



Associação Distrital de Atletismo de Leiria

Regulamento

Época 2025-26

JORNADAS DE LANÇAMENTOS ADAL

Data: 22-11-2025

Local: Centro Nacional de Lançamentos de Leiria

Programa-Horário

Entrada Concurso	Hora	Prova	Escalão 24/25 Competição	Permitida participação	Género	Observ.	Local	Limite de Participações
13:30	14:00	Martelo	Sub18	Sub16	F	3+3 ensaios	Gaiola 1	16
13:30	14:00	Martelo	Sub18	Sub16	M	3+3 ensaios	Gaiola 1	
13:30	14:00	Martelo	Sub20	-	F	3+3 ensaios	Gaiola 1	
13:30	14:00	Martelo	Sub20	-	M	3+3 ensaios	Gaiola 1	
13:30	14:00	Dardo	Sub16	-	M	4 ensaios	Pista	-
13:30	14:00	Dardo	Sub14	-	F	4 ensaios	Pista	
15:00	15:30	Disco	Sub14	-	F	4 ensaios	Gaiola 1	-
15:00	15:30	Disco	Sub16	-	M	4 ensaios	Gaiola 1	
15:00	15:30	Dardo	Sub16	-	F	4 ensaios	Pista	-
15:00	15:30	Dardo	Sub14	-	M	4 ensaios	Pista	
15:00	17:00	Disco	Sub16	-	F	4 ensaios	Gaiola 1	-
16:30	17:00	Disco	Sub14	-	M	4 ensaios	Gaiola 1	
16:30	17:00	Peso	Sub18	-	F	3+3 ensaios	Círculo 1	16
16:30	17:00	Peso	Sub18	-	M	3+3 ensaios	Círculo 1	
16:30	17:00	Peso	Sub20	Sub23	F	3+3 ensaios	Círculo 1	
16:30	17:00	Peso	Sub20	-	M	3+3 ensaios	Círculo 1	

Regulamento

1. Esta competição realiza-se no dia **22 de novembro de 2025**, sábado, a partir das 13h00 horas, no Centro Nacional de Lançamentos de Leiria, destinando-se a atletas federados.
2. As inscrições são gratuitas e deverão ser efetuadas até ao dia **20 de novembro de 2025** na plataforma: <https://www.fpacompeticoes.pt/>
3. O Regulamento está igualmente disponível em: <https://www.fpacompeticoes.pt/> e www.adal.pt, sendo o horário ajustado dia **21 de novembro de 2025** de acordo com as inscrições.
4. A organização entregará os dorsais a partir das 12h00 no secretariado a funcionar na entrada do Estádio Municipal de Leiria. Sugerimos que tragam alfinetes.
5. A confirmação de presença será no local da prova 30 minutos antes da mesma.
6. 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.
7. Ensaios – **(3+3)** todos os atletas admitidos terão direito a **3 ensaios**, passando aos 3 ensaios finais os **8 atletas** com melhor classificação de cada escalão e género em que participam.
8. Ensaios – **(4)** todos os atletas sub14 e sub16 admitidos terão acesso a **4 ensaios**.
9. A organização não se responsabiliza por quaisquer danos físicos, morais e materiais que ocorram com os participantes durante a realização das provas.
10. 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.