



Associação Distrital de Atletismo de Leiria

Regulamento

Triatlo Técnico Jovem Distrital Sub 14

Data: 20-12-2025

Local: Expocentro Pombal

Programa-Horário

Hora	Câmara de Chamada	Entrada na Pista	Prova	Escalão	Género	Observações
15:00	14:15	14:25	Comprimento ADAC	Sub 14	Fem	tábua 2 metros
15:00	14:40	14:50	60 m.	Sub 14	Masc	
15:15	14:55	15:05	60 m. ADAL	Sub 14	Fem	
15:30			Peso	Sub 14	Masc	3Kg
16:00			Comprimento ADAL	Sub 14	Fem	tábua 2 metros
16:00			60 m. ADAC	Sub 14	Fem	
17:00			Peso ADAC	Sub 14	Fem	2kg
17:50			Comprimento	Sub 14	Masc	tábua 2 metros
17:50			Peso ADAL	Sub 14	Fem	2kg

Regulamento

1. Poderão participar neste Triatlo Técnico Jovem Distrital os atletas Sub 14 filiados na ADAL, ADAC.
2. Haverá prémios para os 1º; 2º e 3º classificados de cada prova.
3. Haverá troféus para as três primeiras equipas.
4. Será elaborada uma classificação coletiva dos Triatlos Sub 14, Sub 16 e Sub 18, que resultará da soma das pontuações obtidas com base nas melhores marcas alcançadas pelo melhor atleta.
5. Esta classificação distrital deverá contar para a Campanha “Viva o Atletismo” da Federação Portuguesa de Atletismo. Esta Classificação Nacional de Clubes é efetuada com base nos resultados da fase Distrital desta Competição, juntando no final a classificação de todos os clubes do país.
6. As inscrições são gratuitas e deverão ser feitas na plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> até ao dia 17 de dezembro de 2025.
7. As confirmações serão realizadas on-line e estarão disponíveis entre as 18:00 horas do dia 19 de dezembro e 90 minutos antes do início da primeira prova em <https://fpacompeticoes.pt/>.
8. O Regulamento está disponível em: www.adal.pt e <https://www.fpacompeticoes.pt/>.
9. A organização entregará os “dorsais” a partir das 14h00 na câmara de chamada a funcionar na Expocentro.
10. O ajuizamento da prova é da responsabilidade dos Conselhos de Arbitragem das Associações de Leiria e Coimbra com base no regulamento internacional da World Athletics. 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. Não serão aceites inscrições de atletas extras.**
13. Cada atleta só poderá participar na prova do seu escalão.
14. O programa horário poderá sofrer alterações em função do número de atletas inscritos e/ou confirmados.

Diretor de competição: António Reis