
GRANDE PRÉMIO MEGAJOVEM 2026 (Etapa#5) PROVA OPEN PENTATLO MODERNO RIO MAIOR 6 DE JUNHO DE 2026

A Federação Portuguesa do Pentatlo Moderno e a Desmor têm o prazer de endereçar o presente convite à participação no **Grande Prémio MEGAJOVEM 2026 (Etapa #5)** p/ categorias **Sub9/Sub11/Sub13/Sub15/Sub17** e **Prova Open de Pentatlo** p/categorias **Sub19, Absolutos e Master**, a ser disputado em Rio Maior no próximo dia 6 de junho de 2026.

Sábado – 6 de Junho

08h00 – **ESGRIMA** – Reunião Técnica e Aquecimento – *Pavilhão Multiusos*
08h30 – **ESGRIMA** (Provas Sub-15/Sub-17/Sub-19/Absolutos/Master) – Início da Prova
11h30 – Início do Aquecimento dos Obstáculos (Sub13/Sub15/Master)
12h00 – **OBSTÁCULOS** - (Sub13/Sub15/Master) – Início da Prova
12h30 – **OBSTÁCULOS** - (Sub17/Sub19/Jun/Sen) Início da Prova
13h00 – Abertura balneários da piscina - *Piscinas Rio Maior*
13h15 – Início do aquecimento da Natação (Sub9/Sub11/Sub13/Sub15/Master)
13h40 – **NATAÇÃO (PISC. 50m)** - Início da prova (Sub9/Sub11/Sub13/Sub15/Master)
14h00 – Início do aquecimento da Natação (Sub17/Sub19/Absolutos)
14h25 – **NATAÇÃO (PISC. 50m)** - Início da prova (Sub17/Sub19/Absolutos)
15h00 – Início do aquecimento Laser-Run- *Parque Desportivo CAR Rio Maior*
15h15 – **LASER-RUN** - Início da 1ª série de Sub-9 (categorias mais velhos em continuidade)
18h00 – Entrega de prémios final

NOTA IMPORTANTE:

- Os horários definitivos ficam a aguardar o fecho de inscrições;

Delegado Técnico FPPM: a definir

Diretor de Competição: André Miranda

CAR RIO MAIOR

Pá da Ribeira, Av. Paulo VI, 29

2040-227 Rio Maior

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.
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 2026, nas provas do Grande Prémio MEGAJOVEM, são iguais para o género Masculino e Feminino:

UIPM	FPPM (nacional)	Idades	Ano Nasc.
➤ Under-9	➤ Sub-9	➤ 7 - 8	➤ 2018 - 2019
➤ Under-11	➤ Sub-11	➤ 9 - 10	➤ 2016 - 2017
➤ Under-13	➤ Sub-13	➤ 11 - 12	➤ 2014 - 2015
➤ Under-15	➤ Sub-15	➤ 13 - 14	➤ 2012 - 2013
➤ Under-17	➤ Sub-17	➤ 15 - 16	➤ 2010 - 2011

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

UIPM	FPPM (nacional)	Idades	Ano Nasc.
➤ Under-19	➤ Sub-19	➤ 17 - 18	➤ 2008 - 2009
➤ Junior/Sénior	➤ Absoluto	➤ 19 - 29	➤ 2007 - 1997
➤ Master	➤ Master	➤ > 29	➤ < 1997

Distâncias

As distâncias para os escalões para a época de 2026 (segundo as guidelines da UIPM), nas provas do Grande Prémio MEGAJOVEM, são iguais para o género Masculino e Feminino e são as seguintes:

Escalões	Natação	Laser Run	Tiro (séries ; distância)
➤ Sub-9	➤ 50 m	➤ 2 x 300 m	➤ 2 ; 5 m (com apoio)
➤ Sub-11	➤ 50 m	➤ 2 x 300 m	➤ 2 ; 5 m (com apoio)
➤ Sub-13	➤ 100 m	➤ 3 x 300 m	➤ 3 ; 5 m
➤ Sub-15	➤ 100 m	➤ 3 x 600 m	➤ 3 ; 5 m
➤ Sub-17	➤ 100 m	➤ 4 x 600 m	➤ 4 ; 10 m
➤ Sub-19	➤ 100 m	➤ 5 x 600 m	➤ 5 ; 10 m
➤ Absoluto	➤ 100 m	➤ 5 x 600 m	➤ 5 ; 10 m
➤ Master	➤ 100 m	➤ 3 x 600 m	➤ 3 ; 10 m

NOTA: Na Categoria Master, não haverá diferenciação de idades, tendo em conta o reduzido número de atletas filiado nesta categoria até ao momento

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) ficam sujeitos ao pagamento de uma **taxa de filiação anual de 45,00 EUR** (**Consultar Documento [Condições de Filiação 2026](#)**);
- b) Pagamento: Por meio de transferência bancária e enviando comprovativo de pagamento para o correio eletrónico: fppm.geral@gmail.com
- c) **Data limite de pagamento: 5 de junho de 2026;**

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

- d) As inscrições deverão dar entrada via correio eletrónico até às 24 horas do dia **3 Junho** para o endereço fppm.competicoes@gmail.com
- e) 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.
- f) As competições decorrerão de acordo com os Regulamentos da FPPM/UIPM:

Esgrima

- a) Prova separada por géneros;
- b) As Categorias Sub13 e Sub15 realizam Prova de Esgrima OPCIONAL
- c) Regras de segurança a ser aplicadas:
 - Proteção interior 800Nw – Obrigatória
 - Máscara 1600Nw – Obrigatória
 - Fato – 800Nw – Recomendada

Obstáculos

- As Categorias Sub11 e Sub13 terão a possibilidade da prática, com a ajuda dos treinadores, com um indeterminado número de tentativas para ultrapassar o obstáculo, havendo um tempo máximo para completarem a pista de 2min.

NOTA: Nas provas opcionais – Esgrima Sub13/Sub15 e Obstáculos Sub11/Sub13 – os clubes devem indicar na folha de inscrição se o atleta tem intenção de fazer a prova ou não por forma a preparar a prova da melhor maneira possível.

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 PTJovem:** 3 Medalhas aos primeiros classificados individuais por escalão/género;
- **Open Pentatlo:** 3 Medalhas aos primeiros classificados por escalão e género nas categorias de Sub19, Absolutos e Masters

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.

Cedência dos direitos de imagem

Ao ter conhecimento do presente convite e ao participar na prova, o participante autoriza, de forma gratuita e sem restrições, a utilização da sua imagem pela Federação Portuguesa de Pentatlo Moderno e seus parceiros.


Esta autorização abrange a captação de imagens durante o evento, nomeadamente fotografias e vídeos, bem como a sua utilização em conteúdos de carácter promocional e publicitário. O participante poderá solicitar a remoção dessas imagens mediante pedido efetuado via e-mail.

Cedência dos dados de inscrições

A Federação Portuguesa de Pentatlo Moderno poderá utilizar os dados pessoais fornecidos no momento da inscrição para fins de comunicação e promoção das suas atividades.

Contudo, o participante tem o direito de se opor a essa utilização, devendo, para o efeito, manifestar expressamente a sua decisão via e-mail.

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.N.º 501 638 725

Dr. João Paulo Pereira de Almeida
Presidente da FPPM