

PROVA DE PREPARAÇÃO DE LANÇAMENTOS

Organização: Juventude Vidigalense/ADAL



14 de abril de 2018 / *April 14, 2018*

Centro Nacional de Lançamentos / *National Throwing Centre – Leiria*

PROGRAMA FINAL - dia 12 Abril

HORA	DISCIPLINA	ESCALÕES	SEXO	Engenhos	OBSERVAÇÕES
<i>Hour</i>	<i>Event</i>	<i>Group Age</i>	<i>Gender</i>	<i>Implements</i>	
13h00	Dardo <i>Javelin</i>	Juvenis <i>U-18</i>	M	700 grs	Mínimo de participação – 30 metros
13h30	Peso <i>Shot Put</i>	Juniores e Seniores <i>U-20 and seniors</i>	F	4 kg	Mínimo de participação – 12 metros
14h15	Disco <i>Discus</i>	Juvenis e Veteranos <i>U-18,</i>	M e F	1,5 / 1 kg	Gaiola principal / <i>main cage</i> Mínimo de participação – 37 metros
15h15	Disco <i>Discus</i>	Juniores e Seniores <i>U-20 and seniors</i>	M	1,75 / 2kg	Gaiola principal / <i>main cage</i> Mínimo de participação – 37 metros
16h30	Disco <i>Discus</i>	Juniores e Seniores <i>U-20 and seniors</i>	F	1 kg	Gaiola principal / <i>main cage</i> Mínimo de participação – 35 metros
17h30	Martelo <i>Discus</i>	Juniores, Seniores e Veteranos <i>U-20 and seniors</i>	M	6 / 7.26 kg	Gaiola principal / <i>main cage</i> Mínimo de participação – 40 metros

Apoio:



PROVA DE PREPARAÇÃO DE LANÇAMENTOS

Organização: Juventude Vidigalense/ADAL



REGULAMENTO DA COMPETIÇÃO:

1. Cada atleta só poderá participar no máximo em duas disciplinas;
2. Em cada prova passarão à final os oito atletas com melhores resultados, independentemente do escalão e engenho utilizados;
3. As inscrições deverão ser enviadas até ao dia 11 de abril para o e-mail: cnl@juventudevidigalense.org e nelas deve constar:
 - Nome;
 - Disciplina em que se inscreve;
 - Melhor marca obtida desde 1 de janeiro de 2018 com local e data de obtenção;
4. As inscrições serão gratuitas para os atletas filiados na ADAL. Todos os demais interessados terão de suportar uma **taxa de 2,5€/disciplina**. O pagamento da taxa será realizado no secretariado aquando da confirmação da inscrição na prova.
5. Os casos omissos serão resolvidos com base no Regulamento Geral de Competições.

Apoio:

