

# 7<sup>o</sup> MEETING JOVEMACV

**& CAMPEONATO DISTRITAL DE 5.000 E 10.000m**

**Estádio Municipal de Pombal**

**25 Abril de 2018**

Horário	Prova	Escalaão	Género	Observações
15:00	Salto c/ Vara	INI	M/F	a)
	Salto c/ Vara	JUV	M/F	<b>EXTRA</b> a)
	Triplo Salto	INI	M	Caixa A b)
	Comprimento	BENJ A/B	F	Caixa B b)
	Dardo	INF/INI	F	b)
	100m	JUV/JUN/SEN	M	Series <b>EXTRA</b>
15:10	100m	JUV/JUN/SEN	F	Series <b>EXTRA</b>
15:20	80m	INI	M	Series
15:30	80m	INI	F	Series
15:40	60m	INF	M	Series
15:50	60m	INF	F	Series
16:00	60m	BENJ B	M	Series
16:10	60m	BENJ B	F	Series
16:20	60m	BENJ A	M	Series c)
16:30	60m	BENJ A	F	Series c)
16:40	Triplo	INI	F	b)
	Comprimento	BENJ A/B	M	Caixa B d)
	Dardo	INF/INI	M	b)
	600m	BENJ A/B	M	Series
16:50	600m	BENJ A/B	F	Series
17:00	300m	JUV/JUN/SEN	M	Series <b>EXTRA</b>
17:10	300m	JUV/JUN/SEN	F	Series <b>EXTRA</b>
17:20	1500m obstáculos	INI	M	Series
17:30	1500m obstáculos	INI	F	Series
17:40	1000m Marcha	INF	M/F	Pista 1 a 3
	600m Marcha	BENJ B	M/F	Pista 4 a 6
18:00	5.000m	SEN	F	C. Distrital
18:30	10.000m	SEN	M	C. Distrital

a) Fasquias: 1,70 (10+);

b) Cada atleta tem direito a 3 ensaios. Os atletas com as 8 melhores marcas têm direito a mais 3 ensaios.

c) Partida de Pé para o escalaão de Benjamins A;

ORGANIZAÇÃO:

APOIOS:



## Regulamento Geral

1. Competição organizada pelo Atlético Clube de Vermoil, em colaboração com a ADAL e com o apoio do Município da 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 escalão e no máximo em duas provas;
4. Haverá prémios para os 1º, 2º e 3º classificados de cada prova e troféus para as 3 primeiras equipas. As provas destinadas aos infantis e iniciados serão contabilizadas para a classificação coletiva dos respetivos Campeonatos Distritais.
5. Para a classificação coletiva deste meeting só poderão pontuar até um máximo de 2 (dois) atletas por clube, sendo que os restantes não retirarão pontos às outras equipas. Ao 1.º classificado serão atribuídos 8 pontos, ao 2.º serão atribuídos 7 pontos e assim sucessivamente. A classificação coletiva do torneio incluirá os escalões de benjamins A, benjamins B, infantis e iniciados.
6. **Os Clubes filiados na ADAL deverão fazer as inscrições através do site [www.adal.pt](http://www.adal.pt) até ao dia 20/04/2018.**
7. As inscrições dos atletas das restantes Associações deverão ser enviadas por email para a ADAL ([assleiria@adal.pt](mailto:assleiria@adal.pt)) até ao dia 20/04/2018.
8. No dia 23/04/2018 será divulgada no site da ADAL a lista dos atletas inscritos por prova.
9. No dia da competição não poderão ser acrescentados atletas às listas de participantes.
10. Nos concursos, caso haja mais de 18 atletas a competir, cada atleta realizará apenas três saltos ou ensaios.

Diretores de competição: Nuno Marques e Rui Militão

ORGANIZAÇÃO:



APOIOS:



# 7<sup>o</sup> MEETING JOVEMACV

Local: Estádio Municipal de Pombal

Data: 25/04/2018

Hora da prova	Hora limite de:			Prova	Escalação	Género	Observações
	Confirmação	Câm. chamada	Entrada na pista				
15:00	13:40	13:45	13:55	Salto com Vara	Iniciados	Masc/Fem	1,70 (+10) -->
15:00	13:40	13:45	13:55	Salto com Vara	Juvenis	Masc/Fem	1,70 (+10) --> (Prova extra)
15:00	14:00	14:15	14:25	Triplo Salto	Iniciados	Masc	Caixa A - Tábua 9 metros
15:00	14:00	14:15	14:25	Salto em Comprimento	Benj. A/B	Fem	Caixa B - Tábua 1 metro
15:00	14:00	14:15	14:25	Dardo 400g	Infantis	Fem	
15:00	14:00	14:15	14:25	Dardo 500g	Iniciados	Fem	
15:00	14:00	14:40	14:45	100 m	Juv/Jun/Sen	Masc	Séries (Prova extra)
15:10	14:10	14:50	14:55	100 m	Juv/Jun/Sen	Fem	Séries (Prova extra)
15:20	14:20	15:00	15:05	80 m	Iniciados	Masc	Séries
15:30	14:30	15:10	15:15	80 m	Iniciados	Fem	Séries
15:40	14:40	15:20	15:25	60 m	Infantis	Masc	Séries
15:50	14:50	15:30	15:35	60 m	Infantis	Fem	Séries
16:00	15:00	15:40	15:45	60 m	Benj. B	Masc	Séries
16:10	15:10	15:50	15:55	60 m	Benj. B	Fem	Séries
16:20	15:20	16:05	16:10	60 m	Benj. A	Masc	Séries - Partida em pé
16:30	15:30	16:15	16:20	60 m	Benj. A	Fem	Séries - Partida em pé
16:40	15:40	15:55	16:05	Triplo Salto	Iniciados	Fem	Caixa A - Tábua 7 metros
16:40	15:40	15:55	16:05	Salto em Comprimento	Benj. A/B	Masc	Caixa B - Tábua 1 metro
16:40	15:40	15:55	16:05	Dardo 500g	Infantis	Masc	
16:40	15:40	15:55	16:05	Dardo 600g	Iniciados	Masc	
16:40	15:40	16:20	16:30	600 m	Benj. A/B	Masc	
16:50	15:50	16:30	16:40	600 m	Benj. A/B	Fem	
17:00	16:00	16:40	16:45	300 m	Juv/Jun/Sen	Masc	Séries - Prova extra
17:10	16:10	16:50	16:55	300 m	Juv/Jun/Sen	Fem	Séries - Prova extra
17:20	16:20	17:00	17:10	1500 Obs (076)	Iniciados	Masc	
17:30	16:30	17:10	17:20	1500 Obs (076)	Iniciados	Fem	
17:40	16:40	17:20	17:30	1000 Marcha	Infantis	Masc/Fem	Pista 1 a 3
17:40	16:40	17:20	17:25	600 marcha	Benj. B	Masc/Fem	Pista 4 a 6
18:00	17:00	17:40	17:50	5000 m	Jun/Sen	Fem	Campeonato Distrital Leiria e Coimbra
18:30	17:30	18:10	18:20	10000 m	Jun/Sen	Masc	Campeonato Distrital Leiria e Coimbra

ORGANIZAÇÃO:

APOIOS:

