

PLANO DE ATIVIDADES E ORÇAMENTO

APROVADO EM ASSEMBLEIA-GERAL

07 DE ABRIL DE 2026

Índice

Mensagem da Direção 2024 - 2028.....	3
Órgãos Sociais 2024-2028.....	5
Objetivos	6
Objectivos Gerais	6
Objectivos Específicos	6
Organização e Gestão	10
Visão geral	10
Software.....	10
Filiações	11
Obtenção de receitas / Equilíbrio financeiro	11
Comunicação.....	12
Plano de Aquisição e Apetrechamento	12
Desenvolvimento da Prática Desportiva	13
Visão Geral.....	14
Organização dos Quadros Competitivos	14
Competições Nacionais	14
Competições Regionais.....	15
Regatas de Clubes Associados	15
Competições internacionais.....	16
Remo Feminino	16
Para-Remo	16
Veteranos.....	17
Lazer.....	17
Remo Jovem e Formação de Remo	18
Plano Estratégico para a Formação de Remo	18
Criação do “Manual de Escola de Remo”.....	18
Certificação de “Escola de Remo” pela FPR.....	19
Certificação de Remadores	19

Promoção Geral do Remo	19
Proteção de Crianças e Jovens	20
Seleção Nacional e Alto Rendimento	21
Visão Geral.....	22
Grupo de Desenvolvimento	23
Equipa Nacional de Remo de Mar	23
Equipa Nacional de Para-Remo	24
Programas de Deteção de Talentos	24
Comité Olímpico de Portugal.....	24
Formação de Recursos Humanos	25
Plano Nacional de Desporto para Todos.....	27
Visão Geral.....	27
Posto Náutico REMA PORTUGAL	28
Campanhas Nacionais de Promoção de Remo Jovem, Feminino e Para-Remo	29
Hypercluster da Economia do Mar	29
Plano Especial de Recuperação e Dívidas.....	30
Orçamento Previsto para 2026	31
Anexo 1 - Avaliação dos objetivos definidos em 2025	37
Anexo 2 – Calendário Desportivo 2025/2026.....	42
Anexo 3 – Calendário das Atividades SNAR.....	47

Mensagem da Direção | 2024 - 2028

O ano de 2026 constitui um marco determinante para a Federação Portuguesa de Remo (FPR), correspondendo a uma fase de consolidação de um ciclo de desenvolvimento estratégico orientado para o reforço da competitividade desportiva, a modernização das estruturas federativas e a expansão sustentada da modalidade a nível nacional. O presente Plano e Orçamento 2026 define as prioridades, metas e recursos necessários para assegurar a continuidade do progresso do remo português, numa lógica de rigor, transparência, responsabilidade e alinhamento institucional.

Este documento integra uma visão estruturada e abrangente para o futuro da modalidade, assentando em linhas estratégicas que reforçam a eficiência organizacional, o desenvolvimento humano, a inovação tecnológica e a valorização do desporto enquanto instrumento social, educativo e formativo.

A FPR estabelece, assim, um conjunto de prioridades estruturantes que orientam o Plano de Atividades de 2026, organizadas nos eixos temáticos que se apresentam de seguida.

Eixos Estratégicos 2026

1. Modernização Administrativa Organizacional

- Reestruturar e reforçar os serviços administrativos, assegurando maior eficácia operacional.
- Implementar tecnologias e ferramentas modernas que permitam respostas mais rápidas, eficientes e transparentes.
- Atualizar procedimentos internos e sistemas de gestão, garantindo uma administração federativa mais robusta, integrada e profissionalizada.

2. Qualificação das Equipas Nacionais

- Consolidar equipas técnicas e operacionais organizadas, modernas e tecnicamente competentes.
- Promover formação contínua, alinhada com as exigências atuais da modalidade e com padrões internacionais de excelência.

3. Desenvolvimento da Base de Praticantes

- Promover o crescimento sustentado da população praticante de remo em todo o território nacional.
- Dinamizar a prática desportiva nas vertentes competitiva, recreativa e social.
- Integrar políticas ativas de inclusão, diversidade e igualdade de género, garantindo acesso equitativo à modalidade.

4. Relação Institucional com Autarquias e Parceiros Locais

- Alargar e diversificar geograficamente o envolvimento institucional com autarquias e entidades territoriais.
- Reforçar a cooperação para criação de condições e oportunidades favoráveis ao desenvolvimento do Remo Nacional em diferentes regiões do país.

5. Fortalecimento dos Clubes e Associações

- Reforçar a capacidade de intervenção dos clubes e associações no terreno.
- Apoiar candidaturas e programas destinados à modernização de instalações, bem como iniciativas focadas na inclusão e promoção da igualdade de género.
- Incentivar projetos de melhoria organizacional, sustentabilidade e qualificação das entidades filiadas.

6. Visibilidade e Comunicação da Modalidade

- Ampliar a presença e exposição positiva do remo nos meios de comunicação social e nas plataformas digitais.
- Valorizar atletas, clubes, competições e projetos nacionais, reforçando a imagem da modalidade junto da sociedade.
- Desenvolver estratégias de comunicação integrada que potenciem a notoriedade institucional da FPR.

7. Expansão e Qualificação dos Recursos Humanos

- Aumentar os recursos humanos ativos na arbitragem, no treino e na direção desportiva.
- Implementar programas de formação adequados que assegurem qualidade técnica, renovação e sustentabilidade futura dos quadros.
- Estabelecer mecanismos contínuos de certificação e atualização de competências.

Ao estruturar estas prioridades estratégicas, a Federação Portuguesa de Remo reafirma o seu compromisso com a sustentabilidade financeira, a eficiência organizacional, a igualdade de oportunidades e o papel do desporto enquanto instrumento de coesão social e desenvolvimento humano. O Plano e Orçamento 2026 constitui, assim, não apenas um documento de gestão, mas uma orientação estratégica destinada a elevar o Remo Nacional a novos patamares de excelência, consolidando a evolução técnica, institucional e territorial da modalidade.

Órgãos Sociais 2024-2028

Mesa da Assembleia-Geral

Presidente	João Manuel Lopes Oliveira
1º Secretário	João António Teixeira Mousinho Pimentel
2º Secretário	Licinia Caldeira Pedrosa Suzana Ferreira

Presidente

Presidente	Luís Artur Carvalho Marques de Faria
------------	---

Direcção

Cargo	Nome
Vice-Presidente	Afonso Duarte Costa
Vice-Presidente	Ana Rita Dias Fernandes
Vice-Presidente	Carlos Luís Pedrosa da Silva Costa
Vice-Presidente	Carlos José Sousa Santos
Vice-Presidente	Inês Miguel Santos Silva
Vice-Presidente	Paulo Jorge Ferreira de Almeida
Tesoureiro	António Carlos Löbber Rodrigues Alves
Secretário-geral	José Carlos Gonçalves Amaro

Conselho Fiscal

Presidente	Francisca Maria Torres Ribeiro Marques
Relator	José Alberto da Silva Simões da Costa
Relator	Miguel Pedro Pinheiro Santos Ribeiro

Conselho de Disciplina

Presidente	António Santos Luiz
Relator	João Afonso Fontes Leal Vaz
Relator	Luciana Kendall Alçada

Conselho de Justiça

Presidente	João França Rodrigues Alves
Conselheiro	Camilo Jorge Gomes Coutinho Lourenço
Conselheiro	José Manuel Afonso Alves

Conselho de Arbitragem

Presidente	Rogério Paulo Pacheco da Costa
1º Secretário	Carlos Jorge Pereira Gil
2º Secretário	Ana Rita Cardoso de Oliveira

Objetivos

Objectivos Gerais

- 1) Aumentar a base da modalidade, a nível de praticantes e treinadores, através de iniciativas que promovam a retenção;
- 2) Incrementar o valor da modalidade e angariar mais parceiros e financiamento;
- 3) Consolidar o rigor do trabalho de todas as equipas nacionais.

Objectivos Específicos

Serviços Administrativos e Gestão

1 MELHORAR OS SERVIÇOS E PROCEDIMENTOS ADMINISTRATIVOS DA FPR

- | | | |
|-----|--|------|
| 1.1 | Desenvolver e implementar a nova plataforma online de filiações. | [OG] |
| 1.2 | Melhorar o serviço/alojamento de e-mails. | [OG] |

2 MELHORAR A GESTÃO FINANCEIRA DA FPR

- | | | |
|-----|--|-------|
| 2.1 | Angariar novo parceiro principal da FPR. | [OG] |
| 2.2 | Angariar patrocinadores para áreas e atividades específicas FPR. | [OG] |
| 2.3 | Melhorar os procedimentos de controlo orçamental para cada atividade específica. | [OG] |
| 2.4 | Divulgar e promover as vendas da linha de merchandising Rema Portugal. | [OG] |
| 2.5 | Ajustar os cadernos de encargos das competições nacionais, tendo em vista o equilíbrio financeiro na organização dos quadros competitivos nacionais. | [DAD] |
| 2.6 | Elaborar novo plano plurianual para aquisição de equipamentos das diferentes áreas. | [OG] |

Desenvolvimento da Atividade Desportiva

3 INCREMENTAR A OFERTA E QUALIDADE DOS EVENTOS DE REMO

- | | | |
|-----|--|-------|
| 3.1 | Atribuir e protocolar a organização de eventos nacionais a outras entidades, em estreito cumprimento do caderno de encargos definido pela FPR. | [DAD] |
| 3.2 | Melhorar os procedimentos de homologação dos eventos e convocatória da equipa de arbitragem | [DAD] |
| 3.3 | Realizar inquéritos de satisfação para cada campeonato nacional. | [DAD] |

3.4	Realizar uma formação específica para Diretor de Prova, que inclua as particularidades de organização de um evento em qualquer disciplina de Remo.	[Formação]
3.5	Realizar workshops sobre segurança em ambiente desportivo, nas etapas de Remo de Mar.	[Formação]
3.6	Antecipar e alargar a comunicação dos eventos em redes sociais e criar parcerias com outros meios de comunicação social.	[DAD]
3.7	Criar eventos paralelos às competições com temas diversos tendo em vista o melhor conhecimento e domínio da modalidade.	[DAD]
3.8	Estabelecer protocolos plurianuais para a organização de eventos nacionais.	[DAD]
3.9	Promover a realização de formação nacional e internacional para Árbitros.	[Formação]
4 AUMENTAR O NÚMERO DE PRATICANTES DE REMO		
4.1	Incrementar a estratégia de comunicação para promover o Remo como Desporto atrativo e divertido.	[DAD]
4.2	Promover formações e workshops para treinadores e dirigentes que visem a angariação e retenção de atletas.	[Formação]
4.3	Criar um plano estratégico com iniciativas para angariar e incluir de praticantes provenientes de situações sociais mais desfavorecidas.	[PNDT]
4.4	Criar um programa de fidelização FPR.	[DAD]
4.5	Promover o Remo na vertente de prática desportiva informal:	
4.5.1	Criar eventos paralelos para pessoas não federadas que permitam a experimentação e competição informal, em regatas nacionais.	[DAD]
4.5.2	Estabelecer protocolos com entidades que queiram promover as suas próprias "Taças" para um público externo à comunidade atual do Remo.	[DAD]
4.5.3	Abrir mais dois postos náuticos Rema Portugal.	[PNDT]
4.5.4	Estabelecer protocolos com empresas de exploração comercial com ligação ao mar, para promover a prática informal do Remo.	[PNDT]
4.5.5	Fomentar a relação com ginásios e outras instituições de fitness, através da relação com o Portugal Activo e Concept2, tendo em vista a realização de formação técnica sobre Remo Indoor.	[Formação]
4.6	Incentivar a participação feminina no Remo:	
4.6.1	Desenvolver campanhas nacionais para promoção local do Remo Feminino.	[PNDT]
4.6.2	Elaborar e aplicar um questionário para identificar as possíveis causas que justificam a baixa percentagem de remadoras no panorama do Remo Nacional e as atividades que as atletas valorizam e desvalorizam.	[DAD]

4.7	Aumentar e reter o número de atletas jovens : avaliar o modelo de Remo Jovem, formação a pais:	
4.7.1	Definir um Plano Estratégico de Formação de Remadores, a 10 anos.	[DAD]
4.7.2	Elaborar um Manual de Formação de Remadores.	[DAD]
4.7.3	Incluir atividades lúdico-pedagógicas nos eventos de remo jovem	[DAD]
4.8	Aumentar o número de atletas de Para-Remo :	
4.8.1	Estabelecer parcerias com instituições de saúde e deficiência, tendo em vista a prática regular de Remo no âmbito do plano terapêutico individual.	[PNDT]
4.8.2	Implementar uma campanha de comunicação sobre os benefícios do Remo na população com deficiência, nos diferentes tipos e graus de doença/deficiência.	[PNDT]
4.8.3	Realizar ações de formação para capacitar treinadores a trabalhar com atletas portadores de doença/ deficiências, nos seus diferentes tipos de graus.	[Formação]
4.8.4	Promover a realização de formações para Auxiliares de atletas de Para-Remo	[Formação]
5 INCREMENTAR A QUALIDADE DE ATIVIDADES E GESTÃO DOS CLUBES DE REMO		
5.1	Criar e implementar o modelo de certificação de Remadores.	[DAD]
5.2	Criar um modelo de certificação de “Escola de Remo”.	[DAD]
5.3	Manter a realização anual de Curso de Treinador Grau 1.	[Formação]
5.4	Criar uma certificação de Voluntários.	[DAD]
5.5	Realizar ações de formação ou workshops para timoneiros.	[Formação]

Seleção Nacional e Alto Rendimento

6 INCREMENTAR A BASE DA SELEÇÃO NACIONAL (SN)		
6.1	Identificar potenciais atletas para todas as equipas nacionais, através de projetos e ferramentas de deteção de talentos.	[SNAR]
6.2	Integrar os atletas identificados em testes de aferição no grupo da Seleção Nacional, com planeamento de treino próprio e acompanhamento regular da equipa técnica.	[SNAR]
6.3	Monitorizar a evolução dos atletas que estejam fora dos critérios definidos de acesso à equipa nacional, mas que apresentam fatores de potencial, através da recolha e transmissão regular de informação por parte dos seus treinadores.	[SNAR]
6.4	Promover a participação de atletas com deficiência nos testes de aferição de Para-Remo e adequar o processo de preparação de acordo com os resultados aferidos.	[SNAR]
6.5	Permitir a participação em eventos internacionais por enquadramento dos clubes.	[SNAR]
6.6	Criar um Campo de Férias para os atletas que integram o Grupo de Desenvol.	[SNAR]

7 INCREMENTAR OS RESULTADOS DESPORTIVOS INTERNACIONAIS

7.1	Manter o Centro de AR de Coimbra como núcleo da SN de Remo, com todos os serviços necessários para o treino de Alto Rendimento.	[SNAR]
7.2	Promover a formação internacional diferenciada para os técnicos da Equipa Nacional.	[Formação]
7.3	Melhorar as condições disponíveis para o processo de seleção e preparação da equipa nacional de Remo de Mar.	[SNAR]
7.4	Manter um grupo alargado na SN, no sentido de promover mais oportunidades de competição interna.	[SNAR]

8 MELHORAR OS PROCESSOS DE COMUNICAÇÃO ENTRE A FPR, CLUBES E ATLETAS

8.1	Formalizar os direitos e deveres do atleta, clube e FPR, através de contratos entre as três partes, para todos os atletas que integram a SN, tanto em regime interno (Coimbra), como em regime externo.	[SNAR]
8.2	Criar procedimentos de comunicação entre os Clubes, Atletas e Equipa Técnica, para processos formais e regulares na atividade do Alto Rendimento.	[OG]

Organização e Gestão

A gestão da Federação é feita na sua sede, no Posto Náutico de Alcântara, onde estão centralizados os serviços de filiações, faturação, planeamento de eventos e demais assuntos administrativos.

Recordando os objetivos

1.1	Desenvolver e implementar a nova plataforma online de filiações.	[OG]
1.2	Melhorar o serviço/alojamento de e-mails.	[OG]
2.1	Angariar novo parceiro principal da FPR.	[OG]
2.2	Angariar patrocinadores para áreas e atividades específicas FPR.	[OG]
2.3	Melhorar os procedimentos de controlo orçamental para cada atividade específica.	[OG]
2.4	Divulgar e promover as vendas da linha de merchandising Rema Portugal.	[OG]
2.6	Elaborar novo plano plurianual para aquisição de equipamentos das diferentes áreas.	[OG]
8.2	Criar procedimentos de comunicação entre os Clubes, Atletas e Equipa Técnica, para processos formais e regulares na atividade do Alto Rendimento.	[OG]

Recursos Humanos - OG

Nome	Funções exercidas ¹	Áreas de Intervenção	E-mail
Joana Freire	Gestão e Coordenação	Direcção-Geral FPR	joanafreire@fpremo.pt
Felisbela Fonseca	Técnico Administrativo	Filiações / Secretaria	felisbelafonseca@fpremo.pt

Visão geral

Após a extinção do posto de trabalho do técnico de tesouraria, este serviço passará a ser assegurado pela empresa de contabilidade da FPR, bem como serão feitas melhorias ao nível de faturação automática da FPR.

Mantém-se a necessidade de requalificação do edifício onde está sediada a FPR, que não oferece condições adequadas ao serviço que presta.

Software

Em 2025 foi feita a adjudicação da nova plataforma de filiações, que deverá estar concluída até ao final do primeiro semestre de 2026. Este desenvolvimento será feito num sistema de comprovada eficiência ao nível de gestão processual e representará uma melhoria drástica na forma como a Federação comunica com os seus associados, maior rapidez nos processos

¹ Nomenclatura disponível em candidatura de Atividades Regulares IPDJ

administrativos. A solução informática escolhida poderá incluir, de futuro e em novo orçamento, os processos de inscrição em eventos, formações e gerir de forma abrangente a atividade federativa.

Mantém-se a necessidade de revisão do plano de alojamento de emails da FPR para obtenção de um serviço profissional com mais qualidade e segurança.

Filiações

O aumento acentuado das despesas gerais das atividades provocada pela inflação, e a diminuição do financiamento público, obriga, entre outras medidas, à atualização das taxas de filiação. O atual preço de filiações também é descontextualizado no que diz respeito à valorização da modalidade.

Obtenção de receitas / Equilíbrio financeiro

Além da atualização de taxas anteriormente referida, mais medidas serão implementadas para obter mais receitas que permitam o pagamento regular de valores em dívida e um melhor equilíbrio financeiro da atividade global da federação. Tais como:

- Apresentar o caderno de patrocínios a potenciais parceiros/ sponsors para a atividade geral da FPR e/ ou para atividades específicas;
- Promover a linha de merchandising REMA PORTUGAL;
- Implementar a rede nacional Postos Náuticos Rema Portugal, conforme descrito no capítulo Plano Nacional de Desporto para Todos;
- Realizar os eventos nacionais em municípios com disponibilidade financeira para apoiar a FPR, conforme descrito no capítulo Desenvolvimento da Atividade Desportiva;
- Manter o contrato de concessão de utilização do espaço de hangar da FPR, cujo valor aumentará para 2026;
- Criar atividades paralelas aos eventos nacionais que constituam uma fonte de receita complementar;
- Criar um programa de doações/ mecenato;
- Incluir a FPR na lista de entidades elegíveis à consignação de IRS.

O Controlo Orçamental terá também de ser melhorado, através de novas ferramentas proporcionadas pelo sistema de contabilidade utilizado, sendo para isso necessária a formação dos técnicos da FPR.

Comunicação

Manter-se-á a estratégia de comunicação iniciada em 2025, com maior foco na criação de conteúdos para redes sociais, com imagens atrativas e que mostrem a espetacularidade da modalidade.

Plano de Aquisição e Apetrechamento

Como resultado das dificuldades enfrentadas pela FPR na última década, ainda persiste uma carência de equipamentos essenciais para as atividades da Federação, tanto no que diz respeito à Organização dos Quadros Competitivos quanto às Seleções Nacionais e ao Alto Rendimento. De realçar que duas das três viaturas da FPR são bastante antigas e os seus custos de manutenção são já muito elevados. É urgente planear a aquisição de viaturas.

Foi definido um plano plurianual de aquisição de equipamentos, e cada orçamento anual destinará uma parte para esse fim. Além disso, empenharemos esforços para identificar parceiros que possam ajudar a suprir algumas dessas necessidades.

Produto	Área
Megafones (alguns adquiridos em 2025)	DAD
Rádios	DAD
Fardamento para Arbitragem	DAD
Fardamento para Staff	DAD
Material de Balizagem	DAD
Pórtico insuflável	DAD
Lonas e suportes de imagem FPR	DAD
(2) Tenda 3x3 e (2) Tenda 6x3	DAD e SNAR
Roupa de Representação (ADQUIRIDA 2025)	SNAR
Equipamentos (roupa) de treino e provas (ADQUIRIDA 2025)	SNAR
Embarcações de Remo de Mar e Remos	SNAR
Embarcações de Remo Shell e Remos	SNAR
Embarcações a motor de apoio aos treinos e eventos	DAD e SNAR
Ergómetros para Equipas Nacionais	SNAR
Viatura	DAD

Desenvolvimento da Prática Desportiva

O DAD integra todas as atividades competitivas e de promoção da modalidade, tendo em vista cumprir os importantes desígnios da FPR de difundir, promover, dirigir e regulamentar a modalidade.

Tal como no ano anterior, as diretrizes fundamentais:

1. Privilegiar a qualidade dos eventos;
2. Focar na organização dos campeonatos nacionais;
3. Avaliar, caso a caso, a viabilidade/ sustentabilidade financeira da FPR para a realização de atividades extraordinárias.

Recordando os objetivos

2.5	Ajustar os cadernos de encargos das competições nacionais, tendo em vista o equilíbrio financeiro na organização dos quadros competitivos nacionais.	[DAD]
3.1	Atribuir e protocolar a organização de eventos nacionais a outras entidades, em estreito cumprimento do caderno de encargos definido pela FPR.	[DAD]
3.2	Melhorar os procedimentos de homologação dos eventos e convocatória da equipa de arbitragem	[DAD]
3.3	Realizar inquéritos de satisfação para cada campeonato nacional.	[DAD]
3.6	Antecipar e alargar a comunicação dos eventos em redes sociais e criar parcerias com outros meios de comunicação social.	[DAD]
3.7	Criar eventos paralelos às competições com temas diversos tendo em vista o melhor conhecimento e domínio da modalidade.	[DAD]
3.8	Estabelecer protocolos plurianuais para a organização de eventos nacionais.	[DAD]
4.1	Incrementar a estratégia de comunicação para promover o Remo como Desporto atrativo e divertido.	[DAD]
4.4	Criar um programa de fidelização FPR.	[DAD]
4.5.1	Criar eventos paralelos para pessoas não federadas que permitam a experimentação e competição informal, em regatas nacionais.	[DAD]
4.5.2	Estabelecer protocolos com entidades que queiram promover as suas próprias "Taças" para um público externo à comunidade atual do Remo.	[DAD]
4.6.2	Elaborar e aplicar um questionário para identificar as possíveis causas que justificam a baixa percentagem de remadoras no panorama do Remo Nacional e as atividades que as atletas valorizam e desvalorizam.	[DAD]
4.7.1	Definir um Plano Estratégico de Formação de Remadores, a 10 anos.	[DAD]
4.7.2	Elaborar um Manual de Formação de Remadores.	[DAD]
4.7.3	Incluir atividades lúdico-pedagógicas nos eventos de remo jovem	[DAD]
5.1	Criar e implementar o modelo de certificação de Remadores.	[DAD]
5.2	Criar um modelo de certificação de "Escola de Remo".	[DAD]
5.4	Criar uma certificação de Voluntários.	[DAD]

Recursos Humanos - DAD

Nome	Funções exercidas	Áreas de Intervenção	E-mail
Manuel Pita	Diretor de Competições	Competições e Promoção	manuelpita@fpremo.pt
José Canhola	Diretor da Formação RH	Formação de Agentes	formacao@fpremo.pt

Visão Geral

O financiamento recebido para a área do DAD é insuficiente para sustentar toda a atividade promovida e organizada pela FPR. **Por essa razão, é fundamental manter relações próximas com municípios e entidades parceiras, disponíveis para investir na receção de competições e outras atividades de promoção, garantido a realização das mesmas.**

Neste tema, é fundamental refletir sobre as atividades oferecidas e seu impacto na fidelização dos participantes à modalidade. É preciso proporcionar eventos de qualidade, com uma boa imagem e comunicação, que se alinhem ao estilo de vida contemporâneo da sociedade, e que respeitem a diversidade de estilos de vida de todas as faixas etárias e de diferentes contextos sociais, para garantir que todos se sintam incluídos e valorizados.

Como medida de retenção de agentes, será criado um programa de fidelização da FPR que promova a renovação da filiação, através de benefícios e reconhecimentos. É da maior importância que os clubes filiem todos os seus praticantes, para que o desenvolvimento da modalidade possa ser devidamente medido e aferido pela tutela, sendo um dos mais importantes indicadores de avaliação de uma modalidade e que poderá influenciar a sua capacidade de financiamento.

Organização dos Quadros Competitivos

Competições Nacionais

As organizações dos campeonatos nacionais são o foco da FPR. A evolução da capacidade de planeamento tem sido bastante significativa, permitindo à FPR atingir resultados operacionais positivos que melhoram o equilíbrio da gestão da Federação.

Os cadernos de encargos relativos à organização de competições nacionais serão revistos de acordo com os resultados financeiros das edições anteriores. A FPR continuará a priorizar a entrega da organização dos seus campeonatos nacionais a clubes que se candidatem e assumam todas as condições logísticas/financeiras exigidas pela FPR. Caso não existam candidaturas ou as mesmas sejam consideradas inválidas, caberá à FPR organizar os eventos com equilíbrio orçamental.

É também importante implementar questionários de satisfação da organização dos eventos, para que possamos melhorar o seu planeamento, tendo em conta as perspetivas dos vários agentes da modalidade.

Pretende-se ainda antecipar a elaboração dos protocolos de organização dos eventos para épocas seguintes, do presente mandato, além de estabelecer acordos plurianuais para provas que fazem parte de circuitos nacionais.

Serão criados eventos paralelos aos campeonatos nacionais, tais como workshops, atividades de experimentação, entre outras, com o objetivo de enriquecer o dia desportivo dos participantes e espectadores de cada evento, assim como aumentar o seu conhecimento e domínio da modalidade.

Em 2026 será também o ano de estreia de embarcações mistas de género nos campeonatos nacionais de Pista, a par da evolução dos regulamentos internacionais.

Competições Regionais

O Torneio das Primeiras Remadas e a Taça de Remo Jovem e Para-Remo sofreram alterações resultantes do grupo de trabalho realizado com técnicos de cada Associação Regional, com o objetivo de adequar o modelo competitivo ao modelo ideal de preparação e formação desportiva dos jovens, de acordo com os pressupostos definidos na área da Pedagogia do Desporto. Este modelo propõe eventos competitivos adaptados aos vários escalões etários, que privilegiam a autossuperação e desvalorizam a comparação entre pares. Assim, é garantido um percurso de formação que respeita o desenvolvimento das crianças e a sua satisfação global relativa à prática desportiva.

O modelo de financiamento às Associações Regionais manter-se-á nos moldes anteriores e com as regras esplanadas no Documento Orientador do programa jovem. Cabe à FPR melhorar os procedimentos de avaliação da organização destes eventos.

Regatas de Clubes Associados

Para a organização de regatas por clubes associados, **é obrigatório solicitar homologação para o evento, de forma a incrementar a qualidade e segurança dos eventos de Remo** organizados em território nacional. A homologação de eventos permanece um processo gratuito.

Vamos incentivar os clubes e associações regionais a organizarem e participarem em mais eventos de Remo de Mar, para garantir um calendário longo e competitivo, que permita um desenvolvimento consolidado desta modalidade em Portugal.

Competições internacionais

Em 2025 a FPR apresentou a sua candidatura à organização do Campeonato do Mundo de Remo de Mar em 2027, edição que deverá determinar o apuramento olímpico. Em 2026 iremos continuar a trabalhar nessa candidatura, numa relação próxima com a World Rowing e os parceiros nacionais, tendo em vista a atribuição do evento.

Remo Feminino

As taxas de participação de atletas femininas no Desporto, em geral, e no Remo, em particular, continuam a ser baixas, quando comparadas com a participação masculina. Para a FPR, isso representa uma janela de oportunidade para compreender as razões pelas quais há pouca aproximação à modalidade, com o objetivo de as combater e promover uma maior participação feminina no Remo.

Além de atividades de promoção e comunicação, descritas no capítulo *Plano Nacional de Desporto para Todos*, considera-se importante realizar um estudo que identifique quais os motivos para a baixa percentagem de atletas femininas e, a partir dessa investigação, definir a estratégia de promoção da modalidade.

Pretende-se a criação de um grupo de trabalho para desenvolvimento do remo feminino, integrando atletas, dirigentes e treinadores.

É também importante que exista um envolvimento com os clubes, através de um programa de incentivo à participação feminina, que capacite os clubes e que contribua para a divulgação da modalidade.

Para-Remo

O desporto adaptado representa uma oportunidade de crescimento da modalidade, não só pela possibilidade de aumento do número de praticantes, mas também pela oportunidade social que isso representa.

Neste âmbito, é necessário reforçar as parcerias com as instituições e a divulgação para o público em geral, demonstrando que o Remo é uma modalidade que permite a prática desportiva a todos, de igual forma. Ademais, é necessário formar os clubes, os técnicos e os dirigentes para esta área, promovendo a aprendizagem necessária ao desenvolvimento do Remo adaptado a nível local.

Paralelamente, pretendemos criar ações de capacitação “Programa Remo Saúde” capaz de formar os técnicos dos clubes a receber atletas com deficiências e/ou incapacidades, e certificar os clubes que estejam preparados para receber determinadas populações especiais mediante

a avaliação da formação dos seus técnicos, existência de equipamentos desportivos adaptados, acessibilidade das instalações, entre outros critérios a serem determinados.

Veteranos

Aproveitando a tendência de os atletas de Remo estenderem a sua carreira desportiva e competitiva ao escalão de Veteranos (aberta a todos os atletas acima dos 27 anos de idade), deve a FPR promover junto dos clubes e associações organizadoras de regatas, a realização de eventos que incluam este escalão.

Nos regulamentos de competição aprovados em 2025 foram introduzidas algumas alterações ao modelo competitivo das regatas de Veteranos de forma torná-las mais competitivas e ainda mais participadas. Estas alterações aos regulamentos permitirão a inscrição de mais atletas veteranos nas competições oficiais:

- O modelo competitivo aprovado e que entrará em vigor na época 2025/2026 promove a equidade entre as várias categorias etárias dos atletas veteranos e introduz as categorias mistas de género.

Lazer

A prática do Remo como atividade física de lazer é hoje uma realidade pelo mundo fora. Em território nacional, verifica-se uma crescente procura deste tipo de atividades por remadores de diferentes idades e nacionalidades que pretendem usufruir das imensas possibilidades que Portugal oferece para a prática do Remo, existindo já algumas empresas que respondem com sucesso a esta procura.

A FPR vai colaborar com a organização de eventos deste tipo por clubes, Associações e outras entidades (Câmaras Municipais, Empresas de Turismo, etc.) que visam promover a modalidade e alargá-la a outros territórios (interior do país).

Para isso em 2026, a FPR convidará clubes, Associações e outras entidades para realizar pelo menos 3 eventos com a duração de 1 fim de semana, desenhados em torno do Convívio, do Desporto Aventura e Descoberta dos Territórios,

Com o objetivo de alargar a todo o território nacional e promover o Remo nas diferentes regiões, prevê-se que cada um desses eventos seja realizado em pelo menos um rio ou albufeira, situado de cada zona distinta do país - Norte, Centro e Sul.

Existem já convites das Câmaras Municipais de Macedo de Cavaleiros (Albufeira da Barragem do Azibo), do Sabugal (Albufeira da Barragem de Nossa Senhora da Graça) e de Mora (Albufeira da Barragem do Gameiro) para a organização de eventos deste tipo.

Para a realização destas iniciativas será permitida a utilização de embarcações de Remo mais estáveis e seguras para praticantes de todas as idades, tais como as embarcações de Remo de Mar ou Yolettes.

É importante promover e estender o Remo Indoor aos praticantes de Remo de Lazer, promovendo ações de divulgação (e eventual captação de talentos) em Boxes CrossFit, Universidades, Escolas e Escolas Profissionais (alunos, professores e funcionários), Clubes de Mar (Câmara Municipal de Lisboa), Associações para a promoção do desporto para pessoas com deficiência e Desporto Prisional.

Por fim, vamos estender a prática do Remo de Lazer ao Arquipélago dos Açores, associando toda a experiência da FPR a iniciativas locais de desenvolvimento da prática desportiva, e de forma particular a implementação de Remo de Mar na região. A FPR procurará ir estabelecer protocolos de apoio ao desenvolvimento dos clubes e organizações locais, aproveitando as infraestruturas existentes (os denominados Clubes Baleeiros).

Remo Jovem e Formação de Remo

É uma área com intervenções ativas, a decorrer e sob avaliação, como já referido anteriormente. Vamos concretizar os programas já descritos em planos anteriores e que não foram executados fruto da escassez de recursos da FPR.

Plano Estratégico para a Formação de Remo

Entende-se Formação de Remo como o ensino da modalidade em qualquer escalão etário. É preponderante estabelecer de forma clara os objetivos que se pretendem alcançar num plano estratégico definido para 10 anos e que deve guiar a forma como o ensino da modalidade é feito, de acordo com o objetivo geral de massificação da modalidade.

Criação do “Manual de Escola de Remo”

Será escrito e disponibilizado um Manual que defina as boas práticas de uma escola de Remo, bem como os conteúdos pedagógicos essenciais para a iniciação e ensino da modalidade. Neste manual será possível encontrar: o plano descrito no número anterior; a descrição dos requisitos para implementação de uma Escola de Remo; o modelo técnico nacional; o modelo de iniciação “go rowing”; competências de segurança; orientações de aprendizagem e desenvolvimento

positivo; progressões pedagógicas da modalidade e o regulamento de certificação de Escola de Remo.

Certificação de “Escola de Remo” pela FPR

Programa que certifica as escolas de Remo com o “selo de qualidade” da FPR, aos clubes que se candidatem e cumpram com os requisitos definidos em regulamento próprio. A FPR pretende, com esta medida, incentivar ao respeito das boas práticas relativas ao ensino de Remo, que inclui a qualidade das instalações, utilização de equipamento desportivo adequado, contratação de técnicos com formação e perfil para a função, ensino dirigido por um programa pedagógico adequado, e outras diretrizes determinadas pela FPR.

O reconhecimento das “Escolas de Remo” será público e esta certificação englobará um conjunto de benefícios para o clube.

Certificação de Remadores

Por último, será implementado um modelo de certificação de competências que confirmam a autonomia de atletas para a prática da modalidade. Este projeto pretende identificar o nível de autonomia do atleta, através do reconhecimento das suas competências no Remo. Com efeito, são objetivos desta medida:

- Facilitar o enquadramento de um atleta que já tenha praticado Remo num clube;
- Permitir que uma pessoa comprove a sua autonomia a remar e, assim, inscrever-se em competições como atleta não federado;
- Permitir que uma pessoa comprove a sua autonomia a remar para aceder a um possível serviço de aluguer de barco promovido pelos clubes;
- Determinar um conjunto de níveis de aquisições objetivas que possam ser auferidas em eventos de “passagem de nível”, aumentando a motivação de cada atleta para treinar as competências em causa e, conseqüentemente, sentir o sucesso de obter um nível de certificação superior.

Promoção Geral do Remo

As atividades de promoção da modalidade serão integradas do Programa Nacional de Desporto para Todos. A federação delegará todas as solicitações de atividades de promoção para os clubes mais próximos, para que sejam os mesmos a criar as relações institucionais e a usufruir das possíveis oportunidades de angariação.

Proteção de Crianças e Jovens

O Decreto-Lei n.º 117/2023, de 20 de dezembro, estabelece o regime jurídico da formação desportiva e introduz a figura do Responsável pela Promoção dos Direitos e Proteção das Crianças e Jovens nas entidades que organizam atividades de formação desportiva. Embora o regime atual exclua a obrigatoriedade desta figura para as federações desportivas e os seus associados, a FPR reconhece a importância de integrar os princípios subjacentes a esta figura.

Nesse sentido, a FPR compromete-se a promover a disseminação de boas práticas de proteção e salvaguarda de menores junto dos seus associados. Adicionalmente, será elaborado um plano de sensibilização e formação a longo prazo, em articulação com as diretrizes do Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ), para assegurar que os clubes afiliados estejam preparados para adotar medidas que garantam ambientes seguros e inclusivos para todos os jovens atletas.

Seleção Nacional e Alto Rendimento

O SNAR integra toda a atividade realizada ao serviço da Seleção Nacional, desde a fase de deteção de talentos até à representação de Portugal no Jogos Olímpicos. É uma área com constantes alterações para corresponder à evolução da modalidade e da concorrência internacional, mas que obriga a um planeamento a longo-prazo, considerando que os atletas estão num processo que demorará vários ciclos olímpicos até cumprirem os objetivos.

Recordando os objetivos

6.1	Identificar potenciais atletas para todas as equipas nacionais, através de projetos e ferramentas de deteção de talentos.	[SNAR]
6.2	Integrar os atletas identificados em testes de aferição no grupo da Seleção Nacional, com planeamento de treino próprio e acompanhamento regular da equipa técnica.	[SNAR]
6.3	Monitorizar a evolução dos atletas que estejam fora dos critérios definidos de acesso à equipa nacional, mas que apresentam fatores de potencial, através da recolha e transmissão regular de informação por parte dos seus treinadores.	[SNAR]
6.4	Promover a participação de atletas com deficiência nos testes de aferição de Para-Remo e adequar o processo de preparação de acordo com os resultados aferidos.	[SNAR]
6.5	Permitir a participação em eventos internacionais por enquadramento dos clubes.	[SNAR]
6.6	Criar um Campo de Férias para os atletas que integram o Grupo de Desenvolvimento (Juniões e Juvenis).	[SNAR]
7.1	Manter o Centro de AR de Coimbra como núcleo da SN de Remo, com todos os serviços necessários para o treino de Alto Rendimento.	[SNAR]
7.3	Melhorar as condições disponíveis para o processo de seleção e preparação da equipa nacional de Remo de Mar.	[SNAR]
7.4	Manter um grupo alargado na SN, no sentido de promover mais oportunidades de competição interna.	[SNAR]
8.1	Formalizar os direitos e deveres do atleta, clube e FPR, através de contratos entre as três partes, para todos os atletas que integram a SN, tanto em regime interno (Coimbra), como em regime externo.	[SNAR]

Recursos Humanos - SNAR

Nome	Funções exercidas
John West	Diretor Técnico Nacional
José Velinho	Selecionador Nacional (Pista)
Pedro Fraga	Selecionador Nacional (Mar)
Manuel Ferreira	Treinador
Por definir	Médico

Visão Geral

O ano de 2025 foi um dos melhores da história da Equipa Nacional de Remo, comprovada pelos excelentes resultados de ambas as equipas de Pista e Mar, com destaque para a inédita conquista dos títulos de Campeão da Europa de Beach Sprints em Double-Scull e Vice-campeão da Europa Sub23 em Quadri-scull, ambos barcos olímpicos, com o consequente aumento do financiamento disponibilizado pelo COP, entre outros resultados que elevaram bem alto o nome de Portugal.

Como tal, para 2026, daremos continuidade a toda a estratégia delineada, que passa pela manutenção da Equipa Técnica da SNAR e das infraestruturas de apoio, de modo a manter estabilidade a todo o processo, que deverá naturalmente adaptar-se às alterações que vierem a ser introduzidas pelas entidades reguladoras (FISA, COI, IPDJ e COP).

Ainda não estão publicados os critérios de qualificação para os Jogos Olímpicos de 2028, na vertente de Remo de Mar. Esta indefinição dificulta a obtenção de apoios do IPDJ e Comité Olímpico e a definição duma estratégia clara e objetiva para a equipa de Beach Sprints.

Para além do enorme desafio de gerir duas seleções nacionais com o mesmo orçamento disponibilizado pelo IPDJ, oferecendo condições equiparadas a ambas, acresce agora a necessidade de manter o padrão de resultados e muito importante, a de aumentar o número de atletas juniores e sub23 da SNAR. O aumento do número de atletas que possam integrar os programas de apoio do Comité Olímpico e a subida do nível de apoio conseguido em 2025, são fundamentais para a execução da estratégia até ao final do ciclo olímpico.

A celebração ou consolidação de protocolos com as Universidades de Coimbra e do Porto, permitirão emprestar à SNAR, as componentes de investigação e acompanhamento científico na preparação dos atletas, que sabemos serem obrigatórias e fundamentais para a otimização da performance.

Seja por contratação direta ou por protocolo institucional, a Equipa Técnica Nacional irá dispor dum conjunto de valências de suporte, nomeadamente, Treinadores, Médico, Fisioterapeuta, Psicólogo, Fisiologista, Nutricionista e outros.

A FPR vai operacionalizar as Seleções Nacionais com os grupos de trabalho:

- Equipa Nacional de Pista:
 - Equipa Nacional Sénior e Sub23.
 - Equipa Nacional Júnior.
 - Grupo de desenvolvimento.
 - Equipa Nacional Para-Remo.

- Equipa Nacional Remo de Mar:
 - Grupo de Apuramento Olímpico.
 - Grupo de desenvolvimento.

Não existem, para já, alterações significativas aos métodos de trabalho das equipas nacionais, mantendo-se Coimbra como núcleo da Seleção Nacional de Remo de Pista e a Figueira da Foz como o núcleo da Seleção Nacional de Remo de Mar.

Atendendo à necessidade e recomendação de formação base dum remador na Pista, reforçada pelo reduzido número geral de praticantes e consequente escassez de talentos no Remo, é essencial estabelecer um processo de interligação entre a preparação das modalidades de Pista e Mar, visando melhor enquadrar os atletas conforme o seu potencial.

Grupo de Desenvolvimento

A FPR pretende reforçar o acompanhamento dos atletas Juvenis e Juniores em processo de aferição, através da aproximação aos clubes, solicitando o envio de informação regular que permita o apoio da equipa técnica aos técnicos do clube, fazendo observações dos atletas que venham a ser sinalizados e convidando-os para miniestágios.

No início de cada época desportiva, pretendemos realizar um Campo de Treino com todos os atletas integrados no Grupo de Desenvolvimento do ano anterior, incluindo os atletas que não completaram com sucesso os testes de aferição.

Este grupo terá como objetivo, a participação na Coupe de la Jeunesse.

Equipa Nacional de Remo de Mar

A disciplina de Remo de Mar tem sido, nos últimos anos, uma forte aposta da FPR que acompanha a visão de desenvolvimento e de inovação para a modalidade por parte da Federação Internacional. Os resultados de 2024 e 2025 confirmam o potencial nacional para esta vertente, validando todas as iniciativas de desenvolvimento do Remo de Mar em Portugal, e afirmam uma realidade que é impossível escapar: temos todos de investir no Remo de Mar. Garantido que está o apoio para a qualificação olímpica, o objetivo é claro para este ciclo: apurar para LA2028.

É também necessário o devido apetrechamento de embarcações de mar competitivas e iremos encetar contatos com os fabricantes tendo em vista um apoio à aquisição e/ou utilização dos equipamentos.

Equipa Nacional de Para-Remo

Após várias épocas de inclusão do Para-Remo nos testes nacionais, ainda não existem atletas elegíveis e com a preparação necessária para competir na distância oficial de 2000 (dois mil) metros e, assim, formar a Equipa Nacional de Para-Remo.

Mantemos o processo aberto a esta categoria, e o planeamento terá de aguardar para ser realizado em perfeito ajuste aos atletas que aparecerem.

Programas de Detecção de Talentos

Um projeto de Detecção de Talentos no Remo, na sua condição atual, terá sempre de andar de mãos dadas com o objetivo de massificar a modalidade. Ainda que seja descoberto um jovem promissor, sabemos que o seu trajeto será incerto caso não tenha equipa e adversários que, por um lado, ajudem na vinculação à modalidade, e por outro que o desafiem a querer ser cada vez melhor remador.

Assim, pretendemos criar um modelo nacional de deteção de talentos (e angariação de atletas) através de momentos que criem maior impacto positivo, com a presença da Equipa Nacional e com um conjunto de atividades em que os participantes possam experimentar a modalidade nas perspetivas de atleta, treinador e árbitro, incrementando o incentivo à prática da modalidade tendo em vista uma carreira de Alto Rendimento. Nestas atividades serão recolhidos dados antropométricos, avaliações à técnica e, sempre que possível, criar soluções para iniciar a modalidade sem barreiras.

Comité Olímpico de Portugal

Havíamos delineado para 2025, que seria necessário obter resultados desportivos que enquadrassem os atletas nos programas de apoio do COP, ainda que não estejam definidas todas as tabelas de integração. Esse objetivo foi amplamente atingido, com 2 atletas a obterem o nível máximo de apoio “Top Elite” (Afonso Costa e Patrícia Batista) e com 5 atletas a serem abrangidos pelo novo Programa de Desenvolvimento de Bolsas de Esperanças Olímpicas.

Por isso, para 2026, contaremos com um apoio recorde de aproximadamente 100.000€ por parte do COP, que irá permitir a melhoria das condições de preparação dos atletas abrangidos, reforçando assim as verbas atribuídas pelo IPDJ às seleções nacionais, de modo a conseguirmos apoiar a preparação de mais atletas que ainda estejam a iniciar e desenvolver o seu percurso no Alto Rendimento.

Formação de Recursos Humanos

A Formação de Recursos Humanos destina-se a criar oportunidades de formação para todos os agentes desportivos: treinadores, árbitros e dirigentes. É uma área fundamental para o desenvolvimento e evolução de qualquer modalidade.

Este é o plano de formação de Treinadores para o ciclo 2024/2028:

- 2025 – Grau 1 e Grau 2
- 2026 – Grau 1 e Grau 3
- 2027 – Grau 1 e Grau 2
- 2028 – Grau 1 e Grau 3

Recordando os objetivos

3.4	Realizar uma formação específica para Diretor de Prova, que inclua as particularidades de organização de um evento em qualquer disciplina de Remo.	[Formação]
3.5	Realizar workshops sobre segurança em ambiente desportivo, nas etapas de Remo de Mar.	[Formação]
3.9	Promover a realização de formação nacional e internacional para Árbitros.	[Formação]
4.2	Promover formações e workshops para treinadores e dirigentes que visem a angariação e retenção de atletas.	[Formação]
4.5.5	Fomentar a relação com ginásios e outras instituições de fitness, através da relação com o Portugal Activo e Concept2, tendo em vista a realização de formação técnica sobre Remo Indoor.	[Formação]
4.8.3	Realizar ações de formação para capacitar treinadores a trabalhar com atletas portadores de doença/ deficiências, nos seus diferentes tipos de graus.	[Formação]
4.8.4	Promover a realização de formações para Auxiliares de atletas de Para-Remo	[Formação]
5.3	Manter a realização anual de Curso de Treinador Grau 1.	[Formação]
5.5	Realizar ações de formação ou workshops para timoneiros.	[Formação]
7.2	Promover a formação internacional diferenciada para os técnicos da Equipa Nacional.	[Formação]

Vários projetos de promoção da modalidade terão intervenção na área da Formação:

- **Remo Indoor em Ginásios** - a FPR quer continuar a formar técnicos de exercício sobre o treino em ergómetro de Remo, com os seguintes objetivos: 1) Criar aulas de grupo de Remo Indoor; 2) Dotar mais técnicos de exercício de conhecimentos adequados para a correta prescrição de exercício no ergómetro de Remo aos seus clientes. Para tal, continuaremos a fomentar a relação institucional com a Portugal Ativo e a Concept2.
- Certificação de **“Escola de Remo”** – Após o desenvolvimento do plano estratégico e do manual de Escola de Remo, descritos no capítulo do DAD, será criada uma formação específica sobre as orientações estratégicas e pedagógicas da FPR dirigida a treinadores

e dirigentes. A posterior certificação de um clube como Escola de Remo dependerá de ter um agente desportivo responsável pela escola que tenha participado com sucesso nesta formação.

- Certificação de **“Programa Remo Saúde”** – à semelhança do programa anterior, será realizado um curso intensivo e específico para dotar os técnicos de clubes a promover classes dirigidas a populações especiais e apenas os clubes com um treinador que tenha participado com sucesso neste curso poderão candidatar-se a este “selo de qualidade” da FPR.

Além destas três grandes áreas de aposta da Formação, manter-se-á a realização de formações contínuas para treinadores, as acções iniciais e de reciclagem de arbitragem.

Pretende-se ainda realizar formações ou workshops dirigidos aos temas de maior carência da modalidade. Porém, a realização das várias formações está intimamente ligada ao financiamento que for disponibilizado pelo IPDJ e da previsão de receitas próprias com a área da formação.

Formação de Recursos Humanos			
# Ação	Designação	Data Prevista	Destinatários
1	Curso de Treinador Grau 1	Setembro	Público em geral
2	Curso Treinador Grau 3	Setembro	Treinadores G2
3	Curso Treinador Grau 1 2025 (específica e estágio)	Jan-Set	Público em geral
4	Curso Treinador Grau 2 2025 (específica e seminários)	Jan-Set	Treinadores
5	Curso de Remo de Mar (World Rowing)	Março	Treinadores
6	Curso de Certificador	Abril	Público em geral
7	Formação de Timoneiros	Junho	Público em geral
8	Curso “Escola de Remo”	Set/Out	Treinadores
9	Formação de auxiliares de desporto adaptado	Outubro	Público em geral
10	Formação Inicial de Árbitros	A definir	Público em geral
11	Reciclagem para Árbitros	A definir	Árbitros
12	Seminário Internacional de Arbitragem	A definir	Árbitros

Plano Nacional de Desporto para Todos

Programa com financiamento específico do IPDJ e INR, o Plano Nacional de Desporto para Todos (PNDT) tem vindo a impulsionar as federações desportivas a criar programas de promoção das suas modalidades e da atividade física em geral para a população não federada, integrando grupos-alvo específicos cujo acesso ao desporto está muitas vezes limitado.

Em agosto de 2024 as federações foram confrontadas pela alteração do regulamento deste programa, que passa a prever o financiamento de atividades que reflitam sobre a inclusão e o Desporto Adaptado. Por essa razão, deve o planeamento de qualquer atividade desta área, independentemente do género e escalão etário a quem se destinem, incluir nos seus objectivos o aumento de praticantes com deficiência.

Recordando os objetivos

4.3	Criar um plano estratégico com iniciativas para angariar e incluir de praticantes provenientes de situações sociais mais desfavorecidas.	[PNDT]
4.5.3	Abrir mais dois postos náuticos Rema Portugal.	[PNDT]
4.5.4	Estabelecer protocolos com empresas de exploração comercial com ligação ao mar, para promover a prática informal do Remo.	[PNDT]
4.6.1	Desenvolver campanhas nacionais para promoção local do Remo Feminino.	[PNDT]
4.8.1	Estabelecer parcerias com instituições de saúde e deficiência, tendo em vista a prática regular de Remo no âmbito do plano terapêutico individual.	[PNDT]
4.8.2	Implementar uma campanha de comunicação sobre os benefícios do Remo na população com deficiência, nos diferentes tipos e graus de doença/deficiência.	[PNDT]

Visão Geral

Em 2020 a Federação Portuguesa de Remo lançou a sua marca de responsabilidade social REMA PORTUGAL. O grande objetivo desta marca é promover a responsabilidade social do Remo na construção de um mundo melhor, mais solidário, inclusivo, sustentável e respeitador da verdade desportiva. Estes são os pilares base da nova imagem “não-institucional” da FPR que procura chegar a um público cada vez mais alargado através de uma comunicação atraente e dinâmica.

Reconhecendo a pertinência destes valores com o movimento do Programa Nacional de Desporto para Todos, parece-nos fundamental associar o plano de Desporto para todos da FPR à marca REMA PORTUGAL.

Os objetivos gerais do “REMA PORTUGAL – Remo para Todos” são:

- Tornar o Remo acessível a toda a população;
- Promover valores de solidariedade, comunidade, inclusão e responsabilidade através da prática do Remo;
- Captar novos praticantes e técnicos;
- Expandir a modalidade para outros concelhos/ distritos com pouca oferta desportiva;
- Promover a integração e inclusão através do Remo;
- Aumentar o número de atletas femininas.

O REMA PORTUGAL – Remo para Todos será composto pelos projetos/ atividades de seguida descritas.

Posto Náutico REMA PORTUGAL

Programa nacional de apetrechamento de Postos Náuticos municipais com os equipamentos de Remo necessários para dinamizar aulas regulares de iniciação e lazer. Este projeto tem sido apresentado aos vários municípios que dispõem de planos de água, com ou sem clubes de Remo já implementados, e visa criar condições de prática regular de Remo acessíveis a todos os cidadãos, incluindo cidadãos provenientes de situações sociais desfavorecidas.

Este programa deseja funcionar como uma rede nacional onde as metodologias e atividades são semelhantes, e que facilite a experimentação da modalidade à população. A adesão ao Posto Náutico Rema Portugal por parte do município inclui:

- Apetrechamento de embarcações e ergómetros;
- Contratação do treinador responsável pelo posto;
- Seguro de acidentes pessoais para participantes;
- 2 treinos semanais para participantes e protocolos com escolas e outras instituições;
- Oferta de duas formações de treinador de Remo no primeiro ano e uma formação nos anos seguintes.

Importa realçar que este programa não deve ser confundido com um clube desportivo. Este Posto Náutico estará sempre limitado a uma prática de lazer e sem acesso a competições. O grande objetivo é permitir a experimentação e que se ganhe o gosto pela modalidade, ao ponto de se querer mais treinos, mais experiências, idas a regatas, atividades que só serão possíveis junto de clubes. Ou seja, o Posto Náutico Rema Portugal pretende ser uma fonte de angariação de atletas para os clubes, e por essa mesma razão tem sido apresentado a municípios em conjunto com alguns dos associados da FPR.

Serão feitas ações de experimentação em locais com potencial para receber este programa, de forma a comprovar a aceitação do Remo pela comunidade e antecipar o sucesso de implementação do programa.

Campanhas Nacionais de Promoção de Remo Jovem, Feminino e Para-Remo

A FPR propõe o lançamento de campanhas nacionais com comunicação própria que divulguem medidas e atividades especiais dirigidas a um grupo-alvo e durante um período limitado. Na prática pretende-se criar, por exemplo, a Semana da Remadora, onde por um lado haverá a promoção de atividades específicas para mulheres a decorrer nos clubes associados, assim como promoções na filiação e a organização de preleções sobre o desporto feminino.

Pretende-se promover um movimento nacional operacionalizado localmente, que leve mais pessoas a visitar os clubes, a conhecer a comunidade do Remo e a experimentar a modalidade. Neste movimento caberá um ou mais períodos específicos para promoção do Remo Feminino, Remo Jovem e Para-Remo. A campanha será nacional e a FPR dará algumas sugestões de atividades aos clubes, mas haverá flexibilidade para cada clube dinamizar as suas próprias ideias e utilizar as plataformas da federação para as comunicar.

Especificamente sobre o Para-Remo mantém-se a intenção de estabelecer parcerias com instituições de reabilitação para a inclusão da prática de Remo em âmbito terapêutico, e assim difundir a modalidade e angariar mais atletas.

Hypercluster da Economia do Mar

A iniciativa do *Hypercluster* da Economia do Mar configura-se como uma estratégia nacional que inclui a importância da náutica de recreio como um dos fatores de base da Economia do Mar. Como tal, deve a FPR procurar parcerias com empresas cuja exploração comercial esteja ligada ao mar, com o objectivo de aumentar a literacia do mar através da prática desportiva do Remo, retribuindo com o aumento os recursos humanos especializados com experiência náutica.

Plano Especial de Recuperação e Dívidas

O Plano Especial de Recuperação da FPR ainda está em execução e por isso a atividade regular da federação tentará, dentro do possível, limitar-se aos montantes de financiamento do IPDJ e COP, libertando o máximo de receitas próprias para o pagamento das dívidas.

Orçamento Previsto para 2026

RESUMO

Programa	Despesa 2026	Receita Pública 2025	Receita Pública a solicitar 2026	Receita Própria 2026	Balanço
OG	139 089,59 €	102 900,00 €	113 190,00 €	54 100,00 €	28 200,41 €
DAD	163 800,14 €	117 910,00 €	126 170,00 €	114 990,00 €	77 359,86 €
SNAR	386 604,86 €	223 400,00 €	304 910,00 €	20 000,00 €	- 61 694,86 €
COP	97 310,77 €	78 479,17 €	96 500,00 €	300,00 €	- 510,77 €
PNDT	63 471,55 €	18 000,00 €	20 000,00 €	45 000,00 €	1 528,45 €
Formação	13 900,00 €	5 000,00 €	8 000,00 €	5 830,00 €	- 70,00 €
Dívidas	25 000,00 €				- 25 000,00 €
Total	889 176,91 €	545 689,17 €	668 770,00 €	240 220,00 €	19 813,09 €

ORGANIZAÇÃO E GESTÃO

Secção	Item	Despesa	Receitas	Balanço
A	Recursos humanos OG	76 285,72 €	- €	76 285,72 €
A - Subtotal		76 285,72 €	- €	76 285,72 €
B	Despesas de Representação	2 000,00 €	- €	2 000,00 €
B	Congressos Internacionais	- €	- €	- €
B	Reuniões	1 000,00 €	- €	1 000,00 €
B - Subtotal		3 000,00 €	- €	3 000,00 €
C	Comunicações	2 235,12 €	- €	2 235,12 €
C	Água	300,00 €	- €	300,00 €
C	Limpeza	2 352,36 €	- €	2 352,36 €
C	Egeo - Limpeza Urbana	546,96 €	- €	546,96 €
C	Deslocações e Estadas	1 500,00 €	- €	1 500,00 €
C	Material de escritório, informático, limpeza	150,00 €	- €	150,00 €
C	Conservação e Reparação	500,00 €	- €	500,00 €
C	Gastos com Site (Spotfokus - Plataforma On-Line)	1 623,60 €	- €	1 623,60 €
C	Software Primavera	883,57 €	- €	883,57 €
C	Software FPR3000	5 313,60 €	- €	5 313,60 €
C	Contrato Assistência Informática	693,63 €	- €	693,63 €
C	Serviços Bancários	1 000,00 €	700,00 €	300,00 €
C	Contrato Assistência Impressora	280,00 €	- €	280,00 €
C	Comunicação, Publicidade e Marketing	3 600,00 €	- €	3 600,00 €
C	Filiações e Quotizações	3 286,80 €	30 000,00 €	26 713,20 €
C	Eletricidade	3 000,00 €	1 800,00 €	1 200,00 €
C	Correio Enviado	50,00 €	- €	50,00 €
C	Serviços online pagos	599,80 €	- €	599,80 €
C	Nova Plataforma filiações	10 250,00 €	- €	10 250,00 €
C	Diversos	500,00 €	- €	500,00 €
C - Subtotal		38 665,44 €	32 500,00 €	6 165,44 €
D	Seguro Acidentes de Trabalho	1 322,53 €	- €	1 322,53 €
D - Subtotal		1 322,53 €	- €	1 322,53 €
E	ROC	3 997,50 €	- €	3 997,50 €
E	TOC	15 818,40 €	- €	15 818,40 €
E - Subtotal		19 815,90 €	- €	19 815,90 €
G	IPDJ - a solicitar	- €	113 190,00 €	113 190,00 €
G	Patrocinador/Angariação de Fundos	- €	- €	- €
G	Cedência Hangar FPR	- €	21 600,00 €	21 600,00 €
G - Subtotal		- €	134 790,00 €	134 790,00 €
TOTAL		139 089,59 €	167 290,00 €	28 200,41 €

DESENVOLVIMENTO DA ATIVIDADE DESPORTIVA

Secção	Item	Despesa Prevista	Receitas	Balanço Previsto
A	Recursos Humanos DAD	39 921,34 €	- €	39 921,34 €
A - Subtotal		39 921,34 €	- €	39 921,34 €
B	Campeonato Nacional de Remo Indoor	27 950,00 €	31 500,00 €	3 550,00 €
B	Campeonato Nacional de Fundo	16 000,00 €	19 900,00 €	3 900,00 €
B	Campeonato Nacional de Yole	5 000,00 €	5 000,00 €	- €
B	Campeonato Nacional de Velocidade Julho	16 000,00 €	7 200,00 €	8 800,00 €
B	Campeonato Nacional de Velocidade Outubro	16 000,00 €	7 200,00 €	8 800,00 €
B	Encontro Nacional Jovem	7 000,00 €	1 900,00 €	5 100,00 €
B	Campeonato Nacional Beach Sprints	3 300,00 €	6 000,00 €	2 700,00 €
B	Circuito Nacional de Remo de Mar	7 500,00 €	8 800,00 €	1 300,00 €
B	Apoio a regatas de clubes (prestação de serviços)	300,00 €	300,00 €	- €
B	Campeonato Nacional Universitário	1 300,00 €	1 300,00 €	- €
B	Mestre de Avis	6 000,00 €	6 000,00 €	- €
B	Taxas de última hora	- €	500,00 €	500,00 €
B - Subtotal		90 350,00 €	88 400,00 €	-1 950,00 €
C	Apoio AR's (inserido no projecto DPD juvenil)	- €	- €	- €
C - Subtotal		- €	- €	- €
E	Circuito de Para-Remo Promoção (PNDT)	- €	- €	- €
E - Subtotal		- €	- €	- €
F	Atividades de Promoção locais de Remo Feminino (PNDT)	- €	- €	- €
F - Subtotal		- €	- €	- €
G	Apoio AR's - Organização dos Torneios de 1as. Remadas	10 800,00 €	- €	10 800,00 €
G	Encontro Final 1as. Remadas/Interassociações	2 500,00 €	400,00 €	2 100,00 €
G - Subtotal		13 300,00 €	400,00 €	12 900,00 €
H	Despesas com viaturas e embarcações a motor	1 994,00 €	- €	1 994,00 €
H	Seguro Desportivo Filiados e não Filiados	5 700,00 €	5 390,00 €	310,00 €
H	Seguro Responsabilidade Civil Eventos e Competições	434,80 €	- €	434,80 €
H	Combustível e Portagens não afetos	1 500,00 €	- €	1 500,00 €
H	Apetrechamento Equipamento DAD 2025	6 500,00 €	- €	6 500,00 €
H	Comunicação, Publicidade e Marketing	3 600,00 €	- €	3 600,00 €
H	Merchandising Rema Portugal	- €	800,00 €	800,00 €
H	Diversos	500,00 €	- €	500,00 €
H - Subtotal		20 228,80 €	6 190,00 €	14 038,80 €
L	Patrocínio para competições	- €	20 000,00 €	20 000,00 €
L	A solicitar IPDJ DAD	- €	126 170,00 €	126 170,00 €
L - Subtotal		- €	146 170,00 €	146 170,00 €
TOTAL		163 800,14 €	241 160,00 €	77 359,86 €

SELEÇÕES NACIONAIS E ALTO RENDIMENTO

Secção	Item	Despesa Prevista	Receitas	Balanço Previsto
E	Recursos Humanos SNAR	135 220,33 €	- €	135 220,33 €
E - Subtotal		135 220,33 €	- €	135 220,33 €
F	Centro de Alto Rendimento Nacional MMV	1 400,00 €	- €	1 400,00 €
F	Centros de Treino Regionais	4 500,00 €	- €	4 500,00 €
F	Casa em Coimbra	9 481,56 €	- €	9 481,56 €
F - Subtotal		15 381,56 €	- €	15 381,56 €
H	Projeto de deteção e desenvolvimento de talentos	2 000,00 €	- €	2 000,00 €
H - Subtotal		2 000,00 €	- €	2 000,00 €
J	Exames, consultas e medicamentos	700,00 €	- €	700,00 €
J	Despesas com viaturas e embarcações a motor	6 528,74 €	- €	6 528,74 €
J	Despesas de deslocação diversas	500,00 €	- €	500,00 €
J	Comunicação, Publicidade e Marketing	3 600,00 €	- €	3 600,00 €
J	Training Peaks	2 880,00 €	- €	2 880,00 €
J	Aquisição de Equipamentos	64 935,00 €	- €	64 935,00 €
J	Reuniões de Preparação	300,00 €	- €	300,00 €
J	Diversos	500,00 €	- €	500,00 €
J - Subtotal		79 943,74 €	- €	79 943,74 €
A	Testes de Aferição e Controlo de Treino	5 000,00 €	- €	5 000,00 €
A	Estágios de preparação	62 937,82 €	- €	62 937,82 €
A - Subtotal		67 937,82 €	- €	67 937,82 €
B	Memorial Paolo D´Aloja	5 664,17 €	- €	5 664,17 €
B	Campeonato da Europa Jun.	5 060,00 €	- €	5 060,00 €
B	Taça do mundo I	3 910,77 €	- €	3 910,77 €
B	Taça do mundo III	4 126,67 €	- €	4 126,67 €
B	Campeonato do Mundo Sub23	4 887,50 €	- €	4 887,50 €
B	Coupe de la Jeunesse	8 240,00 €	- €	8 240,00 €
B	Campeonato da Europa Sen.	6 169,09 €	- €	6 169,09 €
B	Campeonato do Mundo Júnior	6 135,00 €	- €	6 135,00 €
B	Campeonato do Mundo Sénior	6 675,00 €	- €	6 675,00 €
B	Campeonato da Europa Sub23	3 085,71 €	- €	3 085,71 €
B	Filippi Cup - etapa 2	2 420,00 €	- €	2 420,00 €
B	Filippi Cup - etapa 3	2 420,00 €	- €	2 420,00 €
B	Filippi Cup - etapa 4	2 420,00 €	- €	2 420,00 €
B	Coupe la Jeunesse Beach Sprints	5 500,00 €	- €	5 500,00 €
B	Campeonato Europa Beach Sprints	7 367,50 €	- €	7 367,50 €
B	Campeonato Mundial Beach Sprints	12 040,00 €	- €	12 040,00 €
B - Subtotal		86 121,41 €	- €	86 121,41 €
K	IPDJ (a solicitar)	- €	256 910,00 €	256 910,00 €
K	COP - Financiamento para Equipa Técnica	- €	48 000,00 €	
K	Patrocínio	- €	20 000,00 €	20 000,00 €
K - Subtotal		- €	324 910,00 €	324 910,00 €
TOTAL		386 604,86 €	324 910,00 €	-61 694,86 €

COMITÉ OLÍMPICO DE PORTUGAL

Secção	Item	Despesa	Receitas	Balço
A	Estágios de preparação	30 397,18 €		-30 397,18 €
A - Subtotal		30 397,18 €	- € -	30 397,18 €
B	Participação em Competições Internacionais	51 913,59 €		-51 913,59 €
B - Subtotal		51 913,59 €	- € -	90 943,59 €
J	Aquisição de material e equipamento e outras despesas	15 000,00 €		
J - Subtotal		15 000,00 €	-	15 000,00 €
K	COP Projecto Olímpico	- €	46 000,00 €	46 000,00 €
K	COP Esperanças Olímpicas	- €	50 500,00 €	50 500,00 €
K	Cartão COP	- €	300,00 €	300,00 €
K - Subtotal		- €	96 800,00 €	96 800,00 €
TOTAL		97 310,77 €	96 800,00 €	-510,77 €

PLANO NACIONAL DE DESPORTO PARA TODOS

Secção	Item	Despesa	Receitas	Balço
A	Recursos Humanos	20 400,00 €	- € -	20 400,00 €
A	Equipamentos	30 200,00 €	- € -	30 200,00 €
A	Parceria de venda	5 250,00 €	- € -	5 250,00 €
A	Seguros	621,55 €	- € -	621,55 €
A	Financiamento Municipal		45 000,00 €	45 000,00 €
Sub-Total		56 471,55 €	45 000,00 €	- 11 471,55 €
B	Semana Europeia BeActive	500,00 €	- € -	500,00 €
Sub-Total		500,00 €	- € -	500,00 €
C	Contratação de Treinadores	2 000,00 €	- € -	2 000,00 €
C	Despesas de deslocação	1 000,00 €	- € -	1 000,00 €
C	Website Rema Portugal	1 500,00 €	- € -	1 500,00 €
C	Semana do Remo Jovem	500,00 €	- € -	500,00 €
C	Semana do Remo Adaptado	500,00 €	- € -	500,00 €
C	Semana do Remo Feminino	500,00 €	- € -	500,00 €
C	Outras despesas não previstas	500,00 €	- € -	500,00 €
Sub-Total		6 500,00 €	- € -	6 500,00 €
D	IPDJ - a solicitar	- €	20 000,00 €	20 000,00 €
Sub-Total		- €	20 000,00 €	20 000,00 €
TOTAL		63 471,55 €	65 000,00 €	1 528,45 €

FORMAÇÃO

#	Item	Despesa	Receita	Balanço
1	Curso de Treinador Grau 1	1 000,00 €	3 300,00 €	2 300,00 €
2	Curso Treinador Grau 3 2024 (específica e seminários)	3 000,00 €	1 980,00 €	- 1 020,00 €
3	Curso Treinador Grau 1 2025 (específica e estágio)	1 200,00 €	0,00 €	- 1 200,00 €
4	Curso Treinador Grau 2 2025 (específica e seminários)	1 500,00 €	0,00 €	- 1 500,00 €
5	Curso de Remo de Mar (World Rowing)	1 500,00 €	450,00 €	- 1 050,00 €
6	Curso de Certificador	200,00 €	100,00 €	- 100,00 €
7	Formação de Timoneiros	800,00 €	0,00 €	- 800,00 €
8	Curso "Escola de Remo"	200,00 €	0,00 €	- 200,00 €
9	Formação de Auxiliares de Desporto Adaptado	500,00 €	0,00 €	- 500,00 €
10	Formação Inicial de Árbitros	1 000,00 €	0,00 €	- 1 000,00 €
11	Reciclagem para Árbitros	1 000,00 €	0,00 €	
12	Seminário Internacional de Arbitragem	2 000,00 €	0,00 €	- 2 000,00 €
Sub-Total		13 900,00 €	5 830,00 €	-8 070,00 €
	IPDJ - a solicitar		8 000,00 €	8 000,00 €
Sub-Total		0,00 €	8 000,00 €	8 000,00 €
TOTAL		13 900,00 €	13 830,00 €	-70,00 €

Legenda

Letra	OG	DAD	SNAR	PNDT
A	Recursos Humanos	Recursos Humanos DAD	Ações de Preparação / Estágios	Posto Náutico Rema Portugal
B	Órgãos Sociais	Organização dos Quadros Competitivos	Participação em Competições Internacionais	Digressão de Remo de Mar
C	Recursos Materiais e Tecnológicos	Apoio a Agrupamentos e a Clubes		Campanhas Nacionais de Promoção
D	Seguros	Apoio à Deslocação de Clubes ao Estrangeiro	Licenças Especiais de Árbitros/Juízes de Alto Rendimento	Férias Desportivas
E	Contabilidade	Desenvolvimento do Desporto para Pessoas com Deficiência	Enquadramento Humano - ARSN	Financiamento Público
F	Eventos	Desenvolvimento do Desporto Feminino	Rede Nacional e Centros de Treino	
G	Financiamento Público	Projeto Inovador do DPD Juvenil		
H		Outras despesas e aquisições de apoio ao projeto		
I		Cooperação Internacional		
J		Ética no Desporto	Aquisição de material e equipamento de apoio ao programa e outras despesas	
L		Financiamento Público	Financiamento Público	

Anexo 1 - Avaliação dos objetivos definidos em 2025

Serviços Administrativos e Gestão			
1	MELHORAR OS SERVIÇOS E PROCEDIMENTOS ADMINISTRATIVOS DA FPR		
		2025	2026
1.1	Orçamentar e desenvolver uma nova plataforma online de filiações.	[OG] Realizado	Passar à implementação
1.2	Orçamentar e implementar processos de gestão interna para correspondência da FPR.	[OG] Realizado	Nova plataforma
1.3	Melhorar o serviço/alojamento de e-mails.	[OG] Não realizado	Manter objectivo
2	REVISÃO E CRIAÇÃO DE REGULAMENTOS DA FPR		
		2025	2026
2.1	Continuar a revisão dos regulamentos respeitantes às competições.	[DAD] Realizado	-
2.2	Implementar as regras relativas aos processos de filiação, determinadas em regulamento recentemente aprovado.	[OG] Realizado	-
3	MELHORAR A GESTÃO FINANCEIRA DA FPR		
		2025	2026
3.1	Angariar novo parceiro principal da FPR.	[OG] Não realizado	Manter objetivo
3.2	Angariar patrocinadores para áreas e atividades específicas FPR.	[OG] Não realizado	Manter objetivo
3.3	Melhorar os procedimentos de controlo orçamental para cada atividade específica.	[OG] Não realizado	Manter objetivo
3.4	Divulgar e promover as vendas da linha de merchandising Rema Portugal.	[OG] Realizado em parte	Incrementar
3.5	Rever os cadernos de encargos das competições nacionais, tendo em vista o equilíbrio financeiro na organização dos quadros competitivos nacionais.	[DAD] Realizado	Incrementar
3.7	Elaborar novo plano plurianual para aquisição de equipamentos das diferentes áreas.	[OG] Não realizado	Manter objetivo

Desenvolvimento da Atividade Desportiva				
4	INCREMENTAR A OFERTA E QUALIDADE DOS EVENTOS DE REMO		2025	2026
4.1	Atribuir e protocolar a organização de eventos nacionais a outras entidades, em estreito cumprimento do caderno de encargos definido pela FPR.	[DAD]	Realizado	Incrementar
4.2	Melhorar os procedimentos de homologação dos eventos e convocatória da equipa de arbitragem	[DAD]	Realizado	Incrementar
4.3	Realizar inquéritos de satisfação para cada campeonato nacional.	[DAD]	Não Realizado	Manter objetivo
4.4	Realizar uma formação específica para Diretor de Prova, que inclua as particularidades de organização de um evento em qualquer disciplina de Remo.	[Formação]	Não Realizado	Manter objetivo
4.5	Realizar workshops sobre segurança em ambiente desportivo, nas etapas de Remo de Mar.	[Formação]	Não Realizado	Manter objetivo
4.6	Antecipar e alargar a comunicação dos eventos em redes sociais e criar parcerias com outros meios de comunicação social.	[DAD]	Realizado	Incrementar
4.7	Criar eventos paralelos às competições com temas diversos tendo em vista o melhor conhecimento e domínio da modalidade.	[DAD]	Realizado	Incrementar
4.8	Estabelecer protocolos plurianuais para a organização de eventos nacionais.	[DAD]	Não Realizado	Manter objetivo
4.9	Promover a realização de formação nacional e internacional para Árbitros.	[Formação]	Realizado	Incrementar
5	AUMENTAR O NÚMERO DE PRATICANTES DE REMO		2025	2026
5.1	Estabelecer uma estratégia de comunicação para promover o Remo como Desporto atrativo e divertido.	[DAD]	Realizado	Manter processo
5.2	Promover formações e workshops para treinadores e dirigentes que visem a angariação e retenção de atletas.	[Formação]	Não Realizado	Manter objetivo
5.3	Criar um plano estratégico com iniciativas para angariar e incluir de praticantes provenientes de situações sociais mais desfavorecidas.	[PNDT]	Não Realizado	Manter objetivo
5.4	Criar um programa de fidelização FPR.	[DAD]	Não Realizado	Manter objetivo
5.5	Promover o Remo na vertente de prática desportiva informal:		2025	2026
5.5.1	Criar eventos paralelos para pessoas não federadas que permitam a experimentação e competição informal, em regatas nacionais.	[DAD]	Realizado	Manter

5.5.2	Estabelecer protocolos com entidades que queiram promover as suas próprias “Taças” para um público externo à comunidade atual do Remo.	[DAD]	Não Realizado	Manter objetivo
5.5.3	Abrir mais dois postos náuticos Rema Portugal.	[PNDT]	Não Realizado	Manter objetivo
5.5.4	Estabelecer protocolos com empresas de exploração comercial com ligação ao mar, para promover a prática informal do Remo.	[PNDT]	Não Realizado	Manter objetivo
5.5.5	Fomentar a relação com ginásios e outras instituições de fitness, através da relação com o Portugal Activo e Concept2, tendo em vista a realização de formação técnica sobre Remo Indoor.	[Formação]	Realizado em parte	Manter objetivo
5.6	Aumentar o número de atletas do género feminino:		2025	2026
5.6.1	Desenvolver campanhas nacionais para promoção local do Remo Feminino.	[PNDT]	Não Realizado	Manter objetivo
5.6.2	Elaborar e aplicar um questionário para identificar as possíveis causas que justificam a baixa percentagem de remadoras no panorama do Remo Nacional e as atividades que as atletas valorizam e desvalorizam.	[DAD]	Não Realizado	Manter objetivo
5.7	Aumentar o número de atletas jovens:		2025	2026
5.7.1	Definir um Plano Estratégico de Formação de Remadores, a 10 anos.	[DAD]	Não Realizado	Manter objetivo
5.7.2	Elaborar um Manual de Formação de Remadores.	[DAD]	Não concluído	Manter objetivo
5.7.3	Desenvolver um programa de deteção de talentos em escolas.	[SNAR]	Não Realizado	Alterar
5.7.4	Melhorar os procedimentos de controlo da FPR à realização dos eventos do Torneio de Primeiras Remadas e Taça de Remo Jovem.	[DAD]	Não Realizado	Alterar
5.8	Aumentar o número de atletas de Para-Remo:		2025	2026
5.8.1	Estabelecer parcerias com instituições de saúde e deficiência, tendo em vista a prática regular de Remo no âmbito do plano terapêutico individual.	[PNDT]	Não Realizado	Manter objetivo
5.8.2	Implementar uma campanha de comunicação sobre os benefícios do Remo na população com deficiência, nos diferentes tipos e graus de doença/deficiência.	[PNDT]	Não Realizado	Manter objetivo
5.8.3	Realizar ações de formação para capacitar treinadores a trabalhar com atletas portadores de doença/ deficiências, nos seus diferentes tipos de graus.	[Formação]	Não Realizado	Manter objetivo
5.8.4	Promover a realização de formações para Auxiliares de atletas de Para-Remo	[Formação]	Não Realizado	Manter objetivo

6 INCREMENTAR A QUALIDADE DE ATIVIDADES E GESTÃO DOS CLUBES DE REMO			2025	2026
6.1	Criar e implementar o modelo de certificação de Remadores.	[DAD]	Não concluído	Manter objetivo
6.2	Criar um modelo de certificação de “Escola de Remo”.	[DAD]	Não concluído	Manter objetivo
6.3	Manter a realização anual de Curso de Treinador Grau 1.	[Formação]	Realizado	Manter
6.4	Criar uma certificação de Voluntários.	[DAD]	Não realizado	Manter objetivo
6.5	Realizar ações de formação ou workshops para timoneiros.	[Formação]	A concretizar	Avaliar

Seleção Nacional e Alto Rendimento

7 INCREMENTAR A BASE DA SELEÇÃO NACIONAL (SN)			2025	2026
7.1	Identificar potenciais atletas para todas as equipas nacionais, através de projetos e ferramentas de deteção de talentos.	[SNAR]	Realizado	Incrementar
7.2	Integrar os atletas identificados em testes de aferição no grupo da Seleção Nacional, com planeamento de treino próprio e acompanhamento regular da equipa técnica.	[SNAR]	Realizado em parte	Incrementar
7.3	Monitorizar a evolução dos atletas que estejam fora dos critérios definidos de acesso à equipa nacional, mas que apresentam fatores de potencial, através da recolha e transmissão regular de informação por parte dos seus treinadores.	[SNAR]	Realizado em parte	Incrementar
7.4	Promover a participação de atletas com deficiência nos testes de aferição de Para-Remo e adequar o processo de preparação de acordo com os resultados aferidos.	[SNAR]	Realizado	Manter
7.5	Permitir a participação em eventos internacionais por enquadramento dos clubes.	[SNAR]	Realizado	Manter
7.6	Criar um Campo de Férias para os atletas que integram o Grupo de Desenvolvimento (Juniors e Juvenis).	[SNAR]	Não Realizado	Manter objetivo

8 INCREMENTAR OS RESULTADOS DESPORTIVOS INTERNACIONAIS			2025	2026
---	--	--	-------------	-------------

8.1	Manter o Centro de AR de Coimbra como núcleo da SN de Remo, com todos os serviços necessários para o treino de Alto Rendimento.	[SNAR]	Realizado	Manter
8.2	Promover a formação internacional diferenciada para os técnicos da Equipa Nacional.	[Formação]	Não Realizado	Manter objetivo
8.3	Melhorar as condições disponíveis para o processo de seleção e preparação da equipa nacional de Remo de Mar.	[SNAR]	Realizado	Incrementar
8.4	Manter um grupo alargado na SN, no sentido de promover mais oportunidades de competição interna.	[SNAR]	Realizado	Incrementar

9 MELHORAR OS PROCESSOS DE COMUNICAÇÃO ENTRE A FPR, CLUBES E ATLETAS			2025	2026
9.1	Formalizar os direitos e deveres do atleta, clube e FPR, através de contratos entre as três partes, para todos os atletas que integram a SN, tanto em regime interno (Coimbra), como em regime externo.	[SNAR]	Não Realizado	Manter objetivo
9.2	Criar procedimentos de comunicação entre os Clubes, Atletas e Equipa Técnica, para processos formais e regulares na atividade do Alto Rendimento.	[OG]	Realizado	Incrementar

Anexo 2 – Calendário Desportivo 2025/2026

OUTUBRO						
S	T	Q	Q	S	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

DIA	DESIGNAÇÃO	LOCAL	ORGANIZAÇÃO	ESCALÕES	ÂMBITO
11-12	European Rowing Beach Sprints Finals	Antalya - Turquia	ER	S19/Seniores	ARSN
26	Regata Aerobic Monsters	Gondomar	CNIDH	S17 a Vet	INT

NOVEMBRO						
S	T	Q	Q	S	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

DIA	DESIGNAÇÃO	LOCAL	ORGANIZAÇÃO	ESCALÕES	ÂMBITO
08	1ª Etapa Torneio Primeiras Remadas - Centro	Montemor-o-Velho	ARBL	Remo Jovem	PDRJ
8	Testes Equipa Nacional Pista - 5km ergo	Diversos	Clubes	S19/Seniores	ARSN
6-9	World Rowing Beach Sprints Finals	Antalya - Turquia	WR	S19/Seniores	ARSN
22	1ª Etapa Torneio Primeiras Remadas - Norte / Sul	Viana / Lisboa	ARN / ARSI	Remo Jovem	PDRJ
29	2ª Etapa Torneio Primeiras Remadas - Centro	Montemor-o-Velho	ARBL	Remo Jovem	PDRJ
30	Testes Equipa Nacional Pista - 6km água	Avis	FPR	S19/Seniores	ARSN

DEZEMBRO						
S	T	Q	Q	S	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

DIA	DESIGNAÇÃO	LOCAL	ORGANIZAÇÃO	ESCALÕES	ÂMBITO
6	2ª Etapa Torneio Primeiras Remadas - ARN	Regional	AR's	Remo Jovem	PDRJ
13-14	Abierto Internacional Andalucia	Sevilha	FAR	S17/S19/Sen	INT
20	Ginasio Masters International Regatta	Figueira	GCF	Veteranos	INT
21	Regata Internacional de Natal	Porto	ARN	Absolutos	INT



JANEIRO						
S	T	Q	Q	S	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

DIA	DESIGNAÇÃO	LOCAL	ORGANIZAÇÃO	ESCALÕES	ÂMBITO
10	3ª Etapa Torneio Primeiras Remadas - Centro / Norte	Coimbra / Caminha	ARBL / ARN	Remo Jovem	PDRJ
18	3ª Etapa Torneio Primeiras Remadas - Sul	Barreiro	ARSI	Remo Jovem	PDRJ
24-25	Campeonato Nacional de Remo Indoor	Coimbra	FPR	Todos	RCN

FEVEREIRO						
S	T	Q	Q	S	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	

DIA	DESIGNAÇÃO	LOCAL	ORGANIZAÇÃO	ESCALÕES	ÂMBITO
7	Campeonato Regional de Fundo - Centro	Figueira da Foz	ARBL	S17/S19/Sen/Vet	REG
7	2ª Etapa Torneio Primeiras Remadas - Norte	Melres	ARN	Remo Jovem	PDRJ
14	4ª Etapa Torneio Primeiras Remadas - Sul	Avis	ARSI	Remo Jovem	PDRJ
21	4ª Etapa Torneio Primeiras Remadas - Centro	Montemor-o-Velho	ARBL	Remo Jovem	PDRJ

MARÇO						
S	T	Q	Q	S	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

DIA	DESIGNAÇÃO	LOCAL	ORGANIZAÇÃO	ESCALÕES	ÂMBITO
28-1	Campeonato Nacional de Fundo	Sertã-Trízio	FPR	S17/S19/Vet/Sen	RCN
14-15	Testes Equipa Nacional Pista - 2000 metros	Montemor	FPR	S19/Seniores	ARSN
21	Viana Regata de Campeões	Viana do Castelo	VRL	Absolutos	INT
28-29	Setúbal Beach Sprints	Setúbal	FPR	S17/S19/Vet/Sen	RMAR
28	19ª Regata Ponte da Amizade	Cerveira	Cerveira	Remo Jovem	INT

ABRIL						
S	T	Q	Q	S	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

DIA	DESIGNAÇÃO	LOCAL	ORGANIZAÇÃO	ESCALÕES	ÂMBITO
11	Final Primeiras Remadas + Interassociações	Montemor	FPR	Remo Jovem	PDRJ
12	Copa ibérica	Montemor	FPR	S15/S17/S19/S23	INT
18	Campeonato Regional de Velocidade - Norte	Vieira do Minho	ARN	Remo Jovem	REG
25	Regata 25 de Abril	Valbom	CNIDH	Remo Jovem	REG
26	Taça 25 de Abril	Figueira da Foz	N/D	N/D	REG

MAIO						
S	T	Q	Q	S	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

DIA	DESIGNAÇÃO	LOCAL	ORGANIZAÇÃO	ESCALÕES	ÂMBITO
2	Regata Internacional Queima das Fitas	Coimbra	AAC	Todos	INT
16-17	45ª Regata Internacional de Gondomar	Melres	CNIDH	S17/S19/Vet/Sen	INT
23-24	Testes Beach Sprints + Taça de Portugal Remo de Mar	S. Martinho do Porto	FPR	S17/S19/Vet/Sen	RMAR
31	CNU / Testes Coupe La Jeunesse	Montemor	FPR	Sub19	ARSN
29-31	Taça do Mundo I	Sevilha	WR	Seniores	ARSN

JUNHO						
S	T	Q	Q	S	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	F	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

DIA	DESIGNAÇÃO	LOCAL	ORGANIZAÇÃO	ESCALÕES	ÂMBITO
6	Regata Masters Cacia	Cacia	CPCacia	Masters	NAC
13-14	Troféu Mestre de Avis	Avis	FPR	Remo Jovem/S19	NAC
27-28	Encontro Remo Jovem e Veteranos	Montemor	FPR	Remo Jovem/Master	RCN
26-28	Taça do Mundo II	Lucerna	WR	Seniores	ARSN

JULHO						
S	T	Q	Q	S	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

DIA	DESIGNAÇÃO	LOCAL	ORGANIZAÇÃO	ESCALÕES	ÂMBITO
03-05	Campeonato Nacional de Velocidade	Montemor	FPR	S17/S19/Seniores	RCN
24-26	Coupe La Jeunesse	Lucerne	CJ	Sub19	ARSN
23-26	1924 Pharoos Trophy	Oeiras	FPR	S19 / Seniores	INT
22-26	Campeonato Mundo Sub23	Duisburg	WR	Sub23	ARSN

AGOSTO						
S	T	Q	Q	S	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

DIA	DESIGNAÇÃO	LOCAL	ORGANIZAÇÃO	ESCALÕES	ÂMBITO
30-2	Campeonato Europeu de Seniores	Varese	WR	Seniores	ARSN
5-9	Campeonato Mundo Sub19	Plovdiv	WR	Sub19	ARSN
13-15	Campeonato Mundo Universitário	London	FISU		
24-30	Campeonato Mundo de Seniores	Amsterdão	WR	Seniores	ARSN

SETEMBRO						
S	T	Q	Q	S	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

DIA	DESIGNAÇÃO	LOCAL	ORGANIZAÇÃO	ESCALÕES	ÂMBITO
5-6	Campeonato Nacional de Beach Sprints	A definir	FPR	S17/S19/Vet/Sen	RCN
5-6	Campeonato Europeu Sub23	Kruszwica	ER	Sub23	ARSN
9-13	Encontro Mundial de Masters	Bled	WR	Masters	INT

OUTUBRO						
S	T	Q	Q	S	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

DIA	DESIGNAÇÃO	LOCAL	ORGANIZAÇÃO	ESCALÕES	ÂMBITO
18-21	Mundial Beach Sprints	Qingdao (China)	FISA	Sub19/Seniores	ARSN
31	Campeonato Nacional de Yole	Lisboa	FPR	S17/S19/Vet/Sen	RCN

NOVEMBRO						
S	T	Q	Q	S	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

DIA	DESIGNAÇÃO	LOCAL	ORGANIZAÇÃO	ESCALÕES	ÂMBITO
-----	------------	-------	-------------	----------	--------

DEZEMBRO						
S	T	Q	Q	S	S	D
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

DIA	DESIGNAÇÃO	LOCAL	ORGANIZAÇÃO	ESCALÕES	ÂMBITO
-----	------------	-------	-------------	----------	--------



Anexo 3 – Calendário das Atividades SNAR

	DESIGNAÇÃO	DATA INICIO	DATA FIM	LOCAL
PISTA	Estágio Janeiro	11/01/2026	18/01/2026	Aveiro
	Estágio Fevereiro	13/02/2026	15/02/2026	MMV
	Estágio Março	06/03/2026	13/03/2026	MMV
	Estágio Abril	06/04/2026	15/04/2026	Avis
	Estágio Maio	19/05/2026	28/05/2026	Avis
	Estágio Junho	16/06/2026	24/06/2026	Avis
	Estágio Julho	07/07/2026	21/07/2026	MMV
	Estágio Julho	19/07/2026	28/07/2026	Avis
	Estágio Agosto	11/08/2026	20/08/2026	Avis
	Estágio Outubro	04/10/2026	11/10/2026	Aveiro
	Estágio Dezembro	12/12/2026	17/12/2026	Avis
	Memorial Paolo D´Aloja	25/4/26	26/4/2026	Piediluco
	Campeonato da Europa Jun.	23/5/26	24/5/2026	Brandenburg
	Taça do mundo I	29/5/26	31/5/2026	Sevilha
Taça do mundo III	26/6/26	28/6/2026	Lucerne	
Campeonato do Mundo Sub23	22/7/26	26/7/2026	Duisburg	
Coupe de la Jeunesse	24/7/26	26/7/2026	Lucerne	
Campeonato da Europa Sen.	30/7/26	2/8/2026	Varese	
Campeonato do Mundo Júnior	5/8/26	9/8/2026	Plovdiv	
Campeonato do Mundo Sénior	23/8/26	30/8/2026	Amsterdão	
Campeonato da Europa Sub23	5/9/26	6/9/2026	Kruszwica	
MAR	Estágio #1	19/02/2026	22/02/2026	Oeiras
	Estágio #2	11/03/2026	15/03/2026	Matosinhos
	Estágio #3	25/03/2026	29/03/2026	Setúbal
	Estágio #4	19/05/2026	24/05/2026	S. Martinho
	Estágio #5	20/07/2026	26/07/2026	Oeiras
	Estágio #6	10/08/2026	16/08/2026	Oeiras
	Estágio #7	02/09/2026	05/09/2026	Oeiras
	Filippi Cup - etapa 2	16/4/26	20/4/26	Lido di Fano
	Filippi Cup - etapa 3	7/5/26	11/5/26	Nápoles
	Filippi Cup - etapa 4	4/6/26	8/6/26	Castagneto
	Coupe la Jeunesse Beach Sprints			
Camp. Europa Beach Sprints				
Campeonato Mundial Beach Sprints	11/10/26	22/10/26	Qingdao	