



Associação Distrital de Atletismo de Leiria

Regulamento

20º Meeting Jovem Cidade de Pombal

Data: 27 -12-2025

Local: Expocentro Pombal

Programa-Horário

27-12-2025

Hora	Câmara de Chamada	Entrada na Pista	Prova	Escalaão	Género	Observações
14:00	13:15	13:25	Salto em Altura	Sub 18	Masc	1,25 (+5) ---> 1,35 (+4) ---> 1,47 (+3) --->
14:00	13:15	13:25	Peso	Sub 16	Masc	4 Kg (Beiras)
14:00	13:15	13:25	Peso	Sub 16	Fem	3 Kg (Beiras)
14:00	13:15	13:25	Comprimento	Sub 14	Fem	
14:00	13:40	13:50	60 m Barreiras	Sub 16	Fem	Séries (Beiras)
14:20	14:00	14:10	60 m Barreiras	Sub 18	Fem	Séries
14:40	14:20	14:30	60 m Barreiras	Sub 16	Masc	Séries (Beiras)
15:00	14:40	14:50	60 m Barreiras	Sub 18	Masc	Séries
15:20	15:00	15:10	60 m	Sub 14	Masc	Séries
15:40	15:20	15:30	60 m	Sub 14	Fem	Séries
16:00	15:15	15:25	Salto em Altura	Sub 18	Fem	1,15 (+5) ---> 1,25 (+4) ---> 1,33 (+3) --->
16:00	15:15	15:25	Peso	Sub 14	Fem	2 Kg
16:00	15:15	15:25	Peso	Sub 14	Masc	3 Kg
16:00	15:15	15:25	Comprimento	Sub 14	Masc	
16:00	15:40	15:50	60 m	Sub 16/ Sub 18	Masc	Séries
16:20	16:00	16:10	60 m	Sub 16/Sub 18	Fem	Séries
16:40	16:20	16:30	1.000 m	Sub 14	Masc	Séries (Beiras)
17:00	16:40	16:50	1.000 m	Sub 14	Fem	Séries (Beiras)
17:15	17:00	17:10	1.500 m	Sub 16/Sub 18	Masc	Séries
17:30	17:15	17:25	1.500 m	Sub 16/Sub 18	Fem	Séries
17:45	17:25	17:35	300 m	Sub 16/Sub 18	Masc	Séries
18:05	17:45	17:55	300 m	Sub 16/Sub 18	Fem	Séries
18:25	18:10	18:20	2.000mMx	Sub 14/Sub 16	Masc	Séries
18:25	18:10	18:20	2.000mMx	Sub 14/Sub 16	Fem	Séries



Associação Distrital de Atletismo de Leiria

Regulamento

Regulamento

1. O 20º Meeting Jovem Cidade Pombal e o 1º Torneio Jovem das Beiras é organizado pela Associação Distrital de Atletismo de Leiria com o apoio do Município de Pombal.
2. Esta competição realiza-se no dia 27 de dezembro de 2025, sábado, a partir das 14:00 horas, na Expocentro Pombal, abrangendo várias disciplinas do Atletismo e os escalões etários jovens de Sub 14 a Sub 18 Femininos e Masculinos, destinando-se a atletas federados e alunos de escolas.
3. Cada atleta só pode participar nas provas do seu escalão e no máximo em **duas provas**.
4. Haverá prémios para os 1º; 2º e 3º classificados de cada prova.
5. As inscrições são gratuitas e deverão ser feitas na plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> até ao dia 24 de dezembro de 2025.
6. As confirmações serão realizadas on-line e estarão disponíveis entre as 18:00 horas do dia 26 de dezembro e 90 minutos antes do início de cada prova <https://fpacompeticoes.pt/>.
7. O Regulamento está disponível em: www.adal.pt e <https://www.fpacompeticoes.pt/>.
8. A organização entregará os “dorsais” a partir das 13h00 no secretariado a funcionar na Expocentro.
9. O ajuizamento da prova é da responsabilidade do Conselho de Arbitragem da Associações de Leiria, com base no regulamento internacional da World Athletics.
10. Qualquer protesto deve ser efetuado até 30 minutos após a conclusão da prova a que o mesmo se refere.
11. **Nos concursos de lançamento do peso e salto em comprimento, quando participem mais de 15 atletas, cada um realizará dois ensaios iniciais. Os oito melhores após esses ensaios terão direito a mais dois ensaios adicionais. Contudo, os atletas que representem Seleções realizarão três mais três ensaios**
12. Os casos omissos neste regulamento serão resolvidos pela organização e de acordo com o Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.
13. O programa horário poderá sofrer alterações em função do número de atletas inscritos e/ou confirmados.

Diretor de competição: António Reis