



Meeting Jovem Cidade de Pombal - 3.^a jornada do Campeonato Distrital de Infantis e Iniciados

Local: Pista Coberta de Pombal

Data: 18/03/2018

Hora da prova	Hora limite de:			Prova	Escala	Género	Observações
	Confirmação	Câm. chamada	Entrada na pista				
9:30	8:30	8:45	8:55	Peso 2 kg	Infantis	Fem	
9:30	8:30	8:45	8:55	Salto em Comprimento	Iniciados	Fem	Tábua 1 metro
9:30	8:30	8:45	8:55	Salto em Altura	Infantis	Masc	1,00 (+5) ---> 1,20 (+4) --->
9:30	8:30	9:10	9:15	60B (076)	Infantis	Fem	
9:50	8:50	9:30	9:35	60B (076)	Infantis	Masc	
10:10	9:10	9:50	9:55	60B (076)	Iniciados	Fem	
10:30	9:30	10:10	10:15	60B (084)	Iniciados	Masc	
10:50	9:50	10:05	10:15	Peso 3 kg	Infantis	Masc	
10:50	9:50	10:30	10:35	60 m	Infantis	Fem	
11:00	10:00	10:15	10:25	Salto em Comprimento	Iniciados	Masc	Tábua 1 metro
11:00	10:00	10:15	10:25	Salto em Altura	Infantis	Fem	1,00 (+5) ---> 1,20 (+4) --->
11:15	10:15	10:55	11:00	60 m	Infantis	Masc	
11:40	10:40	11:20	11:25	60 m	Iniciados	Fem	
12:05	11:05	11:45	11:50	60 m	Iniciados	Masc	
12:30	11:30	12:10	12:20	600 m	Infantis	Fem	
12:40	11:40	12:20	12:30	600 m	Infantis	Masc	
12:50	11:50	12:30	12:40	800 m	Iniciados	Fem	
12:55	11:55	12:35	12:45	800 m	Iniciados	Masc	

Regulamento da competição

1. Competição organizada pela ADAL com o apoio do Município de Pombal.
2. Poderão participar atletas federados, alunos em representação de Escolas ou Individualmente desde que possuam Seguro Desportivo.
3. Cada atleta só poderá participar nas provas do seu escala e no máximo em duas provas.
4. Haverá medalhas para os 3 primeiros classificados de cada prova.
5. Os Clubes filiados na ADAL deverão fazer as inscrições através do site www.adal.pt até ao dia 13/03/2018.
6. Os atletas não filiados na ADAL, interessados em participar nesta competição, deverão fazer chegar as inscrições até ao dia 13/03/2018 para assleiria@adal.pt. As inscrições deverão indicar as melhores marcas pessoais desta época ou da época anterior.
7. No dia 15/03/2018 será divulgada no site da ADAL a lista dos atletas inscritos por prova.
8. Nas provas de salto em comprimento e lançamento do peso, caso haja mais de 18 atletas a competir, cada atleta realizará apenas três saltos ou ensaios.

Diretor de competição: Fernando Alves

Leiria, 06/03/2018