

É com prazer que informamos que o Wellness fitness Center está organizando o **Campeonato de Remo Indoor Wellness Fitness Center 2017**, em 29 de abril de 2017.

Este grande evento do remo de Florianópolis irá ocorrer no Wellness Fitness Center, enquadrado no calendário de eventos do Wellness de 2017.

### **Você conhece os benefícios do Remo?**

Considerado o esporte mais completo que existe, o remo combina, dentre outros benefícios, o desenvolvimento cardio-respiratório com grande queima calórica e ganho de massa muscular, principalmente de pernas, glúteos e abdômem, além de braços, peito e costas.

### **O que é o Remo Indoor?**

O atleta simula a remada em uma máquina, como se estivesse dentro de um barco. Cada aparelho tem um computador, que transmite distância percorrida e velocidade.

## **Campeonato de Remo Indoor Wellness Fitness Center 2017**

### **Local**

Wellness Fitness Center

Rua Patrício Farias, 55 Sala 01 – Bairro Itacorubi – Florianópolis

### **Categorias**

<b>Categoria</b>	<b>Distância</b>
16 a 25 anos	500m
26 a 35 anos	500m
36 a 45 anos	500m
46 a 55 anos	500m
56 +	500m

### **Âmbito do evento**

- Campeonato amador – destinado a todos os praticantes de Remo amador.

### **Inscrições**

As inscrições para o Campeonato de Remo Indoor 2017.

- Inscrições: a partir de 29 de março de 2017
- Encerramento de inscrições: 22 de abril de 2017.

### **Secretariado e recepção a participantes**

- Dia 29 de Janeiro, a partir das 8.30h
- Todos os participantes deverão recolher a sua credencial para terem acesso à zona de provas.

### **TERMO DE RESPONSABILIDADE PARA MENORES**

No ato de retirada da credencial, o participante menor de idade deverá estar acompanhado do seu responsável, que deverá assinar um termo de responsabilidade, sem o qual não poderá participar na competição.

### **Regulamento do Campeonato**

- O evento decorrerá subordinado aos Regulamentos da Federação Brasileira de Remo;
- Substituições de participantes não são permitidas, conforme regulamento;
- Os ergómetros de competição serão numerados de 1 a 10.

### **Apuramento de classificações**

- O apuramento das classificações é feito pela ordem dos tempos de todos os competidores da categoria.

### **Entrega de prémios**

- Medalhas para o 1º lugar, até 3 competidores;
- Medalhas para o 1º, 2º e 3º lugar, com mais de 3 competidores;
- A entrega de prémios será realizada à medida que as provas vão ocorrendo.

### **Serviço médico e segurança**

- Local do evento: Médico e fisioterapeutas;
- Horário: a partir das 9:00h até final das provas.

### **Notas Gerais**

- Cada atleta só pode participar numa prova;
- Os casos omissos serão resolvidos pela organização.