



Fundada em 1987

# ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE ATLETISMO DE VIANA DO CASTELO

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

## COMUNICADO OFICIAL N.º 18 2018/2019

**Provas:** 4ª Jornada de Lançamentos de Lovelhe

**Datas:** 4 de maio de 2019 (sábado)

**Local:** Lovelhe - Vila Nova de Cerveira

**Organização:** Associação de Atletismo de Viana do Castelo  
ADCR Lovelhe

**Director de Competição:** Pereira de Almeida

**Delegado Técnico:** Rui Costa

**Director Técnico:** Rui Cerqueira

4ª Prova das  
Jornadas de  
Lançamentos 2019  
da ADCL.

Início da prova	Prova	Escalaão 2019						Sexo	Observações
		Inf	Ini	Juv	Jun	Sen	Vet		
		06/07	04/05	02/03	00/01	99/...	+35anos		
14.30	Martelo	● 3 kg	● 4 kg	● 5 kg				M	
14.30	Martelo	● 2 kg	● 3 kg	● 3 kg				F	
15.00	Dardo	● 500g	● 600g	● 700g				M	
15.00	Dardo	● 400g	● 500g	● 500g				F	
15.15	Martelo				● 6 kg	● 7.260 kg		M	Concurso A
15.15	Martelo				● 4 kg	● 4 kg		F	Concurso A
16.00	Dardo				● 800g	● 800g		M	
16.00	Dardo				● 600g	● 600g		F	
16.00	Martelo				● 6 kg	● 7.260 kg		M	Concurso B
16.00	Martelo				● 4 kg	● 4 kg		F	Concurso B
16.45	Disco				● 1.750 kg	● 2 kg		M	Concurso A
16.45	Disco			● 1 kg	● 1 kg	● 1 kg		F	Concurso A
17.00	Peso				● 6 kg	● 7.260 kg		M	Concurso B
17.00	Peso				● 4 kg	● 4 kg		F	Concurso B
17.30	Disco				● 1.750 kg	● 2 kg		M	Concurso B
17.30	Disco			● 1 kg	● 1 kg	● 1 kg		F	Concurso B
17.45	Peso				● 6 kg	● 7.260 kg		M	Concurso A
17.45	Peso				● 4 kg	● 4 kg		F	Concurso A

**Nota:** Nos concursos (A) participam 10 atletas, selecionados pela organização de entre todos os inscritos, tendo em conta os seus melhores resultados. Nos concursos (B) participam os restantes atletas inscritos na prova.

**Inscrições** – Serão feitas, até 30 de abril, para [jorge60rodrigues@gmail.com](mailto:jorge60rodrigues@gmail.com) indicando: Nome do atleta, Ano de Nascimento, Clube, Prova em que se inscreve e Melhor Marca pessoal. Pode implicar o pagamento de taxa de inscrição.

### Regulamento da Competição

1. Este Torneio destina-se a atletas Federados.
2. Cada atleta só poderá participar nas provas do seu escalaão.
3. Os atletas veteranos competem nos concursos onde estejam inseridos os engenhos que utilizam.
4. Apuram-se para cada final as 10 melhores marcas, independentemente de escalaão e sexo, desde que cada sexo esteja representado na final com um mínimo de três atletas. Em concursos com atletas de apenas um dos sexos apuram-se apenas as 8 melhores marcas para a final.
5. Caso os concursos se prolonguem e não haja condições de visibilidade os mesmos poderão ser interrompidos por questões de segurança.
6. No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.

Viana do Castelo, 20 de abril de 2019

O Director Técnico Regional

*Jorge Rodrigues*

