Noite Quente 3ª Etapa – Meio fundo Curto

Local: Estádio Cidade de Coimbra

Data: 18 de Novembro de 2026

Local: Estádio Cidade de Coimbra

Programa-Horário

1ª Jornada 18 de Novembro de 2026

Hora	Câmara de Chamada	Entrada na Pista	Prova	Escalão	Género	Observações
18:30	18:10	18:20	600m	Sub 10 / Sub 12	Fem.	Séries
18:40	18:20	18:30	600m	Sub 10 / Sub 12	Masc.	Séries
18:50	18:30	18:40	800m	Sub 14	Fem.	Séries
19:00	18:40	18:50	800m	Sub 14	Masc.	Séries
19:10	18:50	19:00	800m	Sub 16	Fem.	Séries
19:20	19:00	19:10	800m	Sub 16	Masc.	Séries
19:30	19:10	19:20	800m	Sub 18	Fem.	Séries
19:40	19:20	19:30	800m	Sub 18	Masc.	Séries
19:50	19:30	19:40	800m	Sub 20 Seniores	Fem.	Séries
20:00	19:40	19:50	800m	Sub 20 Seniores	Masc.	Séries
20:10	19:50	20:00	800m	Veteranos	Fem.	Séries
20:20	20:00	20:10	800m	Veteranos	Masc.	Séries

OBS: O Programa horário poderá sofrer alterações em função do número de atletas inscritos/confirmados.

Noite Quente 3ª Etapa – Meio fundo Curto

Regulamento

1. Poderão participar nesta competição todos os atletas de todos os escalões filiados na ADAC.
2. Atletas de outras Associações poderão também participar.
3. Os atletas da Associação Distrital de Atletismo de Coimbra deverão utilizar os Dorsais de época 2026/2027.
4. Os atletas pertencentes a outras associações deverão pagar 5€ pelo seu dorsal. Deverão efetuar a transferência desse montante para o seguinte IBAN: **PT50 0036 0058 9910 0028 3708 8**, tendo em seguida de enviar o respetivo comprovativo de pagamento para geral.adacoimbra2018@gmail.com até às 12h da 3ª feira que antecede a competição, isto é, de dia 17 de novembro de 2026.
5. As inscrições são gratuitas e deverão ser feitas na plataforma https://app.fpacompeticoes.pt/ , até 23h59 do dia 17 de novembro de 2026.
6. As confirmações serão realizadas on-line e estarão abertas durante o dia todo da competição até 90 minutos antes do início da jornada em https://app.fpacompeticoes.pt/.
7. O Regulamento está disponível em: www.adac.pt e https://app.fpacompeticoes.pt.
8. Não haverá prémios.
9. 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.
10. Para qualquer protesto deve o mesmo ser efetuado até 30 minutos após a conclusão da prova a que o mesmo se refere, mediante a apresentação de protesto por escrito, bem como de uma caução no valor de 100€.
11. Os casos omissos neste regulamento serão resolvidos pela organização e de acordo com o Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.

ADAC, 02 de Outubro de 2026

A Direção