



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



# Torneio de Abertura de Pista Prof. Mário Avelino

Local: Estádio Municipal de Óbidos

Data: 09/11/2019

Hora da prova	Hora limite de:			Prova	Escalão	Género	Observações
	Confirmação	Câm. chamada	Entrada na pista				
15:00	14:00	14:40	14:45	60 m	Benj. B	Masc	Séries
15:00	14:00	14:15	14:25	Salto em Comprimento	Infantis	Masc	Tábua 1 metro
15:00	14:00	14:15	14:25	Peso 2 kg	Infantis	Fem	
15:25	14:25	15:05	15:10	60 m	Benj. B	Fem	Séries
15:50	14:50	15:30	15:35	500 Marcha	Benj. B	Masc	
16:00	15:00	15:40	15:45	500 Marcha	Benj. B	Fem	
16:10	15:10	15:50	15:55	60 m	Infantis	Fem	Séries
16:30	15:30	15:45	15:55	Arremesso de Bola	Benj. B	Masc	
16:30	15:30	15:45	15:55	Arremesso de Bola	Benj. B	Fem	
16:35	15:35	16:15	16:20	60 m	Infantis	Masc	Séries
17:00	16:00	16:40	16:50	1000 Marcha	Infantis	Fem	Séries
17:10	16:10	16:50	17:00	1000 Marcha	Infantis	Masc	Séries

## Regulamento da competição

1. Competição organizada pela ADAL com o apoio do Município de Óbidos.
2. Nos concursos (saltos horizontais e lançamentos), cada atleta realizará apenas três saltos ou ensaios, independentemente do número de participantes.
3. Na prova de 60 metros para benjamins a partida será em pé.
4. Haverá prémios para os 1º; 2º e 3º classificados de cada prova.
5. Esta competição será um importante elemento de observação para selecionar os atletas infantis que irão integrar a seleção da ADAL no Torneio Interassociações a disputar no dia 21/12/2019 em Lourosa. As provas que farão parte desse torneio serão as que se realizarão nesta jornada e no dia 23/11/2019.
6. Conforme já foi referido na reunião com os Clubes no passado dia 27/09, nas provas de pista vigorarão já os escalões da época 2019/2020.
7. As inscrições deverão ser efetuadas na plataforma informática existente no site [www.adal.pt](http://www.adal.pt) até ao dia 05-11-2019.

Diretor de competição: António Reis

Leiria, 24/10/2019