

Desafio de Inverno

ANTEPROGRAMA



DATA: 5 de fevereiro

LOCAL: Coimbra

1. Horários

1.1 **Acreditação:** 08h30 – 10h30 (Entrada Posto Náutico AAC)

1.2 **Início das Provas:** 10h00

1.3 **Ordem de Provas:**

10:00		11:00		12:00	
VM	4X	VM	4-	VM	4+
VF		VF		VF	
JM	4+	JM	4X	JM	4-
JF		JF		JF	
SM	4-	SM	4+	SM	4X
SF		SF		SF	

2. Campo de Regatas

2.1 Rio Mondego

2.2 Distâncias:

- Aprox. 5000m

2.3 Largada:

- Largada corrida – Largada em movimento sem diferença fixa entre saídas. Ordem de largada correspondente aos números dorsais, com o nº1 a largar em 1º lugar.
- Largada feita debaixo da Ponte Rainha Santa Isabel (800m a montante do posto náutico AAC)

2.4 Viragem de boia aos 3km de prova (aprox)

2.5 Sistema de *photo-finish* na chegada;

2.6 Todos os atletas são obrigados a passar todas as bóias pelo lado esquerdo (bóias do lado da voga em relação ao remador)



3. Reunião de Delegados/Briefing

3.1 Dia 3 de fevereiro às 21h30 por ZOOM.

3.2 Na reunião serão dadas as informações e decisões em relação ao evento;

4. Inscrições

4.1 A efetuar na plataforma da FPR até ao dia 29 de janeiro.

4.2 As inscrições de tripulações mistas de clubes são para ser feitas por email para manuelpita@fpremo.pt.

4.3 Todos os atletas devem estar federados e com exame médico válido para a época 2021/2022.

4 Desistências e Sorteio

- 4.2 Desistências devem ser comunicadas até à Reunião de Delegados;
- 4.3 Publicação do programa provisório no dia 1 de fevereiro de 2022;

5 Entrega de prémios

- 5.2 Haverá medalhas para o 1º classificado de cada tipo de embarcação, nos respetivos escalões (descritos na ordem de provas)

6 Penalidades

- 6.2 Perda do nº de proa ou não devolução, custo 5€/cada.
- 6.3 Cada boia passada do lado errado dará um acréscimo de 30 segundos ao tempo final.
- 6.4 Cada equipa que impeça uma equipa mais rápida de a ultrapassar ou que ponha em causa o normal desenrolar da equipa adversária verá um acréscimo de 30 segundos no seu tempo final.

7 Números de proa

- 7.2 Todas as embarcações terão número de proa. Os números serão distribuídos na acreditação.

8 Serviço médico, salvamento e fiscalização

- 8.2 Local da chegada: Ambulância e embarcação de socorro;
- 8.3 Existirão lanchas de apoio durante o percurso;
- 8.4 Serviços Médicos de Urgência: Hospitais da Universidade de Coimbra.

9 Alimentação

- 9.2 A organização disponibilizará um serviço de refeições que terá o custo de 5€ por atleta e necessita de reserva até dia 31 de Janeiro. A reserva das refeições deverá ser enviada para o endereço de correio eletrónico: geral@aac-nauticos.com

10 Prevenção Pandemia COVID-19

- 10.2 Face aos constrangimentos motivados pela Pandemia COVID-19 torna-se necessário adotar um conjunto de regras, como se segue:
 - 10.2.1 Regras gerais de segurança e higiene
 - 10.2.2 Divulgar regras no sentido de evitar aglomerados de pessoas;
 - 10.2.3 Manter o distanciamento social de 2 metros;
 - 10.2.4 Usar máscara sempre que fora da competição;

10.3 Regras específicas para Atletas e participantes dos Clubes:

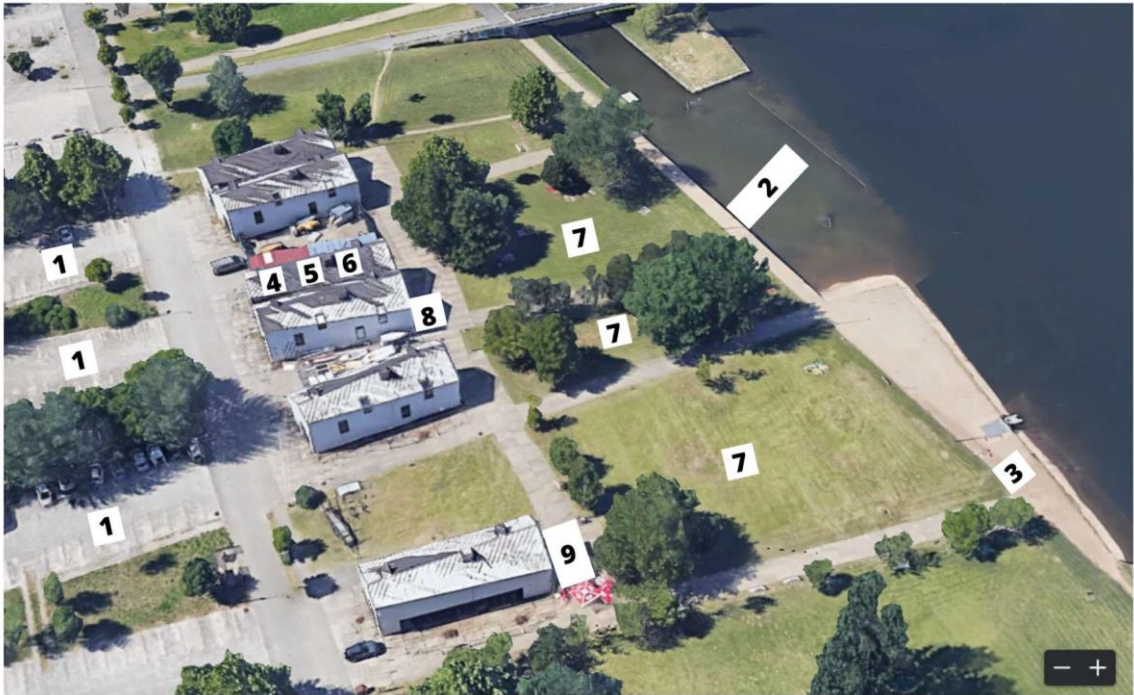
- 10.3.1 Efetuar desinfeção de mãos e superfícies com solução alcoólica e solução clorada (2% a 5%) respetivamente (se for o caso). A organização colocará à disposição dos Atletas e participantes dos clubes os produtos de higienização e desinfeção;
- 10.3.2 Usar máscara sempre que possível;
- 10.3.3 Efetuar medição de temperatura sempre que entrar na zona delimitada;
- 10.3.4 Cumprir regras gerais no aplicável.

10.4 Estas regras e outras que venham a ser implementadas serão anunciadas no sistema de som de forma contínua durante todo o evento;

10.5 A Federação Portuguesa de Remo fará a coordenação com as entidades de saúde, nomeadamente com Delegado de Saúde Local, Proteção Civil e outras relevantes;

10.6 O Centro Hospitalar da Universidade de Coimbra será avisado sobre a realização do evento;

10.7 O posto Náutico da AAC terá uma sala preparada para eventual isolamento de casos suspeitos em Atletas e participantes dos clubes até que sejam contactadas e devidamente encaminhadas para Unidade de Saúde Local e / ou Hospital ou outras que venham a ser indicadas.



1. Parque de atrelados.
2. Zona de embarque/desembarque.
3. Bombeiros.
4. Balneário Masculino.
5. Área de Isolamento.
6. Balneário Feminino.
7. Parque de barcos.
8. Tenda de levantamento dos almoços.
9. Bar de apoio.

12. Notas Gerais

- 12.1 Todas as equipas serão responsáveis pelo seu rumo, havendo apenas advertência dos árbitros em caso de extrema necessidade.
- 12.2 Não são permitidos desdobramentos
- 12.3 Os casos omissos são resolvidos pela organização;

ORGANIZAÇÃO: Associação Académica de Coimbra/Federação Portuguesa de Remo

CONTACTOS: Rui Gaspar (AAC) – 911081417
Manuel Pita (FPR) – 912614542