

2.^a Jornada
Campeonato Distrital
Sub18
+
Provas Extras

Data: 21-05-2022

Local:

**Estádio Municipal de
Marinha Grande**

Programa-horário (provisório)

Sábado – 21 de maio de 2022						
Hora da prova	Câmara de Chamada	Entrada na Pista	Prova	Escalão	Género	Obs.
14:30	13:50	13:25	Vara	Inic/Juv	Masc	*.*
14:30	13:50	13:55	Dardo 700g	Inic/Juv	Masc	
14:30	13:50	13:55	Triplo	Inic/Juv	Fem	Tábua 9 metros
14:30	14:20	14:25	100 m.	Inic/Juv	Fem	Eliminatórias
14:30	14:20	14:25	100 m.	Jun/Vet	Fem	Séries - Extra
14:50	14:40	14:45	100 m.	Inic/Juv	Masc	Eliminatórias
14:50	14:40	14:45	100 m.	Jun/Vet	Masc	Séries - Extra
15:10	15:00	15:05	2.000 Obstáculos	Juv	Fem	0,76 Séries
15:30	15:20	15:25	2.000 Obstáculos	Juv	Masc	0,84 Séries
15:50	15:10	15:15	Dardo 500g	Inic/Juv	Fem	
15:50	15:40	15:45	100 m.	Inic/Juv	Fem	Final
15:55	15:45	15:50	100 m.	Inic/Juv	Masc	Final
16:05	15:55	16:00	5.000 Marcha	Inic/Juv	Fem	Pista 1 a 4
16:05	15:55	16:00	5.000 Marcha	Inic/Juv	Masc	Pista 1 a 4
16:05	15:55	16:00	3.000 Marcha	Jun/Vet	Fem/Masc	Pista 4 a 8- Extra
16:30	16:20	16:25	3.000 Marcha	Inf	Fem/Masc	Pista 4 a 8- Extra
17:00	16:50	16:55	4x100 m.	Inic/Juv	Fem	Séries
17:00	16:50	16:55	4x100 m.	Jun/Vet	Fem	Séries - Extra
17:20	17:10	17:15	4X100 m.	Inic/Juv	Masc	Séries
17:20	17:10	17:15	4X100 m.	Jun/Vet	Masc	Séries - Extra

. Progressão da fasquia do salto com vara masculino: 2,20 (+20) ---> 2,80 (+15)---> 3,25 (+10) --->

1. Inscrições

- 1.1 A participação de atletas extra dependerá do número de atletas da ADAL inscritos para a respetiva prova;
- 1.2 As inscrições deverão ser feitas na plataforma <https://fpacompeticoes.pt> até ao dia 18 de maio de 2022 até as 20H00;
- 1.3 No dia 19 de maio será divulgada a lista dos atletas admitidos na competição;
- 1.4 Caso seja necessário fazer uma seleção dos atletas extras, essa seleção será feita de forma proporcional ao número de atletas inscritos em cada prova, dando sempre primazia aos atletas filiados na ADAL;
- 1.5 As confirmações para todas as provas terão de ser feitas na plataforma <https://fpacompeticoes.pt> no do dia 20 de maio;
- 1.6 Os clubes que ainda não possuem as credenciais de acesso a esta plataforma deverão enviar os seguintes dados: sigla, nome e email do responsável do clube para: fpacompeticoes@fpatletismo.pt;
- 1.7 Os atletas só poderão participar em duas provas por dia;
- 1.8 Os atletas que participem em corridas ou provas de marcha de distância igual ou superior a 300 metros, não poderão participar posteriormente nesse dia noutra corrida, prova de marcha ou concurso, com exceção da estafeta 4x100m.

Diretor de competição: António Reis