



Fundada em 1987

ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE ATLETISMO DE VIANA DO CASTELO

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

COMUNICADO OFICIAL N.º 26 2013/2014

Prova: 7ª Jornada de Lançamentos de Lovelhe
Data: 23 de julho de 2014 (quarta-feira)
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

7ª Prova das
Jornadas de
Lançamentos 2014
da ADCL.

| Início da prova | Prova | Escalaão | | | | | | Sexo | Observações |
|-----------------|---------|-----------|-----------|---------------|---------------|---------------|---------|------|-------------------|
| | | Inf | Ini | Juv | Jun | Sen | Vet | | |
| | | 01/02 | 99/00 | 97/98 | 95/96 | 94/... | +35anos | | |
| 18:30 | Disco | ● 600g | ● 750g | ● 1 kg | ● 1 kg | ● 1 kg | | F | Mínimo: 40m (*) |
| 18:30 | Disco | ● 750g | ● 1kg | ● 1,500 kg | ● 1,750 kg | ● 2 kg | | M | Mínimo: 50m (*) |
| 18:45 | Peso | ● 3 kg | ● 4 kg | ● 5 kg | ● 6 kg | ● 7,260 kg | ● kg | F | Referência: 8,50m |
| 18:45 | Peso | ● 2 kg | ● 3 kg | ● 3 kg | ● 4 kg | ● 4 kg | ● kg | M | Referência: 8,50m |
| 19:15 | Martelo | ● 3 kg | ● 4 kg | ● 5 kg | ● 6 kg | ● 7,260 kg | | F | Mínimo: 50m (*) |
| 19:15 | Martelo | ● 2 kg | ● 3 kg | ● 3 kg | ● 4 kg | ● 4 kg | | M | Mínimo: 55m (*) |
| 19:30 | Dardo | ● 400g | ● 500g | ● 500g | ● 600g | ● 600g | ● kg | F | Referência: 20m |
| 19:30 | Dardo | ● 400g | ● 600g | ● 700g | ● 800g | ● 800g | ● kg | M | Referência: 20m |

(*) Nota importante: Nos concursos de Martelo e Disco só serão aceites atletas que tenham mínimos. Só se aceitarão atletas sem mínimos caso o número de atletas para cada concurso não atinja os 10.

Inscrições - Têm que ser feitas, até 30 minutos antes do início da prova onde compete

Regulamento da Competição

1. Este Torneio destina-se a atletas Federados e não Federados.
2. Cada atleta só poderá participar nas provas do seu escalaão.
3. 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.
4. Haverá classificação individual por escalaão e sexo.
5. Os atletas devem ser portadores de alfinetes para segurança do Dorsal.
6. No restante respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.

Viana do Castelo, 16 de julho de 2014

O Director Técnico Regional


(Prof. Rui Costa)

