

	<p align="center"><b>ASSOCIAÇÃO DISTRIAL DE ATLETISMO DE LEIRIA</b>  Estádio Municipal de Leiria – E. C. Marrazes  Apartado 552 - 2416- 904 LEIRIA  Telef. 244 827 580 e Fax 244 812 972  E-mail: <a href="mailto:assleiria@adal.pt">assleiria@adal.pt</a>  <a href="http://www.adal.pt">www.adal.pt</a></p>	
LEIRIA, 13-jan-16	<b>COMUNICADO OFICIAL</b>	Época 2015-16

**TORNEIO de PREPARAÇÃO em PISTA COBERTA**

**EXPOCENTRO - POMBAL**

**20 de JANEIRO de 2016**

⌚	Prova	Escalão	Género	Observações
21h00	<b>300 metros</b>	Juv	Fem.	<b>Séries</b>
	<b>Comprimento</b>	Juv Jun Sen	Masc.	<b>Tábua a 3m</b>
	<b>Peso</b>	Jun Sen	Fem.	<b>4kg</b>
21h15	<b>300 metros</b>	Juv	Masc.	<b>Séries</b>
21h35	<b>1.500 metros</b>	Juv Jun Sen	Fem.	<b>Séries</b>
21h45	<b>1.500 metros</b>	Juv Jun Sen	Masc.	<b>Séries</b>
21h55	<b>400 metros</b>	Jun Sen	Fem.	<b>Séries</b>
22h00	<b>Peso</b>	Juv	Masc.	<b>5 kg</b>
22h15	<b>400 metros</b>	Jun Sen	Masc.	<b>Séries</b>

**REGULAMENTO DA COMPETIÇÃO:**

- 01.** O Torneio de Preparação em pista coberta é uma organização da Associação Distrital de Atletismo de Leiria, com o apoio do Município de Pombal;
- 02.** Poderão participar atletas federados na FPA, Escolas ou Individualmente desde que possuam Seguro Desportivo;
- 03.** Cada atleta só poderá participar em duas provas;
- 04.** As inscrições deverão ser efetuadas para [assleiria@adal.pt](mailto:assleiria@adal.pt) até ao dia 18-1-2016;
- 05.** Tendo em conta as características da competição, a ADAL poderá limitar a participação de atletas extra, as quais deverão ser enviadas através das respetivas Associações até ao dia 18-1-2016;
- 06.** No dia 19-1-2016, a ADAL divulgará no seu site a lista dos atletas inscritos;
- 07.** Em casos omissos será sempre aplicado o Regulamento Geral de Competições.

**Diretor da Competição: António Reis**

**A ADAL**