

I JORNADA DE LANÇAMENTOS

14 de março de 2026

LOVELHE

PROGRAMA HORÁRIO

INÍCIO	PROVA	ESCALÃO							SEXO	OBS
		SUB14	SUB16	SUB18	SUB20	SEN	VET			
14H30	MARTELO	•	•	•	•	•	•	•	F/M	F- 2kg 3kg 3kg até 4kg M- 3kg 4kg 5kg 6kg 7,26kg
14H30	PESO	•	•	•	•	•	•	•	F/M	F- 2kg 3kg 3kg até 4kg M- 3kg 4kg 5kg 6kg 7,26kg
15H30	DARDO	•	•	•	•	•	•	•	F/M	F- 400g 500g até 600g M- 400g 600g 700g até 800g
15H30	DISCO	•	•	•	•	•	•	•	F/M	F- 0,600kg 0,750kg até 1kg M- 0,750kg 1kg 1,5kg 1,750kg 2kg

REGULAMENTO

1. A I Jornada de Lançamentos vai realizar-se no dia 14 de março de 2026, com início previsto para as 14h30. O evento decorrerá no Centro Municipal de atletismo de Vila Nova de Cerveira em Lovelhe. A organização estará a cargo do A.D.R.C Lovelhe, com o apoio da Associação de Atletismo de Viana do Castelo.

2. Esta jornada terá como principal objetivo promover mais um momento competitivo direcionado aos lançamentos (Disco, Martelo, Dardo e Peso) entre atletas de diversas categorias etárias, e proporcionar um ambiente competitivo e de confraternização para o desenvolvimento técnico dos atletas.

3. Esta jornada de lançamentos é dirigida exclusivamente a atletas filiados.

4. A jornada será composta por **quatro concursos: Disco, Martelo, Dardo e Peso.**

5. Caso o número de inscritos nos concursos de Lançamento do Martelo e do Disco exceda a capacidade logística, a organização reserva-se o direito de subdividir os atletas em dois grupos, salvaguardando o horário previsto para a competição.

6. Cada atleta só poderá participar nas provas do seu escalão.
7. Nos concursos em que participem atletas masculinos e femininos, apuram-se para cada final as 10 melhores marcas, independentemente do escalão e sexo, desde que cada sexo esteja representado na final com um mínimo de 3 atletas.
8. As atletas veteranas competem nos concursos onde existem os engenhos que utilizam.
9. A organização autoriza a utilização de engenhos pessoais, desde que sejam entregues para aferição no Secretariado, até 90 minutos antes da respetiva prova. Os engenhos aprovados serão postos à disposição de todos os atletas participantes no local da prova.
10. Haverá classificação individual por escalão e sexo.
11. Caso os concursos se prolonguem e não haja condições de visibilidade os mesmos poderão ser interrompidos por questões de segurança.
12. Nas restantes situações respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.

INSCRIÇÕES:

13. Terão que ser efetuadas antecipadamente, até dia 12 de março às 23h59, na plataforma FPA Competições. No ato da inscrição, os atletas deverão colocar a sua melhor marca em cada concurso.
14. No dia anterior à competição serão identificados na plataforma os atletas admitidos na competição.
15. A confirmação da presença no seu concurso, terá que ser feita até 45 minutos antes do seu início.
16. Para atletas que estejam inscritos fora da AAVC será cobrada uma taxa de 3 lançamentos por concurso no momento do levantamento do dorsal.