

	<b>ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE ATLETISMO DE LERIA</b> Estádio Municipal de Leiria – E. C. Marrazes; Apartado 552, 2416- 904 Leiria Telef. 244 827 580 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-jan-17	<b>COMUNICADO OFICIAL</b>	Época 2016-17

## 11.º MEETING “CIDADE DE POMBAL”

### EXPOCENTRO - pista coberta

4 de fevereiro de 2017

🕒	PROVA	ESCALÃO	SEXO	OBSERV.
21h00	Vara	Juv Jun Sen	Masc.	a)
	Altura	Juv Jun Sen	Masc.	b)
	Comprimento	Juv Jun Sen	Fem.	
	Peso	Jun Sen	Masc.	7,260 Kg
	60 m. bar. (0,84)	Juv Jun Sen	Fem.	Eliminatórias
21h10	60 m. bar. (1,06)	Jun Sen	Masc.	Eliminatórias
21h20	60 m.	Juv Jun Sen	Fem.	Eliminatórias
21h30	60 m.	Juv Jun Sen	Masc.	Eliminatórias
21h40	800 m.	Juv Jun Sen	Fem.	Séries
21h50	800 m.	Juv Jun Sen	Masc.	Séries
22h00	400 m.	Juv Jun Sen	Fem.	Séries
22h15	Triplo salto	Juv Jun Sen	Masc.	
	400 m.	Juv Jun Sen	Masc.	Séries
22h30	60 m. bar. (0,84)	Juv Jun Sen	Fem.	Final
22h40	60 m. bar. (1,06)	Jun Sen	Masc.	Final
22h50	60 m.	Juv Jun Sen	Fem.	Final
23h00	60 m.	Juv Jun Sen	Masc.	Final

#### Progressão das fasquias:

- a) 3,60 (+25) --> 4,35 (+20) --> 5,15 (+15) --> 5,45 (+5)  
b) 1,84 (+6) --> 1,96 (+4) --> 2,04 (+3) --> 2,16 (2)

#### REGULAMENTO DA COMPETIÇÃO:

01. Torneio organizado pela ADAL, com o apoio do Município de Pombal, e destinado a atletas federados na F.P.A.;
02. Tendo em conta o formato da competição, a organização, após receber as inscrições, selecionará os atletas com melhores marcas para cada uma das provas;
03. Os atletas deverão solicitar a sua inscrição, através da sua Associação de origem, para [assleiria@adal.pt](mailto:assleiria@adal.pt) até ao dia 31 de janeiro, indicando sempre as suas melhores marcas pessoais. No dia 2 de fevereiro a ADAL, publicará no seu site a lista dos atletas inscritos para a competição;
04. Haverá **prémios monetários** para os três primeiros classificados de cada prova;
05. Os atletas deverão confirmar a sua inscrição junto do secretariado, até 1 hora antes da sua prova;
06. Cada atleta só poderá participar em duas provas;
07. Casos omissos serão resolvidos com base no Regulamento Geral de Competições;

Diretor da Prova: António Reis

A ADAL