

	ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE ATLETISMO DE LEIRIA Estádio Municipal de Leiria – E. C. Marrazes Apartado 552 - 2416- 904 LEIRIA Telef. 244 827 580 e Fax 244 812 972 E-mail: assleiria@adal.pt www.adal.pt	
LEIRIA, 4-jul-16	COMUNICADO OFICIAL	Época 2015-16

CAMPEONATO DISTRITAL de INICIADOS

ESTÁDIO MUNICIPAL de POMBAL

1ª Jornada – 16 julho 2016

	PROVA	ESCALÃO	SEXO	Observações
15h00	Martelo	Iniciados	M/F	3/4 kg (CNL)
16h00	80m.	Iniciados	Fem.	Eliminatórias
	Comprimento	Iniciados	Masc.	Tábua 3 metros
	Vara	Iniciados	M/F	a)
	Peso	Iniciados	Fem.	3kg
16h20	80m.	Iniciados	Masc.	Eliminatórias
	250m. barreiras	Iniciados	Fem.	Séries
	250m. barreiras	Iniciados	Masc.	Séries
16h40	1.500m.	Iniciados	Fem.	Séries
16h50	1.500m.	Iniciados	Masc.	Séries
17h00	80m.	Iniciados	Fem.	Final
17h10	80 m.	Iniciados	Masc.	Final
17h20	4.000m. marcha	Iniciados	Fem.	Pista 1 a 3
	4.000m. marcha	Iniciados	Masc.	Pista 4 a 6
	Dardo	Iniciados	Fem.	500gr.
	Altura	Iniciados	Masc.	b)
	Disco	Iniciados	Masc.	1 kg
17h30	Triplo	Iniciados	Fem.	Tábua 7 e 9 metros
17h50	4x80m.	Iniciados	Fem.	Séries
18h00	4x80m.	Iniciados	Masc.	Séries

- a) Altura inicial da fasquia – 1,70 metro, subindo de 10 em 10 cm.
b) Altura inicial da fasquia – 1,25; subindo de 5 em 5cm. Quando houver 3 atletas sobe de 3 em 3 cm.

2ª Jornada – 17 julho 2016

	PROVA	ESCALÃO	SEXO	Observações
09h45	Disco	Iniciados	Fem.	750gr
	Triplo	Iniciados	Masc.	Tábua 9/11 metros
	Peso	Iniciados	Masc.	4kg
	1.500 m. obst.	Iniciados	Fem.	0,76 s/ vala
10h00	1.500 m. obst.	Iniciados	Masc.	0,76 s/ vala
10h20	100 m. barreiras	Iniciados	Masc.	Eliminatórias
10h35	80 metros barreiras	Iniciados	Fem.	Eliminatórias
10h55	250 m.	Iniciados	Fem.	Séries
11h10	250 m.	Iniciados	Masc.	Séries
	Dardo	Iniciados	Masc.	600g
	Comprimento	Iniciados	Fem.	Tábua a 3 m.
	Altura	Iniciados	Fem.	c)
11h30	80 metros barreiras	Iniciados	Fem.	Final
11h40	100 m. barreiras	Iniciados	Masc.	Final
11h50	800 m.	Iniciados	Fem.	Séries
12h00	800 m.	Iniciados	Masc.	Séries

- c) Início do concurso a 1,10; 1,15; 1,20; 1,24; 1,28; 1,32. Quando houver 3 atletas sobe de 3 em 3 cm.

REGULAMENTO do CAMPEONATO DISTRITAL DE INICIADOS:

01. Poderão participar atletas federados, Escolas ou Individualmente desde que possuam Seguro Desportivo.
02. Os atletas Infantis poderão participar em todas as provas do programa de Iniciados com exceção das seguintes: triplo salto, 250m., 250m.bar., 1.500m., 1.500m obst. e 4.000m. marcha.
03. Cada atleta poderá participar em 2 (duas) provas por dia.
04. Os atletas que participem numa corrida ou prova de marcha de distância igual ou superior a 250m, não poderão participar em mais nenhuma corrida, prova de marcha ou concurso dessa jornada que se venha a realizar posteriormente, com exceção da estafeta de 4x80 metros, podendo participar noutras que se realizem antes .
05. Quando o atleta estiver a participar num concurso que ainda não tenha terminado e se ausente para participar numa prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 250 metros, não poderá continuar a participar nesse concurso após a realização da corrida.
06. Quando o atleta participar na eliminatória de uma corrida de velocidade ou de barreiras, que se realize antes de uma prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 250 metros em que o atleta participe, se o atleta for apurado para uma final que se realize após esta prova, não poderá participar nessa final.
07. Haverá medalhas para os 1º; 2º e 3º classificados. Na classificação coletiva haverá troféus para as equipas vencedoras (masculina e feminina). Para elaborar a classificação coletiva serão atribuídos pontos aos oito primeiros classificados em cada prova. A pontuação será de 8-7-6-5-4-3-2-1, respetivamente do 1º ao 8º classificado. Em cada prova apenas pontuarão 3 atletas por equipa, sendo os restantes considerados como individuais para efeitos desta classificação. Esta classificação coletiva terá em conta os resultados de outros torneios jovens realizados ao longo da época.
08. Os casos omissos serão resolvidos de acordo com o Regulamento Geral de Competições.
09. A participação de atletas extras fica sujeita a confirmação por parte da direcção da ADAL, devendo ser solicitadas até ao dia 11 de julho. Telefone.: 244 827 580, Fax: 244 812 972 ou e-mail: assleiria@adal.pt

Diretor da Competição: António Reis

A ADAL