



Campeonato Nacional de Remo Indoor 2019

Pavilhão Desportivo Municipal de Caminha

1. Horários:

1.1. Sábado – dia 19 de Janeiro (Evento de Promoção)

- 15h00 – Abertura do Secretariado
- 15h30 – Briefing para atletas e equipa de arbitragem
- 16h30 – Início das competições
- 18h00 – Entrega de prémios
- 18h30 – Encerramento

Evento de Promoção - Remo Indoor					
Promoção Individual	Escalão	Idade	Distâncias (m)	Descrição	Horário
	Benjamins	9-10	250	Atletas nascidos entre 2009 e 2010	16h30
	Infantis	11-12	250	Atletas nascidos entre 2007 e 2008	
	Iniciados	13-14	500	Atletas nascidos entre 2005 e 2006	16h50
	Juvenis	15-16	500	Atletas nascidos entre 2003 e 2004	
	Juniores	17-18	1000	Atletas nascidos entre 2001 e 2002	17h10
	Seniores + Universitários	19+	1000	Atletas nascidos antes de 2001	
	Grupos de Idade	30-39	1000	Atletas nascidos entre 1980 e 1989	
		40-49	1000	Atletas nascidos entre 1970 e 1979	
		50-54	1000	Atletas nascidos entre 1965 e 1969	
		55-59	1000	Atletas nascidos entre 1960 e 1964	
		60-64	1000	Atletas nascidos entre 1955 e 1959	
		65-69	1000	Atletas nascidos entre 1950 e 1954	
		70+	1000	Atletas nascidos antes de 1950	
Promoção Estafetas	Benjamins	09-10	4x250	Atletas nascidos entre 2009 e 2010	17h30
	Infantis	11-12	4x250	Atletas nascidos entre 2007 e 2008	
	Iniciados	13-14	4x250	Atletas nascidos entre 2005 e 2006	
	Juvenis	15-16	4x250	Atletas nascidos entre 2003 e 2004	
	Juniores	17-18	4x500	Atletas nascidos entre 2001 e 2002	17h45
	Seniores	19+	4x500	Atletas nascidos antes de 2001	
	Masters	40+	4x500	Atletas nascidos antes de 1980	
	Entrega de Prémios			Todos os escalões	18h00



1.2. Domingo – dia 20 de Janeiro (Campeonato Nacional de Remo Indoor)

8h30 – Abertura do secretariado

9h00 – Briefing para delegados e arbitragem

10h00 – Início das competições do período da manhã

14h00 – Pausa para almoço

14h30 – Início das competições do período da tarde

18h00 – Entrega de prémios

18h30 – Encerramento

Campeonato Nacional de Remo Indoor - Atletas Federados					
Competição Individual	Escalão	Idade	Distância (m)	Descrição	Horário
	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	10h00
	Grupos de Idade	30-39 PL/PA	2000	Atletas nascidos entre 1980 e 1989	10h45
		40-49 PL/PA	2000	Atletas nascidos entre 1970 e 1979	
		50-54 PA	2000	Atletas nascidos entre 1965 e 1969	
		55-59 PA	2000	Atletas nascidos entre 1960 e 1964	
		60-64 PA	2000	Atletas nascidos entre 1955 e 1959	
		65-69 PA	2000	Atletas nascidos entre 1950 e 1954	
		70+ PA	2000	Atletas nascidos antes de 1950	
	Entrega de Prémios			Adaptados	11h30
	Benjamins	09-10	250	Atletas nascidos entre 2009 e 2010	11h45
	Infantis	11-12	500	Atletas nascidos entre 2007 e 2008	12h05
	Iniciados	13-14	1000	Atletas nascidos entre 2005 e 2006	12h35
	Entrega de Prémios			Grupos de Idade	13h30
	Juvenis	15-16	1500	Atletas nascidos entre 2003 e 2004	14h30
	Juniores	17-18	2000	Atletas nascidos entre 2001 e 2002	15h45
	Seniores	19+ PL/PA	2000	Atletas nascidos antes de 2001	16h30
	Entrega de Prémios			Remo Jovem	17h00
Competição de Estafetas	Benjamins	09-10	4x250	Atletas nascidos entre 2009 e 2010	17h30
	Infantis	11-12	4x250	Atletas nascidos entre 2007 e 2008	
	Iniciados	13-14	4x250	Atletas nascidos entre 2005 e 2006	
	Juvenis	15-16	4x250	Atletas nascidos entre 2003 e 2004	
	Juniores	17-18	4x500	Atletas nascidos entre 2001 e 2002	17h45
	Seniores	19+	4x500	Atletas nascidos antes de 2001	
	Masters	40+	4x500	Atletas nascidos antes de 1980	
	Entrega de Prémios		Juniores e Seniores Individuais + Estafetas		18h00