



# Associação Distrital de Atletismo de Leiria

## Regulamento

Época 2025-26

MEETING LANÇAMENTOS JOVEM ADAL

Data: 18-07-2026

Local: Centro Nacional de Lançamentos Leiria

### Programa-Horário

Hora	Entrada Concurso	Prova	Escalão	Permitida participação	Género	Observ.	Local
13h00	12h30	Dardo	Sub18	Sub16	Fem.	500gr	Pista dardo
13h00	12h30	Dardo	Sub16		Masc.	600gr	
13h00	12h30	Dardo	Sub18		Masc.	700gr	
13h00	12h30	Disco	Sub16		Fem.	750gr	Gaiola principal
13h00	12h30	Disco	Sub14		Masc.	750 gr	
13h00	12h30	Disco	Sub14		Fem.	600 gr.	
13h00	12h30	Disco	Sub16		Masc.	1kg	
14h30	14h00	Peso	Sub14	Sub12	Fem.	2kg	Círculo 1
14h30	14h00	Peso	Sub12		Masc.	2kg	
14h30	14h00	Peso	Sub14		Masc.	3kg	
14h30	14h00	Disco	Sub18		Fem.	1kg	Gaiola principal
14h30	14h00	Disco	Sub18		Masc.	1.5kg	
16h00	15h30	Dardo	Sub14		Fem.	400gr	Pista dardo
16h00	15h30	Dardo	Sub14		Masc.	500gr	
16h00	15h30	Peso	Sub16		Masc.	4kg	Círculo 1
16h00	15h30	Peso	Sub18	Sub16	Fem.	3kg	
16h00	15h30	Peso	Sub18		Masc.	5kg	
17h30	17h00	Martelo	Sub14		Fem.	2kg	Gaiola principal
17h30	17h00	Martelo	Sub14		Masc.	3kg	
17h30	17h00	Martelo	Sub18	Sub16	Fem.	3kg	
17h30	17h00	Martelo	Sub18		Masc.	5kg	
17h30	17h00	Martelo	Sub20		Masc.	6kg	
17h30	17h00	Martelo	Sub16		Masc.	4kg	
17h30	17h00	Vortex	Sub12		Fem.	Vortex	Pista dardo
17h30	17h00	Vortex	Sub12		Masc.	Vortex	

### Regulamento

1. Esta competição realiza-se no dia **18 de julho de 2026**, sábado, a partir das 13h00 horas, no Centro Nacional de Lançamentos, destinando-se a atletas federados.
2. As inscrições são gratuitas e deverão ser efetuadas até ao dia **16 de julho de 2026** na plataforma: <httpsh://www.fpacompeticoes.pt/>
3. O Regulamento está igualmente disponível em <httpsh://www.fpacompeticoes.pt/> e [www.adal.pt](http://www.adal.pt), sendo o horário ajustado dia **17 de julho 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.



# Associação Distrital de Atletismo de Leiria

## Regulamento

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.