



Associação Distrital de Atletismo de Leiria

Regulamento

CD de Sub-14 (Jornada 4)

Data: 25-07-2026

Local: Estádio Municipal de Leiria e Centro Nacional de Lançamentos

Programa- Horário

Hora	Câmara de Chamada	Entrada na Pista	Prova	Escalão	Género	Observações
14:00	13:40	13:50	4x60 metros	Sub 12/14	Fem	
14:20	14:00	14:10	4x60 metros	Sub 12/14	Masc	
15:00	14:15	14:25	Salto C/Vara Dist.	Sub 14	Fem	
15:00	14:15	14:25	Salto em Altura	Absolutos	Fem/Masc	Extra
15:00	14:40	14:50	100 metros	Absolutos	Fem	Extra
15:10	14:25	14:35	Martelo 3 Kg	Sub 14	Masc	CNL
15:20	15:00	15:10	100 metros	Absolutos	Masc	Extra
15:40	15:20	15:30	400 metros	Absolutos	Fem	Extra
16:00	15:40	15:50	400 metros	Absolutos	Masc	Extra
16:30	15:45	15:55	Salto C/Vara Dist.	Sub 14	Masc	
16:40	15:55	16:05	Martelo 2 Kg	Sub 14	Fem	CNL
17:30	17:15	17:25	2.000m Marcha	Sub 14	Fem	
17:30	17:15	17:25	2.000m Marcha	Sub 14	Masc	
17:30	17:15	17:25	1.000m Marcha	Sub 12	Fem	Extra
17:30	17:15	17:25	1.000m Marcha	Sub 12	Masc	Extra

Salto em Altura

Masculino - 1.45 (+5cm) --> 1.70 (+4cm)

Feminino - 1.25 (+5cm) --> 1.70 (+4cm)

Regulamento

1. Poderão participar no Campeonato Distrital de Sub-14 (Jornada 4) os atletas Sub 12 e Sub 14 filiados na ADAL.
2. Haverá prémios para os 1º; 2º e 3º classificados de cada prova.
3. Haverá uma classificação coletiva para os clubes dos Triatlos Eva Vital, Carlos Calado, Vânia Silva, Raimundo Santos, Catarina Rafael e o das Provas Individuais, que resultará da soma das pontuações obtidas com base nas melhores marcas alcançadas pelo melhor atleta tanto no setor masculino como no setor feminino. Em cada triatlo, prova individual e estafeta, a pontuação será a seguinte: 1.º – 12 pontos, 2.º – 11 pontos, 3.º – 10 pontos, ..., 12.º – 1 ponto.
4. Apesar de não haver número limite de atletas por clube em cada prova, para a classificação coletiva apenas irá pontuar o melhor atleta de cada clube. Os restantes atletas de clubes que apresentem mais do que um atleta numa disciplina não retirarão pontos aos atletas de outros clubes.
5. Cada atleta pode participar num máximo de três provas, desde que uma delas seja a estafeta.:



Associação Distrital de Atletismo de Leiria

Regulamento

6. Não é permitida a participação, no mesmo dia, em mais do que uma prova de distância igual ou superior a 150m, podendo, no entanto, participar noutras provas (concursos ou corridas, incluindo qualquer percurso em estafetas), desde que respeitando o definido na alínea seguinte:
7. Os atletas que participem em provas de distância igual ou superior a 600m não podem, posteriormente no mesmo dia, participar noutras provas de corrida ou de marcha, sendo esta limitação extensiva às provas de estafetas.
8. Haverá troféus para as três primeiras equipas.
9. As inscrições são gratuitas e deverão ser feitas na plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> até ao dia 22 de julho de 2026.
10. As confirmações serão realizadas on-line e estarão disponíveis entre as 18:00 horas do dia 24 de julho e 90 minutos antes do início da primeira prova em <https://fpacompeticoes.pt/>.
11. O Regulamento está disponível em: www.adal.pt e <https://www.fpacompeticoes.pt/>.
12. A organização entregará os dorsais a partir das 13h00, na câmara de chamada.
13. O ajuizamento da prova é da responsabilidade dos Conselhos de Arbitragem das Associações de Leiria, 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.
14. Os casos omissos neste regulamento serão resolvidos pela organização e de acordo com o Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.
15. O programa horário poderá sofrer alterações em função do número de atletas inscritos e/ou confirmados.

Classificação Coletiva Masculina

	Clube	1ª Jornada	2ª Jornada	3ª Jornada	4ª Jornada	Total
1ª	JV	70	69	32		171
2ª	ACB	56.5	56	29		141.5
3ª	CPRAB	57	34	33		124
4ª	NDAP	31	25	15		71
5ª	CDBBR	31	34	23		88
6ª	BA	30.5	30			60.5
7ª	CAMG		22	25		47
8ª	GDP		27			27

Classificação Coletiva Feminina

	Clube	1ª Jornada	2ª Jornada	3ª Jornada	4ª Jornada	Total
1ª	JV	70	68	36		174
2ª	CPRAB	49	64	31		144
3ª	NDAP	55	55	30		140
4ª	CAMG	58	31	25		114
5ª	ACB	48	28	28		104
6ª	CANAZ	27	50			77



Associação Distrital de Atletismo de Leiria

Regulamento

7ª	CDBBR	6	25	21		52
----	-------	---	----	----	--	----

Diretor de competição: António Reis