



Meeting António Monteiro

Local: Pista Coberta de Pombal

Data: 16/02/2020

Hora da prova	Hora limite de:			Prova	Escalão	Género	Observações
	Confirmação	Câm. chamada	Entrada na pista				
15:00	13:40	13:45	13:55	Salto com Vara	Juv/Jun/Sen	Fem	2,50 (+25) --> 3,25 (+15) --> 3,85 (+10) --> 4,35 (+5)
15:00	14:00	14:40	14:45	60B (106)	Juv/Jun/Sen	Masc	Séries
15:15	14:15	14:55	15:00	60B (084)	Juv/Jun/Sen	Fem	Séries
15:30	14:30	15:10	15:15	60 m	Juv/Jun/Sen	Fem	Eliminatórias
15:30	14:30	14:45	14:55	Salto em Altura	Juv/Jun/Sen	Masc	1,72 (+5) --> 1,82 (+4) --> 2,02 (+3) --> 2,15 (+2)
15:30	14:30	14:45	14:55	Salto em Comprimento	Juv/Jun/Sen	Fem	Tábua 3 metros
15:30	14:30	14:45	14:55	Peso 4 kg	Juv/Jun/Sen	Fem	
15:55	14:55	15:35	15:40	60 m	Juv/Jun/Sen	Masc	Eliminatórias
16:20	15:20	16:00	16:05	400 m	Juv/Jun/Sen	Fem	Séries
16:50	15:50	16:30	16:35	400 m	Juv/Jun/Sen	Masc	Séries
17:00	15:40	15:45	15:55	Salto com Vara	Juv/Jun/Sen	Masc	3,95 (+15) --> 5,00 (+10) --> 5,40 (+5)
17:10	16:10	16:25	16:35	Peso 7,260kg	Jun/Sen	Masc	
17:10	16:10	16:50	17:00	800 m	Juv/Jun/Sen	Masc	Séries
17:20	16:20	16:35	16:45	Triplo Salto	Juv/Jun/Sen	Masc	Tábua 13 metros
17:20	16:20	16:35	16:45	Salto em Altura	Juv/Jun/Sen	Fem	1,46 (+5) --> 1,61 (+4) --> 1,69 (+3)
17:30	16:30	17:10	17:20	1500 m	Juv/Jun/Sen	Fem	inclui circuito 1/2 fundo ADAL
17:45		17:25	17:30	60 m	Juv/Jun/Sen	Fem	Final
17:55		17:35	17:40	60 m	Juv/Jun/Sen	Masc	Final
18:05	17:05	17:45	17:55	3000 m	Juv/Jun/Sen	Masc	inclui circuito 1/2 fundo ADAL

Regulamento da competição

1. Competição organizada pela ADAL com o apoio do Município de Pombal.
2. As inscrições são gratuitas e deverão ser efetuadas na plataforma informática existente no site www.adal.pt até dia 13-02-2020.
3. Tendo em conta o formato da competição, a organização, após receber as inscrições, selecionará os atletas com melhores marcas para cada uma das provas.
4. A ADAL reserva-se o direito de convidar atletas que não estejam entre aqueles que possuem as melhores marcas.

Diretor de competição: António Reis

Leiria, 11/02/2020