

	COMUNICADO OFICIAL ASSOCIAÇÃO DISTRICTAL DE ATLETISMO DE LEIRIA Estádio Municipal de Leiria – E. C. Marrazes; Apartado 552, 2416- 904 Leiria Telef. 244 827 580 Fax 244 812 972 E-mail: assleiria@adal.pt www.adal.pt		
LEIRIA, 9-mai-16	COMUNICADO OFICIAL	Época 2015-16	

3º Torneio de Atletismo de Pista “Joaquim Murraças”

Estádio Municipal da Nazaré

22 maio 2016

🕒	Prova	Escalão	Género	Observações
9h30	40m.	Benjamins	Fem.	Séries
	Arrem. Bola	Benjamins	Masc.	
	Comp.	Inf.	Masc.	Tábua a 2 metros
	Peso	Inic./Juv.	Masc.	4/5kg
	Altura	Inf./Inic.	Fem.	a)
9h40	40m.	Benjamins	Masc.	Séries
9h50	60m.	Infantis	Fem.	Séries
10h00	60m.	Infantis	Masc.	Séries
10h10	80m	Iniciados	Fem.	Séries
10h20	80m.	Iniciados	Masc.	Séries
10h30	100m.	Juv/Jun/Sen	Fem.	Séries
	Arrem. Bola	Benjamins	Fem.	
	Comprim.	Infantis	Fem.	Tábua a 2 metros
	Peso	Inic./Juv.	Fem.	3kg
	Altura	Inf./Inic.	Masc.	b)
10h45	100m.	Juv/Jun/Sen	Masc.	Séries
11h00	250m.	Inic.	Fem.	Séries
11h15	250m.	Inic.	Masc.	Séries
11h30	2.000m marcha	Infantis	Masc.	Pistas 1
	2.000m marcha	Infantis	Fem.	Pistas 3
	3.000m marcha	Iniciados	Masc.	Pistas 1
	3.000m marcha	Iniciados	Fem.	Pistas 3
11h50	1500m.	Juv/Jun/Sen	Fem.	
12h05	1500m.	Juv/Jun/Sen	Masc.	
12h20	600m.	Benjamins	Fem.	
12h30	600m.	Benjamins	Masc.	

- a) Início a 1,00m, subindo de 4 em 4cm até ficarem 3 atletas em prova. Depois subirá de 3 em 3cm.
b) Início a 1,05m, subindo de 4 em 4cm até ficarem 3 atletas em prova. Depois subirá de 3 em 3cm.

REGULAMENTO DA COMPETIÇÃO:

01. Torneio organizado pelo Clube de Atletismo da Nazaré, com o apoio do Município da Nazaré e da Associação Distrital de Atletismo de Leiria, e destinado a atletas federados na A.D.A.L., Escolas ou Individualmente desde que possuam Seguro Desportivo;
02. Os Clubes filiados na ADAL deverão fazer a sua inscrição em ficheiro próprio e confirmar na Câmara de Chamada, até 30 minutos antes da sua prova;
03. Cada atleta só poderá participar nas provas do seu escalão e no máximo em duas provas;
04. Nas provas de velocidade para benjamins e infantis, cada atleta terá direito a uma falsa partida.
05. Os atletas não federados na ADAL deverão solicitar à direção da ADAL a sua participação para: assleiria@adal.pt até ao dia 17 de Maio.
06. Casos omissos serão resolvidos com base no Regulamento Geral de Competições.

Diretor da Competição: António Bizarro

A A.D.A. Leiria