

2017/2018



# [PROGRAMA DE SELEÇÕES NACIONAIS E ALTO RENDIMENTO]

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE REMO

● **ÍNDICE**

---

●	ÍNDICE .....	2
●	NOTA PRÉVIA .....	3
●	CRITÉRIOS GERAIS DE ELEGIBILIDADE .....	4
●	OBJETIVOS GERAIS .....	5
●	ACESSO ÀS EQUIPAS NACIONAIS - REGRAS GERAIS .....	6
●	OBJETIVOS DESPORTIVOS E CRITÉRIOS DE SELEÇÃO .....	7
●	CALENDARIZAÇÃO DOS TESTES DE AFERIÇÃO .....	10
●	STANDARDS MÍNIMOS .....	11
●	CALENDARIZAÇÃO DAS AÇÕES DE PREPARAÇÃO .....	12
●	CALENDARIZAÇÃO DAS AÇÕES DE PARTICIPAÇÃO .....	13
●	ESTRUTURA ORGÂNICA .....	16
●	OBRIGAÇÕES DE NATUREZA MÉDICA .....	17
●	ANEXO 1 – CALENDÁRIO GERAL .....	18

---

• **NOTA PRÉVIA**

---

O presente documento define os objetivos e os critérios de seleção para as participações internacionais dos atletas integrados nos trabalhos das equipas nacionais de Remo.

A representação nacional reveste-se de um elevado grau de responsabilidade de todas as entidades e agentes envolvidos, a começar desde logo pela Federação Portuguesa de Remo que tem a competência, e o dever, de escolher atletas com o perfil técnico, psicológico, competitivo e social adequado. Por outro lado, **de acordo com a redação do número 4, do artigo 35º, do Decreto-lei nº 272/2009, de 01 de outubro “os praticantes desportivos que tenham beneficiado de medidas específicas de apoio no âmbito do regime de Alto Rendimento ficam obrigados a respeitar os planos de preparação aprovados, bem como integrar as seleções nacionais quando para elas forem convocados.”**

Os critérios gerais constituem pré-requisitos de seleção, condição prioritária de avaliação relativamente aos critérios específicos definidos.

Importa antecipar que a calendarização agora definida foi elaborada com base no pressuposto que a FPR irá receber do IPDJ, IP. as verbas necessárias à concretização do plano, assumindo-se também que a debilidade financeira da FPR poderá constituir um impedimento ao regular funcionamento dos trabalhos. Desta forma, deixa-se em aberto a possibilidade de introduzir alterações ao plano e/ou convidar outros agentes/entidades a participar no processo de financiamento da atividade por forma a viabilizar o cumprimento do plano. Neste contexto, embora noutro sentido, reafirma-se que eventuais verbas a contratar com o Comité Olímpico de Portugal (por via da obtenção de resultados desportivos de excelência) serão, no rigoroso cumprimento da lei, totalmente investidas na execução do projeto.

## ● CRITÉRIOS GERAIS DE ELEGIBILIDADE

---

A participação de atletas nas atividades indicadas no presente documento estará sempre subordinada ao cumprimento dos critérios gerais e de disciplina aqui indicados:

- Estilo de vida, atitudes e comportamentos de referência, condizentes com o estatuto de atleta das Seleções Nacionais;
- Capacidade de trabalho em equipa e capacidade de aprendizagem;
- Situação regularizada à luz dos regulamentos em vigor, nomeadamente no que respeita à filiação, seguro desportivo e exame médico-desportivo;
- Potencial de evolução desportiva;
- O nível de prestação desportiva deverá enquadrar-se nos padrões de excelência que se exigem às Equipas Nacionais, lembramos neste ponto que os padrões de excelência são definidos pelos vencedores de campeonatos do Mundo e Jogos Olímpicos;
- Cumprimento das diretivas emanadas pela da Direção da FPR relativamente a conduta, uso de equipamentos desportivos em situações oficiais, participação em ações oficiais, toma de suplementos e atos médicos.
- Cumprimento das diretivas emanadas pela Equipa Técnica Nacional relativamente à execução da prescrição do treino e registo diário das sessões no documento adotado.

A capacidade de trabalho em equipa, capacidade de assumir e promover uma cultura de seleção, partilha de conhecimentos, disponibilidade de aprendizagem, capacidade de trabalho e performance em condições de stress e competitivas bem como potencial de evolução futura serão factores em permanente avaliação e decisivos no processo de seleção.

## • OBJETIVOS GERAIS

---

Os dois principais objetivos para o ciclo 2016-2020 passam por garantir o apuramento de uma tripulação para os Jogos Olímpicos de Tóquio (2020) e, em simultâneo, dar continuidade à consolidação do sistema de apoio desportivo ao alto rendimento.

Conscientes que o número de atletas com mais de 24 anos presentes nas equipas nacionais ainda é muito pequeno entendemos que o ênfase tem de continuar a ser colocado no desenvolvimento das camadas mais jovens, na continuidade do apoio aos atletas Juniores para estes adquiram experiência internacional e ainda apoiar a transição dos atletas Sub23 a Seniores A, de forma a que este processo seja bem sucedido.

Segundo a metodologia da Equipa Nacional, **o trabalho conjunto diário dos atletas envolvidos no programa de alto rendimento é uma prioridade**. Neste sentido a FPR irá continuar a direccionar o seu investimento para o Alto Rendimento e Selecções Nacionais no Centro Nacional de Treino em Coimbra, devido à maior proximidade das universidades, excelentes condições de treino durante todo o ano, parcerias estabelecidas com a Universidade de Desporto e com a Associação Académica de Coimbra e às condições privilegiadas de alojamento facultadas aos atletas.

A FPR vai intensificar, incentivar e promover cada vez mais Coimbra como a base de treino da Seleção Nacional, quer seja de uma forma permanente para os que já lá residem quer promovendo acções de fins-de-semana para todos os interessados, potenciais candidatos e atletas da seleção não residentes em Coimbra. Nesse sentido a FPR já tem uma casa alugada nesta cidade onde acolhe os atletas residentes e com capacidade de acolher mais alguns para estadias de curta duração.

Assim, a FPR pretende operacionalizar as Selecções Nacionais com os seguintes grupos de trabalho:

- Equipa Nacional Sénior
- Equipa Nacional Sub23 / Equipa Universitária
- Equipa Nacional Júnior

A forma de acesso às equipas nacionais e os objetivos desportivos de cada um dos grupos de trabalho são detalhados nos próximos capítulos.

Em função dos financiamentos anuais do IPDJ, a FPR poderá equacionar solicitar aos clubes ou atletas participação nas ações a desenvolver.

## • ACESSO ÀS EQUIPAS NACIONAIS - REGRAS GERAIS

---

- Os atletas interessados em representar as Equipas Nacionais têm de participar em todos os Testes de Aferição, sendo da responsabilidade dos clubes a inscrição nos referidos teste. Esta obrigatoriedade inclui os atletas que já se encontram no processo;
- O cumprimento do peso definido em tabela própria é um factor eliminatório. Caso o peso não seja cumprido o atleta é reclassificado, com as implicações que daí decorrem em termos dos standards exigidos;
- Os atletas dispõem de apenas uma oportunidade na realização dos testes de aferição, não são permitidos recomeços dos testes após desistência dos mesmos
- Os únicos atestados médicos válidos para justificar uma ausência a algum teste são os emitidos directamente pelo Médico da FPR, Dr. José Ramos, ou os emitidos com o seu conhecimento e consentimento
- A não participação de um atleta da seleção em testes obrigatórios, por motivo de doença, para além da justificação médica que inclua a descrição da doença ou lesão que o impossibilita, obriga o atleta a apresentar-se no local da prova, mesmo não a realizando, a não ser que seja situação que obrigue a internamento ou aletuamento. A Federação, se assim o entender, poderá marcar um teste individual se a situação clínica for possível de ultrapassar a curto prazo;
- A avaliação dos atletas será feita através do seu desempenho ergométrico, avaliando-se o cumprimento dos standards pré-definidos (calculados numa percentagem do WBT, o *World Best Time*) e também pela performance nos testes de água em *skiff*.

## • OBJETIVOS DESPORTIVOS E CRITÉRIOS DE SELEÇÃO

---

### ENQUADRAMENTO EQUIPA NACIONAL JÚNIOR

Seleção de um grupo de desenvolvimento, caracterizado pelo potencial de evolução dos seus constituintes. Este grupo, pelas suas características antropométricas e fisiológicas, deverá ter o acompanhamento da equipa técnica nacional numa perspetiva de desenvolvimento de competências e comportamentos que lhes permitam no futuro integrar a equipa nacional sénior.

#### Objetivos

1. Participação na *Coupe de La Jeunesse* numa perspetiva formativa dos atletas júniores. Em termos de resultados, o objetivo desta participação visa o acesso às Finais A e, para algumas tripulações, a disputa de lugares de pódio;
2. A participação em Campeonatos do Mundo e Campeonatos da Europa de Júniores só será equacionada no caso de algum atleta apresentar indicadores que permitam à equipa técnica nacional perspetivar uma participação em Final B, ou possibilidade de integração no projeto de Esperanças Olímpicas do COP;
3. Aumento do número de atletas com estatuto de Alto Rendimento.

#### Critérios de seleção

- Para este grupo não há testes eliminatórios mas são de realização obrigatória;
- As convocatórias para os Estágios de Preparação e participações em Regatas Internacionais serão feitas com base na obtenção dos standards mínimos estabelecidos para cada momento (consultar tabela);
- A seleção final será feita levando em consideração todos os momentos de observação realizados, tanto na água como no ergómetro. A constituição definitiva da Equipa Nacional Júnior será determinada pela Equipa Técnica Nacional após a realização dos testes finais de 2km na água (em skiff) – 10 e 11 de Março 2018;
- O primeiro teste de água consiste numa regata de 6km que será aberta a qualquer atleta que, cumprindo os critérios de elegibilidade geral, pretenda prestar provas. O requisito adicional é que as inscrições respeitem o critério de *1 atleta - 1 casco*; ou seja, nesta primeira prova de 6km, qualquer atleta júnior que tenha realizado o teste ergométrico pode participar nesta regata mesmo não tendo obtido o standart mínimo.
- Os remadores juniores, preferencialmente de primeiro ano e ligeiros que, apesar de não realizarem os testes de ergómetro dentro dos standards, apresentem indicadores antropométricos e prestações na água que indiquem potencial para no futuro integrarem a equipa nacional, poderão ser enquadrados mediante escolha e convite nos trabalhos da equipa nacional; O mesmo se aplica a Juvenis de 2º ano.

- **NOTA IMPORTANTE:** a obtenção do standart mínimos não garante convocatória para a seleção nacional ou qualquer das suas ações (estágios e regatas internacionais), a obtenção de standart mínimo garante a continuidade no processo de seleção e observação por parte da equipa técnica.



## **EQUIPA NACIONAL SÉNIOR (SUB23 E SÉNIOR A)**

Seleção de um grupo de especialização, *caracterizado pelo potencial de assegurar resultados* de relevo internacional, nomeadamente Campeonatos da Europa, Campeonatos do Mundo e Regatas Internacionais que possibilitem a integração no Projeto Olímpico Tóquio 2020.

### **Objetivos**

1. A equipa sénior tem como objetivo prioritário a qualificação olímpica para Tóquio 2020.
2. Integração de atletas no projeto de preparação olímpica e de esperanças olímpicas para Tóquio 2020;
3. Sistematização das dinâmicas de trabalho no Centro de Treino de Coimbra;
4. Desenvolver e identificar continuamente um grupo de atletas com potencial de desenvolvimento da equipa sub-23 e sénior.
5. Participação em competições internacionais universitárias como etapa de desenvolvimento e progressão sustentada

### **Critérios de Seleção**

#### **Seniores (A e Sub23)**

- Apenas o último ou o único teste de cada distância será de carácter eliminatório (10km em ergómetro/5km em ergómetro/2km na água).

**NOTA:** Voltamos a referir que todos os testes são obrigatórios.

- O primeiro teste de água consiste em uma regata de 6km que será apenas para os atletas que a equipa técnica convidar. O requisito adicional é que as inscrições respeitem o critério de *1 atleta - 1 casco*;
- A participação nos demais Testes de Aferição na Água obrigam ao cumprimentos dos standards de desempenho mínimo nos testes de ergómetro que o antecedem;
- Para estes Testes de Aferição na Água, estágios ou competições, a FPR deixa em aberto a possibilidade de convidar, segundo critérios técnicos, os atletas que julgue importante serem observados, mesmo que estes não tenham cumprido algum dos critérios mencionados.

**A avaliação dos testes na água será feita com base nas percentagens de andamento relativos aos *WBT* (World Best Times) – Melhores tempo do Mundo relativos à embarcação em análise.**

• **CALENDARIZAÇÃO DOS TESTES DE AFERIÇÃO**

#	Data	Local	Tipo	Juniores	Seniores	Peso Máximo	Observações
1	02-11-2017	Lisboa, Coimbra, Porto, Viana Castelo	Ergómetro	5Km	10Km	Homens LW: 76Kg Mulheres LW: 63Kg	a) c) d)
2	09-12-2017	Avis	Água	6Km	6Km	Homens LW: 75Kg Mulheres LW: 62Kg	a) c) d)
3	10-01-2018	Lisboa, Coimbra, Porto, Viana Castelo	Ergómetro	5Km	10Km	Homens LW: 75Kg Mulheres LW: 62Kg	b) c) d)
4	21-01-2018	Figueira da Foz Camp. Nac. Erg.	Ergómetro	2Km	2Km	Homens LW: 75Kg Mulheres LW: 61,5Kg	c) d)
5	21-02-2018	Lisboa, Coimbra, Porto, Viana Castelo	Ergómetro	2Km	5Km	Homens LW: 75Kg Mulheres LW: 61,5Kg	b) c) d)
6	10 e 11-3- 2018	Montemor	Água	2Km	2Km	Homens LW: 72,5Kg Mulheres LW: 59Kg	b) c) d)

- a) *Standards em vigor;*  
b) *Cada atleta é responsável pelo seu 1x;*  
c) *As pesagens são feitas segundo protocolo FISA (2 a 1 hora antes do teste). Quem não fizer registo será considerado pesado.*  
d) *Participação obrigatória.*  
e) *O teste nº4 não é selectivo mas é de participação obrigatória (CN ergómetro).*

• **STANDARDS MÍNIMOS**

**EQUIPA NACIONAL SÉNIOR**

Distância	Data	SM				SF			
		A	Sub23	A LM	Sub23 LM	A	Sub23	A LW	Sub23 LW
10K	02/11/2017	00:01:42	00:01:45	00:01:45	00:01:48	00:01:57	00:01:59	00:02:02	00:02:05
10K	10/01/2018	00:01:40	00:01:43	00:01:43	00:01:46	00:01:55	00:01:58	00:02:00	00:02:02
5K	21/02/2018	00:01:37	00:01:39	00:01:40	00:01:43	00:01:52	00:01:54	00:01:57	00:01:59

**EQUIPA NACIONAL JÚNIOR**

Distância	Data	JM		JF
5K	02/11/2017	00:01:48		00:02:06
5K	10/01/2018	00:01:46		00:02:05
2K	21/02/2018	00:01:39		00:01:56

**WBT (RECORD DO MUNDO, 2KM, SKIFF)**

Escalão	Júnior	Sub23 LW	Sub23	A LW	A
Feminino	07:37	07:30	07:27	07:24	07:07
Masculino	06:57	06:46	06:46	06:43	06:30,7

**WBT (RECORD DO MUNDO, 2KM, ERGO)**

Escalão	A LW	A
Feminino	06:54.7	06:22,8
Masculino	05:56.7	05:36.6

• **CALENDARIZAÇÃO DAS AÇÕES DE PREPARAÇÃO**

Designação	Datas		Equipa	Local
	De	A		
<b>JÚNIOR</b>				
Estágio Dezembro	9-12-2017	22-12-2017	Jun	Avis
Estágio Maio (Prep. CE)	19-05-2018	23-05-2018	Jun	Avis
Estágio Julho (Prep. Coupe Jeunesse e CM)	14-07-2018	29-07-2018	Jun	Avis
<b>SUB23 e SÉNIOR</b>				
Estágio Dezembro	9-12-2017	22-12-2017	Sub-23 e Sénior	Avis
Estágio Fevereiro	01-02-2018	11-2-2018	Sub-23 e Sénior	Coimbra ou Avis
Estágio Março	7-03-2018	18-03-2018	Sub-23 e Sénior	Montemor
Estágio Julho	3-07-2018	15-07-2018	Sub-23 e Sénior	Avis
Estágio Agosto	25-8-2018	5-09-2018	Sub-23 e Sénior	Avis

• **CALENDARIZAÇÃO DAS AÇÕES DE PARTICIPAÇÃO**

Designação	Datas		Equipa	Local
	de	a		
Memorial Paolo D´Aloja	13/04/2017	15/04/2017	Júnior&Sub23&Sénior	Piediluco (ITA)
Campeonato da Europa Jun.	26/05/2018	27/05/2018	Júnior	Gravelines (FRA)
Taça do Mundo II	22/06/2018	24/06/2018	Sub23&Sénior	Linz (AUS)
Taça do Mundo III	13/07/2018	15/07/2018	Sub23&Sénior	Lucerna (SUI)
Campeonato do Mundo Sub-23	25/07/2018	29/07/2018	Sub23&Sénior	Poznan (POL)
Coupe de la Jeunesse	26/07/2018	29/07/2018	Sub23	Cork (IRL)
Campeonato da Europa Abs.	2/08/2018	5/08/2018	Júnior	GLASGOW (GBR)
Campeonato do Mundo Jun.	8/08/2018	12/08/2018	Júnior	Racice (CZE)
Camp Mundo Universitário	8/08/2018	12/08/2018	Absolutos	Changai (CHI)
Campeonato da Europa Sub-23	8/09/2018	9/09/2018	Sub23&Sénior	BREST (BLR)
Campeonato do Mundo Abs.	09/09/2018	16/09/2018	Sénior	Plovdiv (BUL)

**PARTICIPAÇÕES NAS COMPETIÇÕES NACIONAIS AO SERVIÇO DOS CLUBES**

A participação em Regatas Nacionais está condicionada pela preparação e participação dos atletas no calendário Internacional. Sendo assim, estas só serão possíveis mediante autorização da equipa técnica nacional e nunca pondo em causa os compromissos e objetivos internacionais.

A Federação Portuguesa de Remo, reconhece a importância da participação dos atletas em representação dos seus clubes, nesse sentido tem vindo a tentar organizar um calendário nacional mais compatível com o Internacional. Em simultâneo há ao serviço da seleção nacional atletas com objetivos diferentes e em estados de evolução também diferentes. A FPR reconhece também que mais do que o numero de regatas que os atletas realizam pelos clubes é a interferência e alteração do plano de treino que poderá prejudicar a participação internacional.

Nesse sentido apelamos à colaboração de todos para que ao longo da época e em diálogo permanente com os treinadores nacionais se possam atingir acordos que nunca ponham em causa o cumprimento e efeitos pretendidos com o plano de treino nacional.

As decisões serão tomadas caso a caso e tendo em conta o patamar de evolução dos atletas e dos seus compromissos e expectativas nos resultados internacionais. As decisões serão sempre sob consulta da FPR.

**Fica desde já claro, e tendo em conta o atual calendário nacional e internacional que a participação em Lucerna e no Mundial Sub 23 impedem a participação no Campeonato Nacional de Velocidade. Ainda assim, remetemos mais discussão sobre este assunto para a reunião geral com os clubes a realizar brevemente.**

Como já referido na página 3 deste documento, **de acordo com a redação do número 4, do artigo 35º, do Decreto-lei nº 272/2009, de 01 de outubro “os praticantes desportivos que tenham**

***beneficiado de medidas específicas de apoio no âmbito do regime de Alto Rendimento ficam obrigados a respeitar os planos de preparação aprovados, bem como integrar as seleções nacionais quando para elas forem convocados.”***

**Assim sendo, os atletas séniores que façam parte do processo das Equipas Nacionais, que participem em estágios e/ou em provas internacionais representando a seleção nacional, são obrigados a cumprir o plano de treino elaborado pela equipa técnica da FPR e a aderir ao *Softwear Training Peaks* (custos assumidos pela FPR)**

**Os referidos atletas apenas poderão competir nos seguintes eventos representando os seus clubes:**

- **Regata de Natal – Uma prova sem alterar o planeamento de treino para seleção nacional**
- **Regata de Sevilha - Uma prova por dia, sem alterar o planeamento de treino para seleção nacional**
- **Campeonato Nacional de Ergómetro**
- **Campeonato Nacional de Fundo**
- **Campeonato Nacional de Velocidade – A discutir caso a caso e mediante calendário e participação Internacional**
- **Participação noutras regatas sujeitas a discussão posterior**

**A Equipa Técnica da FPR terá sempre como prioridade o contacto com os treinadores dos clubes com atletas envolvidos, de forma a que estes façam parte do processo de preparação dos mesmos. Os treinadores dos clubes deverão ser também parceiros no controle e execução do treino, assumindo a FPR que o êxito da representação internacional depende da interação e trabalho conjunto entre os treinadores dos clubes e os treinadores da seleção.**

## MATERIAIS OBRIGATÓRIOS E DESPESAS RESULTANTES DE CONVOCATÓRIAS

Para efeitos da participação nos Testes de Aferição, todos os custos de deslocação do atleta e do seu material são da responsabilidade da estrutura de enquadramento associativo do participante. A este título importa reiterar o já anteriormente exposto: todos os atletas terão de ter uma embarcação skiff para participar nas ações onde a sua utilização esteja prevista.

Aquando da convocatória para ações de preparação (Estágios) o transporte dos atletas e do seu equipamento estará a cargo dos convocados e das suas estruturas de enquadramento associativo. A FPR apoia esta deslocação, subvencionando os custos diretos da viagem. Isto é, o pagamento será feito mediante **a apresentação de recibos fiscalmente aceites, emitidos em nome da FPR (NIF: 501545778)** e do **formulário de apresentação de despesas em vigor**.

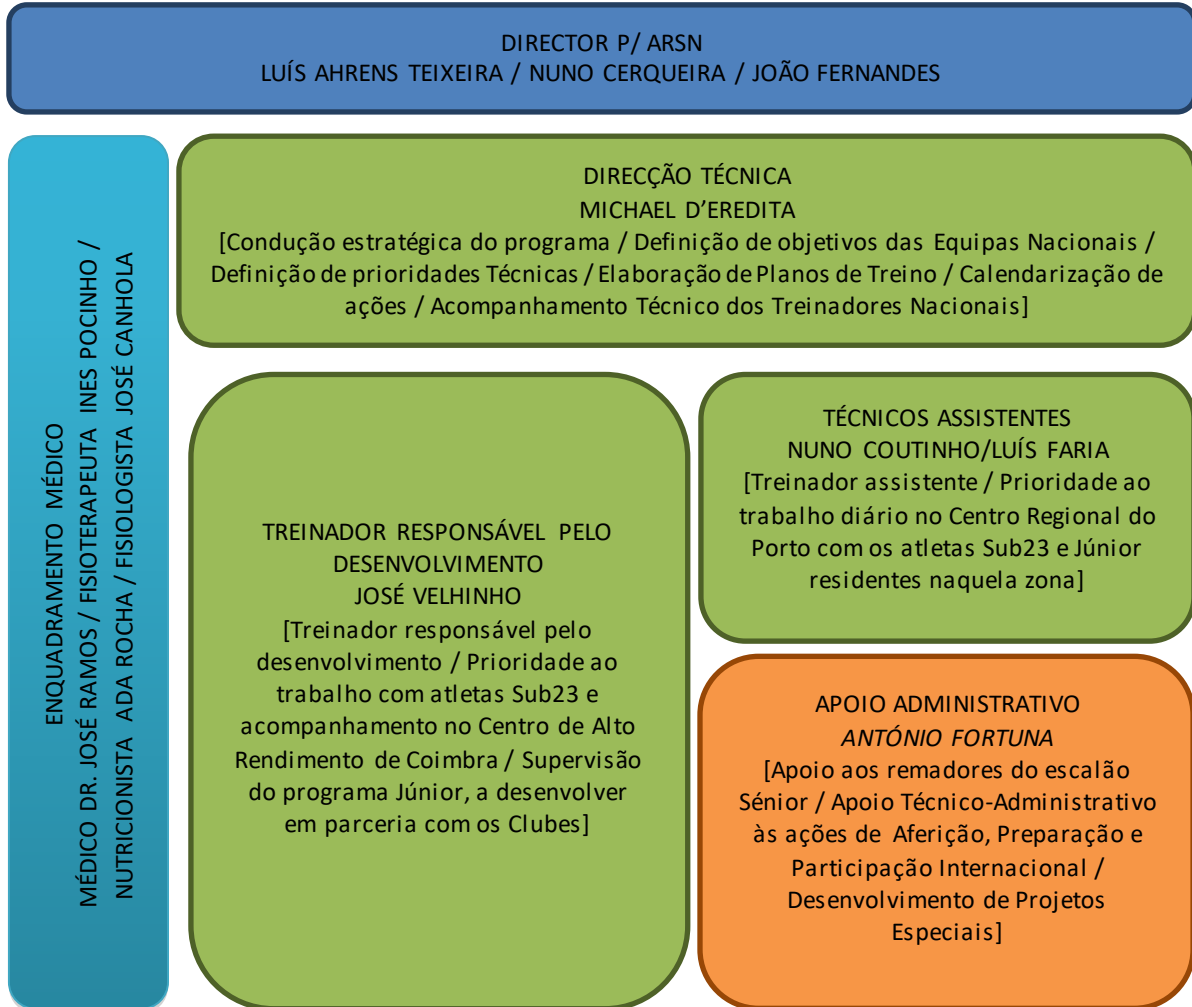
Reforça-se ainda que a FPR apenas assumirá despesas que resultem de Convocatórias para Ações de Preparação e Participação Internacional sendo necessário apresentar um formulário de despesa por ação (isto é, e a título de exemplo: a um estágio/competição corresponde um formulário, a um segundo estágio/competição corresponderá um segundo formulário).

**As despesas elegíveis incluem combustíveis, portagens e bilhetes de transporte público. A apresentação dos documentos de despesa à FPR terá de acontecer num prazo de 15 dias após a sua realização, sob pena da responsabilidade do pagamento ser declinada.**

Salvo as despesas que decorram da aplicação da legislação em vigor (como é o caso da reposição de salários em caso de convocatória para participação nos trabalhos das Seleções Nacionais) e de casos explícita e formalmente autorizados pela Direcção da FPR, não serão suportados quaisquer outros tipos de custos que os atletas tenham com técnicos e atividades complementares ao processo de treino, nomeadamente: consultas, tratamentos, suplementação, fisioterapia, despesas com deslocações, etc.

• **ESTRUTURA ORGÂNICA**

No que à orgânica diz respeito, o projeto de Alto Rendimento e Seleções Nacionais da FPR estará organizado da forma que abaixo se identifica.





## • OBRIGAÇÕES DE NATUREZA MÉDICA

---

Os atletas integrados nos trabalhos das Equipas Nacionais serão acompanhados pela equipa médica da FPR, liderada pelo Dr. José Ramos, que irá acompanhar os testes de aferição, os testes fisiológicos e que agendará também avaliações médicas nas seguintes datas:

- 1ª avaliação entre novembro e dezembro - Exame médico e análises;
- 2ª avaliação entre março e abril - Análises específicas;
- 3ª avaliação entre maio e junho - Análises específicas.

Os atletas serão ainda acompanhados pela nutricionista, Dr.ª Ada Rocha.

Sendo a toma de suplementos um procedimento que é prática comum na modalidade impõe-se definir regras para a ingestão desse tipo de produto. Nesse sentido, **todos os atletas integrados nos trabalhos das Equipas Nacionais não poderão tomar qualquer medicamento ou suplemento, excepto em situações de urgência, sem comunicar previamente ao médico da federação através do endereço de e-mail jose@ramos.com.pt.**

**A toma de suplementos sem conhecimento da equipa médica da FPR poderá ser motivo de expulsão das Seleções Nacionais.**

• **ANEXO 1 – CALENDÁRIO GERAL**

Designação	Datas		Equipa	Local
	de	a		
Teste Aferição #1 - Ergómetro	2/11/2017	-	10Km Seniores / 5Km Juniores	Lisboa, Coimbra, Porto, Viana Castelo
Estágio Nacional Dezembro	9/12/2017	22/12/2017	Jun, Sub23 & Sénior	Avis
Teste Aferição #2 - Água	9/12/2017	-	6Km Juniores & Seniores	Avis
Teste Aferição #3 - Ergómetro	10/01/2018	-	10Km Seniores / 5Km Juniores	Lisboa, Coimbra, Porto, Viana Castelo
Teste Aferição #4	21/01/2018		CN Indoor 2Km	Figueira da Foz
Estágio Nacional Fevereiro	01/02/2018	11/02/2018	Sub23&Sénior	Coimbra ou Avis
Teste Aferição #5 – Ergómetro	21/02/2018		5Km Seniores / 2Km Juniores	Lisboa, Coimbra, Porto, Viana Castelo
Estágio Nacional Março	07/03/2018	18/03/2018	Sub23 & Seniores	Montemor
Teste Aferição #6	10/03/2018	11/03/2018	Juniores & Seniores	Montemor
Reg. Internacional Piediluco	13/4/2018	15/4/2018	Júnior, Sub 23 & Sénior	Roma, Itália
Estágio Nacional Maio (Prep CE Jun)	19/05/2018	23/05/2018	Júnior	Avis
Campeonato da Europa Júnior	26/5/2018	27/5/2018	Júnior	Gravelines, França
Taça do Mundo II	22/6/2018	24/6/2018	Sub23&Sénior	Linz, Áustria
Estágio Nacional Julho (Prep WC III)	3/07/2018	15/07/2018	Sub23&Sénior	Avis
Taça do Mundo III	13/7/2018	15/7/2018	Sub 23 & Sénior	Lucerna, Suíça
Estágio Nacional Julho (Prep Coupe)	14/7/2018	29/7/2018	Júnior	Avis
Campeonato do Mundo Sub-23	25/7/2018	29/7/2018	Sub-23	Poznan, Polónia
Coupe de la Jeunesse	26/7/2018	29/7/2018	Júnior	Cork, Irlanda
Campeonato da Europa Sen	02/8/2018	05/8/2018	Sénior	Glasgow, GBR
Campeonato do Mundo Jun	8/08/2018	12/08/2018	Júnior	Racice, Rep. Checa
Campeonato do Mundo Universitário	08/08/2018	12/08/2018	Absolutos	Changai, China
Estágio Nacional Agosto	25/08/2018	05/09/2018	Sub-23 & Sénior	Avis
Campeonato da Europa Sub-23	08/09/2018	09/09/2018	Sub-23	Brest, Bulgária
Campeonato do Mundo Abs	09/09/2017	16/09/2017	Sénior	Plovdiv, Bulgária