



Torneio de Preparação do Olímpico Jovem Distrital

Data: 25-04-2026

Local: ESTÁDIO MUNICIPAL DE MARINHA GRANDE

### Programa-Horário

Hora	Câmara de Chamada	Entrada na Pista	Prova	Escalão	Género	Observações
15:00	14:45	14:55	3.000 m. Marcha	Sub 16/18	Fem	Pista 1/4
15:00	14:45	14:55	3.000 m. Marcha	Sub 16/18	Masc	Pista 5/8
15:30	14:20	14:25	Vara	Sub 16/18	Fem/Masc	
15:30	15:10	15:20	110 m. Barr 0,91	Sub 18	Masc	Séries
15:50	15:30	15:40	100 m. Barr 0,84	Sub 16	Masc	Séries
16:10	15:50	16:00	100 m. Barr 0,76	Sub 18	Fem	Séries
16:30	16:10	16:20	80 m. Barr 0,76	Sub 16	Fem	Séries
16:50	16:35	16:45	1.500 m. Obstaculos	Sub 16	Fem	Séries
17:05	16:50	17:00	1.500 m. Obstaculos	Sub 16	Masc	Séries

Salto com Vara Fem. - 1,70 (+10) ---> 2,40 (+5) --->

Salto com Vara Masc. - 1,80 (+10) ---> 2,50 (+5) --->

### Regulamento

O Torneio de Preparação do Olímpico Jovem Distrital é organizado pela Associação Distrital de Atletismo de Leiria, com o apoio do Município de Marinha Grande, e é aberto a atletas de todas as Associações.

1. As inscrições são gratuitas e deverão ser feitas na plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> até ao dia 22 abril de 2026.
2. As confirmações serão realizadas on-line e estarão disponíveis entre as 18:00 horas do dia 24 de abril e até 90 minutos antes do início de cada prova <https://fpacompeticoes.pt/>.
3. O Regulamento está disponível em <http://www.adal.pt> e <https://www.fpacompeticoes.pt/>.
4. A organização entregará os “dorsais” a partir das 14h00 no secretariado a funcionar na câmara de chamada.
5. Os atletas Sub 14 e Sub 16 só poderão participar em uma provas.
6. A admissão nas respetivas provas será tida em conta as marcas de inscrição nunca ultrapassando o número de atletas previstos para cada prova. Assim, será dada prioridade aos atletas da ADAL; numa segunda prioridade estarão todos os outros atletas das restantes AARR por marca de inscrição.
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.
8. Para qualquer protesto deve o mesmo ser efetuado até 30 minutos após a conclusão da prova a que o mesmo se refere.
9. Os casos omissos neste regulamento serão resolvidos pela organização e de acordo com o Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.

Diretor de competição: Fernando Alves