



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



6.º Quilómetro Jovem do GAU Bajouca / Quilómetro Jovem Distrital / Camp. Distrital de 5000 e 10000 / 6.ª jornada do CD Infantis e Iniciados

Local: Estádio Municipal de Leiria

Data: 27/04/2019

Hora da prova	Hora limite de:			Prova	Escala	Género	Observações
	Confirmação	Câm. chamada	Entrada na pista				
15:00	14:00	14:40	14:50	1000 m	Infantis	Fem	Km Jovem Distrital
15:10	14:10	14:50	15:00	1000 m	Infantis	Masc	Km Jovem Distrital
15:20	14:20	15:00	15:10	1000 m	Iniciados	Fem	Km Jovem Distrital
15:30	14:30	15:10	15:20	1000 m	Iniciados	Masc	Km Jovem Distrital
15:40	14:40	15:20	15:30	1000 m	Juv/Jun	Fem	Km Jovem Distrital
15:50	14:50	15:30	15:40	1000 m	Juv/Jun	Masc	Km Jovem Distrital
16:00	15:00	15:40	15:50	600 m	Benj. B	Fem	
16:10	15:10	15:50	16:00	600 m	Benj. B	Masc	
16:20	15:20	16:00	16:10	600 m	Benj. A	Fem	
16:30	15:30	16:10	16:20	600 m	Benj. A	Masc	
16:40	15:40	16:20	16:30	5000 m	Jun/Sen/Vet	Fem	Circuito de meio-fundo da ADAL
17:10	16:10	16:50	17:00	10000 m	Jun/Sen/Vet	Masc	Circuito de meio-fundo da ADAL

Regulamento da competição

1. Competição organizada pelo Grupo Alegre e Unido da Bajouca, em colaboração com a ADAL.
2. O Grupo Alegre e Unido da Bajouca atribuirá prémios, nas Provas do Quilómetro Jovem Distrital e nas provas de benjamins, aos 3 primeiros classificados. Nas provas do Quilómetro Jovem Distrital (infantis, iniciados e juvenis) apenas terão acesso aos prémios os atletas da ADAL. Haverá classificação coletiva com atribuição de prémios às três primeiras equipas do Quilómetro Jovem Distrital, a qual será feita conforme o descrito no ponto 3 deste regulamento.
3. No Quilómetro Jovem Distrital será feita uma classificação coletiva com base no somatório dos melhores tempos dos escalões de infantis, iniciados e juvenis, masculinos e femininos.
4. No Campeonato Distrital de 5000 e 10000 metros serão atribuídos prémios aos três primeiros de cada escala (juniores, seniores e veteranos).
5. **Todas as inscrições dos atletas federados deverão ser feitas através do site www.adal.pt até ao dia 23/04/2019.**
6. **Os atletas não federados poderão também participar nesta competição, devendo inscrever-se no site www.recordepessoal.pt.**

Diretor de competição: Rui Militão

Leiria, 18/04/2019