

JORNADAS DE LANÇAMENTOS – Etapa 1

Organização: Juventude Vidigalense/ADAL



22 de fevereiro de 2020 / February 22, 2020

Centro Nacional de Lançamentos / National Throwing Centre

PROGRAMA FINAL / FINAL PROGRAM

Hora Hour	Disciplina Event	Escalões Group Age	Sexo Gender	Engenhos Implements	Mínimos Entry Standards	Observações
13:00	Dardo / Javelin	U-18, U-20 e Seniores	F	500 / 600 grs	25,00	
13:00	Martelo / Hammer	U18, U-20 e Seniores	M	5 / 6 / 7.26 kg	40,00	Máximo 12 inscrições
14:20	Dardo / Javelin	U-18, U-20 e Seniores	M	700 / 800 grs.	38,00	
14:20	Martelo / Hammer	U-18, U-20 e Seniores	F	3/4kg	38,00	Máximo 12 inscrições
15:40	Peso / Shot Put	U-16, U18, U20 e Seniores	F	3 / 4 kg	s/m	
15:40	Disco / Discus	U-20 e Seniores	M	1,75 / 2 kg	40,00	Máximo 12 inscrições
16:50	Peso / Shot Put	U-16 e U18	M	4 / 5 kg	s/m	
17:00	Disco / Discus	U-20 e Seniores	F	1kg	35,00	Máximo 12 inscrições
18h00	Disco / Discus	U-18	M e F	1,5 / 1kg	30,00	Máximo 12 inscrições

REGULAMENTO DA COMPETIÇÃO:

1. Este programa é provisório. No dia 20 de fevereiro será divulgada a versão final que será ajustada mediante as inscrições recebidas;
2. Cada atleta só poderá participar no máximo em duas disciplinas;
3. Em cada prova passarão à final os oito atletas com melhores resultados, independentemente do escalão e engenho utilizados;
4. As inscrições deverão ser enviadas até ao dia 18 de fevereiro para o e-mail: cnl@juventudevidigalense.org e nelas deve constar:
 - Nome;
 - Disciplina em que se inscreve;
 - Melhor marca obtida desde 1 de janeiro de 2020 com local e data de obtenção;
 - Dorsal atribuído pela ADAL para 2019-2020 (para atletas filiados em Leiria)

As inscrições serão gratuitas para os atletas filiados na ADAL, mas continuam a ser **obrigatórias**.

Todos os demais interessados terão de suportar uma **taxa de 2,5€/disciplina**. O pagamento da taxa será realizado no secretariado aquando da confirmação da inscrição na prova.

5. Os casos omissos serão resolvidos com base no Regulamento Geral de Competições.

Apoio:

