

Torneio de Provas Combinadas

+

1.^a JORNADA CAMPEONATO DISTRITAL SUB 14

+

4.^a JORNADA CAMPEONATO DISTRITAL SUB 18

Data: 11/12-06-2022

Local:

Estádio Municipal de Leiria

+

CNL

Programa-horário (provisório)

Sábado – 11 de junho de 2022						
Hora da prova	Câmara de Chamada	Entrada na Pista	Prova	Escalão	Género	Obs.
09:00	08:20	08:25	S. Comprimento	Inf.	Masc	
09:00	08:20	08:25	Martelo (2 e 3)	Inf.	Fem/Mas	CNL
09:00	08:45	08:50	100m	Juv/Jun/Sen/Vet	Masc	Decatlo
09:15	08:55	09:00	100m Barreiras	Jun/Sen/Vet	Fem	Heptatlo (0.84)
09:30	09:10	09:15	100m Barreiras	Juv	Fem	Heptatlo (0.76)
09:40	09:25	09:30	60m	Inf.	Masc	Eliminatórias
09:45			S. Comprimento	Juv/Jun/Sen/Vet	Masc	Decatlo
10:00	09:40	09:50	60m	Inf.	Fem	Eliminatórias
10:15			S. Altura	Juv/Jun/Sen/Vet	Fem	Heptatlo
10:20			200m	Ini/Juv	Fem	Séries- Extra
10:30	09:45	09:55	S. Comprimento	Inf.	Fem	
10:35			200m	Ini/Juv	Masc	Séries- Extra
10:50			300m	Ini/Juv	Fem	Séries- Extra
11:05			300m	Ini/Juv	Masc	Séries- Extra
11:15			Peso (5, 6 e 7,260)	Juv/Jun/Sen/Vet	Masc	Decatlo – CNL
11:15	11:00	11:05	60m	Inf.	Masc	Final
11:25	11:05	11:15	60m	Inf.	Fem	Final
11:35	11:15	11:25	600m	Inf.	Fem	Séries
11:45	11:25	11:35	600m	Inf.	Masc	Séries
11:45			Peso (3 e 4)	Juv/Jun/Sen/Vet	Fem	Heptatlo- CNL
12:00	11:20	11:25	Dardo	Inf. (400, 500)	Fem/Mas	
12:00			800m	Ini/Juv	Fem	Séries- Extra
12:15			800m	Ini/Juv	Masc	Séries- Extra
12:15			S. Altura	Juv/Jun/Sen/Vet	Masc	Decatlo
12:30	12:15	12:20	4x60	Inf.	Fem	Séries
12:45	12:30	12:35	4x60	Inf.	Masc	Séries
			200m	Juv/Jun/Sen/Vet	Fem	Heptatlo
			400	Juv/Jun/Sen/Vet	Masc	Decatlo

Domingo – 12 de junho de 2022

Hora da prova	Câmara de Chamada	Entrada na Pista	Prova	Escalão	Género	Obs.
09:00	08:45	08:50	110m Barreiras	Inic/Juv	Masc	Sub 18 (0.91)
09:00	08:45	08:50	110m Barreiras	Juv	Masc	Decatlo (0.91)
09:15	08:35	08:40	S. Comprimento	Juv/Jun/Sen/Vet	Fem	Heptatlo
09:15	08:35	08:40	Altura	Inic/Juv	Fem	*.* Sub18
09:15	08:35	08:40	S. Comprimento	Inic/Juv	Masc	Sub18
09:15			110m Barreiras	Jun	Masc	Decatlo (0.99)
09:30			110m Barreiras	Sen/Vet	Masc	Decatlo (1.06)
09:45	09:30	09:35	100m Barreiras	Inic/Juv	Fem	Sub 18 (0.76)
10:10			Disco (1,5, 1,75 e 2,0 kg)	Juv/Jun/Sen/Vet	Masc	Decatlo- CNL
10:15	10:00	10:05	300m Barreiras	Inic/Juv	Fem	Sub 18 (0.76)
10:30	10:15	10:20	300m Barreiras	Inic/Juv	Masc	Sub 18 (0.84)
10:30	09:50	09:55	Altura	Inic/Juv	Masc	*.* Sub18
10:45			Dardo (500/600gr)	Juv/Jun/Sen/Vet	Fem	Heptatlo
11:30			Vara	Juv/Jun/Sen/Vet	Masc	Decatlo
12:15			800m	Juv/Jun/Sen/Vet	Fem	Heptatlo
			Dardo (700/800gr)	Juv/Jun/Sen/Vet	Masc	Decatlo- CNL
			1500m	Juv/Jun/Sen/Vet	Masc	Decatlo

. Progressão da fasquia do:

Salto em Altura Masc.- 1,40 (+6)---> 1,52 (+5)---> 1,72 (+4) --->1.80 (+3)

Salto em Altura Fem. - 1,21 (+6)---> 1,45 (+5)---> 1,55 (+3)--->

1. Regulamento Sub 14

- 1.1 Poderão participar neste Campeonato Distrital os atletas sub-14 filiados na ADAL;
- 1.2 Os atletas só poderão participar em duas provas por dia;
- 1.3 Os atletas Infantis que participem numa corrida de distância igual ou superior a 150 metros não podem participar em mais nenhuma corrida que se dispute posteriormente nessa jornada com exceção da estafeta de 4x 60 metros, podendo participar nas que se disputem antes, desde que sejam de distância inferior;
- 1.4 No entanto os atletas que participem numa prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 600 metros não podem participar em mais nenhuma prova (marcha, concurso ou corrida, incluindo a estafeta de 4x60m) que se dispute posteriormente nessa jornada, podendo participar em provas que se disputem antes, desde que não contrarie o ponto 1.3;
- 1.5 No caso do atleta infantil estar a participar num concurso que ainda não tenha terminado e se desloque para participar numa prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 600 metros, não poderá continuar a participar nesse concurso após a realização dessa prova;
- 1.6 O atleta infantil no caso de participar na eliminatória de uma prova de velocidade ou barreiras que se realize antes de uma prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 600 metros em que o atleta participe, se o atleta for apurado para uma final que se realize após esta prova, não poderá participar nessa final.

2. Regulamento Sub 18

- 2.1 Poderão participar neste Campeonato Distrital os atletas sub-16 e Sub 18 filiados na ADAL;
- 2.2 Os atletas só poderão participar em duas provas por dia;
- 2.3 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.

3. Regulamento Provas Combinadas

- 3.1 Poderão participar nesta competição atletas dos escalões de Sub18, Sub20, Seniores e Veteranos;
- 3.2 Os atletas que participem nas Provas Combinadas não poderão participar nas provas extras;

- 3.3 Caso seja necessário fazer uma seleção dos atletas essa seleção será feita de forma proporcional ao número de atletas inscritos em cada prova, dando sempre primazia aos atletas filiados na ADAL;

4. Regulamento Provas Extras

- 4.1 A participação de atletas extra dependerá do número de atletas da ADAL inscritos para a respetiva prova;
- 4.2 Caso seja necessário fazer uma seleção dos atletas essa seleção será feita de forma proporcional ao número de atletas inscritos em cada prova, dando sempre primazia aos atletas filiados na ADAL;

5. Incrições

- 5.1 As inscrições deverão ser feitas na plataforma <https://fpacompeticoes.pt> até ao dia 08 de junho de 2022 até as 20H00;
- 5.2 As confirmações para todas as provas terão de ser feitas na plataforma <https://fpacompeticoes.pt> no do dia 09 de junho;
- 3.1 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;

Diretor de competição: António Reis