



Associação Distrital de Atletismo de Leiria

Regulamento

Época 2025-26

CAMPEONATO DISTRITAL LANÇAMENTOS LONGOS Sub14/Sub16

Data: 15-02-2026

Local: CENTRO NACIONAL DE LANÇAMENTOS

Programa-Horário

| Hora | Entrada Concurso | Prova | Escalão 25/26 Competição | Género | Observ. | Local |
|-------|------------------|---------|--------------------------|--------|---------|---------------|
| 09h00 | 08h30 | Dardo | Sub14 | Masc. | 500gr. | Corredor |
| 09h00 | 08h30 | Dardo | Sub16 | Masc. | 600gr. | Corredor |
| 09h00 | 08h30 | Disco | Sub16 | Fem. | 0.75kg | G. Principal |
| 10h15 | 09h45 | Disco | Sub16 | Masc. | 1kg | G. Principal |
| 10h15 | 09h45 | Dardo | Sub14 | Fem. | 400gr. | Corredor |
| 11h30 | 11h00 | Martelo | Sub14 | Fem. | 2Kg | G. Secundária |
| 11h30 | 11h00 | Disco | Sub14 | Masc. | 0.75kg | G. Principal |
| 12h30 | 12h00 | Martelo | Sub14 | Masc. | 3Kg | G. Secundária |
| 12h30 | 12h00 | Martelo | Sub16 | Masc. | 4Kg | G. Secundária |
| 12h30 | 12h00 | Disco | Sub14 | Fem. | 0.6kg | G. Principal |

Regulamento

1. Esta competição realiza-se no dia **15 de fevereiro de 2026**, sábado, a partir das 08h00 horas, no Centro Nacional de Lançamentos, destinando-se a atletas federados associados na ADAL dos escalões Sub14 e Sub16.
2. A participação de atletas extra ADAL ficará condicionada ao número de atletas inscritos. Caso uma disciplina exceda os **8 atletas inscritos**, estes atletas não serão admitidos. A seleção de atletas extra será feita com base na marca de inscrição.
3. As inscrições são gratuitas e deverão ser efetuadas até ao dia **11 de fevereiro de 2026** na plataforma: <https://www.fpacompeticoes.pt/>
4. O Regulamento está igualmente disponível em: <https://www.fpacompeticoes.pt/> e www.adal.pt, sendo o horário ajustado dia **12 de fevereiro de 2026** de acordo com as inscrições.
5. A organização entregará os dorsais a partir das 8h00 no secretariado a funcionar na entrada do Centro Nacional de Lançamentos. Sugerimos que tragam alfinetes.
6. A confirmação de presença será no local da prova 30 minutos antes da mesma.
7. Ensaios – **(3+3)** todos os atletas admitidos terão direito a **3 ensaios**, passando aos 3 ensaios finais os **8 atletas** com melhor classificação de cada escalão e género em que participam. **Atletas extra ADAL** apenas terão acesso aos **3 primeiros ensaios**, só terão acesso aos **6 ensaios** se houver menos de **8 participantes** da sua prova e escalão.
8. O ajuizamento da prova será feito pelo Conselho de Arbitragem da Associação Distrital de Atletismo de Leiria, com base no regulamento internacional da World Athletics e no Regulamento Geral de Competições da Associação Distrital de Atletismo de Leiria. Para qualquer protesto deve o mesmo ser efetuado até 30 minutos após a conclusão da prova a que o mesmo se refere.
9. A organização não se responsabiliza por quaisquer danos físicos, morais e materiais que ocorram com os participantes durante a realização das provas.
10. Os casos omissos neste regulamento serão resolvidos pela organização e de acordo com o Regulamento Geral de Competições da Associação Distrital de Atletismo de Leiria.

Diretor de Competição: Diogo Correia