



Triatlo Técnico Distrital de Sub-18 (Juvenis) 2.ª jornada do Campeonato Distrital de Sub-18

Pista Coberta de Pombal
28/12/2019

| Hora da prova | Hora limite de: | | | Prova | Escalaão | Género | Observações |
|---------------|-----------------|--------------|------------------|----------------------|-------------|--------|---|
| | Confirmação | Câm. chamada | Entrada na pista | | | | |
| 14:30 | 13:30 | 14:10 | 14:15 | 60 m | Juvenis | Fem | Triatlo Opcional |
| 15:00 | | 14:10 | 14:20 | Peso 3 kg | Juvenis | Fem | Triatlo Opcional |
| 15:00 | 14:00 | 14:40 | 14:45 | 60B (091) | Juvenis | Masc | Triatlo 1 |
| 15:00 | 13:40 | 13:45 | 13:55 | Salto com Vara | Juv/Jun/Sen | Masc | 2,80 (+15) ---> 3,40 (+10) ---> 3,80 (+5) |
| 15:00 | 14:00 | 14:15 | 14:25 | Salto em Altura | Juvenis | Fem | Triatlo 1 |
| 15:30 | 14:30 | 14:45 | 14:55 | Peso 5 kg | Juvenis | Masc | Triatlo Opcional |
| 15:30 | | 14:45 | 14:55 | Peso 5 kg | Juvenis | Masc | Triatlo 1 |
| 16:30 | | 16:10 | 16:15 | 60B (076) | Juvenis | Fem | Triatlo 1 |
| 16:45 | | 16:25 | 16:30 | 60 m | Juvenis | Masc | Triatlo Opcional |
| 16:45 | | 16:00 | 16:10 | Salto em Altura | Juvenis | Masc | Triatlo 1 |
| 17:00 | | 16:15 | 16:25 | Salto em Comprimento | Juvenis | Fem | Triatlo Opcional |
| 17:10 | | 16:25 | 16:35 | Peso 3 kg | Juvenis | Fem | Triatlo 1 |
| 18:00 | | 17:15 | 17:25 | Salto em Comprimento | Juvenis | Masc | Triatlo Opcional |

Regulamento

1. Competição organizada pela ADAL com o apoio do Município de Pombal.
2. **No Triatlo Técnico apenas poderão participar atletas das AARR de Leiria e Coimbra.**
3. Os Clubes filiados na ADAL deverão fazer as inscrições através do site www.adal.pt até ao dia 24/12/2019.
4. As inscrições dos atletas da ADAC para o Triatlo Técnico deverão ser enviadas pela respetiva associação, por email, para a ADAL até ao dia 24/12/2019.
5. As inscrições para a prova de salto com vara deverão ser feitas no site da ADAL até ao dia 27/12.
6. **Os horários das provas do Triatlo Técnico podem ser reajustados em função do número de atletas inscritos.**

Diretor de competição: António Reis

Leiria, 25/12/2019