



Associação Distrital de Atletismo de
Coimbra



Local: Complexo Desportivo de Febres

Hora: 15H30

Data: 26 de abril de 2025

XI Meeting Jovem de Cantanhede

PROGRAMA HORÁRIO

Hora da Prova	Câmara Chamada	Prova	Sexo	Escalão	Observações
15H30	15H00	Peso	F	Iniciados	4 Ensaios
15H30	15H00	Quádruplo salto	F/M	Infantis	4 Ensaios
15H30	15H10	80 M	M	Iniciados	Séries
15H50	15H30	80 M	F	Iniciados	Séries
16H10	15H50	60 Metros	F	Benj B	Séries
16H30	16H10	60 Metros	M	Benj B	Séries
16H40	16H20	60 Metros	F	Infantis	Séries
16H45	16H15	Peso	M	Iniciados	4 Ensaios
16H45	16H15	Vórtex	M/F	Benj B	4 Ensaios
17H	16H40	60 Metros	M	Infantis	Séries
17H20	17H	600 Metros	F	Infantis	Séries
17H35	17H15	600 Metros	M	Infantis	Séries
17H50	17H30	600 Metros	F	Benj B	Séries
18H05	17H45	600 Metros	M	Benj B	Séries
18H20	18H	800 Metros	F	Iniciados	Séries
18H35	18H15	800 Metros	M	Iniciados	Séries

NOTA: O programa horário poderá sofrer alterações em função do número de atletas inscritos e/ou confirmados

Regulamento XI Meeting Jovem de Cantanhede

1. O Meeting Jovem de Cantanhede destina-se aos escalões de Benjamins B, Infantis e Iniciados de ambos os sexos, sendo a participação apenas para Atletas filiados na FPA.
2. Os Atletas Filiados na ADAC devem apresentar-se com o Dorsal atribuído para a época 2024/25.
3. Aos atletas filiados em outras Associações: Será atribuído um Dorsal de Época, com um custo de 5,00€, que 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. Os atletas de outras Associações deverão levantar o dorsal que lhes foi atribuído, no secretariado da competição, até 30 minutos antes do início da mesma.
5. Cada atleta só poderá participar na prova do seu escalão.
6. Cada atleta pode participar em duas provas, tendo em conta as especificidades do Regulamento Geral de Competições para o seu escalão.
7. **As inscrições** são feitas através da plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> até ao dia 23 de abril de 2025.
8. **As confirmações** na plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> até 90 minutos antes do início da Competição.
9. Cada clube pode inscrever um número ilimitado de atletas por prova.
10. **Prémios:** Medalhas aos 3 primeiros de cada prova.
11. Os casos omissos deste regulamento serão resolvidos de acordo com o Regulamento Geral de Competições em vigor da F.P.A

ADAC 09/04/2025

A Direção da ADAC