



# Troféu Ernesto Mendonça

14 e 15 de Março de 2026

## Suplemento das Instruções de Regata

### 1. INFORMAÇÕES

<p><b>Q.O.Avisos no WhatsApp</b></p> <p>Leia este código QR com a câmara do WhatsApp para se juntar a este grupo.</p> <p><a href="https://chat.whatsapp.com/EFHKBkLpf1y3yrikUMKUXE">https://chat.whatsapp.com/EFHKBkLpf1y3yrikUMKUXE</a></p>	<p>Trf Ernesto Mendonça Grupo do WhatsApp</p> 	<table><thead><tr><th>14 de Março</th><th>15 de Março</th></tr></thead><tbody><tr><td><b>Preia-mar</b> 12:16 - 2,7 m</td><td><b>Preia-mar</b> 13:09 - 2,8 m</td></tr><tr><td><b>Baixa-mar</b> 16:12 - 1,3 m</td><td><b>Baixa-mar</b> 19:00 - 1,2 m</td></tr><tr><td><b>Ocaso do Sol</b> 1842</td><td><b>Ocaso do Sol</b> 1843</td></tr></tbody></table>	14 de Março	15 de Março	<b>Preia-mar</b> 12:16 - 2,7 m	<b>Preia-mar</b> 13:09 - 2,8 m	<b>Baixa-mar</b> 16:12 - 1,3 m	<b>Baixa-mar</b> 19:00 - 1,2 m	<b>Ocaso do Sol</b> 1842	<b>Ocaso do Sol</b> 1843
14 de Março	15 de Março									
<b>Preia-mar</b> 12:16 - 2,7 m	<b>Preia-mar</b> 13:09 - 2,8 m									
<b>Baixa-mar</b> 16:12 - 1,3 m	<b>Baixa-mar</b> 19:00 - 1,2 m									
<b>Ocaso do Sol</b> 1842	<b>Ocaso do Sol</b> 1843									

### 2. ÁREA DE REGATA / CAMPOS DE REGATA

Largada e Chegada	Costeira	① - Lisboa - Belém (ver IdRG - Anexo 3)
Área de Regata	Costeira	Ⓐ Águas Abrigadas (ver IdRG - Anexo 4)
Campo de Regata	Técnicas	A ser anunciado

### 3. DIAGRAMA DOS PERCURSOS

3.1. Ver IdRG ANEXO 5 - PERCURSOS

### 4. TEMPOS LIMITE

Tipologia	Tempo Limite para chegar
Técnicas	<b>75 minutos</b> em tempo corrigido
Costeira	<b>5 horas</b> em tempo corrigido

Belém, 11 de Janeiro de 2026

A Autoridade Organizadora