



Associação Distrital de Atletismo de Leiria

Regulamento

Época 2025-26

JORNADA DE LANÇAMENTOS ADAL ETAPA 3

Data: 25-04-2026

Local: Estádio Municipal da Marinha Grande

Programa-Horário

Hora	Entrada Concurso	Hora	Prova	Escalão	Permitida participação	Género	Observ.	Local
14h00	13h30	14h00	Dardo	Sub18		Fem.	500gr	Corredor norte
14h00	13h30	14h00	Dardo	Sub18		Masc.	700gr	
14h00	13h30	14h00	Dardo	Senior	Sub23/Sub20	Fem.	600gr	
14h00	13h30	14h00	Dardo	Senior	Sub23/Sub20	Masc.	800gr	
14h00	13h30	14h00	Peso	Sub16		Fem.	3kg	Círculo 1
14h00	13h30	14h00	Peso	Sub16		Masc.	4kg	
15h30	15h00	15h30	Dardo	Sub16		Fem.	500gr	Corredor norte
15h30	15h00	15h30	Dardo	Sub16		Masc.	600gr	
15h30	15h00	15h30	Peso	Sub18		Fem.	3kg	Círculo 1
15h30	15h00	15h30	Peso	Sub18		Masc.	5kg	

Regulamento

1. Esta competição realiza-se no dia **25 de abril de 2026**, sábado, a partir das 12h30 horas, no Estádio Municipal da Marinha Grande, destinando-se a atletas federados.
2. As inscrições são gratuitas e deverão ser efetuadas até ao dia **22 de abril de 2026** 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 **23 de abril de 2026** de acordo com as inscrições.
4. A organização entregará os dorsais a partir das 13h00 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. A organização não se responsabiliza por quaisquer danos físicos, morais e materiais que ocorram com os participantes durante a realização das provas.
9. 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.