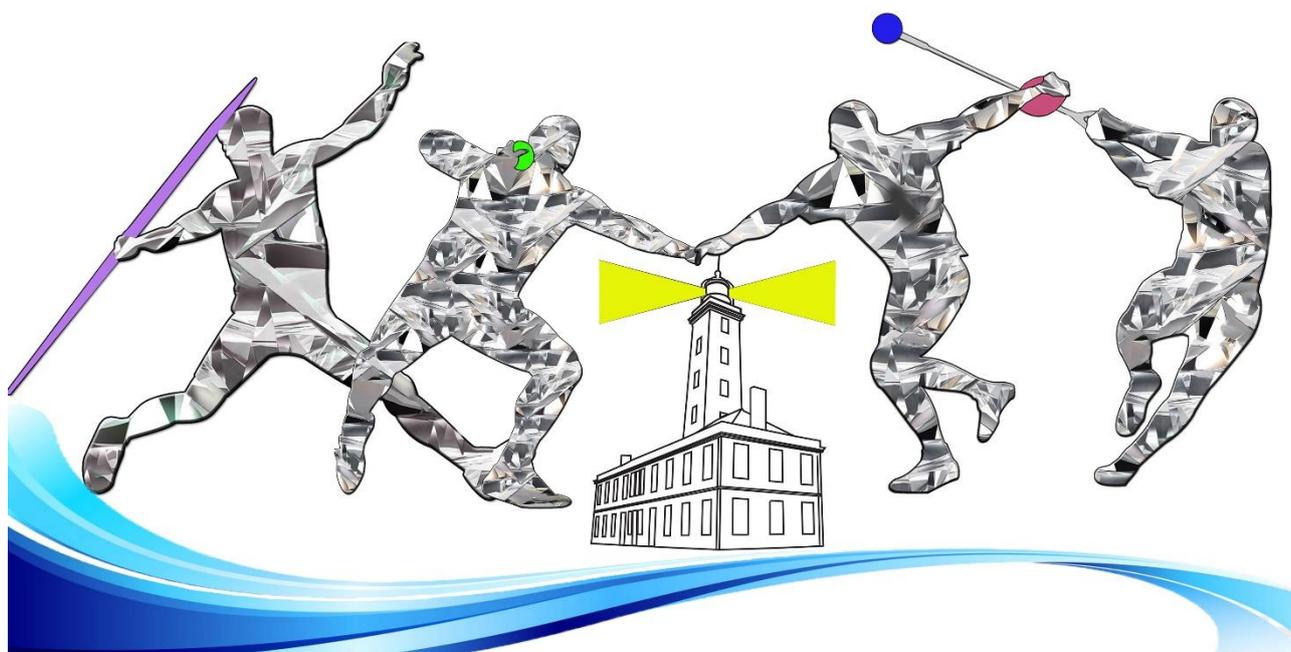


1º MEETING INTERNACIONAL DE LANÇAMENTOS CIDADE DO CRISTAL



MARINHA GRANDE, 27 DE ABRIL

2019



1. CIDADE DE ACOLHIMENTO

Localizada no distrito de Leiria, junto ao mar e do pinhal, e com uma população de 38 681 habitantes, a Marinha Grande é uma cidade com uma enorme diversidade de atividades. Começou como uma pequena aldeia de lenhadores, estando o seu desenvolvimento ligado à plantação do glorioso Pinhal de Leiria, mandado plantar pelo rei D. Dinis, criando uma barreira natural e fornecendo matérias-primas para a construção das Caravelas Portuguesas, que permitiu a Portugal descobrir o mundo nos séculos XV e XVI. Por isso, em 1769, um homem inglês de nome Guilherme Stephens estabeleceu a "Fábrica de Vidros Reais", o que elevou a Marinha Grande e a colocou na frente da indústria do vidro, tirando proveito da areia proveniente das praias e da madeira do nosso pinhal. Assim, a Marinha Grande começou a ser conhecida como a "Capital do Vidro", e o seu feriado começou a ser comemorado na famosa "Quinta feira da Ascensão" ou "Dia da Espiga". No entanto, a Marinha Grande não está apenas focada na indústria. Aqui e à nossa volta, encontramos um pouco de tudo. Tu podes aproveitar o clima e ter uma vida de praia na praia de São Pedro de Moel e na praia de Vieira de Leiria. Podes visitar muitos monumentos e locais históricos como o Museu do Vidro, o Museu Joaquim Correia, o Castelo de Leiria, o Santuário de Fátima, a Aldeia de Óbidos e Aljubarrota. Podes ainda praticar vários desportos como atletismo, andebol, basquetebol, natação, vólei, skate, futebol, etc., ou apenas relaxar e descansar no centro histórico, a comer e a ouvir música cercados por uma grande energia. Para os mais curiosos, tu podes visitar o "Poeiras Glass", onde vais aprender tudo sobre o vidro e ver todos os processos da sua formação na vida real. Explorar e descobrir as nossas maravilhas é levar contigo um pouco de nós e das nossas vidas que se concentram no trabalho e no tempo para a família. **ESTAMOS À TUA ESPERA!**





2. HORÁRIO

| C. CHAMADA | INICIO | COMPETIÇÃO | SEXO | ESCALÃO | OBS. | LOCAL |
|------------|--------|---------------------|-----------|-----------|----------|-----------|
| 09:30 | 10:00 | LANÇAMENTO DISCO | FEMININO | U18 | 1KG | ESTÁDIO |
| 10:30 | 11:00 | LANÇAMENTO DARDO | MASCULINO | U18 | 700G | ESTÁDIO |
| 10:30 | 11:00 | LANÇAMENTO MARTELO | FEMININO | U18 | 3KG | ZONA EXT. |
| 10:30 | 11:05 | LANÇAMENTO PESO | MASCULINO | U18 | 5KG | CIRCULO 1 |
| 10:30 | 11:10 | LANÇAMENTO PESO | FEMININO | U18 | 3KG | CIRCULO 2 |
| 10:45 | 11:15 | LANÇAMENTO DISCO | MASCULINO | U20 | 1,75KG | ESTÁDIO |
| 11:45 | 12:15 | LANÇAMENTO DARDO | FEMININO | U18 | 500G | ESTÁDIO |
| 11:45 | 12:15 | LANÇAMENTO MARTELO | MASCULINO | U18 | 5KG | ZONA EXT. |
| 11:45 | 12:20 | LANÇAMENTO PESO | FEMININO | U20 | 4KG | CIRCULO 2 |
| 11:45 | 12:25 | LANÇAMENTO PESO | MASCULINO | U20 | 6KG | CIRCULO 1 |
| 12:00 | 12:30 | LANÇAMENTO DISCO | MASCULINO | U18 | 1,5KG | ESTÁDIO |
| 13:30 | 14:00 | LANÇAMENTO MARTELO | MASCULINO | U20 | 6KG | ZONA EXT. |
| 13:30 | 14:00 | LANÇAMENTO DARDO | FEMININO | U20/ELITE | 600G | ESTÁDIO |
| 13:30 | 14:00 | LANÇAMENTO DISCO | FEMININO | U20/ELITE | 1KG | ESTÁDIO |
| 14:00 | 14:30 | LANÇAMENTO PESO | FEMININO | ELITE | 4KG | CIRCULO 3 |
| 14:45 | 15:15 | LANÇAMENTO MARTELO | FEMININO | U20/ELITE | 4KG | ZONA EXT. |
| 14:45 | 15:15 | LANÇAMENTO DARDO | MASCULINO | U20/ELITE | 800G | ESTÁDIO |
| 15:30 | 16:00 | LANÇAMENTO PESO | MASCULINO | ELITE | 7,260KG | CIRCULO 3 |
| 16:15 | 16:45 | LANÇAMENTO DISCO | MASCULINO | ELITE | 2KG | ESTÁDIO |
| 16:15 | 16:45 | LANÇAMENTO MARTELO | MASCULINO | ELITE | 7,260KG | ZONA EXT. |
| 17:30 | 18:00 | LANÇAMENTO MARTELÃO | M/F | MASTER | 9KG/15KG | ZONA EXT. |

3. REGULAMENTOS GERAIS

1. Cada atleta poderá participar no máximo em duas provas.
2. Cada atleta apenas poderá competir em provas do seu escalão.
3. Na terceira semana de Abril será divulgada a lista de inscritos por prova para a competição, na página do Facebook do evento.
4. Serão entregues medalhas aos 3 primeiros classificados de cada prova por escalão.



4. CÂMARA DE CHAMADA

Todos os atletas devem comparecer na Câmara de Chamada 30 minutos antes da competição.

5. MEDIÇÃO

Todas as medições serão efetuadas por um equipamento eletrónico certificado da Federação Portuguesa de Atletismo- EDM.

6. EQUIPAMENTOS PESSOAIS

Os equipamentos de lançamento fornecidos pela organização (ver lista de equipamentos) são selecionados aparecendo na lista atual de equipamentos aprovados pela IAAF.

Os Equipamentos Pessoais também serão permitidos, desde que:

- Possuam certificação da IAAF;
- Estejam em boas condições e a marca seja facilmente reconhecida;
- Sejam disponibilizados para todos os outros competidores até o final da final;
- Sejam submetidos ao ponto de check-in dos equipamentos pelo menos 3 horas antes do evento.

Estes equipamentos serão devolvidos após as competições.

7. INSCRIÇÕES

As inscrições devem ser enviadas até dia **14 de Abril** para **mg.itmeeting@gmail.com** com a informação da ficha de inscrição enviada em anexo.



8. ACOMODAÇÃO E INFORMAÇÕES DO HOTEL:

O hotel oficial será o Miramar Hotel

Rua dos Serviços Florestais nº2 São Pedro de Moel

2430-481 Marinha Grande, Portugal

Tel: +351 244 599 141

E-mail: info@miramarhotel.pt

Website: www.miramarhotel.pt



8.1 CUSTOS DE ACOMODAÇÃO

Os custos de acomodação no hotel oficial serão:

| | Single room | Twin room |
|-------------------------|----------------------|----------------------|
| Atletas / Acompanhantes | 35€ por pessoa/noite | 45€ por quarto/noite |

Os preços incluem IVA e pequeno-almoço.

8.2 DESPESAS EXTRA

Cada atleta é responsável pelas despesas extra (bar, lavandaria, telefone etc.) com o pagamento na receção do hotel, antes da partida.

8.3 DORSAL

Os dorsais serão entregues no Hotel após o pagamento por parte do Atleta da sua estadia. O pagamento será feito à organização.

Para os atletas que não fiquem hospedados, será entregue o dorsal no dia da competição, junto ao secretariado, em local devidamente assinalado até 1 hora antes da competição.



9. TRANSPORTES

A organização irá providenciar transporte grátis do Aeroporto de Lisboa sexta-feira dia 26 de Abril e domingo dia 28 de Abril.

Durante a competição serão feitos transportes entre o hotel e o Estádio Municipal de Marinha Grande. Os horários serão entregues aquando da chegada ao Hotel.

10. CONTACTOS

Diretor do Meeting: Fernando Alves

Responsável Técnico: João Pereira

Telefone: +351 916445414

Responsável Logístico: Ana Paula André

Telefone: +351 917842715

E-mail: mg.itmeeting@gmail.com

Facebook: <https://www.facebook.com/CAtletismoMG>

11. LISTA DE EQUIPAMENTOS

Martelão- WHEIGHT THROW

| Martelão WHEIGHT THROW | Marca/model |
|------------------------------|-------------|
| 9 kg | Tipo IAAF |
| 15kg | Tipo IAAF |



PESOS – SHOT PUT

| Peso SHOT PUT | Marca/model |
|--------------------------|--|
| 4 kg | Tipo IAFF Brassed – Plated Steel Shot |
| 4 kg | Tipo IAFF Brassed – Steel Shot diâmetro de 95mm |
| 4 kg | Tipo IAFF Brassed – Steel Shot diâmetro de 100 mm |
| 5 kg | Tipo IAFF Brassed – Steel Shot diâmetro de 110 mm |
| 5 kg | Tipo IAFF Brassed – Steel Shot diâmetro de 115 mm |
| 5 kg | Tipo Mondo em aço |
| 6 Kg | Tipo IAFF Brassed – Steel Shot diâmetro de 115 mm |
| 6 Kg | Tipo IAFF Brassed – Steel Shot diâmetro de 120 mm |
| 6 Kg | Tipo Mondo em aço |
| 7.260Kg | Tipo IAFF Brassed – plated Steel Shot diâmetro de 115 mm |
| 7.260Kg | Tipo IAFF Brassed – Steel Shot diâmetro de 113 mm |
| 7.260Kg | Tipo IAFF Brassed – Steel Shot diâmetro de 120 mm |

DISCOS/ DISCUS

| Discos Discus | Marca/model |
|--------------------------|-------------------------------|
| 1 kg | Tipo IAAF Discus |
| 1 kg | Tipo IAAF Discus |
| 1,5 kg | Tipo IAAF Discus |
| 1,5 kg | Tipo Yellow Super Spin Discus |
| 1,5 kg | Tipo Gold Super Spin Discus |
| 1,750kg | Tipo IAAF Discus |
| 1,750kg | Tipo Yellow Super Spin Discus |
| 1,750kg | Tipo Gold Super Spin Discus |
| 2 kg | Tipo IAAF Discus |
| 2 kg | Tipo Yellow Super Spin Discus |
| 2 kg | Tipo Gold Super Spin Discus |



MARTELOS – HAMMER

| Martelo Hammer | Marca/model |
|---------------------------|---|
| 4 Kg | Tipo IAAF Brassed – Plated Steel Hammer |
| 4 Kg | Tipo IAAF–Steel Hammer |
| 5 Kg | Tipo IAAF–Steel Hammer |
| 6 Kg | Tipo IAAF–Steel Hammer |
| 6 Kg | Tipo Mondo em aço/Steel |
| 7,260kg | Tipo IAAF Brassed – Plated Steel Hammer |
| 7,260kg | Tipo IAAF–Steel Hammer |

DARDO- JAVELIN

| dardo Javelin | Marca/model |
|--------------------------|---|
| 600g | Tipo IAAF Nemeth Club Javelins – 70m |
| 600g | Tipo IAAF Nemeth Club Javelins – 75m |
| 700g | Tipo IAAF Competition Javelin |
| 700g | Tipo Polanik Air Flyer Competition Javeli |
| 800g | Tipo IAAF Nemeth Club Javelins - 80m |
| 800g | Tipo IAAF Nemeth Club Javelins - 85m |