

2.^a Jornada
Campeonato Distrital
Sub14
+
3.^a Jornada
Campeonato Distrital
Absoluto

Data: 16-06-2022

Local:

Estádio Municipal de Leiria

Programa-horário (provisório)

Quinta-Feira – 16 de junho de 2022						
Hora da prova	Câmara de Chamada	Entrada na Pista	Prova	Escalão	Género	Obs.
09:00	08:50	08:55	10.000 m. Marcha	Juv a Vet	Fem	Pista 1
09:00	08:50	08:55	10.000 m. Marcha	Juv a Vet	Mas	Pista 5
09:00	08:20	08:25	Quádruplo	BENJB/INF	Masc	Tábua - 10 e 11 metros / corrida de balanço - 18 m
09:00	08:20	08:25	Altura	BENJB/INF	Fem	*.*
09:00	08:20	08:25	Peso (2 e 3)	BENJB/INF	Fem/Masc	CNL
10:10	10:00	10:05	3000 m. marcha	INF a INI	Fem	Pista 1 INI- extra
10:10	10:00	10:05	3000 m. marcha	INF a INI	Masc	Pista 5 INI- extra
10:30	10:20	10:25	Quádruplo	BENJB/INF	Fem	Tábua- 9 metros / corrida de balanço- 18 m
10:30	10:20	10:25	Disco (600 e 750)	BENJB/INF	Fem/Masc	CNL
10:30	10:20	10:25	Altura	BENJB/INF	Masc	*.*
10:40	10:30	10:35	5.000 m.	Jun a Mast.	Masc	Séries
11:10	11:00	11:05	60 m. Barr.	BENJB/INF	Masc	Eliminatórias (0.76)
11:20	11:10	11:15	60 m. Barr.	BENJB/INF	Fem	Eliminatórias (0.76)
11:50	11:40	11:45	150 m.	BENJB/INF	Masc	Séries
12:00	11:50	11:55	150 m.	BENJB/INF	Fem	Séries
12:10	12:00	12:05	400 m.	Juv a Mast.	Masc	Séries
12:20	12:10	12:15	400 m.	Juv a Mast.	Fem	Séries
12:30	12:20	12:25	800 m.	Juv a Mast.	Masc	Séries
12:40	12:30	12:35	800 m.	Juv a Mast.	Fem	Séries
12:50	12:40	12:45	60 m. Barr.	BENJB/INF	Masc	Final
13:00	12:50	12:55	60 m. Barr.	BENJB/INF	Fem	Final
13:15	13:05	13:10	400B (0,84)	Juv.	Masc	Séries- Extra

. Progressão da fasquia do:

Salto em Altura Fem. - 1,00m (+5) ---> 1,10 (+4)---> 1,18 (+3)--->

Salto em Altura Masc. - 1,05m (+5) ---> 1,15 (+4)---> 1,23 (+3)--->

1. Regulamento Sub 14

1.1 Poderão participar neste Campeonato Distrital os atletas Benj. B e sub-14 filiados na ADAL;

1.2 Os atletas só poderão participar em duas provas por dia;

1.3 Os atletas Benjamins B não podem participar nas provas de 600 metros e 3000 metros;

1.4 Os atletas Infantis que participem numa corrida de distância igual ou superior a 150 metros não podem participar em mais nenhuma corrida que se dispute posteriormente nessa jornada com exceção da estafeta de 4x 60 metros, podendo participar nas que se disputem antes, desde que sejam de distância inferior;

1.5 No entanto os atletas que participem numa prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 600 metros não podem participar em mais nenhuma prova (marcha, concurso ou corrida, incluindo a estafeta de 4x60m) que se dispute posteriormente nessa jornada, podendo participar em provas que se disputem antes, desde que não contrarie o ponto 1.4;

1.5 No caso do atleta infantil estar a participar num concurso que ainda não tenha terminado e se desloque para participar numa prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 600 metros, não poderá continuar a participar nesse concurso após a realização dessa prova;

1.6 O atleta infantil no caso de participar na eliminatória de uma prova de velocidade ou barreiras que se realize antes de uma prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 600 metros em que o atleta participe, se o atleta for apurado para uma final que se realize após esta prova, não poderá participar nessa final.

2. Regulamento Absoluto

2.1 Poderão participar neste Campeonato Distrital os atletas sub-18, sub-20, Seniores e Veteranos filiados na ADAL;

2.2 Os atletas só poderão participar em duas provas por dia;

2.3 Os atletas sub-18 que participem em corridas ou provas de marcha de distância igual ou superior a 300 metros, não poderão participar posteriormente nessa jornada ou nesse dia noutra corrida, prova de marcha ou concurso;

2.4 No caso de um atleta sub-18 participar na eliminatória de uma prova de corrida ou num concurso que se realize antes da corrida ou prova de marcha igual ou superior a 300 metros em que participe, não poderá participar nos ensaios que ainda faltem no concurso ou na final que se realizem após esta prova;

2.5 Os atletas do escalão de sub-20 que participem em corridas ou provas de marcha de distância igual ou superior a 1500 metros, não poderão participar noutra corrida ou prova de marcha nessa jornada ou nesse dia, independentemente da ordem de participação nessas provas;

2.6 ADAL atribuirá também um prémio ao primeiro atleta sub-23 de cada prova, assim como ao primeiro atleta veterano;

3. Inscrições

3.1 As inscrições deverão ser feitas na plataforma <https://fpacompeticoes.pt> até ao dia 14 de junho de 2022 até as 20H00;

3.2 As confirmações para todas as provas terão de ser feitas na plataforma <https://fpacompeticoes.pt> no do dia 15 de junho;

3.3 Os clubes que ainda não possuem as credenciais de acesso a esta plataforma deverão enviar os seguintes dados: sigla, nome e email do responsável do clube para: fpacompeticoes@fpatletismo.pt;

Diretor de competição: António Reis