



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



4.ª jornada do Campeonato Distrital de Sub-18 PC

Pista Coberta de Pombal
18/01/2020

Hora da prova	Hora limite de:			Prova	Escala	Género	Observações
	Confirmação	Câm. chamada	Entrada na pista				
15:00	14:00	14:40	14:45	60B (091)	Inic/Juv	Masc	Eliminatórias
15:00	14:00	14:15	14:25	Triplo Salto	Inic/Juv	Fem	Tábua a 7 e 9 metros
15:00	14:00	14:15	14:25	Salto em Altura	Inic/Juv	Masc	1,40 (+5) ---> 1,55 (+4) ---> 1,75 (+3)
15:20	14:20	15:00	15:05	60B (076)	Inic/Juv	Fem	Eliminatórias
15:30	14:10	14:15	14:25	Salto com Vara	Inic/Juv	Fem	1,80 (+15) ---> 2,10 (+10) ---> 2,50 (+5)
15:30	14:10	14:15	14:25	Salto com Vara	Jun/Sen/Vet	Fem	Prova extra
15:40	14:40	15:20	15:25	60 m	Inic/Juv	Masc	Eliminatórias
16:10	15:10	15:50	15:55	60 m	Inic/Juv	Fem	Eliminatórias
16:35	15:35	16:15	16:20	60B (076)	Inic/Juv	Fem	Final
16:45	15:45	16:25	16:30	60B (091)	Inic/Juv	Masc	Final
17:00	16:00	16:15	16:25	Triplo Salto	Inic/Juv	Masc	Tábua a 9 e 11 metros
17:00	16:00	16:40	16:45	60 m	Inic/Juv	Masc	Final
17:10	16:10	16:50	16:55	60 m	Inic/Juv	Fem	Final

Regulamento

1. Competição organizada pela ADAL com o apoio do Município de Pombal.
2. Os Clubes filiados na ADAL deverão fazer as inscrições através do site www.adal.pt até ao dia 14/01/2020.
3. As inscrições dos atletas da ADAC para as provas do Campeonato Distrital deverão ser enviadas pela respetiva associação, por email, para a ADAL até ao dia 14/01/2020.
4. Os atletas de outras associações poderão participar como extra, devendo inscrever-se no site da ADAL até ao dia 14/01/2020.

Diretor de competição: António Reis

Leiria, 09/01/2020