

# Testes Nacionais

## 10 e 11 de Abril

### Montemor – o – Velho

### 2000m

**Data:** 10 e 11 de Abril

**Local:** Centro de Alto Rendimento de Montemor-o-Velho

**Reunião de Delegados:** Quinta-Feira 08 de Abril – 21H00

## 1. Horários

### 1.1 Sábado 10 de Abril:

1.1.1 08H-09H – Pesagens atletas ligeiros

1.1.2 10H00 – Contra Relógio Individual

1.1.3 16H30 – Semi-Finais

### 1.2 Domingo 11 de Abril:

1.2.1 07H-08H – Pesagens atletas ligeiros

1.2.2 09h00 Finais

## 2. Ordem de Provas:

### 2.1 Contra-Relógio

2.1.1 Adaptados / Juniores Femininos / Seniores Femininos / Juniores Masculinos / Seniores Masculinos

2.1.2 A ordem de saída será construída em função dos resultados ergométricos (Juniores 2km / Seniores 5km), dos mais lentos para os mais rápidos.

2.1.3 Os contra-relógio serão realizados nas pistas 6 e 7, com saídas de 1 em 1 minuto. (Em condições de vento, as pistas poderão ser ajustadas)

## **2.2 Semi-Finais**

### **2.2.1 Semi-Final E/F – 25º ao 36º Classificado**

**2.2.1.1 SF E/F 1 – 25º/28º/29º/32º/33º/36º**

**SF E/F 2 – 26º/27º/30º/31º/34º/35º**

### **2.2.2 Semi-Final C/D – 13º ao 24º Classificado**

**2.2.2.1 SF C/D 1 – 13º/16º/17º/20º/21º/24º**

**SF C/D 2 – 14º/15º/18º/19º/22º/23º**

### **2.2.3 Semi-Final A/B – 1º ao 12º Classificado**

**2.2.3.1 SF A/B 1 - 1º/4º/5º/8º/9º/12º**

**SF A/B 2 - 2º/3º/6º/7º/10º/11º**

## **2.3 Finais**

**2.3.1** As finais têm início às 09h00 com as finais Femininas, seguindo-se as finais de Remo Adaptado e terminando com as finais Masculinas.

**2.3.2** A diferença entre finais dentro do mesmo género será de 5 minutos e 10 minutos entre géneros.

- Os números de proas serão entregues na entrada do CAR, e devem ser devolvidos no final das provas.
- Haverá um serviço de refeições disponibilizado pelo Hotel Abade João, com um custo de 6,5€. As refeições serão volantes e entregues na pista.
- Para reservar a refeição, os clubes devem enviar e-mail para [manuelpita@fpremo.pt](mailto:manuelpita@fpremo.pt) até ao dia 06.

**CONTACTOS:** Nuno Coutinho (FPR) – 917391879  
Manuel Pita (FPR) – 912614542 / [manuelpita@fpremo.pt](mailto:manuelpita@fpremo.pt)