



Triatlo Técnico Distrital Sub18

Local: Pista Estádio Cidade de Coimbra Data: 11/03/2023

Hora	Prova	Escalão	Género	Observações
14H00	60 m	Juvenis	Fem	Triatlo Opcional
14H00	Peso 5 kg	Juvenis	Masc	Triatlo Opcional
14H00	Salto em Altura	Juvenis	Fem	Triatlo 1 1,20m (indicativo)
14H30	60B (091)	Juvenis	Masc	Triatlo 1
	Peso 3 kg	Juvenis	Fem	Triatlo Opcional
	Peso 5 kg	Juvenis	Masc	Triatlo 1
	60B (076)	Juvenis	Fem	Triatlo 1
	60 m	Juvenis	Masc	Triatlo Opcional
	Salto em Altura	Juvenis	Masc	Triatlo 1 1,30m (indicativo)
	Salto em Comprimento	Juvenis	Fem	Triatlo Opcional
	Peso 3 kg	Juvenis	Fem	Triatlo 1
	Salto em Comprimento	Juvenis	Masc	Triatlo Opcional

OBS: Provas de Barreiras de acordo com as normas da Pista Coberta.

Regulamento da competição

1. Apenas poderão participar atletas Juvenis (Sub 18) filiados na ADAC e ADAL.
2. Haverá prémios para os 3 primeiros classificados de cada Triatlo.
3. Os atletas devem apresentar-se com o Dorsal atribuído para a época 2022/2023
4. Cada atleta só poderá participar na prova do seu escalão.
5. Nas provas de salto em altura, a altura inicial será definida no início de cada concurso, sendo a progressão da fasquia sempre de 4 em 4 cm.
6. As inscrições são feitas na plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> até às **23H59 do dia 08 de Março de 2023**.
7. As confirmações terão de ser efetuadas **até às 10H00 do dia da competição**.
8. Apresentação na câmara de chamada até 20 minutos antes da hora da prova.
9. Nos Triatlos será feita uma classificação coletiva Final, que resultará da soma das pontuações obtidas em todos os Triatlos Técnicos, com base no melhor resultado alcançado pelo melhor atleta de cada Clube.
10. Haverá troféus para as três primeiras equipas.
11. O ajuizamento da prova é da responsabilidade do Conselho de Arbitragem da ADAC, com base no regulamento internacional da World Athletics. Para qualquer protesto deve o mesmo ser efetuado até 30 minutos após a conclusão da prova a que o mesmo se refere.
12. **Não serão aceites inscrições de atletas extras.**
13. O programa horário poderá sofrer alterações em função do número de atletas inscritos e/ou confirmados.
14. Os casos omissos deste regulamento serão resolvidos de acordo com o Regulamento Geral de Competições em vigor da F.P.A.

ADAC 20/02/2023