



1º Torneio Jovem do Arneirense Caldas da Rainha



**31 de Maio de 2025
Estádio Dr.José Luís de Melo Silveira Botelho, Caldas da Rainha
15 horas**



Programa-horário

Hora da prova	Câmara de Chamada	Entrada na Pista	Disciplina	Escalão/Género	Observações
15H00	14:40	14:50	60 metros	Sub-14 Feminino	Séries
15H15	14:55	15:05	60 metros	Sub-14 Masculino	Séries
15H30	15:10	15:20	80 metros	Sub-16 Feminino	Prova Extra - Séries
15H45	15:25	15:35	80 metros	Sub-16 Masculino	Prova Extra - Séries
15:45			Lançamento do Peso	Sub-14 Feminino	Engenho 2 Kg.
16:00			Salto em Comprimento	Sub-14 Masculino	Tábua 1 metro.
16H00	15:45	15:55	800 metros	Sub-16/Sub-18 Femininos	Prova Extra - Séries
16h15	16:00	16:10	800 metros	Sub-16/Sub-18 Masculinos	Prova Extra - Séries
16H30	16:10	16:20	300 metros	Sub-16 Feminino	Prova Extra - Séries
16H45	16:25	16:35	300 metros	Sub-16 Masculino	Prova Extra - Séries
16:45			Salto em Comprimento	Sub-14 Feminino	Tábua 1 metro
17:00			Lançamento do Peso	Sub-14 Masculino	Engenho 3Kg.
17:45			1.000 metros	Sub-14 Feminino	Séries
18:00			1.000 metros	Sub-14 Masculino	Séries
18:15	17:30	17:40	Tiplo-salto	Sub-18 a Seniores Masculinos e Femininos	Prova Extra

Regulamento:

- O 1º Torneio Jovem do Arneirense é organizado pelo ACDR Arneirense com o apoio da Associação Distrital de Atletismo de Leiria e do Município de Caldas da Rainha.
- As inscrições são gratuitas e deverão ser feitas na plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> até ao dia 19 março de 2025.
- As confirmações serão realizadas on-line e estarão disponíveis entre as 18:00 horas do dia 21 de março e até 90 minutos antes do início de cada prova <https://fpacompeticoes.pt/>.
- O Regulamento está disponível www.adal.pt e <https://fpacompeticoes.pt/>.
- A organização entregará os “dorsais” a partir das 14h00 no secretariado a funcionar na Pista de Atletismo do Estádio Dr. José Luís de Melo Silveira Botelho.
- Esta competição tem o formato de provas combinadas (tetratlo) e é destinada a atletas Sub-14;

Sub-14 Masculinos	Sub-14 Femininos
60 metros	60 metros
Salto em Comprimento	Lançamento do Peso
Lançamento do Peso	Salto em Comprimento
1.000 metros	1.000 metros

- Serão utilizadas as regras oficiais da FPA e da WA com as pontuações segundo as tabelas de pontuação de provas combinadas da World Athletics.
- Nos concursos, os atletas terão direito a 4 ensaios.



9. Após conclusão dos 60 metros, os atletas deverão dirigir-se para a próxima prova seguindo a ordem apresentada (**o horário apresentado após a primeira prova do tetratlo é apenas é uma estimativa**).
10. Nos concursos, haverá dois grupos (A e B) com os mesmos a decorrer em simultâneo, em caso de nº de atletas por género ser superior a 15.
11. Haverá provas extra para escalões sub-16 a seniores. A organização reserva-se no direito de restringir a participação nas provas extras, sobretudo no Triplo-Salto usando os seguintes critérios:
 1. Atletas de Leiria;
 2. Melhores marcas.
12. Haverá prémios para os três primeiros classificados de cada género/escalão de cada prova.
13. O programa horário poderá sofrer alterações em função do número de atletas inscritos e/ou confirmados.

Diretor de competição: Alexandre Cardeira