



MEETING MÁRIO RUI FERREIRA
CAMPEONATO DISTRITAL 10.000M

Local: Pista Estádio Cidade de Coimbra

Hora: 9H

Data: 13 de abril de 2025

Hora	Prova	Escalão	Sexo	Designação	Obs:
09H00	10000M	Sub23/Sen/Vet	Masc	Séries	CD 10.000m
09H45	10000M	Sub23/Sen/Vet	Fem	Séries	CD 10.000m
	Dardo (500/600 G)	Inf/Ini	F/M	Final	4 ensaios
	Altura	Ini/juv	F	Final	
10H45	1.500 MObst. (0,76)	Iniciados	F/M	Final	
11H	60 M bar	Inf	F	Séries	
	Dardo	Juv/jun/Sen/Vet	F/M	Final	4 ensaios
	Altura	Ini/Juv	M	Final	
11H15	60 M bar	Inf	M	Séries	
11H30	150M	Ini/Juv/jun/Sen/Vet	M	Séries	
11H45	150M	Ini/Juv/jun/Sen/Vet	F	Séries	
12H	300MBar. (0,76)	Juv/jun/Sen	F	Séries	
12H10	300MBar. (0,84)	Juv	M	Séries	
12H20	300MBar. (0,91)	Jun/Sen	M	Séries	
12H30	2000M Obst.	juv	Fem	Séries	
12H45	2000M Obst.	juv	Masc	Séries	

Regulamento

MEETING MÁRIO RUI FERREIRA

1. Apenas podem participar atletas filiados na Federação Portuguesa de Atletismo.
2. Os atletas da Associação Distrital de Atletismo de Coimbra devem apresentar-se com o Dorsal atribuído para a época 2024/2025.
3. Aos atletas filiados em outras Associações:
 - Será atribuído um Dorsal de Época, com um custo de 5,00€; deverá ser pago por transferência bancária, para o IBAN PT50 003600589910002837088 e com comprovativo do pagamento enviado para a ADAC através do e-mail: geral.adacoimbra2018@gmail.com, até às 12h de quinta feira anterior à prova;
4. Cada atleta só poderá participar na prova do seu escalão.
5. **Cada atleta pode participar em duas provas, tendo em conta as especificidades do Regulamento Geral de Competições para o seu escalão.**
6. As inscrições são feitas através da **plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> até às 23H59 do dia 9 de abril de 2025.**
7. As confirmações terão de ser efetuadas até **90 minutos antes do início da competição.**
8. Apresentação na câmara de chamada até 30 minutos (concursos) e 20 minutos (corridas), antes da hora da prova.
9. Aos Atletas autorizados de outras Associações Distritais deverão levantar os dorsais no Secretariado da Competição.
10. **PRÉMIOS** – Medalhas aos três primeiros Classificados em cada prova.
11. Os casos omissos deste regulamento serão resolvidos de acordo com o Regulamento Geral de Competições em vigor da F.P.A.
12. O ajuizamento da prova será feito pelo Conselho de Arbitragem da Associação Distrital de Atletismo de Coimbra, com base no regulamento internacional da World Athletics.
13. Para qualquer protesto deve o mesmo ser efetuado até 30 minutos após a conclusão da prova a que o mesmo se refere.

ADAC, 2 de abril de 2025

A Direção da ADAC

Regulamento

CAMPEONATO DISTRITAL 10.000M

1. Apenas podem participar atletas filiados na Federação Portuguesa de Atletismo.
2. Os atletas da Associação Distrital de Atletismo de Coimbra devem apresentar-se com o Dorsal atribuído para a época 2024/2025.
3. Aos atletas filiados em outras Associações:
 1. - Será atribuído um Dorsal de Época, com um custo de 5,00€; deverá ser pago por transferência bancária, para o IBAN PT50 003600589910002837088 e com comprovativo do pagamento enviado para a ADAC através do e-mail: geral.adacoimbra2018@gmail.com, até às 12h de quinta feira anterior à prova;
4. As inscrições são feitas através da **plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> até às 23H59 do dia 9 de abril de 2025.**
5. Cada Clube pode apresentar um número ilimitado de atletas por prova.
6. As confirmações terão de ser efetuadas até **90 minutos antes do início da competição.**
7. Apresentação na câmara de chamada até 20 minutos antes da hora da prova.
8. Aos Atletas autorizados de outras Associações Distritais deverão levantar os dorsais no Secretariado da Competição.
9. Os resultados desta prova serão considerados para a Classificação Coletiva do Campeonato Distrital Absoluto.
10. **Prémios:**
11. Medalhas aos três primeiros de cada escalão/género, sendo considerados os escalões Sub/23, Seniores e Veteranos.
12. O ajuizamento da prova será feito pelo Conselho de Arbitragem da Associação Distrital de Atletismo de Coimbra, com base no regulamento internacional da World Athletics.
13. 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.

ADAC, 2 de Abril de 2025

A Direção da ADAC