



Fundada em 1987

# ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE ATLETISMO DE VIANA DO CASTELO

INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

## COMUNICADO OFICIAL N.º 14 2015/2016

**Prova:** VIII Meeting Internacional de Lançamentos de Vila Nova de Cerveira  
**Data:** 23 e 24 de abril de 2016 (sábado e domingo)  
**Local:** Lovelhe - Vila Nova de Cerveira  
**Organização:** ADCR Lovelhe  
Associação de Atletismo de Viana do Castelo  
**Director de Competição:** Pereira de Almeida  
**Delegado Técnico:** Rui Costa  
**Director Técnico:** Rui Cerqueira

23 de abril (sábado)									
Início da prova	Prova	Setor	Escalaão					Sexo	Observações
			Inf	Ini	Juv	Jun	Sen		
			03/04	01/02	99/00	97/98	96/...		
14.15	Dardo	Sul	● 400g	● 500g	● 500g	● 600g	● 600g	F	
14.30	Disco	Norte	● 600g	● 750g	● 1 kg	● 1 kg	● 1 kg	F	
15.00	Dardo	Sul	● 400g	● 600g	● 700g	● 800g	● 800g	M	
15.15	Disco	Norte				● 1,750 kg	● 2 kg	M	
15.45	Peso	Sul			● 5 kg	● 6 kg	● 7,260 kg	M	
16.00	Martelo	Norte			● 3 kg	● 4 kg	● 4 kg	F	
16.30	Peso	Sul	● 2 kg	● 3 kg	● 3 kg	● 4 kg	● 4 kg	F	
16.45	Martelo	Norte				● 6 kg	● 7.260 kg	M	
17.00	Martelo	Norte	● 2 kg	● 3 kg	● 3 kg			F	
17.00	Martelo	Norte	● 3 kg	● 4 kg	● 5 kg			M	
17.00	Disco	Norte	● 750g	● 1kg	● 1,500 kg			M	
17.15	Peso	Sul	● 3 kg	● 4 kg	● 5 kg			M	
17.15	Peso	Sul	● 2 kg	● 3 kg	● 3 kg			F	

24 de abril (domingo)									
Início da prova	Prova	Setor	Escalaão					Sexo	Observações
			Inf	Ini	Juv	Jun	Sen		
			03/04	01/02	99/00	97/98	96/...		
10.00	Peso	Sul	● 3 kg	● 4 kg	● 5 kg			M	
10.00	Peso	Sul	● 2 kg	● 3 kg	● 3 kg			F	
10.15	Martelo	Norte	● 3 kg	● 4 kg	● 5 kg			M	
10.15	Martelo	Norte	● 2 kg	● 3 kg	● 3 kg			F	
11.15	Peso	Sul			● 3 kg	● 4 kg	● 4 kg	F	
11.30	Martelo	Norte			● 3 kg	● 4 kg	● 4 kg	F	
12.30	Vortex							M/F	Benjamins (05/06/...)
12.45	Martelo	Norte				● 6 kg	● 7.260 kg	M	
13.00	<b>Almoço</b>								
15.00	Dardo	Sul	● 400g	● 600g	● 700g	● 800g	● 800g	M	
15.15	Disco	Norte	● 750g	● 1kg	● 1,500 kg			M	
15.15	Disco	Norte	● 600g	● 750g	● 1 kg			F	
16.15	Peso	Sul			● 5 kg	● 6 kg	● 7,260 kg	M	
16.30	Disco	Norte			● 1 kg	● 1 kg	● 1 kg	F	
17.30	Dardo	Sul	● 400g	● 500g	● 500g	● 600g	● 600g	F	
17.45	Disco	Norte				● 1,750 kg	● 2 kg	M	

**Inscrições** – Efetuadas previamente.

### **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 8 melhores marcas após três ensaios tendo depois direito a mais três. Nos concursos em que participem masculinos e femininos apuram-se para a final as 10 melhores marcas, independentemente de escalaão e sexo, desde que cada sexo esteja representado na final com um mínimo de quatro 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, 15 de abril de 2016

O Director Técnico Regional

  
(Prof. Rui Costa)