



# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE REMO

FILIADA NA FISA - FUNDADA EM 1920, COM UTILIDADE PÚBLICA DESPORTIVA

Fundada em 1920

Para:  
Clubes  
AR's

Circular Nº66/13

Lisboa, 2013-11-27

**Assunto: Acesso à Equipa Nacional 2013/2014**

**12 e 21 de Dezembro de 2013**

## **Fase 1 – Teste Ergométrico 10Km**

### **1. Data:**

12 de Dezembro de 2013 entre as 17h e 20h

### **2. Local:**

- Viana do Castelo, Centro Náutico VRL, Responsável: João Fernandes-  
916 487 293
- Porto, Centro Náutico C.N.I.D.H., Responsável: Luís Fonseca e Luís Faria-  
931 101 641
- Coimbra, Centro Náutico A. Académica de Coimbra, Responsável: Luís Maricato  
916 333 226
- Barreiro, Clube Naval Barreirense, Responsável: Pedro Figueira – 914 697 263

**NOTA: Valores de acesso aos testes nacionais água- Ver Anexo**

### **3. Pesagem antes do teste para referência (Não eliminatória)**

- Ligeiros Masculinos: Máx. 75Kg
- Ligeiros Femininos: Máx. 61,5Kg



# FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE REMO

FILIADA NA FISA - FUNDADA EM 1920, COM UTILIDADE PÚBLICA DESPORTIVA

## Fase 2 – Teste Água 6KM

### 1. Data:

**Sábado dia 21 de Dezembro às 15h30**

(hora sujeita a revisão dependendo dos resultados nos testes ergométrico)

### 2. Reunião

Para atletas e treinadores a ter lugar na Herdade da Cortesia no Sábado dia 21 de Dezembro às 12h30min. **Presença obrigatória**

**Reunião 60' após as provas, hora a anunciar na reunião das 12:30H**

### 3. Provas

Serão disputadas em contra-relógio, em sistema de *running start*, com saídas de 30 em 30 segundos.

### 4. Seleção

O processo de seleção é um processo contínuo. Esta avaliação adicionando a informação já disponível de testes anteriores e em conjunto com teste ergométrico de 25 de Janeiro serão levados em conta para a participação em futuros estágios da equipa nacional.

### 5. Organização e contactos

Federação Portuguesa de Remo. Luís Teixeira 914 696 052/ Pedro Figueira 914 697 263

### Anexos:

- Valores de acesso aos testes de água do dia 21 de Dezembro e valores de referência mundial.

Luís Ahrens Teixeira  
Presidente da F.P. de Remo