

# JORNADAS DE LANÇAMENTOS – Etapa 2

Organização: Juventude Vidigalense/ADAL



2 de março de 2019 / March 2, 2019

Centro Nacional de Lançamentos / National Throwing Centre

## PROGRAMA PROVISÓRIO / PROVISIONAL PROGRAM

| Hora<br>Hour | Disciplina<br>Event              | Escalões<br>Group Age | Sexo<br>Gender | Engenhos<br>Implements | Mínimos<br>Entry Standards | Observações          |
|--------------|----------------------------------|-----------------------|----------------|------------------------|----------------------------|----------------------|
| 10:00        | Dardo / <a href="#">Javelin</a>  | U-18, U-20 e Seniores | M              | 700 / 800 grs.         | 35,00                      | Máximo 12 inscrições |
| 10:00        | Disco / <a href="#">Discus</a>   | U-18, U-20 e Seniores | F              | 1kg                    | 35,00                      | Máximo 12 inscrições |
| 11:00        | Dardo / <a href="#">Javelin</a>  | U-18, U-20 e Seniores | F              | 500 / 600 grs          | 25,00                      | Máximo 12 inscrições |
| 11:00        | Disco / <a href="#">Discus</a>   | U-20 e Seniores       | M              | 1,75 / 2 kg            | 40,00                      | Máximo 12 inscrições |
| 12:00        | Peso / <a href="#">Shot Put</a>  | U-20 e Séniores       | F              | 4 kg                   | 10,00                      | Máximo 12 inscrições |
| 12:00        | Martelo / <a href="#">Hammer</a> | U-18, U-20 e Seniores | F              | 3/4kg                  | 35,00                      | Máximo 12 inscrições |
| 13:00        | Peso / <a href="#">Shot Put</a>  | Seniores              | M              | 7.26 kg                | 11,00                      | Máximo 12 inscrições |
| 13:00        | Martelo / <a href="#">Hammer</a> | U-20 e Seniores       | M              | 6 / 7.26 kg            | 40,00                      | Máximo 12 inscrições |

## REGULAMENTO DA COMPETIÇÃO:

1. Este programa é provisório. No dia 28 de fevereiro será divulgada a versão final que será ajustada mediante as inscrições recebidas;
2. Cada atleta só poderá participar no máximo em duas disciplinas;
3. Em cada prova passarão à final os oito atletas com melhores resultados, independentemente do escalão e engenho utilizados;
4. As inscrições deverão ser enviadas até ao dia 27 de fevereiro para o e-mail: [cnl@juventudevidigalense.org](mailto:cnl@juventudevidigalense.org) e nelas deve constar:
  - Nome;
  - Disciplina em que se inscreve;
  - Melhor marca obtida desde 1 de janeiro de 2017 com local e data de obtenção;
  - Dorsal atribuído pela ADAL para 2018-2018 (para atletas filiados em Leiria)

As inscrições serão gratuitas para os atletas filiados na ADAL, mas continuam a ser **obrigatórias**.

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:

