

JORNADAS DE LANÇAMENTOS – Etapa 3

Organização: Juventude Vidigalense/ADAL



HORÁRIO - versão provisória / *provisional timetable*

24 de maio de 2016 / *May, 24, 2016*

Centro Nacional de Lançamentos / *National Throwing Centre – Leiria*

HORA <i>Hour</i>	DISCIPLINA <i>Event</i>	ESCALÕES <i>Group Age</i>	SEXO <i>Gender</i>	Engenhos <i>Implements</i>	OBSERVAÇÕES
18h30	Disco <i>Discus</i>	Juvenis Juniores e Seniores <i>U-18, U-20 and seniors</i>	M	1,5 / 1,75 / 2kg	GRUPO A Gaiola principal / <i>main cage</i>
18h30	Disco <i>Discus</i>	Juvenis Juniores e Seniores <i>U-18, U-20 and seniors</i>	M	1,5 / 1,75 / 2kg	GRUPO B Gaiola nº 2 / <i>secondary cage</i>
18h30	Peso <i>Shot Put</i>	Juniores e Seniores <i>U-20 and seniors</i>	F	4kg	
18h30	Dardo <i>Javelin</i>	Juvenis, Juniores e Seniores <i>U-18, U-20 and seniors</i>	F	600 grs	
19h30	Disco <i>Discus</i>	Juvenis Juniores e Seniores <i>U-18, U-20 and seniors</i>	F	1kg	Gaiola principal / <i>main cage</i>
19h30	Martelo <i>Hammer</i>	Juvenis Juniores e Seniores <i>U-18, U-20 and seniors</i>	M	5 / 6 / 7,26 kg	GRUPO B Gaiola nº 2 / <i>secondary cage</i>
19h30	Peso <i>Shot Put</i>	Juniors/Seniors <i>U-20 and seniors</i>	M	6 / 7,26 kg	
19h30	Dardo <i>Javelin</i>	Iniciados, Juvenis, Juniores e Seniores <i>U-20 and seniors</i>	M	600 / 700 / 800 grs	
20h30	Martelo <i>Hammer</i>	Juvenis, Juniores e Seniores <i>U-20 and seniors</i>	F	4kg	Gaiola nº 2 / <i>secondary cage</i>
20h30	Martelo <i>Hammer</i>	Juvenis, Juniores e Seniores <i>U-18, U-20 and seniors</i>	M	5 / 6 / 7,26 kg	GRUPO A Gaiola principal / <i>main cage</i>
20h30	Peso <i>Shot Put</i>	Juvenis <i>U-18</i>	F	3kg	

Apoio:



JORNADAS DE LANÇAMENTOS – Etapa 3

Organização: Juventude Vidigalense/ADAL



REGULAMENTO DA COMPETIÇÃO:

1. Cada atleta só poderá participar no máximo em duas disciplinas;
2. Em cada prova passarão à final os oito atletas com melhores resultados, independentemente do escalão e engenho utilizados;
3. As inscrições deverão ser enviadas até ao dia 20 de maio 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 2016 com local e data de obtenção;

As inscrições serão gratuitas para os atletas filiados na ADAL e para todos os filiados noutras associações distritais, desde que procedam à inscrição dentro do prazo previsto e que tenham alcançado desde 1 de Janeiro de 2016 as seguintes marcas (independentemente do escalão):

Disciplina	Masculinos	Femininos
Peso	15,00	12,50
Disco	46,00	40,00
Dardo	58,00	40,00
Martelo	55,00	50,00

Todos os demais interessados, **não tendo mínimos de participação** ou **não tendo feito as inscrições dentro do prazo estipulado**, terão de suportar uma **taxa de 2,5€/disciplina** para atenuar os custos de organização do evento. 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:

