

# Regata de Remo Indoor de Coimbra 2022

## Campeonato Nacional de Remo Indoor

### 1. Horários:

#### 1.1. Domingo – dia 23 de janeiro

- 07h30 – Abertura do secretariado
- 08h30 – Briefing para delegados e arbitragem
- 09h30 – Início das competições do período da manhã
- 13h00 – Pausa para almoço
- 13h45 – Início das competições do período da tarde
- 19h00 – Encerramento

Campeonato Nacional de Remo Indoor - Atletas Federados						
Competição Individual	Escalão	Idade	Distância (m)	Descrição	Horário	
	Grupos de Idade		30-39 PL/PA	2000	Atletas nascidos entre 1983 e 1992	09h30
			40-49 PL/PA	2000	Atletas nascidos entre 1973 e 1982	
			50-54 PL/PA	2000	Atletas nascidos entre 1968 e 1972	
			55-59 PL/PA	2000	Atletas nascidos entre 1963 e 1967	
			60-64 PL/PA	2000	Atletas nascidos entre 1958 e 1962	
			65-69 PL/PA	2000	Atletas nascidos entre 1953 e 1957	
			70+ PL/PA	2000	Atletas nascidos antes de 1953	
	Entrega de Prémios		Grupos de Idade		10h30	
	Benjamins	09-10	250	Atletas nascidos entre 2012 e 2013	11h00	
	Infantis	11-12	500	Atletas nascidos entre 2010 e 2011	11h30	
	Iniciados	13-14	1000	Atletas nascidos entre 2008 e 2009	12h00	
	Entrega de Prémios		Benjamins, Infantis e Iniciados		12h45	
	Juvenis	15-16	1500	Atletas nascidos entre 2006 e 2007	13h45	
	Universitários	Universitários	1000	Atletas Universitários	14h30	
	Adaptados	Todas	1000	Atletas portadores de deficiência física ou intelectual. Categorias: (A) Braços; (TA) Tronco e Braços; (LTA) Pernas, Tronco e Braços; (LTAI) Def. Intelectual	15h00	
	Entrega de Prémios		Adaptados, Universitários e Juvenis		15h30	
	Juniores	17-18	2000	Atletas nascidos entre 2004 e 2005	16h00	
	Seniores	19+ PL/PA	2000	Atletas nascidos antes de 2004	16h45	
Entrega de Prémios		Juniores e Seniores		17h30		

- O Campeonato Nacional de Remo Indoor é uma prova elegível de apuramento para o Campeonato Mundial de Remo Indoor. Mais informações, aqui: [https://www.wrichhamburg2022.com/en/participants/qualification\\_guide](https://www.wrichhamburg2022.com/en/participants/qualification_guide)

## **2. Âmbito do Evento**

2.1. **Campeonato Nacional de Remo Indoor** - Participantes Federados na Federação Portuguesa de Remo ou, no caso de atletas estrangeiros, numa federação sua congénere;

## **3. Secretariado**

Dia 23 de Janeiro, a partir das 07h30.

Todos os atletas, treinadores e dirigentes deverão recolher a sua credencial para terem acesso à zona de provas.

As credenciais de treinador e dirigente serão atribuídas mediante preenchimento de formulário no secretariado.

**É obrigatória a apresentação de um teste negativo COVID (PCR ou Antígeno) realizado até 48 horas antes do evento, na altura da acreditação, com a exceção de quem:**

- *“demonstre ter sido vacinado há pelo menos 14 dias com uma dose de reforço de uma vacina contra a COVID-19, considerando-se como tal uma dose de uma vacina contra a COVID-19 administrada para além do esquema vacinal completo conforme definido no n.º 2 do artigo 4.º do [Decreto-Lei n.º 54-A/2021](#), de 25 de junho, na sua redação atual.”*
- Tenha menos de 12 anos.

**As normas de acesso ao evento não retiram a obrigatoriedade de utilização de máscara e dos cuidados de higiene e todos os espaços.**

## **4. Inscrições**

4.1. O prazo limite das inscrições é dia 16 de janeiro

4.2. Inscrições **Individuais** para **atletas federados** em: <http://provas.fpremo.pt>

## **5. Regulamento do Campeonato Nacional Indoor**

5.1. O evento decorrerá subordinado aos regulamentos da Federação Portuguesa de Remo, designadamente o [Regulamento Nacional de Remo Indoor](#);

5.2. Protestos - caução / 100.00€ (ver RNR em vigor);

5.3. Substituições de atletas não são permitidas, conforme regulamentos.

## **6. Taxa de inscrição**

Prova	Atletas Filiados
Jovens (Benjamin a Juvenil)	3,50€
1000m Adaptado	0,00€
Universitários	5,00€
2000m Juniores e Seniores	6,00€
2000m Grupos de Idade	8,50€

6.1. Quaisquer inscrições solicitadas fora do prazo limite (10 de janeiro) serão oneradas de acordo com a taxa de última hora em vigor (50€ por inscrição).

6.2. **As inscrições deverão ser pagas até ao dia 17 de janeiro, caso contrário não constarão do programa de provas.**

6.3. **Atletas Federados** - Todos os atletas federados devem estar inscritos na Federação Portuguesa de Remo, para a época em curso e exame médico desportivo válido.

6.4 **Atletas Universitários** – Os atletas universitários devem enviar a inscrição para [manuelpita@fpremo.pt](mailto:manuelpita@fpremo.pt) com o comprovativo de inscrição no ano lectivo 2021/2022 em documento reconhecido pela respetiva universidade.

## **7. Programa e Desistências**

7.1. Até às 24h00 do dia 18 de janeiro através de e-mail para [geral@fpremo.pt](mailto:geral@fpremo.pt).

7.2. Elaboração do programa provisório no dia 18 de Janeiro

7.3. Os ergómetros de competição serão numerados de 1 a 30;

7.4. No caso se existirem mais do que 20 participantes por cada categoria etária, serão constituídas várias mangas.

## **8. Reunião de Delegados**

8.1 A reunião de delegados será por zoom no dia 19 de janeiro

Tópico: Campeonato Nacional de Remo Indoor

Hora: 19 jan. 2022 09:15 da tarde Lisboa

<https://us06web.zoom.us/j/88503157261>

ID da reunião: 885 0315 7261

## **9. Entrega de Prémios**

9.1. Medalhas para o 1º lugar, até 3 competidores;

9.2. Medalhas para o 1º, 2º e 3º lugar, com mais de 3 competidores;

9.3. A entrega de prémios será realizada à medida que as provas vão decorrendo;

## **10. Serviço médico e de salvamento**

10.1. Local: Ambulância; Hospitais da Universidade de Coimbra

10.2. Horário: Domingo a partir das 08h30, até ao final das provas

## **11. Serviço de Refeições e alojamento**

11.1. A organização informará os clubes, atempadamente, sobre o serviço de refeições disponibilizado

## **12. Notas Gerais**

12.2. Os casos omissos serão resolvidos pela organização.

### **Organização:**

Associação Académica de  
Coimbra  
Federação Portuguesa de  
Remo

### **Contactos:**

Manuel Pita (912614542)  
João Gomes (914318503)  
Rui Gaspar (911081417)

### **Correio eletrónico:**

[manuelpita@fpremo.pt](mailto:manuelpita@fpremo.pt)  
[geral@fpremo.pt](mailto:geral@fpremo.pt)