



Provas Preparação (Sub-14 e Sub-16) - Dardo e Disco

Data: 11-01-2023

Local: Centro Nacional de Lançamentos

Programa-Horário

11-01-2023

Hora	Prova	Escalão	Género	Observações
18:30	Dardo	Sub-14 e Sub-16	Masculinos	500g e 600g
18:30	Disco	Sub-14 e Sub-16	Femininos	600g e 0.750g
19:30	Dardo	Sub-14 e Sub-16	Femininos	400g e 500g
19:30	Disco	Sub-14 e Sub-16	Masculinos	0.750g e 1.000g

Regulamento

1. A Prova de Preparação de Lançamentos são uma organização da Associação Distrital de Atletismo de Leiria, com a colaboração da Juventude Vidigalense.
2. Apenas podem participar atletas dos escalões de Sub 14, Sub 16.
3. Todos os atletas realizarão 3 ensaios. Serão apurados para os três ensaios finais as oito melhores marcas. Os atletas extras só terão acesso aos 3 ensaios finais, caso não existam 8 atletas da ADAL.
4. Aquecimento específico terá o seu início 30 minutos antes de cada prova.
5. As inscrições são gratuitas e deverão ser feitas na plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> até ao dia 09 de janeiro de 2023.
6. No dia 10 de janeiro a organização divulgará a start list final, bem como a versão final do horário, caso o mesmo venha a sofrer alterações.
7. As confirmações serão realizadas on-line e estarão disponíveis entre as 20:00 horas do dia 10 de janeiro e 120 minutos antes do início da primeira prova de cada jornada em <https://fpacompeticoes.pt/>.
8. O Regulamento está disponível em: www.adal.pt e <https://www.fpacompeticoes.pt/>.
9. A organização entregará os “dorsais” a partir das 18.00 no secretariado a funcionar no Centro Nacional de Lançamentos.
10. 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.
11. 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