

LISTA DE DISTRIBUIÇÃO:

- CLUBES ASSOCIADOS
- ASSOCIAÇÕES REGIONAIS
- ANAR
- APAR
- ANTREMO

Lisboa, 2014-01-22

Circular Nº /10

Assunto: Documento orientador Equipa Nacional Sénior 2014/2015

Exmos Senhores,

Tendo por objetivo esclarecer e obter um maior envolvimento por parte dos agentes que se relacionam com os atletas das equipas nacionais seniores vem a FPR partilhar com toda a comunidade do remo nacional os objetivos competitivos, calendário, critério de seleção e Standards.

1. Objetivos Competitivos

Equipa Sénior A

A equipa sénior A, tem como o objetivo prioritário a qualificação olímpica no evento 2x LM a disputar nos Campeonatos do Mundo 2015, em Aiguebelette. Quanto aos demais atletas que fazem parte desta equipa, a finalidade é criar uma combinação no evento de 2- LM que tenha potencial para atingir uma Final A no Campeonato do Mundo de Remo 2015.

Equipa Sénior Sub23

A equipa sénior Sub23 pesos ligeiros tem como o objetivo presenças em finais B nos Campeonatos do Mundo Sub23 2015, em Plovdiv. Tendo em conta a composição deste grupo à data, a prioridade recai na seleção de um 2xLM. Os restantes atletas serão selecionados para o evento de 4-LM ou 2-LM. Todas estas combinações serão testadas ao longo do ano e terão de demonstrar potencial para os resultados acima referidos.

Relativamente aos Absolutos, é do interesse da FPR, contribuir para o desenvolvimento dos mesmos com a finalidade de Finais A em regatas internacionais que constam do calendário abaixo referido.

2. Calendarização

Data	Evento	Observações
29-01-2015	Ergómetro 10K	
13 a 17-02-2015	Estágio (Sen A e Sub23)	
14-03-2015	Ergómetro 5K	
19 a 26-03-2015	Estágio (Sen A e Sub23)	
2 a 4-04-2015	Estágio (Sen A e Sub23)	
22-04-2015	Ergómetro 5K	
9 a 14-05-2015	Estágio (Sub23)	
16 e 17-5-2015	Essen Regata	
23 a 27-5-2015	Estágio (Sen A)	
27 a 1-6-2015	Campeonato da Europa (Sen A)	
13 a 17-6-2015	Estágio (Sen A)	
17 a 22-6-2015	Taça do Mundo II (Sen A)	
20 a 25-06-2015	Estágio (Sub23)	
26 a 28-06-2015	Holland Beker Regata (Sub23)	
4 a 8-07-2015	Estágio (Sen A)	
8 a 18-7-2015	Estágio (Sub23)	
8 a 12-07-2015	Taça do Mundo III	
20 a 27-7-2015	Campeonato do Mundo Sub23	
3 a 27-08-2015	Estágio (Sen A)	
27 a 7-09-2015	Campeonato do Mundo Sen A	

3. Critérios de Seleção

Séniiores A

Os atletas serão avaliados através dos valores ergométricos dentro dos standards pré-definidos e pela performance nos testes de água. Para a elaboração de tripulações testes adicionais serão efetuados ao longo da época. Os resultados na água serão sempre analisados de forma percentual do WBT (World Best Time) e sempre tendo em conta as condições (temperatura da água e vento).

A elite desportiva terá sempre como objetivo o apuramento olímpico. A consistência dos resultados é fundamental para o alcance deste objetivo.

Séniiores Sub23

Os atletas serão avaliados através dos valores ergométricos dentro dos standards pré-definidos e pela performance nos testes de água. Para a elaboração de tripulações testes adicionais serão efetuados ao longo da época. Os resultados na água serão sempre analisados de forma percentual do WBT (World Best Time) e sempre tendo em conta as condições (temperatura da água e vento).

Relembramos que o objetivo é a formação a longo prazo, e tendo em conta que o grupo, à data, é composto maioritariamente por atletas séniiores de primeiro ano.

4. Standards

	SM A	SM Sub23	SML	SML Sub23	SF	SF Sub23	SFL	SFL Sub23
10K 15/10 Out	01:42,0	01:44,5	01:47,0	01:50,0	01:57,0	01:59,5	02:02,0	02:04,5
10K 3/12 Dez	01:41,0	01:43,5	01:46,0	01:49,0	01:56,0	01:58,5	02:01,0	02:03,5
10K 29/1 Jan	01:40,0	01:42,5	01:45,0	01:48,0	01:55,0	01:57,5	02:00,0	02:02,5
5K 14/3 Mar	01:36,5	01:39,0	01:41,5	01:44,5	01:51,5	01:54,0	01:56,5	01:59,0
5K 22/4 Abr	01:36,0	01:38,5	01:41,0	01:44,0	01:51,0	01:53,5	01:56,0	01:58,5

Agradecemos a atenção dispensada e apresentamos os melhores cumprimentos



Luís Ahrens Teixeira