



COMUNICADO OFICIAL

Para conhecimento dos Clubes Filiados e outros, F.P.A., A.A.R.R., Órgãos de Comunicação Social e demais interessados, comunica-se:

Campeonato Distrital 5.000M + 10.000M + Estafetas

Campeonato Distrital Sub 16 - Tetratlo

Local: Pista de Atletismo de Febrès

Hora: 15H30

Data: 25 de maio 2024

PROGRAMA HORÁRIO

Hora da Prova	Prova	Sexo	Escalão	Observações
15H30	Vara	F	Iniciados	1,75 (+10) –2,15 (+5) - CD Sub 16
15H30	100MBar.	M	Iniciados	Tetratlo - CD Sub 16
15H45	80 M	F	Iniciados	Tetratlo – CD Sub16
16H15	Peso (3Kg)	F	Iniciados	Tetratlo – CD Sub16
16H15	Comprimento	M	Iniciados	Tetratlo - CD Sub 16
16H30	5.000 M	F	Jun/Sen/Vet	Séries – CD Absoluto
17H15	Altura	F	Iniciados	Tetratlo – CD Sub16
17H15	Peso (4Kg)	M	Iniciados	Tetratlo - CD Sub 16
17H15	10.000 M	M	Jun/Sen/Vet	Séries – CD Absoluto
18H00	800 M	F	Iniciados	Tetratlo – CD Sub16
18H10	1.000 M	M	Iniciados	Tetratlo - CD Sub 16
18H20	4x100M	F	Absolutos	Séries – CD Absoluto
18H25	4x100M	M	Absolutos	Séries – CD Absoluto
18H35	4x400M	F	Absolutos	Séries – CD Absoluto
18H45	4x400M	M	Absolutos	Séries – CD Absoluto

OBS:

TRETATLO - Regulamento do Campeonato Distrital de Sub16

Campeonato Distrital 5.000M + 10.000M + Estafetas

Regulamento

1. A ADAC vai realizar o **Campeonato Distrital 5.000M + 10.000M + Estafetas** no dia 25 de Maio de 2024, na Pista de Atletismo do Complexo Desportivo de Febres.
2. As inscrições deverão ser feitas na plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> até ao dia 22 de Maio de 2024;
3. As confirmações serão realizadas on-line e estarão disponíveis até 90 minutos antes do início de cada jornada <https://fpacompeticoes.pt/>;
4. Cada Clube pode apresentar um número ilimitado de atletas por prova.
5. Os atletas filiados na ADAC devem apresentar-se com o dorsal de época.
6. Aos atletas de outras Associações será atribuído um Dorsal de Época, com um custo de 5,00€, que deverá ser levantado até 30 minutos antes do inicio da Competição.
7. Os atletas devem apresentar-se na câmara de chamada 15 minutos antes do horário previsto para a sua prova.
8. Os resultados desta prova serão considerados para a Classificação Colectiva do Campeonato Distrital Absoluto, a realizar dias 22/23 de Junho de 2024.
9. **Prémios**
Medalhas aos três primeiros de cada escalão, sendo considerados os escalões de Juniores, Sub/23 e Seniores.
10. 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;
11. Para qualquer protesto deve o mesmo ser efetuado até 30 minutos após a conclusão da prova a que o mesmo se refere;
12. Os casos omissos neste regulamento serão resolvidos pela organização e de acordo com o Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo;

ADAC, 07 de Maio de 2024

A Direção

APOIOS:

