



Meeting Mário Rui Ferreira

Data: 27/28/04/2024

Programa-Horário

1ª Jornada 27/04/2024: Pista de Atletismo Estádio Cidade de Coimbra

Hora Câmara Chamada	Saída Câmara Chamada	Hora Início	Prova	Escalão	Género	Observações
14H00	14H10	14H30	Triplo	Iniciados	F	4 Ensaios – Tábua (acordo D.T. ADAC e Treinadores)
14H00	14H10	14H30	Dardo	Iniciados/Veteranos	M	– 4 Ensaios
14H25	14H35	14H45	100m	Absolutos	F	Eliminatórias
14H35	14H45	14H55	100m	Absolutos	M	Eliminatórias
14H45	14H55	15H05	80m	Iniciados	F/M	Séries
15H10	15H20	15H20	60m	Infantis	F/M	Séries
15H20	15H30	15H40	60m	Benj. B	F/M	Séries
15H15	15H25	15H45	Dardo	Ini/Juv/Jun/Sen/Vet.	Fem	– 4 Ensaios
15H20	15H30	15H50	Triplo	Iniciados	M	4 Ensaios – Tábua (acordo D.T. ADAC e Treinadores)
15H40	15H50	16H00	50m	Benj. A	F/M	Séries
16H00	16H10	16H20	100m	Absolutos	Fem	Final
16H10	16H20	16H30	100m	Absolutos	Mas	Final
16H20	16H30	16H40	600m	BenjB/Inf.	Fem	Séries
16H30	16H45	16H55	600m	BenjB/Inf.	Mas	Séries
16H35	16H45	17H05	Dardo	Juv/Jun/Sen	Mas	4 Ensaios
16H50	17H00	17H10	500m	Benj A	Fem	Séries
17H00	17H10	17H20	500m	Benj A	Mas	Séries
17H10	17H20	17H30	800M	Iniciados	Fem	Séries
17H20	17H30	17H40	800m	Iniciados	Mas	Séries
17H30	17H40	17H50	Milha	Absolutos	Fem	Séries
17H40	17H50	18H00	Milha	Absolutos	Mas	Séries



2ª Jornada 28/04/2024: Centro Formação lançadores CPTSC

Hora Câmara Chamada	Saída Câmara Chamada	Hora Início	Prova	Escalão	Género	Observações
09H00	09H10	09H30	Disco	Infantis	F/M	Campeonato Distrital Sub14 – a)
09H00	09H10	09H30	Peso	Ini/juv	F/M	
10H30	10H40	11H00	Martelo	Infantis	F/M	Campeonato Distrital Sub14 – a)
11H15	11H25	11H45	Martelo	Jun/Sen/Vet	F/M	

a) Só atletas já inscritos, em tempo, nos Campeonatos.

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 2023/2024.
3. Aos atletas filiados em outras Associações:
 - Será atribuído um Dorsal de Época, com um custo de 5,00€;
4. Cada atleta só poderá participar na prova do seu escalão.
5. As inscrições são feitas através da plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> até 24 de Abril de 2024
6. As confirmações terão de ser efetuadas até **90 minutos antes do início de cada Jornada.**
7. Apresentação na câmara de chamada até 20 minutos antes da hora da prova.
8. Aos Atletas autorizados de outras Associações Distritais deverão os seus delegados (autorizados para tal) levantar os dorsais no Secretariado da Competição
9. **PRÉMIOS** – Medalhas de Participação.
10. Os casos omissos deste regulamento serão resolvidos de acordo com o Regulamento Geral de Competições em vigor da F.P.A.

Coimbra 15/04/2024

A Direção da ADAC