



---

# **GRANDE PRÉMIO 3JOVEM 2025 (Etapa#3)**

## **PROVA OPEN TETRATLO MODERNO**

### **PATAIAS**

#### **1 JUNHO DE 2025**

---

A *Federação Portuguesa do Pentatlo Moderno* e a *União de Freguesias de Pataias e Martingança* têm o prazer de endereçar o presente convite à participação no **Grande Prémio 3JOVEM 2025 (Etapa #3)** p/ categorias **Sub9/Sub11/Sub13/ Sub15 /Sub17** e **Prova Open de Tetratlo** p/ categorias **Sub19, Jun. / Sen.**, a ser disputado em Pataias no próximo dia 1 de Junho de 2025.

### **Domingo – 1 JUNHO**

08h30 – Reunião Técnica Esgrima Prova Sub15/Sub-17/ Sub-19/Jun/Sen – *Pavilhão da Escola EB 2/3 de Pataias*

08h35 – Início do Aquecimento da Esgrima

09h00 – **ESGRIMA** – Início da prova

12h00 – Reunião Técnica G.P. 3Jovem – *Piscinas Municipais em Pataias*

12h15 – Início do aquecimento da Natação

12h45 – **NATAÇÃO** – Início da prova (categorias mais velhos em continuidade)

14h20 – Início do aquecimento do Laser-Run – *Piscinas Municipais em Pataias*

14h30 – **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:** a definir

**Diretor de Competição:** André Miranda

### **Piscinas Municipais em Pataias**

*Rua Nossa Sra. Vitória*

*2445 - 356 Pataias*

GPS: N39°40'34.56" / W9°0'34.14"

### **Escola EB 2/3 de Pataias**

*Av. da Lagoa 109*

*2445 Pataias*

GPS: N39°40'33.49" / W8°59'53.66"

### **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 2025, nas provas do Grande Prémio 3JOVEM, são iguais para o género Masculino e Feminino:

UIPM	FPPM (nacional)	Idades	Ano Nasc.
➤ <b>Under-9</b>	➤ Sub-9	➤ 7 - 8	➤ 2017 - 2018
➤ <b>Under-11</b>	➤ Sub-11	➤ 9 - 10	➤ 2015 - 2016
➤ <b>Under-13</b>	➤ Sub-13	➤ 11 - 12	➤ 2013 - 2014
➤ <b>Under-15</b>	➤ Sub-15	➤ 13 - 14	➤ 2011 - 2012
➤ <b>Under-17</b>	➤ Sub-17	➤ 15 - 16	➤ 2009 - 2010

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

UIPM	FPPM (nacional)	Idades	Ano Nasc.
➤ <b>Under-19</b>	➤ Sub-19	➤ 17 - 18	➤ 2007 - 2008
➤ <b>Junior/Sénior</b>	➤ Absoluto	➤ 19 - 39	➤ 2005 - 1986

### 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;
- b) Ficam contudo sujeitos ao pagamento de uma **taxa única anual de 40,00 EUR** (**Consultar Documento “Condições de Filiação 2025”**);
- 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: 30 de Maio 2025;**

**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



- As inscrições deverão dar entrada via correio eletrónico até às 24 horas do dia **28 Maio** para o endereço [fppm.competicoes@gmail.com](mailto:fppm.competicoes@gmail.com)
- 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.
- As competições decorrerão de acordo com os Regulamentos da FPPM/UIPM

#### **Esgrima:**

- Prova separada por géneros;
- A Categoria Sub-15 realiza Prova de Esgrima OPCIONAL;
- As regras de segurança deverão ser as já praticadas na época anterior:
  - Proteção interior 800Nw – Obrigatória
  - Máscara 1600Nw – Obrigatória
  - Fato – 800Nw – Recomendada

#### **Informações complementares**

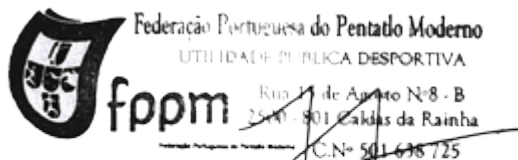
- ❖ A FPPM providenciará alvos laser ECOAIMS para a prova de Laser Run, contudo solicita-se aos clubes que colaborem disponibilizando também alvos para a competição.
- ❖ Será distribuída água durante a prova.

#### **Prémios**

- ❖ **G.P 3Jovem:** 3 Medalhas aos primeiros classificados individuais por escalão/género;
- ❖ **Open Pentatlo:** 3 Medalhas aos primeiros classificados nas categorias de Sub19 e Júnior/Sénior

**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 FPPM