



ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE ATLETISMO DE LEIRIA

Estádio Municipal de Leiria – E. C. Marrazes; Apartado 552, 2416- 904 Leiria

Telef. 244 827 580 / Fax 244 812 972 E-mail: assleiria@adal.pt

www.adal.pt



Torneio Jovem em Pista Coberta

Local: Pista Coberta de Pombal

Data: 08/12/2017

Hora da prova	Hora limite de:			Prova	Escalão	Género	Observações
	Confirmação	Câm. chamada	Entrada na pista				
15:00	14:00	14:40	14:45	60B (076)	Infantis	Fem	Séries
15:00	14:00	14:15	14:25	Salto em Comprimento	Benj. B	Masc	Tábua 1 metro
15:00	14:00	14:15	14:25	Peso 2 kg	Benj. B	Fem	
15:00	14:00	14:15	14:25	Salto em Altura	Infantis	Masc	1,00 (+5) --> 1,20 (+4) ---> 1,28 (+3)
15:20	14:20	15:00	15:05	60B (076)	Infantis	Masc	Séries
15:40	14:40	15:20	15:30	150 m	Benj. B	Fem	Séries
16:00	15:00	15:40	15:50	150 m	Benj. B	Masc	Séries
16:20	15:20	16:00	16:05	150 m	Infantis	Fem	Séries
16:30	15:30	15:45	15:55	Salto em Comprimento	Benj. B	Fem	Tábua 1 metro
16:30	15:30	15:45	15:55	Peso 3 kg	Benj. B	Masc	
16:30	15:30	15:45	15:55	Salto em Altura	Infantis	Fem	1,00 (+5) --> 1,20 (+4) ---> 1,28 (+3)
16:40	15:40	16:20	16:25	150 m	Infantis	Masc	Séries
17:00	16:00	16:40	16:50	1000 Marcha	Infantis	Fem	Séries
17:10	16:10	16:50	17:00	1000 Marcha	Infantis	Masc	Séries

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. Nesta competição já serão utilizados os escalões de 2018.
4. Cada atleta só poderá participar nas provas do seu escalão e no máximo em duas provas.
5. Nos concursos (saltos horizontais e lançamentos), caso haja mais de 12 atletas a competir, cada atleta realizará apenas três saltos ou ensaios.
6. No caso de um 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.
7. Na prova de 150 metros para benjamins a partida será em pé.
8. As inscrições dos atletas da ADAL serão efetuadas na plataforma informática existente no site www.adal.pt. As inscrições terminarão no dia 05/12/2017. Os atletas extra deverão fazer as suas inscrições por email (assleiria@adal.pt) até ao dia 05/12/2017.
9. No dia 06-12-2017 será divulgada no site da ADAL a lista dos atletas inscritos por prova. Os Clubes deverão verificar minuciosamente as inscrições dos seus atletas e fazer as necessárias correções. No dia da competição não poderão ser adicionados atletas às listas de participantes, estejam eles inscritos ou não na competição.

Diretor de competição: António Reis

Leiria, 16/11/2017