



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



Campeonato Distrital de Lançamentos Longos - 1.^a jornada CD Sub18 Ar livre

Local: Estádio Municipal da Marinha Grande

Data: 08/02/2020

Hora da prova	Prova	Escalão	Género	Observações
13:30	Martelo 6/7	Jun/Sen	Masc	Exterior do estádio
	Martelo 4	Jun/Sen	Fem	Exterior do estádio
	Martelo 5	Inic/Juv	Masc	Exterior do estádio
	Dardo 500	Inic/Juv	Fem	Estádio
15:15	Disco 1,5	Inic/Juv	Masc	Estádio
	Martelo 3	Inic/Juv	Fem	Exterior do estádio
	Dardo 800	Jun/Sen	Masc	Estádio
	Dardo 600	Jun/Sen	Fem	Estádio
17:00	Disco 1,750/2	Jun/Sen	Masc	Estádio
	Disco 1	Jun/Sen	Fem	Estádio
	Disco 1	Inic/Juv	Fem	Exterior do estádio
	Dardo 700	Inic/Juv	Masc	Estádio

Regulamento da competição

1. Competição organizada pela ADAL com o apoio do Município da Marinha Grande.
2. Todos os atletas deverão fazer a sua inscrição no site da ADAL (www.adal.pt), até ao dia 05/02/2019. Apenas serão aceites por email inscrições de atletas individuais.
3. Apenas poderão participar como extra atletas que tenham marcas de qualificação para os campeonatos nacionais dos respetivos escalões ou outros indicados pelo Técnico Nacional de Lançamentos. Estes atletas deverão obrigatoriamente indicar as suas marcas na plataforma de inscrições.
4. O horário poderá sofrer alterações em função do número de atletas inscritos.

Diretor de competição: Fernando Alves

Leiria, 07/02/2020