



## NORMATIVA

### Campeonato Galego de Remo Indoor Ferrol, 26 de Xaneiro de 2014 (Domingo)

#### LUGAR:

A celebrar no Polideportivo de A Malata en Ferrol (A Coruña).

#### ORGANIZAN:

Federación Galega de Remo, Club Remo San Felipe e Concello de Ferrol.

#### MODALIDADE, CATEGORÍA E DISTANCIA:

A competición disputarase en diferentes distancias segundo a categoría; en tódalas categorías e modalidades existirá competición masculina e feminina; á marxe da competición individual celebrarase unha por equipos en relevos.

CATEGORÍAS	ANO DE NACEMENTO	PROBA INDIVIDUAL	EQUIPOS EN RELEVOS
Alevín	2002 e posterior	500 m	500 m
Infantil	2000 e 2001	1000 m	1000 m
Cadete	1998 e 1999	1500 m	1500 m
Xuvenil	1996 e 1997	2000 m	2000 m
Senior	1995 e anterior	2000 m	2000 m
Veterán	1984 e anterior	1000 m	-

#### REGULAMENTO BÁSICO DE COMPETICIÓN

- O número de remeiros/as e equipos por categoría e clube é libre.
- A posición da palanca-freno do Remoergómetro (Drag Factor) é libre para cada participante.
- Tanto na competición individual como na competición de relevos, só poderá estar unha persoa (adestrador/a) identificada có uniforme do seu Clube (chándal, camiseta, etc.) axudando a cada remeiro ou equipo.
- Os/As remeiros/as estarán uniformados coa vestimenta de competición propia do seu Clube ou Sociedade Deportiva.
- Os/As Deportistas e Equipos só realizarán unha regata, establecéndose un ranking de clasificación cós resultados de tódalas series.
- A Organización poderá agrupar ós participantes en función do nivel que demostraran en probas anteriores segundo os datos facilitados polos seus Clubes, de forma que no existan grandes desigualdades na configuración das series.



## Federación Galega de Remo

- Para a competición de Equipos por relevos establécese que:
  - Os equipos estarán formados por 4 participantes.
  - A distancia a realizar en cada relevo é libre.
  - Tódolos membros do equipo participarán no relevo e sempre na mesma orde.
  - Para favorecer a participación de equipos, os remeiros/as de categoría Cadete ou Xuvenil poderán participar nunha categoría superior á súa.
  - O adestrador ou persoa acompañante, NUNCA poderá tocar o ergómetro durante a realización da proba

### HORARIO:

As probas individuais realizaranse durante a mañá, e as probas por relevos serán pola tarde.

### INSCRIPCIÓNS:

Cumprimentarase e remitiranse a esta Federación as follas de inscrición antes das **21:00 horas** do día **21 de Xaneiro de 2013** (martes).

No admitíndose máis inscricións fóra de prazo.

### REUNIÓN DE DELEGADOS:

Terá lugar no propio **Polideportivo de A Malata de Ferrol** ás **09:30 horas**.

Prégase a asistencia dun só representante-delegado por Clube. Informarase sobre o horario e a composición das series, así como do desenrolo do Campionato. Nesta reunión informarase sobre as baixas de participantes, se as houbera; non admitíndose en ningún caso a incorporación de novos participantes.

Unha vez finalizada a reunión de Delegados, comezarán as probas individuais ás 10:00 horas. Ó comezo das probas por equipos estímase para as 16:00 horas, dependendo este horario do número de equipos inscritos.

### TROFEOS:

Daranse medallas de cor de ouro, prata e bronce ós tres primeiros clasificados en cada categoría.

A Coruña, 2 de xaneiro de 2014



**TABLA DE HANDICAPS PARA VETERÁNS SEGUNDO IDADE**

<b>CATEGORÍA</b>	<b>A</b>	<b>B</b>	<b>C</b>	<b>D</b>	<b>E</b>	<b>F</b>	<b>G</b>	<b>H</b>	<b>I</b>
<b>A (30-35 ANOS)</b>	0"	2"	7"	13"	20"	28"	37"	47"	58"
<b>B (36-42 ANOS)</b>	2"	0"	5"	11"	18"	26"	35"	45"	56"
<b>C (43-49 ANOS)</b>	7"	5"	0"	7"	14"	21"	30"	40"	51"
<b>D (50-54 ANOS)</b>	13"	11"	7"	0"	7"	15"	24"	35"	45"
<b>E (55-59 ANOS)</b>	20"	18"	14"	7"	0"	8"	17"	27"	38"
<b>F (60-64 ANOS)</b>	28"	26"	21"	15"	8"	0"	9"	19"	30"
<b>G (65-70 ANOS)</b>	37"	35"	30"	24"	17"	9"	0"	10"	21"
<b>H (71-74 ANOS)</b>	47"	45"	40"	35"	27"	19"	10"	0"	11"
<b>I (75-... ANOS)</b>	58"	56"	51"	45"	38"	30"	21"	11"	0"