



ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE ATLETISMO DE LEIRIA
Estádio Municipal de Leiria – E. C. Marrazes; Apartado 552, 2416- 904 Leiria
Telef. 244 827 580 / Fax 244 812 972 E-mail: assleiria@adal.pt www.adal.pt



Meeting Jovem Cidade de Pombal - 4.^a jornada do Campeonato Distrital de Infantis e Iniciados

Local: Pista Coberta de Pombal

Data: 23/02/2020

Hora da prova	Hora limite de:			Prova	Escala	Género	Observações
	Confirmação	Câm. chamada	Entrada na pista				
9:30	8:30	9:10	9:15	60 m	Infantis	Masc	Séries
9:30	8:30	8:45	8:55	Salto em Altura	Infantis	Fem	1,00 (+5) ---> 1,20 (+4) --->
9:30	8:30	8:45	8:55	Peso 3 kg	Infantis	Masc	
9:30	8:30	9:10	9:15	Quádruplo	Iniciados	Fem	Tábua 10 metros
9:55	8:55	9:35	9:40	60 m	Infantis	Fem	Séries
10:00	8:40	8:45	8:55	Salto com Vara	Inf/Inic	Masc/Fem	1,70 (+10) ---> 2,10 (+5) --->
10:20	9:20	10:00	10:05	60 m	Iniciados	Masc	Séries
10:40	9:40	10:20	10:25	60 m	Iniciados	Fem	Séries
11:00	10:00	10:40	10:50	1500 m	Iniciados	Masc	Séries
11:00	10:00	10:15	10:25	Peso 2 kg	Infantis	Fem	
11:15	10:15	10:55	11:05	1500 m	Iniciados	Fem	Séries
11:15	10:15	10:30	10:40	Salto em Altura	Infantis	Masc	1,00 (+5) ---> 1,20 (+4) --->
11:15	10:15	10:55	11:00	Quádruplo	Iniciados	Masc	Tábua 11 metros
11:25	10:25	11:05	11:15	600 m	Infantis	Fem	
11:40	10:40	11:20	11:30	600 m	Infantis	Masc	
11:55	10:55	11:35	11:40	250 m	Iniciados	Fem	
12:15	11:15	11:55	12:00	250 m	Iniciados	Masc	

Regulamento da competição

1. Competição organizada pela ADAL com o apoio do Município de Pombal.
2. Poderão participar atletas federados, alunos em representação de Escolas ou Individualmente desde que possuam Seguro Desportivo.
3. As inscrições deverão ser feitas através do site www.adal.pt até ao dia 18/02/2020. Apenas serão aceites por email inscrições de atletas individuais.
4. Haverá medalhas para os 3 primeiros classificados de cada prova.
5. Nas provas de quádruplo salto e lançamento do peso, caso haja mais de 15 atletas a competir, cada atleta realizará apenas três saltos ou ensaios.

Diretor de competição: António Reis

Leiria, 12/02/2020