

JORNADAS DE LANÇAMENTOS – Etapa 4

Organização: Juventude Vidigalense/ADAL



26 de junho de 2019 / June, 26 2019

Centro Nacional de Lançamentos / National Throwing Centre

PROGRAMA FINAL

Hora Hour	Disciplina Event	Escalões Group Age	Sexo Gender	Engenhos Implements	Observações
17:45	Martelo / Hammer	U-18	F	3 kg	
17:45	Peso / Shot Put	Seniores	M e F	7.26kg / 4kg	Atletas com SB > 16,50
18:30	Martelo / Hammer	U-20 e Seniores	M e F	6 / 7.26 / 4 kg	
18:45	Dardo / Javelin	U18, U-20 e Seniores	M e F	500 / 700 / 800 / 600 grs	
19:30	Disco / Discus	Seniores	M e F	2 kg / 1kg	Atletas com SB > a 52,00m
19:45	Peso / Shot Put	U-18, U-20 e Seniores	M	5 / 6 / 7.26kg	Atletas com SB > 14m e < a 16,50m
20:30	Disco / Discus	U-18, U-20 e Seniores	F	1kg	Atletas com SB < 52,00m
20:45	Peso / Shot Put	U-18, U-20 e Seniores	M e F	5 / 6 / 7.26 / 3 e 4kg	Atletas com SB < 14m
21:30	Disco / Discus	U-20 e Seniores	M	1,75 / 2kg	Atletas com SB < 52,00m

REGULAMENTO DA COMPETIÇÃO:

1. Este programa é provisório. No dia 24 de junho 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 23 de junho 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 2019 com local e data de obtenção;
 - Dorsal atribuído pela ADAL para 2018-2019 (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:

