



Associação Distrital de Atletismo de Leiria

Regulamento

Provas de Preparação de Lançamentos Absolutos

Data: 01-12-2022

Local: Estádio Municipal de Marinha Grande

Programa-Horário

Hora	Prova	Escalão	Género	Observações
09:30	Martelo 7,260Kg	Absolutos	Masculinos	Exterior
09:30	Martelo 4Kg	Absolutos	Femininos	Exterior
10:15	Disco 1Kg	Absolutos	Femininos	Exterior
10:15	Disco 2Kg	Absolutos	Masculinos	Exterior
11:00	Dardo 800g	Absolutos	Masculinos	Estádio
11:00	Dardo 600g	Absolutos	Femininos	Estádio

Regulamento

1. A Prova de Preparação de Lançamentos são uma organização da Associação Distrital de Atletismo de Leiria, com a colaboração da Câmara Municipal de Marinha Grande.
2. Esta competição tem por base os escalões de 2023.
3. Apenas podem participar atletas dos escalões de Juniores (Sub 20) e Absolutos.
4. Todos os atletas realizarão 3 ensaios. Serão apurados para os três ensaios finais as oito melhores marcas. Os atletas extras com exceção daqueles que integrem o PAR da FPA só terão acesso aos 3 ensaios finais, caso não existam 8 atletas da ADAL.
5. Cada atleta apenas pode competir em duas provas.
6. Aquecimento específico terá o seu início 30 minutos antes de cada prova.
7. As inscrições são gratuitas e deverão ser feitas na plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> até ao dia 29 de novembro de 2022.
8. No dia 30 de novembro a organização divulgará a start list final, bem como a versão final do horário, caso o mesmo venha a sofrer alterações.
9. As confirmações serão realizadas on-line e estarão disponíveis entre as 00:00 horas do dia 30 de novembro e 120 minutos antes do início da primeira prova em <https://fpacompeticoes.pt/>.
10. O Regulamento está disponível em: www.adal.pt e <https://www.fpacompeticoes.pt/>.
11. A organização entregará os “dorsais” a partir das 08h30 no secretariado a funcionar no Estádio Municipal de Marinha Grande.
12. O ajuizamento da prova será feito pelo Conselho de Arbitragem da Associação Distrital de Atletismo de Leiria, com base no regulamento internacional da World Athletics. Para qualquer protesto deve o mesmo ser efetuado até 30 minutos após a conclusão da prova a que o mesmo se refere.
13. Os casos omissos neste regulamento serão resolvidos pela organização e de acordo com o Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.

Diretor de competição: Fernando Alves

V2