I JORNADA DE LANÇAMENTOS

06 de dezembro de 2026

LOVELHE

PROGRAMA HORÁRIO

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

REGULAMENTO

1. A I Jornada de Lançamentos vai realizar-se no dia 06 de dezembro 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 em Portugal e no Estrangeiro, para todas as faixas etárias.
4. A jornada será composta por **4 concursos: Disco, Martelo, Dardo e Peso**.
5. Em todos os concursos os participantes serão separados em dois grupos tendo em consideração o seu record pessoal, expeto no lançamento do Peso e Dardo que será um grupo no máximo 15 atletas.
6. Cada atleta só poderá participar nas provas do seu escalão.
7. Todos os atletas fazem 3 lançamentos. 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. Os atletas veteranos competem nos concursos onde existem os engenhos que utilizam.
9. Caso os concursos se prolonguem e não haja condições de visibilidade os mesmos poderão ser interrompidos por questões de segurança.
10. Nas restantes situações respeitar-se-á o descrito no Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.

INSCRIÇÕES:
11. Terão que ser efetuadas antecipadamente, até dia 04 de janeiro às 23h59, na plataforma FPA Competições.
12. No dia anterior à competição serão identificados na plataforma os atletas admitidos na competição.
13. A confirmação da presença no seu concurso, terá que ser feita até 45 minutos antes do seu início.
Para atletas que estejam inscritos fora da AAVC será cobrada uma taxa de 3 euros **por concurso** no momento do levantamento do dorsal.