



**FPPM**  
Federação Portuguesa  
do Pentatlo Moderno



## **GRANDE PRÉMIO 3JOVEM 2024 (Etapa#1)** **PROVA OPEN PENTATLO MODERNO** **C. RAINHA – 24/25 FEVEREIRO DE 2024**

A Federação Portuguesa do Pentatlo Moderno, a ACDR Arneirense e a Câmara Municipal de Caldas da Rainha têm o prazer de endereçar o presente convite à participação no **Grande Prémio 3JOVEM 2024 (Etapa #1) p/ categorias Sub9/Sub11/Sub13/ Sub15 /Sub17 e Prova Open de Pentatlo Moderno p/ categorias Sub19, Jun. e Sen.**, a ser disputado em CALDAS DA RAINHA nos próximos dias 24/25 de Fevereiro de 2024.

### **Sábado – 24 Fevereiro**

14h00 – **ESGRIMA** – Reunião Técnica e Aquecimento – *Pavilhão Rainha D. Leonor*  
14h30 – **ESGRIMA (PROVAS Sub-15 /Sub-17/ Sub-19/Jun/Sen)** – Início da Prova  
18h30 – Encerramento da Prova

### **Domingo – 25 Fevereiro**

09h00 – **OBSTÁCULOS** - Reunião Técnica – *Pavilhão Arneirense*  
09h30 - **OBSTÁCULOS (PROVAS Sub-15 /Sub-17/ Sub-19/Jun/Sen)** – Início da Prova  
11h00 – **NATAÇÃO** - Reunião Técnica G.P. 3Jovem – *Piscina Municipal*  
11h15 – Aquecimento  
11h45 – **NATAÇÃO** – Início da prova (categorias mais velhos em continuidade)  
13h15 – **LASER RUN** – Início do aquecimento – *Escola Rafael Bordalo Pinheiro*  
13h30 – **LASER-RUN** – Início da 1ª série de Sub-9 (categorias mais velhos em continuidade)  
17h30 – Entrega de Prémios

### **NOTA: HORÁRIOS DEFINITIVOS A SAIR DEPOIS DO FECHO DE INSCRIÇÕES**

**Delegado Técnico FPPM:** Rui Lucena

**Director de Competição:** André Miranda

### **Condições de participação:**

1. Somente poderão participar nas provas oficiais realizadas pela FPPM os atletas que estejam devidamente regularizados até à data limite de inscrição na prova em causa.
2. Não poderão participar atletas a título individual.
3. Para participar nas provas é obrigatório aos atletas terem em dia o exame médico.



**FPPM**  
Federação Portuguesa  
do Pentatlo Moderno



4. Somente poderão participar nas provas organizadas pela FPPM os atletas que cumprirem com todos os prazos de inscrição e requisitos específicos descritos no Convite do evento.
5. O atleta inscrito nas competições organizadas pela FPPM será o único responsável pelos seus pertences durante o evento, estando a FPPM isenta de responsabilidade por danos ou furtos que ocorram durante a competição.

### Categorias/Escalões

- As categorias/grupos de idades para a época de 2024, nas provas do Grande Prémio 3JOVEM, são iguais para o género Masculino e Feminino:

UIPM (internac.)	FPPM (nacional)	Idades	Ano Nasc.
➤ <b>Under-9</b>	➤ Sub-9	➤ 7 - 8	➤ 2016 - 2017
➤ <b>Under-11</b>	➤ Sub-11	➤ 9 - 10	➤ 2014 - 2015
➤ <b>Under-13</b>	➤ Sub-13	➤ 11 - 12	➤ 2012 - 2013
➤ <b>Under-15</b>	➤ Sub-15	➤ 13 - 14	➤ 2010 - 2011
➤ <b>Under-17</b>	➤ Sub-17	➤ 15 - 16	➤ 2008 - 2009

- Para a Prova Open consideram-se as seguintes categorias.

UIPM (internac.)	FPPM (nacional)	Idades	Ano Nasc.
➤ <b>Under-19</b>	➤ Sub-19	➤ 17 - 18	➤ 2006 - 2007
➤ <b>Junior/Senior</b>	➤ Absoluto	➤ 19 - 39	➤ 2005 - 1985

### Inscrição:

- a) Todos os Clubes que pretenderem participar de forma ativa/efetiva nas competições do calendário nacional deste formato competitivo (Via Olímpica – Triatlo/Tetratlo/Pentatlo Moderno) ficarão isentos de qualquer pagamento referente a filiação/renovação de clube, atletas e treinadores e seguros desportivos da FPPM;
- b) Ficam contudo sujeitos ao pagamento de uma **taxa única anual de 45,00 EUR** (**Consultar Documento “Condições de Filiação 2024”**);
- c) Esta taxa anual concede a participação ilimitada nas provas da Via Olímpica a um N° mínimo de 1 atleta inscrito e máximo ilimitado;
- d) Pagamento: Por meio de transferência bancária e enviando comprovativo de pagamento para o correio eletrónico: [fppm.geral@gmail.com](mailto:fppm.geral@gmail.com)
- e) **Data limite de pagamento: 23 de Fevereiro 2024;**

**Banco:** Caixa Geral de Depósitos, Agência Gare do Oriente;  
**Nº Conta:** 0344 006261 930  
**IBAN:** PT50 0035 034400006261930 16  
**SWIFT:** CGDIPTPL



**FPPM**  
Federação Portuguesa  
do Pentatlo Moderno



- a) As inscrições deverão dar entrada via correio eletrónico até às 24 horas do dia 21 Fevereiro para o endereço [fppm.competicoes@gmail.com](mailto:fppm.competicoes@gmail.com)
- b) Em incumprimento do prazo estabelecido para o envio das inscrições, a aceitação destas só poderá ser feita após o pagamento da multa estipulada em 5 Euros por atleta a liquidar no Secretariado da Prova até antes de entrar em competição.
- c) As competições decorrerão de acordo com os Regulamentos da FPPM/UIPM  
**(Notas importantes: a) A Categoria Sub-15 realiza Prova de Esgrima OPCIONAL e os Sub-17 Prova de Esgrima OBRIGATÓRIA b) Obrigatória protecção rígida interior na prova de esgrima.**

### Informações complementares


- ❖ A FPPM providenciará alvos laser ECOAIMS para a prova de Laser Run, contudo solicita-se aos clubes que colaborem disponibilizando também alvos para a competição.
- ❖ Será distribuída água durante a prova.

### Prémios

- ❖ **G.P 3Jovem:** 3 Medalhas aos primeiros classificados individuais por escalão/género;
- ❖ **Open Pentatlo:** 3 Medalhas aos primeiros classificados Absolutos/género;

**NOTA FINAL:** Todos os clubes com atletas inscritos devem ter o respetivo Treinador (indicado no cabeçalho da ficha de inscrição, possuidor de TPTD) presente no decorrer da prova. Caso tal não se verifique a organização da prova reserva o direito de não aceitar as classificações obtidas pelos atletas sem o devido acompanhamento técnico.

Com os meus melhores cumprimentos,

 Federação Portuguesa do Pentatlo Moderno  
UTILIDADE PÚBLICA DESPORTIVA  
**fppm** Rua 15 de Agosto Nº8 - B  
2500 - 801 Caldas da Rainha  
C.Nº 501 638 725

**João Paulo de Almeida**  
Presidente da FPPM