

CIRCULAR Nº 24/2023

LISBOA 2023-10-10

LISTA DE DISTRIBUIÇÃO:

- CLUBES ASSOCIADOS

Assunto: Testes de Acesso à Seleção Nacional

Caros Associados,

A Federação Portuguesa de Remo vem por este meio partilhar algumas informações sobre os testes de acesso à Seleção Nacional que se irão realizar até ao final de 2023. Brevemente será divulgado o Documento Orientador com toda esta informação.

#	DISCIPLINA	DATA	P. L. MASC	P. L. FEM	Local
1	Ergómetro 5Km	28/10/2023	76 kg	63 kg	Clubes
2	Água 6Km	03/12/2023	75 kg	61,5 kg	Avis
3	Ergómetro 5Km	13/12/2023	75 kg	61.5 kg	Clubes

SUB-23							
#	DISCIPLINA	DISTÂNCIA	MASCULINO	FEMININO	PL MASC	PL FEM	TIPO
1	Ergómetro	5000 m	01:40.0	01:55.0	01:44.0	02:00.0	Pace
2	Água	6 000m	-				
3	Ergómetro	5000 m	01:39.0	01:54.0	01:43.0	01:59.0	Pace

SENIOR							
#	DISCIPLINA	DISTÂNCIA	MASCULINO	FEMININO	PL MASC	PL FEM	TIPO
1	Ergómetro	5000 m	01:38	01:53	01:41	1:58.0	Pace
2	Água	6000m	-				
3	Ergómetro	5000 m	01:37	01:52	01:40	1:57.0	Pace

Júnior					
#	DISCIPLINA	DISTÂNCIA	MASCULINO	FEMININO	TIPO
1	Ergómetro	5 000m	01:48	02:06	Pace
2	Água	6 000m	-	-	-
3	Ergómetro	5 000m	01:47	02:05	Pace

Para-Remo									
#	DISCIPLINA	DISTÂNCIA	PR1 M	PR1 F	PR2 M	PR2 F	PR3 M	PR3 F	TIPO
1	Ergómetro	20'	02:40	03:08	02:18	02:58	02:02	02:19	Pace
2	Água	3 000m							
3	Ergómetro	2 000m	02:30	03:00	02:28	03:08	02:12	02:29	Pace

Remo de Mar

Todos os atletas que estejam interessados em fazer parte da Seleção Nacional de Remo de Mar deverão realizar os Testes em Ergómetro (#1 e #3) que constam na primeira tabela deste documento.

Com os Melhores Cumprimentos,

O Presidente



(Luís Ahrens Teixeira)