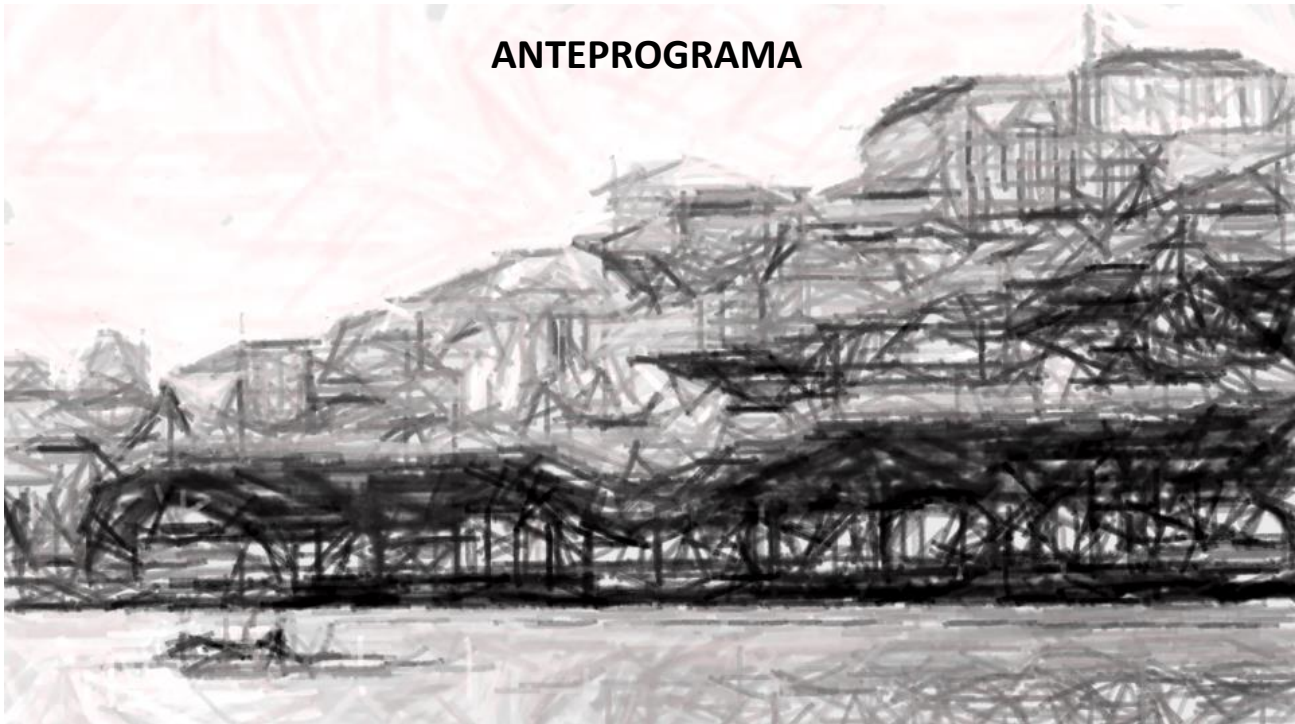


Desafio de Inverno



DATA: 10 de Janeiro

LOCAL: Coimbra

1. Horários

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

1.2 Início das Provas: 11h00

1.3 Ordem de Provas:

4+	VW VM JF JM W M
4-	VW VM JF JM W M
4x	VW VM JF JM W M

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 8 de Janeiro 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 ou manuelpita@fpremo.pt até ao dia 03 de Janeiro

4.2 Todos os atletas devem estar federados e com exame médico válido para a época 2020/2021

5. Desistências e Sorteio

- 5.1 Desistências devem ser comunicadas até à Reunião de Delegados;
- 5.2 Publicação do programa provisório no dia 05 de Dezembro de 2021;

6. Entrega de prémios

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

7. Penalidades

- 7.1 Perda do nº de proa ou não devolução, custo 5€/cada.
- 7.2 Cada boia passada do lado errado dará um acréscimo de 30 segundos ao tempo final.
- 7.3 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.

8. Números de proa

- 8.1 Todas as embarcações terão número de proa e dorsal. Os números serão distribuídos na acreditação.
- 8.2 O número dorsal deverá ser colocado nas costas do atleta que rema na proa, por cima do equipamento de forma a ficar bem visível a árbitros e equipa de cronometragem.

9. Serviço médico, salvamento e fiscalização

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

10. Alimentação

- 10.1 A organização está a tentar organizar serviço de refeições. Será comunicado aos clubes caso se confirme, e quais os moldes de reserva.

11. Prevenção Pandemia COVID-19

- 11.1 Para ter acesso à zona reservada de competição do parque verde do mondego (delimitada no mapa com a linha vermelha) todos os atletas/treinadores/dirigentes terão de entregar um termo de responsabilidade (em anexo) e passar pelo processo de medição de temperatura. Este controlo será feito na entrada da referida zona e todos os agentes que estiverem em condições de entrar receberão uma pulseira de identificação. Cada clube poderá ter um treinador/dirigente por cada 4 atletas, que terá também acesso às zonas de barcos e de descanso dos atletas.

Estas zonas estão identificadas no Mapa do Local (final do documento), estarão vedadas e os acessos devidamente controlados.

11.2 Face aos constrangimentos motivados pela Pandemia COVID-19 torna-se necessário adotar um conjunto de regras, como se segue:

- Regras gerais de segurança e higiene
- Divulgar regras no sentido de evitar aglomerados de pessoas;
- Manter o distanciamento social de 2 metros;
- Usar máscara sempre que fora da competição;

11.3 Regras específicas para Atletas e participantes dos Clubes:

- 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;
- Usar máscara sempre que possível;
- Efetuar medição de temperatura sempre que entrar na zona delimitada;
- Cumprir regras gerais no aplicável.

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

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

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

11.7 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. Zona de acreditação.
2. Tendas de apoio (atletas).
3. Parque de barcos.
4. Zona de embarque.
5. Zona de desembarque.
6. Bombeiros.
7. Parque de atrelados.
8. Sala de isolamento.
9. Balneário feminino (chuveiro interdito).
10. Balneário masculino (chuveiro interdito).
11. Bar de apoio.
12. Tenda de levantamento dos almoços.



12. Notas Gerais

- 12.1** Todas as equipas devem garantir a regra de 1 Casco x 1 Equipa.
- 12.2** Todas as equipas serão responsáveis pelo seu rumo, havendo apenas advertência dos árbitros em caso de extrema necessidade.
- 12.3** Não são permitidos desdobramentos
- 12.4** 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