

NOSSA REFERÊNCIA	
DATA: 14/01/2026	NÚMERO: 02/2026
ASSUNTO: REGRAS DE APURAMENTO – EUROPEU E MUNDIAL OCR 2026	

A Federação Portuguesa de Corridas de Obstáculos (FPOCR), vem por este meio comunicar as Regras de Apuramento para os Campeonatos da Europa e do Mundo de OCR, a realizar em 2026.

1. Elegibilidade

O apuramento é exclusivo para atletas filiados na FPOCR, que participem nas provas integradas na Liga OCR Portugal e nos Campeonatos Nacionais, de acordo com o Quadro Competitivo da FPOCR.

2. Provas de Apuramento Campeonato da Europa de OCR:

As provas que contam para efeitos de apuramento são as seguintes:

Ano 2025:

- Vieira Fit – (Elite: 4 | Age Group: 5)
- Flavius – (Elite: 6 | Age Group: 5)
- Urban Obstacles – (Elite: 10 | Age Group: 5)
- Lynx Race – (Elite: 10 | Age Group: 5)

Ano 2026:

- Urban Fit – (Elite: 10 | Age Group: 5)
- Lynx Race – (Elite: 10 | Age Group: 5)

3. Provas de Apuramento Campeonato do Mundo de OCR:

Ano 2026:

- Campeonato Nacional – Short – (Elite: 10 | Age Group: 5)
- Campeonato Nacional – Standard – (Elite: 10 | Age Group: 5)

4. Atletas Sub-16

Todos os atletas com menos de 16 anos, completados até 31 de dezembro de 2026, encontram-se automaticamente apurados para os Campeonatos da Europa e do Mundo de OCR de 2026, nas vagas que permitam essa faixa etária, de acordo com o regulamento da prova internacional.

Nota:

Para participarem nos Campeonatos da Europa e do Mundo de OCR, todos os atletas, independentemente da idade, devem:

- Estar filiados na FPOCR;
- Participar no Quadro Competitivo da FPOCR, conforme regulamentado.
- Esta linha de apuramento segue o modelo adotado pela FPOCR em anos anteriores, garantindo uma participação organizada, coerente e pedagógica nas competições internacionais.

5. Critérios Específicos – Campeonato Nacional de OCR100

No Campeonato Nacional de OCR100, podem participar e qualificar para os campeonatos internacionais, atletas inscritos pela Federação Portuguesa de Pentatlo Moderno.

Os critérios de apuramento para os Campeonatos da Europa e do Mundo de OCR100 em 2026, são os seguintes:

- São automaticamente apurados os 3 primeiros classificados da Geral Masculina e Feminina;
- São igualmente apurados os Campeões dos seguintes Age Groups:
 - Jovens (10–15 anos)
 - Júnior (16–19 anos)

6. Apuramento das Equipas Representantes de Portugal

O apuramento das Equipas representantes de Portugal, nas categorias **MASCULINA, FEMININA e MISTA**, para os Campeonatos da Europa e do Mundo de OCR de 2026, será definido através de um Grupo de Trabalho a constituir para esse efeito.

Este Grupo de Trabalho procederá à análise e proposta dos atletas a convocar, tendo em consideração, critérios desportivos, competitivos e estratégicos, deliberando em articulação com a Direção da FPOCR, a quem compete a decisão final sobre os convocados.

A FPOCR agradece a colaboração de todos os atletas e agentes desportivos e deseja o maior sucesso nas competições.