

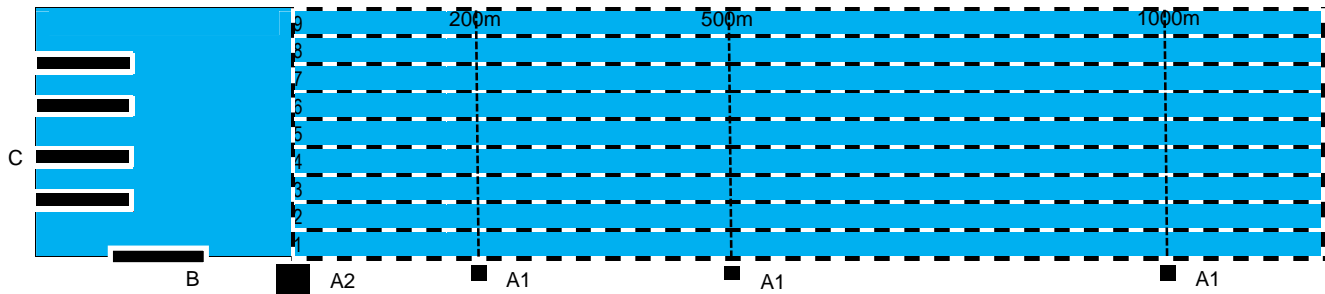


## IIª SELECTIVA NACIONAL DE VELOCIDADE | 1000, 500 e 200m

LOCAL | Montemor-o-Velho

DATA | 28 e 29 de Maio de 2011

INICIO | 10H00



Uma vez iniciada a competição, o Canal Principal apenas poderá ser utilizado para competir  
Para outras situações, deverão/poderão utilizar o Canal de Aquecimento e/ou o Canal de Retorno

A1	– Árbitros de Partida
A2	– Árbitros de Chegada
B	– Controlo de Peso das Embarcações e Devolução de Placas
C	– Funil de Acesso à Água e Recepção de Placas

### Nota Prévia:

| Não serão entregues documentos em suporte de papel. Será disponibilizada uma rede de internet sem fios para consulta dos cadernos de prova e resultados. Haverá ainda um placard com todos os resultados afixados e um monitor junto ao secretariado;  
Todos os ficheiros relativos à competição poderão/deverão ser descarregados na página da FPC.

- | A distribuição pelas diversas eliminatórias de 1000m, 500m e 200m será efectuada tendo em conta os resultados da I Taça de Portugal de Velocidade. Os restantes atletas serão colocados nas eliminatórias por sorteio informático.
- | A adopção pelo sistema 1 ou 2 para a distribuição dos atletas pelas Semi-Finais e Finais será gerado por sorteio informático.
- | Para efeito desta selectiva, com a excepção da categoria Cadete, a participação em duas distâncias é obrigatória.
- | A classificação a considerar para o apuramento é a resultante do somatório dos pontos obtidos nas finais A e B das distâncias de 1000/200m e 500/200m. Vence o atleta que somar mais pontos no final da competição.  
Em caso de empate, será considerado o somatório dos tempos obtidos.
- | Não se efectuarão “cortes” na Reunião de Delegados.
- | Não é permitida a utilização de aparelhos de medição de velocidade em prova.
- | As embarcações têm de possuir o peso mínimo obrigatório.
- | Para controlo de pesagem, serão sorteadas em cada prova (eliminatória, semi-final, finais A e B), quatro “4” embarcações. Para este efeito, serão anunciados em placard próprio colocado junto à tenda do controlo de pesagem (sendo visível da água).  
Os atletas seleccionados deverão dirigir-se de imediato para a tenda de controlo de pesagem.
- | Cada atleta receberá no funil de acesso à água (C) a placa da pista correspondente devolvendo-a na plataforma (B) ou, caso seja seleccionado para a pesagem, na respectiva tenda.
- | Serão entregues medalhas aos três primeiros classificados de cada categoria/especialidade e taças aos três primeiros clubes.





## IIª SELECTIVA NACIONAL DE VELOCIDADE | 1000, 500 e 200m

LOCAL | Montemor-o-Velho

DATA | 28 e 29 de Maio de 2011

INICIO | 10H00

| Esta competição funcionará de acordo com a nova ordem de largada, publicada no ponto 5.2 do regulamento de Velocidade aprovado em reunião de Direcção de 24 de Maio.

### 5.2.Preparação da largada

...

- d. O Árbitro de largada deve dar o sinal de largada com a voz "**ATENÇÃO...PARADOS...JÁ**".
- e. O sinal de partida poderá também ser dado por sinal sonoro, substituindo a palavra "JÁ".
- f. Com o comando "ATENÇÃO", todos os competidores devem se preparar para pagarar;
- g. Com o comando "PARADOS" todos os competidores deverão se imobilizar na posição para iniciar a partida, caso contrário efectuem uma falsa largada.
- h. Os competidores deverão iniciar a sua partida apenas após o comando "JÁ" ou sinal sonoro, caso contrário efectuem uma falsa largada;

...

### Entrega de Prémios

A entrega de prémios da II Taça de Portugal será realizada de acordo com o seguinte horário:

28/05/2011 - 18:40

K1 Séniores 1000

K1 Júniores 1000

K1 Cadetes 1000

28/05/2011 - 19:10

C1 Séniores 1000

C1 Júniores 1000

C1 Cadetes 1000

28/05/2011 - 19:50

K1 Cadetes Femininos 500

K1 Júniores Femininos 500

K1 Séniores Femininos 500

29/05/2011 – 12:07

K1 Séniores 200

K1 Júniores 200

29/05/2011 – 12:27

C1 Séniores 200

C1 Júniores 200

29/05/2011 – 12:47

K1 Séniores Femininos 200

K1 Júniores Femininos 20

Prémios Colectivos

Junto ao local da pesagem existirá uma tenda destinada à preparação dos atletas que vão receber as medalhas. Todos os atletas que terminarem a competição, de acordo com as regatas acima mencionadas deverão após pesagem da sua embarcação se dirigir a esta tenda. As suas embarcações ficarão colocadas em local próprio e limitado junto da pesagem até ao final da entrega de prémios.





## IIª SELECTIVA NACIONAL DE VELOCIDADE | 1000, 500 e 200m

LOCAL | Montemor-o-Velho

DATA | 28 e 29 de Maio de 2011

INICIO | 10H00

As tabelas abaixo, indicam o número de atletas seleccionáveis, por categoria|especialidade.

**Mediante a análise dos resultados por parte do DT da FPC, constituir-se-á as equipas que participarão no próximo estágio.**

**Tal como anteriormente referido salienta-se que:** o número de atletas seleccionáveis **poderá ou não** ser totalmente preenchido em função da **avaliação da prestação dos atletas nesta Selectiva** e do seu historial desportivo na modalidade na Especialidade de Velocidade.

É objectivo desta competição:

- 1) **Seleccionar os melhores atletas da categoria Sénior** para participarem no 9º Estágio da Equipa Nacional (30 de Maio a 12 de Junho) que terá lugar no **CAR da Federação Portuguesa de Canoagem** em Montemor-o-Velho. No decorrer do estágio será constituída a equipa que representará Portugal no **Campeonato da Europa de Velocidade**.

Seniores					
KAYAKS MASCULINOS		KAYAKS FEMININOS		CANOAS	
1000m	200m	500m	200m	1000m	200m
7	3	5	3	1	1

- 2) **Seleccionar os melhores atletas da Categoria Sénior Sub-23** para participarem no 9º Estágio da Equipa Nacional Sénior Sub-23 (30 de Maio a 12 de Junho) que terá lugar no **CAR da Federação Portuguesa de Canoagem** em Montemor-o-Velho.

Seniores Sub-23		
KAYAKS MASCULINOS	KAYAKS FEMININOS	CANOAS
3/4	4	1

Nesta categoria serão convocados os melhores atletas nas duas distâncias

- 3) **Seleccionar os melhores atletas Juniores para** participarem no 8º Estágio (10 a 26 de Junho) que terá lugar no **CAR da FPC** em Montemor-o-Velho.

Juniores Absolutos		
KAYAKS MASCULINOS	KAYAKS FEMININOS	CANOAS
6	4	4

- 4) **Seleccionar os melhores atletas das categorias Júnior 1º Ano e Cadete** para participarem no 4º Estágio da Equipa Nacional (6 a 13 de Agosto) que decorrerá no **CAR de Montemor-o-Velho**.

Juniores 1º Ano		Cadetes	
Categoria   Especialidade	Seleccionáveis	Categoria   Especialidade	Seleccionáveis
Kayaks Masculinos	2*	Kayaks Masculinos	4
Kayaks Femininos	2*	Kayaks Femininos	4
Canoas	2*	Canoas	2

- Atletas juniores de primeiro ano que se classifiquem imediatamente a seguir aos atletas juniores seleccionados para o estágio desta categoria. Estes atletas integrarão os trabalhos da Equipa Nacional Cadete.

Os Técnicos|Seleccionadores Nacionais **poderão, caso entendam relevante:**

- **Convocar** para estágio outros atletas tendo em conta o mérito demonstrado na competição.

- **Convocar** para estágio outros atletas caso algum dos seleccionados demonstre **indisponibilidade justificada** para integrar os trabalhos das equipas nacionais (respeitando a ordem classificativa do Controlo|Selectiva).

- **Não Convocar** um atleta que obtenha uma posição seleccionável no seu escalão mas que, realize um tempo total superior a um atleta de categoria inferior.

- **Não Convocar** um atleta que obtenha uma posição seleccionável mas que, possua historial de **indisponibilidade injustificada**.

A equipa técnica será formada pelos Técnicos Nacionais: **Ryszard Hoppe** e **Rui Fernandes**.

Estes técnicos poderão ser coadjuvados pelo Técnico da FPC **João Tiago Lourenço**.

### CONSELHOS DO NOSSO|VOSSO NUTRICIONISTA

Para uma adequada preparação nutricional pré e também pós competição consulta o nosso Manual de Nutrição no Desporto (Elaborado pelo Nutricionista da FPC | Professor Doutor Vítor Hugo Teixeira) em desdobrável que podes solicitar ou no site da FPC [www.fpcanoagem.pt](http://www.fpcanoagem.pt) (na página principal de Alto Rendimento).

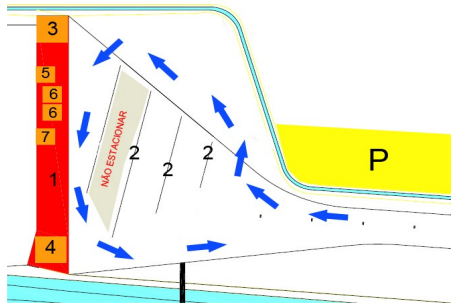




Outras informações

ACESSOS

(ver abaixo);



Não é permitida a circulação ou entrada de qualquer viatura ou atrelado dentro dos hangares ou interior do CAR;

Durante as competições o acesso, pelas portas exteriores, não será possível.

A zona exterior ao CAR de acesso aos Hangares 15 e 16 estará restrita a utilização por parte da FPCC no dia 17 de Abril.

Distribuição Hangares

Nº Hangar						
1	Armazém CAR					
2	FPC					
3						
4	Pesagem Livre					
5	VCKayakC	CIMontemor		ANC Lobos	Douro Canoa Clube	CTM AN Torreira
6	GCÁgueda	CFVilacondense	CN Crestuma	SLBenfica		
7	CNPrado		Gemeses			
8	AlhandraSC	SCAveiro	CN Mértola	CRPArnelas		
9		CN Funchal		CF Coimbra	CN Milfontes	CRP Rio Mau
10	ARCOR			ACRSGuedes		
11	CN Ponte Lima					
12	CNA Ilhavo	AN Amorense	CN Sesimbra	CD Patos	CMC Sol	
13	KCCArade	GaiaKC	CC Ovar			
14	Nabancia	Darque	CN Marecos	Liga-Dura		
15	Barquinhense	Alpendurada	Alcoutim	Mexilhoeira	Rio Neiva	Salvaterra
16	LIVRE					

Cada clube é responsável pelo estado do Hangar que ocupa, podendo ser responsabilizado no caso do mesmo não se encontrar nas mesmas condições no final da competição. Situações como o deixar resíduos dentro do hangar, material partido ou danificado, serão alvo de uma multa a aplicar mediante a gravidade da situação.

Não haverá segurança nocturna no CAR na noite de sexta e de sábado, pelo que alertamos para possíveis bens de valor deixados no interior/exterior do CAR.

Circulação Ciclovias

Durante as competições, todos os elementos que acompanhem as equipas em meios de transporte com e sem motor, nas ciclovias que acompanham a pista na margem Norte e Sul, deverão circular de acordo com o seguinte:

*Sentido da competição – ciclovias junto à água*

*Sentido contrário à competição – ciclovias mais afastada da água*

