76	77	78	79	80	81	82
76	77	78	79	80	81	82	83
77	78	79	80	81	82	83	84
78	79	80	81	82	83	84	85
79	80	81	82	83	84	85	86
80	81	82	83	84	85	86	87
81	82	83	84	85	86	87	88
82	83	84	85	86	87	88	89
83	84	85	86	87	88	89	90
84	85	86	87	88	89	90	91
85	86	87	88	89	90	91	92
86	87	88	89	90	91	92	93
87	88	89	90	91	92	93	94
88	89	90	91	92	93	94	95
89	90	91	92	93	94	95	96
90	91	92	93	94	95	96	97
91	92	93	94	95	96	97	98
92	93	94	95	96	97	98	99
93	94	95	96	97	98	99	100

## Coluna D - O elemento característico

Formas do terreno	
	terraço
	espórão
	reentrância
	banco de terra
	pedreira
	muro de terra
	barranco
	pequeno barranco
	colina
	cota
	passagem
	depressão
	pequena depressão
	buraco
	chão esburacado
	formigueiro

Elementos Rochosos	
	falésia
	Rocha alta
	gruta
	pedra
	monte de pedras
	pequeno monte de pedras
	chão pedregoso
	aforamento rochoso
	passagem estreita

Água e Pantanos	
	lago
	lago pequeno
	buraco com água
	rio, linha de água
	linha de água pequena
	pântano estreito
	pântano
	terra firme no pântano
	poço
	nascente
	tanque de água

Vegetação	
	área aberta
	área semi-aberta
	canto de vegetação
	clareira
	vegetação
	linha de vegetação
	limite de vegetação
	pequena floresta
	árvore especial
	tronco ou raiz

Elementos feitos pelo homem	
	estrada ou caminho largo
	caminho estreito
	passarela
	ponte
	linha de alta tensão
	poste de alta tensão
	túnel
	muro de pedra
	vedação
	portão ou passagem
	edifício
	área pavimentada
	ruína
	cano de água
	torre
	plataforma de tiro
	marco
	forragem
	forno de carvão
	monumento ou estátua
	passagem ou túnel em edifício
	escadas

## Coluna G - Localização da baliza no elemento

	lado nordeste
	borda sudeste
	parte oeste
	canto este (por dentro)
	canto sul (por fora)
	ponta sudoeste
	curva
	terminação noroeste
	parte de cima

	parte de baixo
	topo
	por baixo
	pé / base
	pé / base nordeste
	entre

elementos especiais em que seu significado é divulgado pela organização antes da prova

	Special item
	Special item

## Coluna H - Outras Informações

	primeiros socorros
	abastecimento
	ponto de rádio ou TV
	ponto de espectadores

## Instruções Especiais

troço balizado a partir do ponto de controlo	
balizado de um ponto para outro	
pennada com passagem obrigatória	
pennada com troço balizado obrigatório	
troço obrigatório para mudança de mapa	

## Linha de meta

balizado do último ponto ao finish	
termos de nos orientar até ao balizado	
termos de nos orientar do último ponto ao finish	



# Simbologia Internacional para Mapas de Orientação Sprint - ISSprOM 2019 - IOF

Relevo		Rochas e pedras		Água e charcos		Vegetação		Construídos		Percurso	
Curva de nível		Penhasco intranqueável		Área aquática intranqueável		Área aberta		Área pavimentada (degrau ou borda)		Partida	
Curva de nível mestre		Penhasco		Área aquática transponível (rasa)		Área aberta com árvores esparsas		Estrutura multível		Ponto de entrega do mapa	
Trapo de declividade		Buraco rochoso ou caverna		Buraco com água		Área semi-aberta com árvores esparsas		Área pavimentada com árvores esparsas		Ponto de controle	
Curva de nível auxiliar		Pedra		Pequeno curso d'água transponível		Área aberta		Trilha para pedestres ou caminho não pavimentado		Número do ponto de controle	
Depressão		Pedra grande		Canal d'água temporário ou sazonal		Floresta aberta		Pequena trilha para pedestres ou caminho não pavimentado		Linha do percurso	
Barranco de terra		Pedra gigante		Charco intranqueável		Vegetação: corrida lenta		Pequena trilha para pedestres ou caminho não pavimentado		Chegada	
Muro de terra (talude)		Agrupamento de pedras		Charco transponível		Vegetação: corrida rápida		Picada		Rota balizada	
Erosão (ravina)		Área com pedras		Charco estreito		Vegetação: possível caminhar		Via férrea		Limite de área fora de prova	
Pequena erosão		Terreno pedregoso		Charco indistinto ou sazonal		Vegetação: boa visibilidade		Bonde		Área fora de prova	
Montículo ou colina pequena		Terreno arenoso		Poço, fonte ou tanque		Vegetação intranqueável		Linha elétrica, telefônica ou teleférico		Ponto de passagem	
Colina alongada		Afloramento rochoso		Nascente		Terreno cultivado		Linha elétrica principal		Seção de passagem	
Pequena depressão				Objeto especial de água		Pomar		Passagem subterrânea ou túnel		Construção temporária ou área fechada	
Buraco						Vinhedo ou similar		Muro transponível			
Terreno irregular						Limite de cultivo		Muro intranqueável			
Objeto especial (raiz, cupim)						Borda vegetação		Cerca transponível ou parapeito			

## Conjunto de símbolos para mapas de orientação escolares

Poste pequeno, mastro ou placas de trânsito	
Poste de iluminação ou semáforo	
Mesa	
Banco ou assentos	
Aparelho de playground ou gólieiras	
Hidrate ou bebedouro	

O conteúdo deste quadro representa os símbolos que devem ser usados exclusivamente para fins didáticos.

Nota: os desenhos estão na escala de 1:4000.



CONSELHO DE MAPEADORES  
Tradução e adaptação  
JOCEMAR RIV - OM 34117  
jmapascursos@gmail.com

## Símbolos técnicos

Muro de retenção transponível	
Muro intranqueável	
Cerca transponível ou parapeito	
Escada	
Linha do Norte Magnético	





# PRAIA DA PONTA NEGRA

## Manaus - Amazonas - Brasil



E: 1/5000

**PERCURSO BRAVO**

PONTA NEGRA			
BRAVO			
P3	4,2 km	15 m	
50 m →			
1	145		△
2	127	■	♀
3	128	◇	△
4	125	▨	
5	129	/	⚡
6	104	/	
7	130	/	○
8	107		△
9	118	▨	⚡
10	149	▨	
11	148	/	
12	119	◇	
13	109	◇	×
14	108	◇	
15	139	▨	
16	106	▨	
17	140	▨	/
18	105	/	γ
19	146	◇	
20	121	▨	
21	120	▨	
22	122	▨	



Para realizar o percurso é necessário seguir as instruções que acompanham este mapa!

Boa prática!



NÃO ESQUEÇA DA SELFIE E MARQUE O GRAXAIM E CORASA NAS REDES SOCIAIS!

**OCAD**  
the smart software for cartography

Filie-se ao CORASA - @corasa\_am - abre.ai/corasa