



REGULAMENTO NACIONAL DE REMO

INDOOR

Índice

Denominação, abrangência e direito de participação	3
Atribuição da Organização	3
Direitos Exclusivos da FPR	4
Receitas e Despesas do Evento	4
Direcção do Evento	4
Frequência do evento	4
Inscrições.....	5
Equipamentos e Cores Oficiais.....	5
Escalões e Distâncias.....	6
Estrutura da Participação	7
Prémios.....	8
Omissões e Diferendos.....	8

Este regulamento respeita o Regulamento Nacional de Regatas e as suas regras específicas são indicadas nos artigos seguintes:

ARTIGO 1º

Denominação, abrangência e direito de participação

1. O presente Regulamento rege o “Campeonato Nacional de Remo Indoor”.
2. O “Campeonato Nacional de Remo Indoor” visa atingir vários objectivos de promoção e integração da modalidade do Remo, de entre os quais, se destacam:
 - a) A participação alargada de candidatos de outras nacionalidades;
 - b) A participação de candidatos por via Associativa, Entidades Públicas ou Privadas, e Individuais, que pratiquem a modalidade do Remo de forma planeada ou espontânea.
 - c) O presente campeonato pode contemplar outras categorias da prática desportiva planeada.

ARTIGO 2º

Atribuição da Organização

1. A Federação Portuguesa de Remo, através da sua Direcção, atribui às Comissões Organizadoras candidatas, a organização do “Campeonato Nacional de Remo Indoor” através de um processo de candidaturas a publicar no seu site oficial ou, sempre que as circunstâncias o justificarem, através da adjudicação direta, no início da época desportiva, indicando o local, a data e a comissão organizadora responsável pelo evento.
2. Será sempre assinado um contrato entre a Direcção da Federação Portuguesa de Remo e a Comissão Organizadora responsável pela realização do evento.
3. Após a assinatura do contrato, a Direcção da Federação Portuguesa de Remo, e atendendo ao disposto no presente Regulamento, entregará à Comissão Organizadora um caderno de encargos, onde se determina o quadro de referência da organização.
4. A Direcção da Federação Portuguesa de Remo, de acordo com as suas competências, acompanhará e fiscalizará, diretamente, a atuação da comissão organizadora responsável pelos eventos, reunindo periodicamente com as referidas comissões, e realizando visitas aos locais dos eventos.

ARTIGO 3º**Direitos Exclusivos da FPR**

1. Todos os direitos indicados no presente artigo e relacionados com o “Campeonato Nacional de Remo Indoor”, pertencem, exclusivamente, à Federação Portuguesa de Remo.
2. Apenas a Federação Portuguesa de Remo pode comercializar, explorar e obter dividendos ou benefício, dos direitos infra indicados.
3. A Federação Portuguesa de Remo pode, sempre que assim o entenda e a título excecional, comercializar os referidos direitos em cooperação, ou cedência temporária, com a Comissão Organizadora responsável pelo evento.
4. Os direitos mencionados nos números anteriores do presente artigo, são:
 - a) Direitos de transmissão televisiva, incluindo os direitos de vídeo;
 - b) Direitos comerciais, incluindo patrocínios e publicidade;
 - c) Utilização do nome e emblema da FPR e do Remo Indoor.

ARTIGO 4º**Receitas e Despesas do Evento**

1. Cabe à Direcção da Federação Portuguesa de Remo acordar com as Comissões Organizadoras responsáveis pelos eventos, a parte das receitas a que estas terão direito.
2. As receitas referidas no número anterior deverão ser aplicadas em programas de promoção e de desenvolvimento da modalidade do Remo Nacional, e em particular, do Remo Indoor.
3. As Comissões Organizadoras responsáveis pelos eventos, tomam a seu cargo, de forma exclusiva, todas as despesas com a organização do evento.

ARTIGO 5º**Direcção do Evento**

A Presidência da Comissão Organizadora responsável pelo evento, é nomeada por proposta da própria Comissão Organizadora e, sempre, de acordo com o parecer da Direcção da Federação Portuguesa de Remo.

ARTIGO 6º**Frequência do evento**

O “Campeonato Nacional de Remo Indoor”, será realizado anualmente, numa única jornada, que poderá ser disputada num período de 1 (um) ou 2 (dois) dias.

ARTIGO 7º**Inscrições**

1. A Comissão Organizadora responsável pelo evento, obriga-se a apresentar os convites oficiais à participação no evento, nos 30 dias anteriores à realização do mesmo.
2. A promoção do evento será publicitada no sítio oficial da Federação Portuguesa de Remo na internet, da Comissão Organizadora, ou noutros meios de difusão e comunicação, assim como o envio dos mesmos para todos os Associados da Federação Portuguesa de Remo, nas várias áreas da prática desportiva. O convite deve conter todos os dados relativos ao evento e o formulário de inscrição.
3. As inscrições podem ser efetuadas em grupo (Clubes de Remo e/ou outros, Associações e Instituições Públicas ou Privadas) ou individual, obrigatoriamente através do formulário especificamente concebido para o efeito.
4. As inscrições referidas no número anterior serão taxadas por grupo ou individualmente, sendo o valor das taxas definido pela Direcção da Federação Portuguesa de Remo.
5. Será definida uma data limite de inscrições. Excecionalmente, e sempre que as condições o permitam, poderão ser aceites inscrições após essa data, com o encargo para os interessados de uma sobretaxa, a definir pela FPR.

ARTIGO 8º**Equipamentos e Cores Oficiais**

1. Todos os participantes em competição devem usar equipamento identificativo da instituição a que pertencem.
2. Os participantes individuais, devem utilizar camisolas oficiais do evento. Caso não exista camisola oficial do evento, deverão utilizar equipamento neutro, sem patrocínios ou publicidade, de acordo com as instruções recebidas da Comissão Organizadora responsável pelo evento.

ARTIGO 9º
Escalões e Distâncias
1. Grupo A – Campeonato Nacional
1.1. Individuais

Escalão	Idade	Distâncias (m)
Sub9	7-8	250
Sub11	9-10	250
Sub13	11-12	500
Sub15	13-14	1000
Sub17	15-16	1500
Sub19	17-18	2000
Seniores	19+ PL/PA	2000
Grupos de Idade (Veteranos)	30-39 PL/PA	2000
	40-49 PL/PA	2000
	50-54 PL/PA	2000
	55-59 PL/PA	2000
	60-64 PL/PA	2000
	65-69 PL/PA	2000
	70-74 PL/PA	2000
	75-79 PL/PA	2000
	80+ PL/PA	2000

Notas:

PL - Peso Ligeiro (Masculino: Peso Máximo 75kg; Feminino: Peso Máximo 61,5kg)

PA - Peso Absoluto

1.2. Estafetas

Estafetas		
Escalão	Idade	Distância (m)
Sub11	9-10	4x250
Sub13	11-12	4x250
Sub15	13-14	4x250
Sub17	15-16	4x250
Sub19	17-18	4x500
Seniores	19+	4x500
Masters	40+ / 60+	4x500

1.2.1 Constituição das equipas:

As equipas devem ser constituídas com 50% atletas Masculinos e 50% atletas Femininos

1.2.2 Regras

- Nas provas de estafetas cada atleta deve completar a distância de remo indicada na tabela acima, e uma pequena corrida, só podendo fazer a troca no final da mesma.
- A troca de atletas deve ser feita, numa zona fisicamente identificada pela organização, através da entrega de um testemunho.
- O atleta que aguarda pelo remador que está na máquina, deve fazê-lo atrás desta marca, só podendo fazer a corrida de rendição quando o testemunho lhe é entregue.
- Durante a competição de estafetas os treinadores não podem acompanhar as suas equipas à zona de competição, com exceção das categorias Sub9, Sub11, Sub13 e Sub15, onde os mesmos poderão ir apenas para garantir o bom desenrolar da competição.
- Os mesmos não podem, em momento algum, ajudar os atletas nas tarefas propostas (fixar pés, remar, sair do ergómetro...)

O não cumprimento destas regras, resultará em desclassificação da equipa.

1.3. Para-Remo

- Intelectuais (PR3i) – 2000 metros
- Físicos (PR1/PR2/PR3) - Todas as categorias – 2000 metros.

ARTIGO 10º**Estrutura da Participação**

- Cada atleta do grupo A poderá participar numa prova individual, que dará acesso ao título de campeão nacional, podendo participar também na estafeta do escalão correspondente.
- As melhores marcas obtidas serão homologadas pela Direcção da FPR, como recordes nacionais.
- A Comissão Organizadora estruturará o evento em função das condições do local, meios disponíveis, nível de participação, garantido sempre igualdade de condições para todos os participantes.
- Os atletas estrangeiros filiados numa federação congénere da FPR, serão enquadrados (em termos de classificação) com os atletas não filiados, não estando habilitados para o título de Campeões Nacionais.

ARTIGO 11º**Prémios**

Serão entregues prémios aos participantes que obtenham os seguintes resultados:

- Serão atribuídas medalhas do Campeão Nacional de Remo Indoor, aos três primeiros classificados por categoria nas provas efetuadas do grupo A.
- Serão atribuídas medalhas das provas de promoção do Campeonato Nacional de Remo Indoor aos três primeiros classificados nas provas de promoção, definidas em Ante-Programa de cada edição.
- Em caso de empate nos tempos obtidos em todas as categorias e competições de remo indoor, serão atribuídas classificações ex-aequo aos participantes.
- Os prémios relativos ao Campeonato Nacional Remo Indoor são fornecidos pela Comissão Organizadora/FPR.
- Todos os prémios são entregues em cerimónia protocolar a definir pela Comissão Organizadora e Direcção da FPR.

Artigo 12º**Omissões e Diferendos**

A Federação Portuguesa de Remo, através da sua Direcção e a Comissão Organizadora responsável pelo evento, devem decidir, imediatamente, todos os casos ou situações que suscitem dúvidas ou interpretações incorretas do presente Regulamento.

Este regulamento entra em vigor em 1 de outubro de 2025.

Este regulamento foi aprovado em reunião da Direcção da FPR de 29 de setembro de 2025.