

	<b>ASSOCIAÇÃO DISTRIAL DE ATLETISMO DE LEIRIA</b> Estádio Municipal de Leiria – E. C. Marrazes Apartado 552 - 2416- 904 LEIRIA Telef. 244 827 580 e Fax 244 812 972 E-mail: <a href="mailto:assleiria@adal.pt">assleiria@adal.pt</a> <a href="http://www.adal.pt">www.adal.pt</a>	
LEIRIA, 26-Fev-13	<b>COMUNICADO OFICIAL</b>	Época 2012-13

**QUILÓMETRO JOVEM DISTRIAL**

**ESTÁDIO MUNICIPAL de MARINHA GRANDE**  
**13 de Abril de 2013**

⊕	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERV.
15H30	1.000 metros Vara Comprimento Comprimento	Infantis Iniciados Benjamins Benjamins	Fem. F./M. Fem. Masc.	Km Jovem a) Tábua a 1 m. Tábua a 1 m.
15H40	1.000 metros	Infantis	Masc.	Km Jovem
15H50	1.000 metros	Iniciados	Fem.	Km Jovem
16H00	1.000 metros	Iniciados	Masc..	Km Jovem
16H10	1.000 metros	Juvenis	Fem.	Km Jovem
16H20	1.000 metros	Juvenis	Masc..	Km Jovem
16H30	1.000 metros	Jun./Sen.	Fem.	Prova Extra
16H40	1.000 metros	Jun./Sen.	Masc..	Prova Extra
16H50	1.000 metros	Benjamins	Fem.	Prova Extra
17H00	1.000 metros	Benjamins	Masc..	Prova Extra

a) Progressão da fasquia: 1,70; 1,80; 1,90; 2,00; subindo sempre de 10 em 10 cm.

As provas do Quilómetro de Infantis, Iniciados e Juvenis, serão um elemento fundamental de observação para a seleção para o Olímpico Jovem das Beiras

**REGULAMENTO DO QUILÓMETRO JOVEM:**

- 1 – No Quilómetro Jovem Distrital de Leiria poderão participar atletas federados, alunos em representação de estabelecimentos de ensino, ou atletas individuais desde que esteja salvaguardado o seguro desportivo;
- 2 - Para as corridas os atletas deverão inscrever-se na Câmara de Chamada até 30 minutos antes da prova em que pretendem participar. Para os concursos as inscrições deverão ser feitas no local onde o mesmo irá decorrer;
- 3 – Serão atribuídas medalhas, nas Provas do Quilómetro Jovem Distrital, aos 3 primeiros classificados dos atletas federados na ADAL, nas provas de Infantis, Iniciados e Juvenis;
- 4 – Cada atleta só poderá participar em duas provas;
- 5 – Os atletas não federados na ADAL e de estabelecimentos de ensino devem fazer a sua inscrição até ao dia 9 de abril de 2013 para a ADAL, Telf.: 244 827 580, Fax: 244 812 972 ou e-mail: [assleiria@adal.pt](mailto:assleiria@adal.pt)
- 6 – A Prova do Quilómetro Jovem será um elemento fundamental na seleção para esta prova que está integrada no Torneio Olímpico Jovem das Beiras, a ter lugar em Seia a 25 de Abril. Para os escalões de iniciados e juvenis, esta prova será um elemento importante para a seleção que irá representar a ADAL na Final Nacional, calendarizada pela FPA para 11 de Maio, em Cantanhede;
- 7 – A ADAL fará uma classificação colectiva com base no somatório dos melhores tempos dos escalões de infantis, iniciados e juvenis, masculinos e femininos, que deverá dar lugar a uma classificação nacional de clubes elaborada pela Federação Portuguesa de Atletismo;

Na prova do salto em comprimento haverá 3 tentativas para todos os participantes. Não haverá os 3 ensaios finais para os 8 primeiros.

Director da Competição: Aníbal Carvalho

A ADAL