
GRANDE PRÉMIO MEGAJOVEM 2026 (Etapa #2)
PROVA OPEN PENTATLO MODERNO
CAMPEONATO NACIONAL SUB15 & SUB19
RIO MAIOR
28 FEVEREIRO / 1 MARÇO 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 #2) p/ categorias Sub9/Sub11/Sub13/Sub17, Campeonato Nacional de Sub15 & Sub19 e Prova Open de Pentatlo p/ categorias Jun. / Sen. e Masters, a ser disputado em Rio Maior no próximo dia 28 de Fevereiro e 1 de Março de 2026.

Sábado – 28 FEVEREIRO

- 09h00 – **ESGRIMA FEM** – Reunião Técnica e Aquecimento – Pavilhão Polidesportivo (PROVAS Sub-17/ Sub-19/Jun/Sen/Masters) – Início da Prova
14h00 – **ESGRIMA MASC** - Reunião Técnica e Aquecimento – Pavilhão Polidesportivo (PROVAS Sub-17/ Sub-19/Jun/Sen/Masters) – Início da Prova

Domingo – 1 MARÇO

- 08h30 – Aquecimento dos Obstáculos (Sub11/Sub13/Sub15/Masters) / Reunião Técnica G.P. Megajovem
09h00 – **OBSTÁCULOS** (Sub11/Sub13/Sub15/Masters) – Início da Prova
09h30 – Aquecimento dos Obstáculos (Sub17/Sub19/Jun/Sen)
10h00 – **OBSTÁCULOS** (Sub17/ Sub19/Jun/Sen) – Início da Prova
10h45 – Abertura dos balneários – *Piscinas CAR Rio Maior*
11h00 – Início do aquecimento da Natação (Sub9/Sub11/Sub13/Sub15/Masters)
11h30 – **NATAÇÃO (PISC. 50m)** – Início da prova (Sub9/Sub11/Sub13/Sub15/Masters)
12h00 – Início do aquecimento da Natação (Sub17/Sub19/Jun/Sen)
12h30 – **NATAÇÃO (PISC. 50m)** – Início da prova (Sub17/Sub19/Jun/Sen)
13h00 – Início do aquecimento do Laser-Run – *CAR R/O MAIOR*
13h20 – **LASER-RUN** – Início da 1ª série de Sub-9 (categorias mais velhos em continuidade)
17h00 – 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-17	➤ Sub-17	➤ 15 - 16	➤ 2010 - 2011

- Para o Campeonato Nacional Sub15 & Sub19 consideram-se as seguintes categorias:

UIPM	FPPM (nacional)	Idades	Ano Nasc.
➤ Under-15	➤ Sub-15	➤ 13- 14	➤ 2012 - 2013
➤ Under-19	➤ Sub-19	➤ 17 - 18	➤ 2008 - 2009

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

UIPM	FPPM (nacional)	Idades	Ano Nasc.
➤ Junior/Sénior	➤ Absoluto	➤ 19 - 29	➤ 2007 - 1997
➤ Masters	➤ Masters	➤ > 29	➤ < 1997

Distâncias

- As distâncias para os escalões para a época de 2026 (seguindo 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
➤ Jun / Sen	➤ 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 pretendem 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**
- b) Todos os Atletas que disputam o Campeonato Nacional de Sub15 & Sub19 ficam sujeitos ao pagamento de uma **taxa de inscrição de 15,00 EUR** ([Consultar Documento “Condições de Filiação 2026](#));
- c) Pagamento: Por meio de transferência bancária e enviando comprovativo de pagamento para o correio eletrónico: fppm.geral@gmail.com
- d) **Data limite de pagamento: 27 de Fevereiro 2026;**

Banco: Caixa Geral de Depósitos, Agência Gare do Oriente;

Nº Conta: 0344 006261 930

IBAN: PT50 0035 034400006261930 16

SWIFT: CGDIPTPL

- e) As inscrições deverão dar entrada via correio eletrónico até às 24 horas do dia **25 Fevereiro** para o endereço fppm.competicoes@gmail.com
- f) 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.
- g) As competições decorrerão de acordo com os Regulamentos da FPPM/UIPM com as

notas complementares:

- Esgrima

- a) Prova separada por géneros;
- b) As Categorias Sub15 e Sub13 poderão efetuar prova opcional mediante disponibilidade de pistas (a confirmar depois do fecho de inscrições)
- c) Regras de segurança a ser aplicadas:
 - Proteção interior 800Nw – Obrigatória
 - Máscara 1600Nw – Obrigatória
 - Fato – 800Nw – Recomendada

- Obstáculos:

- a) 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

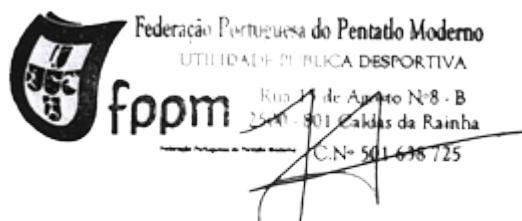
- ❖ A FPPM providenciará alvos laser ECOAIMS para a prova de Laser Run, contudo solicita-se aos clubes que colaborem disponibilizando também alvos para a competição.
- ❖ Será distribuída água durante a prova.

Prémios

- ❖ **G.P MegaJovem:** 3 Medalhas aos primeiros classificados individuais por escalão/género;
- ❖ **Campeonato Nacional de Sub15 & Sub19 :** 3 Medalhas aos primeiros classificados individuais por escalão/género
- ❖ **Open Pentatlo:** 3 Medalhas aos primeiros classificados por escalão e género nas categorias de 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.

Com os meus melhores cumprimentos



Dr. João Paulo de Almeida
Presidente da FPPM