



Associação Distrital de Atletismo de Leiria

Regulamento

TORNEIO DE INVERNO

Data: 02-12-2023

Local: ESTÁDIO MUNICIPAL DE MARINHA GRANDE

Programa-Horário

02-12-2023

Hora	Câmara de Chamada	Entrada na Pista	Prova	Escalão	Género	Observações
15:00	14:15	14:25	Altura	Sub 16	Fem	*.*
15:00	14:15	14:25	Disco	Sub 16	Fem	750gr
15:00	14:15	14:25	Dardo	Sub 16	Masc	600gr
15:00	14:15	14:25	Peso	Sub 14/Sub 16	Masc	3Kg/4Kg
15:00	14:40	14:50	60m Barr	Sub 16	Masc	
15:20	15:00	15:10	60m Barr	Sub 16	Fem	
15:40	15:20	15:30	60m	Sub 14	Masc	
16:00	15:40	15:50	60m	Sub 14	Fem	
16:20	16:00	16:10	60m	Sub 16	Masc	
16:30	15:45	15:55	Altura	Sub 16	Masc	*.*
16:30	15:45	15:55	Martelo	Sub 16	Masc	4Kg
16:30	15:45	15:55	Dardo	Sub 16	Fem	500gr
16:30	15:45	15:55	Peso	Sub 14/Sub 16	Fem	2Kg/3Kg
16:40	16:20	16:30	60m	Sub 16	Fem	
17:00	16:40	16:50	60m	Absolutos	Masc	
17:20	17:00	17:10	60m	Absolutos	Fem	
17:40	17:25	17:35	3.000 m	Absolutos	Masc	
17:55	17:40	17:50	3.000 m	Absolutos	Fem	

*.*Progressão da fasquia do Salto em Altura:

Fem - 1,10 (+4) ---> 1,26 (+3)

Masc - 1,25 (+4) ---> 1,37 (+3)

Regulamento

1. As provas de preparação são uma organização da Associação Distrital de Atletismo de Leiria, com a colaboração da Câmara Municipal da Marinha Grande.
2. Esta competição realiza-se no dia 02 de dezembro de 2023, sábado, a partir das 15h00 horas, no Estádio Municipal de Marinha Grande, sendo destinada aos escalões etários jovens de sub 14 a Master, femininos e masculinos, destinando-se a atletas federados.
3. As inscrições são gratuitas e deverão ser efetuadas até ao dia 28 de novembro de 2023 na plataforma: <https://www.fpacompeticoes.pt/>.

Um atletismo de todos para todos



Associação Distrital de Atletismo de Leiria

Regulamento

4. As confirmações serão realizadas on-line e estarão disponíveis entre as 18:00 horas do dia 01 de novembro e 90 minutos antes do início de cada prova <https://fpacompeticoes.pt/>.
5. O Regulamento está disponível em: www.adal.pt e <https://www.fpacompeticoes.pt/>.
6. 8. A organização entregará os “dorsais” a partir das 14h00 no secretariado a funcionar no Estádio Municipal de Marinha Grande.
7. O ajuizamento da prova será feito pelo Conselho de Arbitragem da Associação Distrital de Atletismo de Leiria, com base no regulamento internacional da World Athletics e no Regulamento Geral de Competições da Associação Distrital de Atletismo de Leiria. Para qualquer protesto deve o mesmo ser efetuado até 30 minutos após a conclusão da prova a que o mesmo se refere.
8. Haverá prémios para os 1º; 2º e 3º classificados nos escalões de Sub 14 e Sub 16.
9. Os casos omissos neste regulamento serão resolvidos pela organização e de acordo com o Regulamento Geral de Competições da Associação Distrital de Atletismo de Leiria.
10. Para qualquer protesto deve o mesmo ser efetuado até 30 minutos após a conclusão da prova a que o mesmo se refere.
11. Os casos omissos neste regulamento serão resolvidos pela organização e de acordo com o Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.
12. No dia 01 de dezembro a organização divulgará a start list final, bem como a versão final do horário, caso o mesmo venha a sofrer alterações.

Diretor de competição: Fernando Alves