
	<p><b>ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE ATLETISMO DE COIMBRA</b></p> <p>Estádio Cidade de Coimbra – 3º piso</p> <p>Rua D. Manuel I</p> <p>3030-320 COIMBRA</p>	
--	--	--

## COMUNICADO OFICIAL

**Local:** Pista Atletismo Febres

**Hora:** 16H00

**Data:** 15 de Junho 2019

# VI Meeting Jovem de Cantanhede

## PROGRAMA HORÁRIO

Hora da Prova	Prova	Sexo	Escalão	Observações
16H00	Peso	M/F	Infantis	Seleções + <b>Prova Extra (3 Ensaios)</b>
	Quadruplo Salto	M	Infantis	Seleções + <b>Prova Extra (3 Ensaios)</b>
	Altura	F	Infantis	Seleções + Prova Extra
	60 M Barreiras 0,76	F	Infantis	Seleções + Prova Extra
16H15	60 M Barreiras 0,76	M	Infantis	Seleções + Prova Extra
16H30	60 Metros	F	Infantis	Seleções + Prova Extra
16H35	<b>60 Metros</b>	<b>F</b>	<b>Benjamins B</b>	<b>Prova Extra</b>
16H50	60 Metros	M	Infantis	Seleções + Prova Extra
16H55	<b>60 Metros</b>	<b>M</b>	<b>Benjamins B</b>	<b>Prova Extra</b>
<b>17H15</b>	<b>Cerimónia de Entrega de Prémios</b>			
17H30	Altura	M	Infantis	Seleções + Prova Extra
	Quadruplo Salto	F	Infantis	Seleções + <b>Prova Extra (3 Ensaios)</b>
	Dardo	M/F	Infantis	Seleções + <b>Prova Extra (3 Ensaios)</b>
	150 Metros	F	Infantis	Seleções + Prova Extra
17H35	150 Metros	M	Infantis	Seleções + Prova Extra
17H45	1.000 Metros	F	Infantis	Seleções + Prova Extra
	<b>1.000 Metros</b>	<b>F</b>	<b>Benjamins B</b>	<b>Prova Extra</b>
17H55	1.000 Metros	M	Infantis	Seleções + Prova Extra
	<b>1.000 Metros</b>	<b>F</b>	<b>Benjamins B</b>	<b>Prova Extra</b>
18H10	4X60 Metros	F	Infantis	Seleções
18H20	4X60 Metros	M	Infantis	Seleções
<b>18H30</b>	<b>Cerimónia de Entrega de Prémios</b>			
19H00	10.000 Metros	M	Seniores a)	<b>Prova Extra</b>
19H40	10.000 Metros	F	Seniores a)	<b>Prova Extra</b>

a) Mínimos Campeonato da Europa Sub 23

**APOIOS:**



CÂMARA MUNICIPAL  
COIMBRA



# Regulamento

## VI Meeting Jovem Cantanhede

- 1 - Este Meeting destina-se ao Escalão de **INFANTIS** de ambos os sexos.
- 2 - A participação neste Meeting é para Seleções Distritais convidadas e para atletas Infantis filiados na ADAC, que participarão extra competição com o Dorsal de época.
- 3 - Cada Seleção poderá participar com um atleta por prova.
- 4 - Os atletas poderão participar em três provas;
- 5 - Os atletas Infantis que participem numa corrida de distância igual ou superior a 150 metros não podem participar em mais nenhuma corrida que se dispute posteriormente nessa jornada com exceção da estafeta de 4x 60 metros, podendo participar nas que se disputem antes, desde que sejam de distância inferior.
- 6 - No entanto os atletas que participem numa prova de corrida com distância igual ou superior a 600 metros não podem participar em mais nenhuma prova (concurso ou corrida, incluindo a estafeta de 4x60m) que se dispute posteriormente nessa jornada, podendo participar em provas que se disputem antes, desde que não contrarie o ponto 5;
- 7 - No caso do atleta infantil estar a participar num concurso que ainda não tenha terminado e se desloque para participar numa prova de corrida ou de marcha com distância igual ou superior a 600 metros, não poderá continuar a participar nesse concurso após a realização dessa prova.
- 8 - Haverá classificações Individuais e Coletiva;
- 9 - A classificação Coletiva será encontrada pela soma dos pontos obtidos em todas as provas considerando que aos 1<sup>os</sup> serão atribuídos 8 pontos, aos 2<sup>os</sup> – 7 pontos e assim sucessivamente cabendo aos 8<sup>os</sup> – 1 ponto.
- 10 -Inscrições: a remeter para a ADAC [geral.adacoimbra2018@gmail.com](mailto:geral.adacoimbra2018@gmail.com) impreterivelmente até às **15H00 do dia 12 de Junho 2019.**
- 11 - Prémios: a) Medalhas aos três primeiros classificados de cada prova/escalão/sexo.  
b) Troféus às 3 primeiras Seleções classificadas, considerando-se o somatório de pontos em ambos os Sexos.

## Provas Extra

1. **1.000 Metros** - destinam-se a atletas do escalão de **Benjamins B** de ambos os sexos e filiados na FPA. Serão atribuídos Diplomas de participação. Os atletas filiados na ADAC utilizarão o Dorsal de época.
2. **10.000 Metros** - Promovida pela FPA e com o apoio da ADAC, cujo objetivo principal reside na obtenção de marcas de qualificação para o Campeonato da Europa Sub23.
3. Inscrições: a remeter para a ADAC [geral.adacoimbra2018@gmail.com](mailto:geral.adacoimbra2018@gmail.com) impreterivelmente até às **15H00 do dia 12 de Junho 2019.**
4. Os Dorsais devem ser levantados no Secretariado da Competição até 30 minutos antes da Competição.

Coimbra, 05 de Maio de 2019

A Direcção da ADAC

**APOIOS:**



CÂMARA MUNICIPAL  
COIMBRA

