



# **1.<sup>a</sup> Jornada Campeonato Distrital Sub18 + Provas Extras**

**Data: 08-05-2022**

**Local:**

**Estádio Municipal de  
Marinha Grande**

**Programa-horário (provisório)**

| Domingo – 08 de maio de 2022 |                   |                  |             |          |        |        |
|------------------------------|-------------------|------------------|-------------|----------|--------|--------|
| Hora da prova                | Câmara de Chamada | Entrada na Pista | Prova       | Escalão  | Género | Obs.   |
| 09:30                        | 08:50             | 08:55            | Martelo 3kg | Inic/Juv | Fem    |        |
| 09:30                        | 08:50             | 08:55            | Disco 1.5Kg | Inic/Juv | Masc   |        |
| 09:30                        | 08:50             | 08:55            | Comprimento | Inic/Juv | Fem    |        |
| 10:30                        | 10:20             | 10:25            | 3.000 m     | Juv      | Fem    | Séries |
| 10:50                        | 10:40             | 10:45            | 3.000 m     | Juv      | Masc   | Séries |
| 11:00                        | 10:20             | 10:25            | Martelo 5kg | Inic/Juv | Masc   |        |
| 11:00                        | 10:20             | 10:25            | Disco 1Kg   | Inic/Juv | Fem    |        |
| 11:00                        | 10:20             | 10:25            | Comprimento | Inic/Juv | Masc   |        |
| 11:10                        | 11:00             | 11:05            | 800 m       | Inic/Juv | Fem    | Séries |
| 11:30                        | 11:15             | 11:20            | 800 m       | Inic/Juv | Masc   | Séries |
| 11:50                        | 11:40             | 11:45            | 300 m       | Inic/Juv | Fem    | Séries |
| 12:10                        | 12:00             | 12:05            | 300 m       | Inic/Juv | Masc   | Séries |

## 1. Inscrições

- 1.1 A participação de atletas extra dependerá do número de atletas da ADAL inscritos para a respetiva prova;
- 1.2 As inscrições deverão ser feitas na plataforma <https://fpacompeticoes.pt> até ao dia 05 de maio de 2022 até as 20H00;
- 1.3 No dia 06 de maio será divulgada a lista dos atletas admitidos na competição;
- 1.4 Caso seja necessário fazer uma seleção dos atletas extras, essa seleção será feita de forma proporcional ao número de atletas inscritos em cada prova, dando sempre primazia aos atletas filiados na ADAL;
- 1.5 As confirmações para todas as provas terão de ser feitas na plataforma <https://fpacompeticoes.pt> no dia 07 de maio;
- 1.6 Os clubes que ainda não possuem as credenciais de acesso a esta plataforma deverão enviar os seguintes dados: sigla, nome e email do responsável do clube para: [fpacompeticoes@fpatletismo.pt](mailto:fpacompeticoes@fpatletismo.pt);
- 1.7 Os atletas só poderão participar em duas provas por dia;
- 1.8 Os atletas que participem em corridas ou provas de marcha de distância igual ou superior a 300 metros, não poderão participar posteriormente nesse dia noutra corrida, prova de marcha ou concurso, com exceção da estafeta 4x100m.

Versão:2022-04-28

Diretor de competição: António Reis