



CURSO DE NAVEGAÇÃO TERRESTRE IMERSÃO

O curso ministrado pelo professor Ayr Gonçalves será realizado na Trilha da Vaca, em modelo imersivo, entre os dias 20 e 21 de Julho, a partir das 8:30 de sábado até o meio-dia de domingo.

Será um final de semana totalmente voltado para o aprendizado e práticas de navegação terrestre.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

- | | |
|---------------------------|-----------------------------|
| → Definição | → Cartões |
| → Vertentes da Orientação | → Itens Eletrônicos |
| → Cronologia do Desporto | → Partida |
| → Vestimenta e acessórios | → Chegada |
| → Escalas | → Graus de Dificuldade |
| → Cartografia | → Fundamentos de Orientação |
| → Plotagem de Pontos | → Técnicas Mentais |
| → Zonas Magnéticas | → Erros Comuns de Navegação |
| → Conceito de Ângulo | → Recolocação no Terreno |
| → Conceito de Azimute | → Alongamentos |
| → Partes da Bússola | → Treinamento Físico |
| → Exercícios de Bússola | → Avaliação |
| → Gabarito de Montagem | → Bibliografia |
| → Direção e Distância | → Links |

CRONOLOGIA DOS EVENTOS

SÁBADO:

8:30

Recepção dos alunos e apresentação;

8:45

Aula teórica sobre navegação terrestre;

10:30

Intervalo;

10:45

Aula prática de cartografia, plotagem de ponto em carta topográfica, aula prática de bússola (todas em sala de aula);

12:30

Almoço;

13:30

Aula prática de técnicas de deslocamento(passo duplo, direção e distância, técnicas de progressão e recolocação no terreno)uso de bússola com mapa;

16:00

Realização de percurso de Orientação;

17:30

Leitura em grupo do uso das técnicas aplicadas na navegação no terreno;

18:00

Encerramento do primeiro dia;

19:00

Jantar;

20:00

Bate papo;

21:00

Percurso noturno (necessário lanterna ou headlamp);

22:00

Encerramento das atividades do primeiro dia.

DOMINGO:

8:00

Café;

8:30

Aula teórica de GPS;

9:00

Configuração do GPS, prática em dupla do uso, plotagem de ponto e acionamento do tracklog, parte teórica para exportação do GPS para o software GPSTrackmaker;

10:30

Realização de percurso de Orientação usando ao máximo todas as técnicas aprendidas durante o curso(pode repetir o percurso para fixar as técnicas de progressão, fazendo no sentido inverso);

11:30

Avaliação do curso;

12:00

Encerramento do curso e almoço de confraternização.

BENEFÍCIOS INCLUÍDOS

3 mapas coloridos em laser, papel couchê plastificados;

Polígrafo laser preto e branco com capa e espiral;

Aluguel das bússolas;

Aluguel de prismas, bases de prismas e picotadores;

Certificado;

Ingresso à propriedade / estacionamento;

Seguro contra acidentes pessoais durante o final de semana.

* Necessário preenchimento do formulário, que será enviado na semana que antecede a data do curso;

Pernoite em dormitório coletivo equipado com camas e colchões (limitado) e opção de 1 barraca equipada com colchão de espuma, para casal.

* Necessário trazer travesseiros, cobertores e/ou saco de dormir;

Almoços de sábado e domingo, jantar de sábado e café da manhã de domingo com opções sem glúten, sem lactose e vegana.

* Todas as refeições com uma opção de suco cítrico.

* O cardápio será fornecido mais próximo do curso, após recebimento dos formulários pessoais;

Café preto, chá, água de mesa, água quente, fruta e algum snack doce e salgado disponíveis em todo o período do curso;

Chaleira elétrica, microondas e utensílios de cozinha à disposição:

* Disponível para compra: refrigerantes e água mineral com e sem gás.

INSCRIÇÕES

O valor desta imersão (final de semana de curso + hospedagem e alimentação) é **R\$590,00** mais taxas da plataforma.

As inscrições poderão ser feitas através da You Movin, www.youmovin.com.br
Na plataforma é possível optar por pix, boleto ou cartão de crédito.

LOCALIZAÇÃO

Vaca Bike Park (sítio Chachá) - Estrada São Caetano, 3351 - bairro Lami - Porto Alegre/RS - CEP: 91787-740.

CONTATOS

INFORMAÇÕES TÉCNICAS SOBRE O CURSO:

Ayr Gonçalves

Cref: 0251-G/RS

51 998081853

creonte38@gmail.com

Instagram: @ayr_orientista

INFORMAÇÕES SOBRE O LOCAL DO CURSO

Marta R Helfensteller

Cref: 012353-G/RS

51 999486396

vacabackyardultra@gmail.com

Instagram: @vacabackyardultra

Porto Alegre, 27 de junho de 2024.