



## 2ª Jornada do Troféu VRL Jovens Remadores Rio Lima – Viana do Castelo

**Dia:** 22/11/2014 (Sábado)

**Hora:** 14h00m

**Local:** Viana do Castelo

Clubes Convidados (12): VRL, ADCJC, SCC, CNIDH, CFP, CFV, SCP, CDUP, Portus Cale, RCNVigo, CRTui, CRMiño e CNCastelo.

### **Ante-Programa**

#### **Treino Competitivo**

##### **Adaptados (M/F)**

13h00 – 1X Adaptado (M/F)

##### **Veteranos (M/F)**

13h10 – 2X F

13h15 – 4X F

13h20 – 8+ M

13h25 – 2x M

**Reunião de treinadores e delegados: 13h30**

#### **Provas do Troféu (perícia)**

##### **Benjamins (Principiantes)**

Prova 1 - 14h00 – 1X F

Prova 2 - 14h15 – 1X M

##### **Infantis (Principiantes)**

Prova 3 - 14h30 – 1X F

Prova 4 - 14h45 – 1X M

##### **Iniciados (Principiantes)**

Prova 7 - 15h10 – 1X F

Prova 8 - 15h30 – 1X M

##### **Juvenis (Principiantes)**

Prova 5 - 16h00 – 1X F

Prova 6 - 16h20 – 1X M

##### **Juniores (Principiantes)**

Prova 9 - 16h50 – 1X F

Prova 10 - 17h00 – 1X M

**Inscrições até ao dia 16/11/14**

**Notas:**

- Os horários previstos, estarão sujeitos a eventuais correções, conforme receção de inscrições. Se o número de inscritos for muito elevado, teremos de antecipar o início das provas.
- As provas complementares (Treino Competitivo) destinam-se apenas a atletas de Remo Adaptado e Veterano e serão disputadas em linha nas distâncias de 500 e 1000 metros, respetivamente.
- Nesta jornada, as provas do Troféu destinam-se apenas a atletas Principiantes, segundo os critérios definidos pela FPR para os Torneios 1<sup>as</sup> Remadas.
- As provas de perícia irão realizar-se em circuito marcado com bóias. As largadas serão dadas em contra-relógio.
- Apela-se ao bom senso dos treinadores na escolha dos atletas que irão competir. Trata-se de uma prova de perícia simples, mas que implica alguma destreza e à vontade num skiff, por parte dos atletas.
- O VRL assegurará uma ambulância em terra e lanchas de apoio na água.

**Percurso da prova de Perícia (aproximadamente 300 metros):**

