



CLUBE NAVAL INFANTE D. HENRIQUE

TALANT DE BIEN FAIRE

FUNDADO EM 4-7-1925

POSTO NÁUTICO

Rua Escritor Costa Barreto, 3000 - 4420-445 Valbom GDM

Tel.: 913 318 887

Web: www.cninfante.pt

INSTITUIÇÃO
DE UTILIDADE PÚBLICA

AEROBIC MONSTERS 2017

ANTEPROGRAMA

Juvenis, Juniores e Seniores

DATA: 21 de Outubro de 2017

LOCAL: Rio Douro – Gondomar – em frente ao Centro de Desportos Náuticos de Gramido

(Estes horários poderão ser corrigidos de acordo com as inscrições)

EVENTO Nº	HORA	BARCO	PERCURSO
1	14:30	F2x	Gramido -> Zebreiros
2	14:40	F1x	Gramido -> Zebreiros
3	15:30	M4x	Zebreiros -> Gramido
4	15:40	M2x	Zebreiros -> Gramido
5	15:50	M2-	Zebreiros -> Gramido
6	16:00	M1x	Zebreiros -> Gramido

1 – Horários

1.1 - Início pelas 14:30h;

1.2 - Entrega de diplomas: a partir das 16.00h.

2 – Regulamento

2.1 – A regata decorrerá subordinada ao Regulamento Nacional de Regatas (RNR);

2.2 – As equipas serão agrupadas por tipo de barco, mas haverá uma classificação independente por cada categoria etária;

2.3 – Protestos - caução / 100.00€ (ver RNR em vigor);

2.4 – Substituições de Atletas (ver RNR em vigor);

2.5 – Sistema de Vídeo na Chegada;

3 – Campo de Regatas

3.1 – Pista de águas fluviais com largada móvel (Juiz de partida e alinhador);

3.2 – Percursos e distâncias:

- Percurso 1 – Infante – Praia de Zebreiros (6500 m) – Femininos
- Percurso 2 – Praia de Zebreiros - Infante (6500 m) – Masculinos

3.3 – Largadas:

O método de largada depende do número de inscrições:

- **Até 8 inscrições** - Largada em linha – método tradicional, com as embarcações alinhadas paralelamente e partida em simultâneo;
- **9 ou mais inscrições** - Largada 30" em 30" – sistema tipo contrarrelógio, com partida individual das equipas, espaçadas 30" entre si;



CLUBE NAVAL INFANTE D. HENRIQUE

TALANT DE BIEN FAIRE

FUNDADO EM 4-7-1925

POSTO NÁUTICO

Rua Escritor Costa Barreto, 3000 - 4420-445 Valbom GDM

Tel.: 913 318 887

Web: www.cninfante.pt

**INSTITUIÇÃO
DE UTILIDADE PÚBLICA**

4 – Reunião de Delegados

- 4.1 – Dia 21 de Outubro às 12.00h no Posto Náutico do Clube Naval Infante D. Henrique - Rua Escritor Costa Barreto, n.º 3000 – Valbom – Gondomar;
- 4.2 – Na reunião serão dadas as informações e decisões em relação ao evento.

5 – Inscrições

- 5.1 – Só serão aceites **inscrições até ao dia 17 de Outubro**;
- 5.2 – As inscrições são obrigatoriamente nominais e enviadas em impresso próprio para o correio eletrónico geral@cninfante.pt ;
- 5.3 – Todos os atletas devem estar inscritos na FPR, para a época em curso e possuir seguro desportivo válido;

6 – Desistências e Sorteio

- 6.1 – Desistências até às 12h do dia 18 de Outubro. A partir dessa data serão efetuadas na reunião de delegados;
- 6.2 – Sorteio e elaboração do programa provisório no dia 18 de Outubro, pelas 22h, no Posto Náutico do Infante.

7 – Entrega de Prémios

- 7.1 – Diplomas para os 3 melhores tempos de cada embarcação, se mais do que 3 participantes e para o melhor tempo, de 1 a 3 participantes;
- 7.2 – T-Shirt para os melhores tempos do Skiff F/M;
- 7.3 – A entrega será realizada a partir das 16.00h;

8 – Números de proa

- 8.1 – Todas as embarcações terão número de proa, a distribuir aos clubes na reunião de delegados.

9 – Serviço médico e de salvamento

- 9.1 – Local da chegada: Ambulância e embarcação de socorro;
- 9.2 – Existirão lanchas de apoio durante o percurso;
- 9.3 – Serviços Médicos de urgência: Hospital Geral de Santo António – Porto;

10 – Notas Gerais

- 10.1 – Os clubes poderão participar com mais de uma tripulação por tipo de barco;
- 10.2 – Os clubes deverão ter barcos suficientes para o cumprimento do programa;
- 10.3 – Os casos omissos serão resolvidos pela organização;



CLUBE NAVAL INFANTE D. HENRIQUE

TALANT DE BIEN FAIRE

FUNDADO EM 4-7-1925

POSTO NÁUTICO

Rua Escritor Costa Barreto, 3000 - 4420-445 Valbom GDM

Tel.: 913 318 887

Web: www.cninfante.pt

**INSTITUIÇÃO
DE UTILIDADE PÚBLICA**

**Organização: Clube Naval Infante D. Henrique
Câmara Municipal de Gondomar**

APOIOS: União de Freguesias de S. Cosme, Valbom e Jovim

**Contactos: Ildeberto Ribeiro - 917520610
Paulo Almeida - 934640904**

