



# Associação Distrital de Atletismo de Leiria

## Regulamento

Meeting Jovem Cidade de Pombal

Data: 23 -12-2023

Local: Expocentro Pombal

### Programa-Horário

23-12-2023

Hora	Câmara de Chamada	Entrada na Pista	Prova	Escalão	Género	Observações
14:00	13:15	13:25	Salto em Altura	Sub 14	Masc	1,10 (+5) ---> 1,35 (+4) ---> 1,47 (+3) --->
14:00	13:15	13:25	Peso	Sub 14	Fem	2 Kg
14:00	13:15	13:25	Peso	Sub 16	Fem	3 Kg
14:00	13:15	13:25	Comprimento	Sub 16	Fem	
14:00	13:35	13:50	60 m	Sub 14	Masc	Séries
14:20	14:00	14:10	60 m	Sub 14	Fem	Séries
14:40	14:20	14:30	60 m	Sub 16/ Sub 18	Masc	Séries
15:00	14:40	14:50	60 m	Sub 16/Sub 18	Fem	Séries
15:20	15:05	15:15	1.000 m	Sub 14	Masc	Séries
15:40	15:25	15:35	1.000 m	Sub 14	Fem	Séries
16:00	15:15	15:25	Peso	Sub 14	Masc	3 Kg
16:00	15:15	15:25	Peso	Sub 16	Masc	4 Kg
16:00	15:15	15:25	Salto em Altura	Sub 14	Fem	1,10 (+5) ---> 1,25 (+4) ---> 1,33 (+3) --->
16:00	15:15	15:25	Comprimento	Sub 16	Masc	
16:00	15:45	15:55	1.500 m	Sub 16/Sub 18	Masc	Séries
16:20	16:05	16:15	1.500 m	Sub 16/Sub 18	Fem	Séries
16:40	16:20	16:30	300 m	Sub 16/Sub 18	Masc	Séries
17:00	16:40	16:50	300 m	Sub 16/Sub 18	Fem	Séries

### Regulamento

1. Este Meeting é organizado pela Associação Distrital de Atletismo de Leiria com o apoio do Município de Pombal.
2. Cada atleta só pode participar nas provas do seu escalão e no máximo em duas provas.
3. Haverá prémios para os 1º, 2º e 3º classificados de cada prova.
4. As inscrições são gratuitas e deverão ser feitas na plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> até ao dia 20 de dezembro de 2023.
5. As confirmações serão realizadas on-line e estarão disponíveis entre as 18:00 horas do dia 22 de dezembro e 90 minutos antes do início da primeira prova <https://fpacompeticoes.pt/>.



# Associação Distrital de Atletismo de Leiria

## Regulamento

6. O Regulamento está disponível em: [www.adal.pt](http://www.adal.pt) e <https://www.fpacompeticoes.pt/>.
7. A organização entregará os “dorsais” a partir das 13h00 no secretariado a funcionar na ExpoCentro.
8. O ajuizamento da prova é da responsabilidade dos Conselhos de Arbitragem das Associações de Leiria, com base no regulamento internacional da World Athletics. Qualquer protesto deve ser efetuado até 30 minutos após a conclusão da prova a que o mesmo se refere.
9. Nos concursos do lançamento do peso e comprimento, caso haja mais de 15 atletas a competir, cada atleta realizará apenas três ensaios
10. Os casos omissos neste regulamento serão resolvidos pela organização e de acordo com o Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.
11. O programa horário poderá sofrer alterações em função do número de atletas inscritos e/ou confirmados.

Diretor de competição: António Reis