

		
LEIRIA, 5-fev-16	COMUNICADO OFICIAL	Época 2015-16

9ª MEETING ANTÓNIO MONTEIRO
TRIATLO TÉCNICO JOVEM DISTRITAL LEIRIA e COIMBRA (Infantis e Iniciados)

EXPOCENTRO - pista coberta

13 fevereiro 2016

🕒	Prova	Escalão	Género	Observações
14H30	Comprimento	Iniciados	Fem.	Triatlo
	60 m. bar.	Iniciados	Masc.	Triatlo
	Peso	Infantis	Fem.	Triatlo 2kg
14h45	60 m. bar.	Infantis	Masc.	Triatlo
15h00	60m. bar.	Jun./Sen. (1,06)	Masc.	Meeting António Monteiro Eliminatórias
	Vara	Juniores Seniores	Masc.	a) Meeting António Monteiro
	Altura	Juniores Seniores	Masc.	b) Meeting António Monteiro
15h15	60m. bar.	Jun./Sen. (0,84)	Fem.	Meeting António Monteiro Eliminatórias
15h30	60m	Juniores Seniores	Masc.	Meeting António Monteiro Eliminatórias
15h40	Comprimento	Infantis	Masc.	Triatlo
	Peso	Iniciados	Masc.	Triatlo 4 kg
15h50	60m	Juniores Seniores	Fem.	Meeting António Monteiro Eliminatórias
16h10	60 m. bar.	Infantis	Fem.	Triatlo
16h25	60 m. bar.	Iniciados	Fem.	Triatlo
16h40	400m	Juniores Seniores	Masc.	Meeting António Monteiro
16h45	Comprimento	Infantis	Fem.	Triatlo
	Peso	Iniciados	Fem.	Triatlo 3 kg
17h00	400m	Juniores Seniores	Fem.	Meeting António Monteiro
17h15	800 metros	Juniores Seniores	Masc.	Meeting António Monteiro
17h30	1500 metros	Juniores Seniores	Fem.	Meeting António Monteiro
17h40	1500 metros	Jun Sen Vet	Masc.	(Circuito ½ fundo ADAL)
17h50	1500 metros	Jun Sen Vet	Fem.	(Circuito ½ fundo ADAL)
	Comprimento	Iniciados	Masc.	Triatlo
	Peso	Infantis	Masc.	Triatlo 3 kg
18h00	60m. bar.	Jun./Sen. (1,06)	Masc.	Meeting António Monteiro Final
18h10	60m. bar.	Jun./Sen. (0,84)	Fem.	Meeting António Monteiro Final
18h00	60m	Juniores Seniores	Masc.	Meeting António Monteiro Final
18h10	60m	Juniores Seniores	Fem.	Meeting António Monteiro Final

Segundo as regras deste tipo de competições, haverá, **sempre que possível**, no Triatlo, um intervalo de 30 minutos entre o fim de uma prova e o início da seguinte para cada atleta. Assim, **os atletas ao terminarem uma prova deverão estar atentos e informar-se sobre o horário de início da prova seguinte.**

Progressão das fasquias:

- Início a 3,60; 3,80; 4,00; 4,20; 4,40; 4,60; 4,70; 4,80; subindo de 10 em 10 cm. A partir de 5,50, sobe de 5 em 5cm;
- Início a 1,70; 1,75; 1,80; ... subirá de 3 em 3cm quando houver 2 atletas em prova.

REGULAMENTO DO 9.º MEETING ANTÓNIO MONTEIRO:

- 01.** Torneio organizado pela ADAL e destinado a atletas federados, Escolas ou Individualmente desde que possuam Seguro Desportivo;
- 02.** Mínimos de Participação iguais aos mínimos para os Campeonatos de Esperanças em pista coberta da presente época. A organização reserva-se ao direito de convidar atletas sem mínimos;
- 03.** Os atletas deverão solicitar a sua inscrição, através da sua Associação de origem, para assleiria@adal.pt até ao dia 10 de fevereiro;
- 04.** Os Clubes deverão indicar sempre as marcas dos atletas participantes.
- 05.** No dia 11-2-2016, a ADAL publicará no seu site a lista dos atletas inscritos, devendo os Clubes e atletas verificar se existe alguma incorreção.
- 06.** Os atletas deverão fazer a confirmação da sua participação até 30 minutos antes da respetiva prova. Os atletas que não confirmarem a sua inscrição não poderão participar nas provas.
- 07.** Cada atleta só poderá participar nas provas do seu escalão e no máximo de duas;
- 08.** Haverá prémios para os 3 primeiros classificados de cada prova;
- 09.** Casos omissos serão resolvidos com base no Regulamento Geral de Competições.

REGULAMENTO DO TRIATLO TÉCNICO JOVEM:

- 01.** Torneio organizado pela ADAL e ADAC, sendo destinado a atletas federados nestas Associações, alunos de Escolas, dos distritos em causa, desde que possuam seguro desportivo;
- 02.** Não serão aceites inscrições de atletas extra;
- 03.** As inscrições dos atletas da ADAL deverão ser efetuadas para assleiria@adal.pt até ao dia 10-2-2016; os atletas da ADAC deverão enviar as suas inscrições até ao dia 10-2-2016 para a sua Associação.
- 04.** No dia 11-2-2016, a ADAL publicará no seu site a lista dos atletas inscritos, devendo os Clubes de ambas as Associações verificar se existe alguma incorreção.
- 05.** Os atletas deverão fazer a confirmação da sua participação até 30 minutos antes da respetiva prova. Os atletas que não confirmarem a sua inscrição não poderão participar nas provas.
- 06.** Haverá medalhas para os 1º, 2º e 3º classificados em cada escalão;
- 07.** Haverá classificação coletiva, com base no somatório da melhor marca em cada escalão etário/género (infantis, iniciados e juvenis). Serão atribuídos troféus às equipas vencedoras desta classificação. Esta classificação deverá contar para a sua homóloga a nível Nacional que a Federação Portuguesa de Atletismo deverá vir a elaborar, tal como em épocas anteriores;
- 08.** Provas que constituem o Triatlo:
Inf. Masc: 60 m . bar. / Peso (3 Kg) / Comp.
Inic. Masc: 60 m . bar. / Comp. / Peso (4 Kg)
Inf. Fem: Peso (2 Kg) / 60 m . bar. / Comp.
Inic. Fem: Comp. / 60 m . bar. / Peso (3 Kg)
- 09.** Casos omissos serão resolvidos com base no Regulamento Geral de Competições;

Diretor das Competições: A designar pelas duas AARR

A.D.A. Leiria /A.D.A. Coimbra