

Ante-Programa

- 1) **Local:** Praia de Mira, 28 de Maio de 2016
- 2) **Distância:** 500 metros
- 3) **Categorias:** Benjamim, Infantil, Iniciado, Juvenil, Absoluto e Adaptado
- 4) **Horários previstos, categorias e tipos de barco:**

Eliminatórias			Finais		
PROVA	HORÁRIO	BARCOS	PROVA	HORÁRIO	BARCOS
1	10:00	1x JUV F	28	16:00	1x JUV F
2	10:05	2x JUV F	29	16:05	2x JUV F
3	10:10	1x INI F	30	16:10	1x INI F
4	10:15	2x INI F	31	16:15	2x INI F
5	10:20	4x JUV M	32	16:20	4x JUV M
6	10:25	1x JUV M	33	16:25	1x JUV M
7	10:30	2x JUV M	34	16:30	2x JUV M
8	10:35	1X INF M	35	16:35	1X INF M
9	10:40	4x INI M	36	16:40	4x INI M
10	10:45	2x INF M	37	16:45	2x INF M
11	10:50	1x INF F	38	16:50	1x INF F
12	10:55	2x INF F	39	16:55	2x INF F
13	11:00	4x INI M	40	17:00	4x INI M
14	11:05	1x INI M	41	17:05	1x INI M
15	11:10	2x INI M	42	17:10	2x INI M
16	11:15	1x ABS F	43	17:15	1x ABS F
17	11:20	2x ABS F	44	17:20	2x ABS F
18	11:25	1x ADP F	45	17:25	1x ADP F
19	11:30	1x ADP M	46	17:30	1x ADP M
20	11:35	4- ABS M	47	17:35	4- ABS M
21	11:40	4x ABS M	48	17:40	4x ABS M
22	11:45	1x ABS M	49	17:45	1x ABS M
23	11:50	2 X ABS M	50	17:50	2 X ABS M
24	11:55	4x ABS F	51	17:55	4x ABS F
25	12:00	8+ ABS M	52	18:00	8+ ABS M
26	12:20	4x JUV F	53	18:15	4x JUV F
27	12:30	8+ JUV M	54	18:30	8+ JUV M

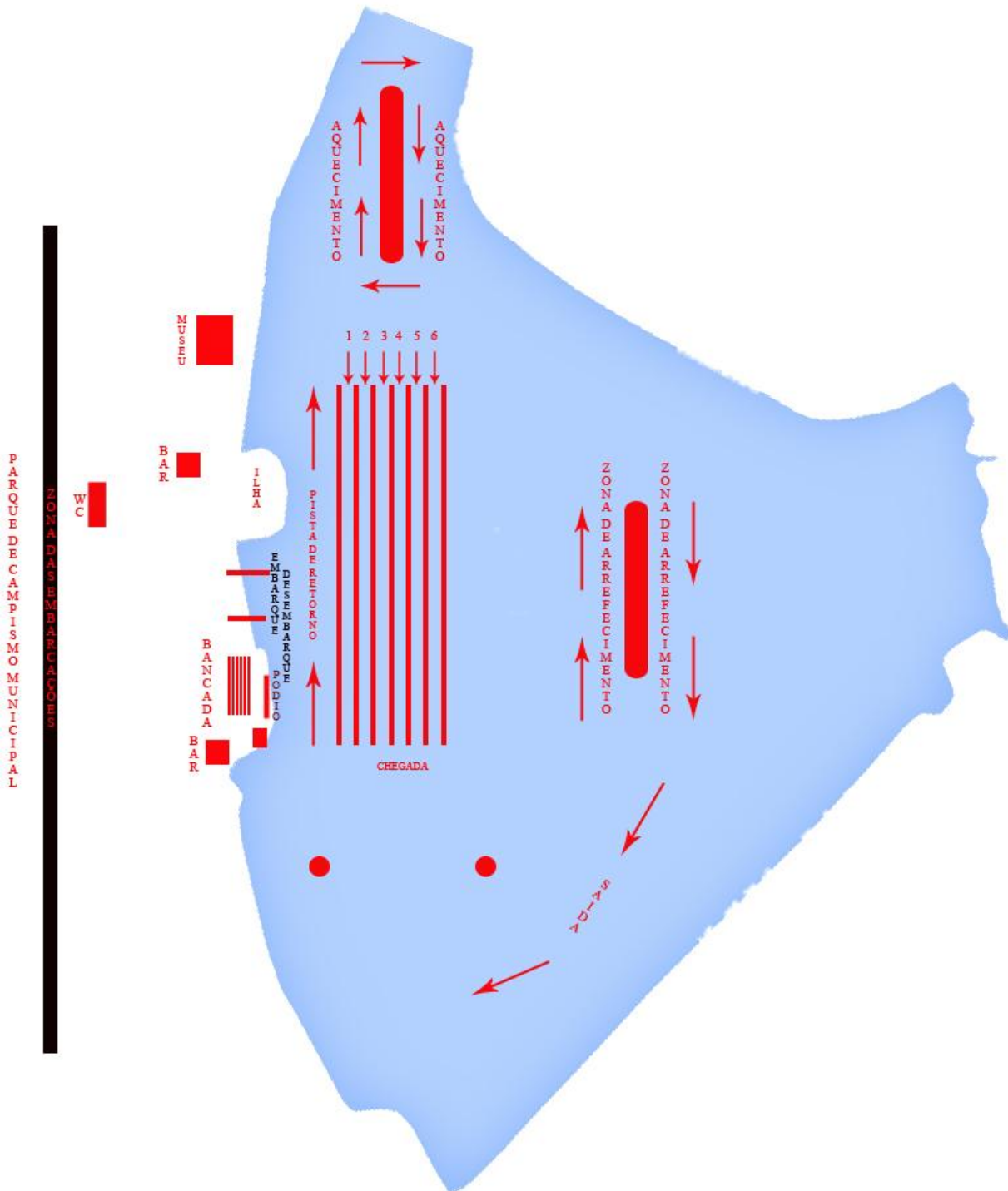
- No escalão Absoluto apenas podem participar atletas dos escalões Júnior, Sénior e Veterano;
- Nas provas com menos de 6 participantes inscritos, realiza-se final directa à tarde;
- Os desdobramentos são proibidos nos escalões Benjamim e Infantil;

- Os desdobramentos são permitidos no escalão Iniciado apenas para as provas de 4x JUV F e 8+ JUV M, por tripulações de clubes ou mistos de clubes;
- Os desdobramentos são permitidos no escalão Juvenil apenas para as provas de 4x JUV F e 8+ JUV M, por tripulações de clubes ou mistos de clubes;
- Os desdobramentos são permitidos no escalão Absolutos apenas para as provas de 4x ABS F e 8+ ABS M, por tripulações de clubes ou mistos de clubes;
- Não há limite de inscrições por tipo de barco, em qualquer das categorias.
- Os horários do programa poderão ser alterados consoante o número de inscrições;
- Pesagem de timoneiros na zona de chegada, 2h a 1h antes da respectiva regata;
- Intervalos de 5 minutos entre provas.

5) **Regulamento:** em anexo.

6) **Campo de regatas:**

- Pista de águas paradas e balizada de 6 corredores, com regeiras na largada.
- Pontões de embarque e desembarque, pista de retorno, aquecimento e arrefecimento, conforme plano de pista em anexo.



7) Reunião de delegados: 28-05-2016, às 09h00, no Clube Náutico da Praia de Mira.

8) Inscrições: até às 16h00 do dia 23-05-2016. Sorteio de pistas: às 20h do dia 23-05-2016.

- a. Clubes portugueses: na plataforma de inscrições da FPR
- b. Clubes estrangeiros: através de link a indicar em breve pela FPR

9) Prémios:

- a. Medalhas para os três primeiros classificados por tipo de barco e sexo;
- b. O clube mais pontuado em Masculinos receberá o troféu «Taça Pescanova». Idêntico troféu será atribuído ao clube mais pontuado em Femininos;
- c. Em caso de igualdade será considerado em primeiro lugar o clube com maior número de vitórias e se persistir a igualdade o clube com maior número de atletas medalhados.

10) Serviço médico e de salvamento:

- a. Ambulância dos Bombeiros Voluntários de Mira junto à chegada.
- b. Mergulhadores dos Bombeiros Voluntários de Mira no percurso;
- c. Serviços médicos de urgência: Centro Médico de Mira, Hospital Infante D. Pedro – Aveiro
- d. Lanchas de apoio da organização durante o percurso;
- e. Serviço disponível das 10h00 às 12h30 e das 16h00 até ao final das regatas.

11) Alimentação:

- a. O almoço será oferecido pela organização a atletas, dirigentes e treinadores.
- b. Será oferecido também um lanche volante a todos os participantes perto do final das regatas.

12) Organização: Clube Náutico da Praia de Mira - Sónia Facção 917799417

13) Secretariado de prova e afixação de informações: junto à torre de chegada – tel: 917799417