

# PNFT\_PRÉ-REQUISITOS ESPECÍFICOS

| MODALIDADE                              | GRAU | PRÉ-REQUISITOS ESPECÍFICOS   |
|---|------|--|
| Atividades Subaquáticas                 | I    | Realização, com aproveitamento, de prova técnica.   <a href="#">Descrição da prova.</a>  |
| Aikido                                  | I    | Graduação 1º Kyu.  |
| Aikido                                  | II   | Graduação 1º Dan.  |
| Alta Montanha                           |      | Não se aplica.   |
| Andebol                                 |      | Não se aplica.   |
| Artes Marciais Chinesas<br>Qi Gong      | I    | Graduação de faixa negra segundo sistema oficial de graduações (federativo), <b>ou</b><br>Caso tenha a graduação de faixa negra segundo um sistema de graduações distinto do seguido na FPAMC, terá de apresentar um certificado emitido pela FPAMC reconhecendo esta graduação. |
| Artes Marciais Chinesas<br>San Da       | I    | Graduação de faixa negra segundo sistema oficial de graduações (federativo), <b>ou</b><br>Caso tenha a graduação de faixa negra segundo um sistema de graduações distinto do seguido na FPAMC, terá de apresentar um certificado emitido pela FPAMC reconhecendo esta graduação. |
| Artes Marciais Chinesas<br>Tai Ji       | I    | Graduação de faixa negra segundo sistema oficial de graduações (federativo), <b>ou</b><br>Caso tenha a graduação de faixa negra segundo um sistema de graduações distinto do seguido na FPAMC, terá de apresentar um certificado emitido pela FPAMC reconhecendo esta graduação. |
| Artes Marciais Chinesas<br>Wushu Kungfu | I    | Graduação de faixa negra segundo sistema oficial de graduações (federativo), <b>ou</b><br>Caso tenha a graduação de faixa negra segundo um sistema de graduações distinto do seguido na FPAMC, terá de apresentar um certificado emitido pela FPAMC reconhecendo esta graduação. |
| Atletismo                               |      | Não se aplica.   |

|                  |    |   |
|------------------|----|---|
| Badminton        | I  | Não se aplica.  |
|                  | II | <p>Currículo Desportivo como praticante:</p> <p>a) Ser ou ter sido atleta federado durante 6 anos e ter obtido um ranking final de temporada igual ou superior a 10º classificado no escalão sub-19 ou em seniores categoria C (ou equivalente) em singulares, <b>ou</b></p> <p>b) Ser ou ter sido atleta federado durante 6 anos e ter obtido um ranking final de temporada igual ou superior a 15º classificado em seniores categoria Elite (ou equivalente), <b>ou</b></p> <p>c) Ser ou ter sido atleta federado durante 6 anos e ter obtido um ranking final de temporada igual ou superior a 5º classificado no escalão sub-19 ou em seniores categoria C (ou equivalente) em pares homens/senhoras, <b>ou</b></p> <p>d) Ser ou ter sido atleta federado durante 6 anos e ter obtido um ranking final de temporada igual ou superior a 8º classificado em seniores categoria Elite (ou equivalente), <b>ou</b></p> <p>e) Ser ou ter sido atleta federado durante 6 anos e ter obtido um ranking final de temporada igual ou superior a 3º classificado no escalão sub-19 ou em seniores categoria C (ou equivalente) em pares mistos, <b>ou</b></p> <p>f) Ser ou ter sido atleta federado durante 6 anos e ter obtido um ranking final de temporada igual ou superior a 4º classificado em seniores, categoria Elite (ou equivalente).</p> <p><b>ou</b></p> <p>Realização, com aproveitamento, de prova técnica.   <a href="#">Descrição da prova.</a></p> |
| Basquetebol      | I  | <p>Jogador ou ex-jogador federado de basquetebol com 3 anos de prática efetiva, <b>ou</b></p> <p>Realização, com aproveitamento, de prova técnica.   <a href="#">Descrição da prova.</a></p>  |
| Canoagem         | I  | A indicar.  |
| Canyoning        |    | Não se aplica.  |
| Ciclismo         |    | Não se aplica.  |
| Corfebol         |    | Não se aplica.  |
| Dança Desportiva | I  | <p>Comprovativo de praticante na categoria de Adultos-Open (10 danças) durante um mínimo de 2 anos (comprovativo emitido pela FPDD com base em CV). Caso seja praticante de apenas 5 danças, deve fazer as provas técnicas das restantes 5 danças, <b>ou</b></p> <p>Realização, com aproveitamento, de prova técnica.   <a href="#">Descrição da prova.</a></p>   |

|                                       |     |   |
|---------------------------------------|-----|---|
| Desporto para deficientes<br>Goalball |     | Não se aplica.  |
| Desportos de Inverno<br>Esqui Alpino  | I   | Atletas federados que tenham obtido uma pontuação inferior a 500 pontos em competições internacionais da FIS, <b>ou</b> Realização, com aproveitamento, de prova técnica.   <a href="#">Descrição da prova.</a>   |
| Desportos de Inverno<br>Snowboard     | I   | Realização, com aproveitamento, de prova técnica.   <a href="#">Descrição da prova.</a>   |
| Equitação Geral                       | I   | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ter aproveitamento no exame de admissão ao curso com provas equivalentes ao exame de sela 7 (PG) a realizar com o cavalo a utilizar no curso.</li> <li>2. Ter participado em provas federadas em, pelo menos, duas épocas desportivas.</li> <li>3. Meios equestres de suporte: Ter um cavalo aprovado no exame de admissão.</li> </ol>  |
|                                       | II  | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ter aproveitamento no exame de admissão ao curso - Prova de Ensino equivalente à do exame de sela 9 para praticantes gerais com mínimo 55%, a realizar com o cavalo E.</li> <li>2. Prova Hunter equivalente à do exame de sela 9 para praticantes de equitação geral, com nota positiva, a realizar com o cavalo O.</li> <li>3. Prova Cross – Percurso de nível de iniciação com 8 saltos, numa distância não superior a 800 metros</li> <li>4. Meios equestres de suporte: No mínimo, um cavalo aprovado no exame de admissão para Dressage (E) e outro cavalo aprovado no exame de admissão para as disciplinas obstáculos e CCE (O/C).</li> </ol>  |
|                                       | III | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ter participado, como mínimo, num total de 3 concursos em provas de, nas duas épocas anteriores à de realização do curso: <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Dressage de nível médio, ou superior;</li> <li>b. Saltos obstáculos de 1.10;</li> <li>c. CCE nível preliminar com resultado qualificativo.</li> </ol> </li> <li>2. Ter aproveitamento no exame de admissão ao curso, em duas provas (Prova de Ensino equivalente à do exame de sela 9 para praticantes de ensino mínimo 55% a realizar com o cavalo ensino (E) e Prova Hunter equivalente à do exame de sela 9 para praticantes de equitação geral, com nota positiva, a realizar com o cavalo O/C.</li> <li>3. Meios equestres de suporte: No mínimo, um cavalo aprovado no exame de admissão para Dressage (E) e outro cavalo aprovado no exame de admissão para as disciplinas obstáculos e CCE (O/C) e um cavalo poldro 4/5 anos, destinado ao ensino elementar.</li> </ol> |

|             |     |   |
|-------------|-----|---|
| Escalada    |     | Não se aplica.  |
| Esgrima     |     | Não se aplica.  |
| Futebol     |     | Não se aplica.  |
| Futsal      |     | Não se aplica.  |
| Ginástica   |     | Não se aplica.  |
| Golfe       | I   | 1. Registo de Handicap igual ou inferior a 18,4.<br>2. Participação numa competição de golfe de 36 buracos (18+18) na modalidade de “Stableford”, a realizar pela FPG, cumprindo um mínimo agregado de 32 pontos Gross. |
|             | II  | 1. Registo de Handicap igual ou inferior a 12,4.<br>2. Participação numa competição de golfe de 36 buracos (18+18) na modalidade de “Stableford”, a realizar pela FPG, cumprindo um mínimo agregado de 44 pontos Gross. |
|             | III | 1. Registo de Handicap igual ou inferior a 9,4.<br>2. Participação numa competição de golfe de 36 buracos (18+18) na modalidade de “Stableford”, a realizar pela FPG, cumprindo um mínimo agregado, de 52 pontos Gross. |
| Hóquei      |     | Não se aplica.  |
| Judo        | I   | Graduação 1º Dan.   |
|             | II  | Graduação 2º Dan.   |
|             | III | Graduação 3º Dan.   |
| Karate      | I   | Graduação 1º Dan.   |
| Montanhismo |     | Não se aplica.  |
| Motonáutica | I   | Possuir carta de marinheiro.  |

|                                      |   |   |
|--------------------------------------|---|---|
| Natação                              | I | Nadador ou ex-nadador federado, <b>ou</b><br>Realização, com aproveitamento, de prova técnica.   <a href="#">Descrição da prova.</a>  |
| Orientação                           | I | Experiência competitiva na modalidade, durante 2 anos, como praticante, participando em 10 provas durante dois anos (5 provas em cada ano).   |
| Patinagem<br>Hóquei Patins           | I | Ser ou ter sido praticante de Hóquei Patins, <b>ou</b><br>Realização, com aproveitamento, de prova técnica.   <a href="#">Descrição da prova.</a>   |
| Patinagem<br>Patinagem Artística     | I | Ser ou ter sido praticante de Patinagem Artística, <b>ou</b><br>Realização, com aproveitamento, de prova técnica.   <a href="#">Descrição da prova.</a>   |
| Patinagem<br>Patinagem de Velocidade | I | Ser ou ter sido praticante de Patinagem de Velocidade, <b>ou</b><br>Realização, com aproveitamento, de prova técnica.   <a href="#">Descrição da prova.</a>   |
| Pedestrianismo                       |   | Não se aplica.  |
| Pentatlo Moderno                     | I | Ser ou ter sido praticante de Pentatlo Moderno, <b>ou</b><br>Realização, com aproveitamento, de prova técnica.   <a href="#">Descrição da prova.</a>  |
| Petanca                              | I | Um ano como praticante federado (em organismo nacional ou estrangeiro), <b>ou</b><br>Realização, com aproveitamento, de prova teórica, da responsabilidade da FPP, sobre a constituição de equipas de Petanca e regras básicas do jogo. |
| Rugby                                | I | Não se aplica.  |
| Surfing<br>(Surf e Bodyboard)        | I | Ter uma prática comprovada durante 5 anos como atleta federado, ou como juiz federado, <b>ou</b><br>Realização, com aproveitamento, de prova técnica.   <a href="#">Descrição da prova.</a>   |

|                        |          |  |
|------------------------|----------|--|
| Taekwondo              | I        | Graduação 1º Dan.  |
|                        | II       | Graduação 2º Dan.  |
|                        | III      | Graduação 3º Dan.  |
| Ténis                  | I        | Jogador ou ex-jogador federado de Ténis, <b>ou</b><br>Realização, com aproveitamento, de prova técnica.   <a href="#">Descrição da prova.</a>  |
|                        | II – III | Realização, com aproveitamento, de prova técnica.   <a href="#">Descrição da prova.</a>  |
| Ténis mesa             |          | Não se aplica.   |
| Tiro com Arco          |          | Não se aplica.   |
| Tiro com Armas de Caça | I        | Licença de Tiro Desportivo.  |
| Triatlo                |          | Não se aplica.   |
| Vela                   | I        | 1. Ser detentor de Carta de Navegador de Recreio válida.<br>2. Dominar competências básicas de navegação à Vela, a serem atestadas pela entidade formadora, através de 2 vias possíveis:<br>Currículo desportivo na modalidade, atestado pela Federação Portuguesa de Vela, <b>ou</b><br>Realização, com aproveitamento, de prova técnica.   <a href="#">Descrição da prova.</a> |
|                        | II       | 1. Ser detentor de Carta de Navegador de Recreio válida.<br>2. Ter competido, enquanto velejador, em, pelo menos, uma prova de âmbito nacional (que atribuem títulos nacionais ou provas de seleção para campeonatos internacionais).  |
|                        | III      | Ser detentor de Carta de Navegador de Recreio válida.  |
| Voleibol               |          | Não se aplica.   |
| Xadrez                 |          | Não se aplica.   |