



Associação Distrital de Atletismo de Leiria

Regulamento

MEMORIAL MÁRIO AVELINO

Data: 10-11-2024

Local: ESTÁDIO MUNICIPAL DE LEIRIA E CENTRO NACIONAL DE LANÇAMENTOS

Programa-Horário

Hora	Câmara de Chamada	Entrada na Pista	Prova	Escalão	Género	Observações
09:30	09:10	09:20	60m barreiras	Sub 14	Masc	60 cm
09:30	08:45	08:55	Altura	Sub 16	Fem	*.*
09:30	08:45	08:55	Peso	Sub 16	Masc	4 Kg (CNL)
09:40	08:55	09:05	Comprimento	Sub 14	Fem	
09:50	09:30	09:40	60m barreiras	Sub 14	Fem	60 cm
10:10	09:50	10:00	60m	Sub 16	Masc	
10:30	10:10	10:20	60m	Sub 16	Fem	
10:50	10:30	10:40	300m	Sub 16	Masc	
11:10	10:50	11:00	300m	Sub 16	Fem	
11:30	10:45	10:55	Peso	Sub 16	Fem	3Kg (CNL)
11:40	11:00	11:10	Comprimento	Sub 14	Masc	

*.*Progressão da fasquia do Salto em Altura:

Fem - 1,10 (+4) ---> 1,26 (+3)

Regulamento

1. O Memorial Mário Avelino é uma organização da Associação Distrital de Atletismo de Leiria, com a colaboração da Câmara Municipal de Leiria e Juventude Vidigalense, e presta homenagem a um dos fundadores da ADAL e diretor técnico regional durante vários anos.
2. Esta competição realiza-se no dia 10 de novembro de 2024, domingo, a partir das 09:30 horas, na pista do Estádio Municipal de Leiria e Centro Nacional de Lançamentos, abrangendo várias disciplinas do Atletismo e os escalões etários jovens de Sub 14 a Sub 16 Femininos e Masculinos, destinando-se a atletas federados e alunos de escolas.
3. Nos concursos, caso haja mais de 15 atletas a competir, cada atleta realizará apenas três ensaios.
4. Haverá prémios para os 1º; 2º e 3º classificados de cada prova.
5. As inscrições são gratuitas e deverão ser feitas na plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> até ao dia 06 de novembro de 2024.
6. As confirmações serão realizadas on-line e estarão disponíveis entre as 18:00 horas do dia 09 de novembro e **90 minutos antes do início de cada prova** <https://fpacompeticoes.pt/>.
7. O Regulamento está disponível em: www.adal.pt e <https://www.fpacompeticoes.pt/>.
8. A organização entregará os "dorsais" a partir das 8h30 no secretariado a funcionar no Estádio Municipal de Leiria.
9. O ajuizamento da prova será feito pelo Conselho de Arbitragem da Associação Distrital de Atletismo de Leiria, com base no regulamento internacional da World Athletics.



Associação Distrital de Atletismo de Leiria

Regulamento

10. Para qualquer protesto deve o mesmo ser efetuado até 30 minutos após a conclusão da prova a que o mesmo se refere.
11. Os casos omissos neste regulamento serão resolvidos pela organização e de acordo com o Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.
12. No dia 08 de novembro a organização divulgará a start list final, bem como a versão final do horário, caso o mesmo venha a sofrer alterações.

CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS DAS CORRIDAS DE BARREIRAS						
Escalão	Distância Total	Número de Barreiras	Altura das Barreiras (cm)	Distância da partida à 1ª barreira	Distância entre barreiras	Distância da última barreira à meta
Sub14 Fem.	60 m.	6	0.60	12.00 m.	6.50 m.	15.50 m.
Sub 14 Masc.	60 m.	6	0.60	12.00 m.	7.00 m.	13.00 m.

Diretor de competição: António Reis