

## PASSEIO DE REMO LAZER no RIO LIMA

VIANA DO CASTELO ↔ LANHESES

### PROGRAMA

<b>Organização:</b>	VRL-Viana Remadores do Lima
<b>Data:</b>	<b>26 abril de 2014 (sábado)</b>
<b>Tipo de Percurso:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 22km</li> <li>➤ Partida e Chegada: Centro de Remo</li> <li>➤ Intervalo com lanche reforçado e visita ao Museu do Pão e Rio</li> </ul>
<b>Condições previstas:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Preia-Mar: 13:50h (3,24 altura)</li> <li>➤ Baixa-Mar: 07:36h (0,69 altura) / 19:57h (0,73 altura)</li> <li>➤ Vento Moderado Noroeste</li> <li>➤ Temperatura: 13º/7º (com 67% possibilidades de precipitação)</li> </ul>
<b>Categorias de tripulações:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 4x Yolette (Lazer e Manutenção)</li> <li>➤ 2x, 4x e 8+ Shell (Veteranos)</li> </ul>
<b>Concentração:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ 09:00 h no Centro de Remo</li> <li>➤ 09:30 h Largada para o passeio Primavera Rio Lima</li> </ul>
<b>Embarcações/ Tripulações:</b>	<p><b>Yolette A:</b> <b>Yolette B:</b> <b>Yolette C:</b> Outros barcos shell.</p>
<b>Nº de participantes:</b>	Inscrições até dia 24 abril na secretaria VRL.
<b>Contribuição:</b>	5 remadas
<b>Transporte:</b>	Acompanhantes carros próprios ou se necessário carrinhas VRL
<b>Segurança:</b>	➤ Acompanhamento Lancha a motor água.
<b>Apoios:</b>	➤ Intermache Mazarefes
<b>Notas gerais:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Fazerem-se acompanhados de água para o Passeio de Remo Lazer.</li> <li>➤ Atletas 4x Yolettes devem levar sapatilha para o barco.</li> <li>➤ Utilizar roupa confortável.</li> <li>➤ Na chegada a Lanheses realizar-se-á respetivo lanche reforçado e visita ao Museu do Pão e Rio, visualização de um filme sobre a a história do barco “Água-arriba” (Junta de Freguesia de Lanheses).</li> <li>➤ Boa disposição ...</li> </ul>