

27 de novembro de 2020

<i>Hora Início</i>	<i>Prova</i>	<i>Obs:</i>		
18:20	60 Metros Planos	Inf a Ini	M	Final
18:30	60 Metros Planos	Inf a Ini	F	Final
18:35	60 Metros Planos	Juv	M	Prova Extra
18:40	60 Metros Planos	Juv	F	Prova Extra
18:45	200 Metros	Jun	M	Prova Extra
18:50	200 Metros	Jun	F	Prova Extra
18:55	200 Metros	S23 a Sen	M	Prova Extra
19:00	200 Metros	S23 a Sen	F	Prova Extra
19:05	400 Metros Planos	Jun	M	Prova Extra
19:10	400 Metros Planos	Jun	F	Prova Extra
19:15	400 Metros Planos	S23 a Sen	M	Prova Extra
19:20	400 Metros Planos	S23 a Sen	F	Prova Extra
19:25	Salto em Comprimento	Inf a Ini	M	Final
19:25	Salto em Comprimento	Inf a Ini	F	Final
19:25	Salto em Comprimento	Juv a Sen	M	Prova Extra
19:25	Salto em Comprimento	Juv a Sen	F	Prova Extra
19:30	60 M Barr.Inf.M/F-76	Inf	M	Final
19:35	60 M Barr.Inf.M/F-76	Inf	F	Final
19:40	60 M Barr.Ini.Mas-84	Ini	M	Final
19:45	60 M Barr.Ini.Fem-76	Ini	F	Final
19:50	60 M Barreiras-0.91	Juv	M	Prova Extra
19:55	60 M Barr.Juv.Fem-76	Juv	F	Prova Extra
20:00	600 Metros	Inf	M	Final
20:05	600 Metros	Inf	F	Final
20:10	1.000 Metros	Ini	M	Final
20:15	1.000 Metros	Ini	F	Final
20:20	1.500 Metros	Juv a Sen	M	Prova Extra
20:25	1.500 Metros	Juv a Sen	F	Prova Extra
20:30	Triplo Salto	Juv a Sen	F	Prova Extra
20:30	Triplo Salto	Juv a Sen	M	Prova Extra

28 de novembro de 2020

<i>Hora Início</i>	<i>Prova</i>	<i>Obs:</i>	
10:00	Lançamento Peso-2Kg	Inf F Final	
10:00	Lançamento Peso-3Kg	Inf M Final	
10:00	Lançamento Peso-3Kg	Ini F Final	
10:00	Lançamento Peso-4Kg	Ini M Final	
10:00	Lançamento Peso-3Kg	Juv F Prova Extra	
10:00	Lançamento Peso-4Kg	Jun a Sen F Prova Extra	
10:00	Lançamento Peso-5Kg	Juv M Prova Extra	
10:00	Lançamento Peso-6Kg	Jun M Prova Extra	
10:00	Lançamento Peso-7.26	S23 a Sen M Prova Extra	
10:00	Salto em Altura	Inf a Ini M Final	Inf - 1.00/1.04/1.08/1.12/1.16 (+ 4 cm) / Inic - 1.08/1.12/1.16/1.20 (+ 4 cm)
10:00	Salto em Altura	Inf a Ini F Prova Extra	Inf - 0.96/1.00/1.04/1.08/1.12/1.16 (+ 4 cm) / Inic - 1.04/1.08/1.12/1.16 (+ 4 cm)
10:00	Salto em Altura	Juv a Sen M Prova Extra	Juv - 1.20/1.24/1.28/1.32 (+ 4 cm) / Jun - 1.44/1.48/1.52/1.56/1.60 (+ 4 cm) / Sem - 1.48/1.52/1.56/1.60/1.64/1.68 (+ 4 cm)
10:00	Salto em Altura	Juv a Sen F Final	Juv - 1.16/1.20/1.24/1.28/1.32 (+ 4 cm) / Jun - 1.24/1.28/1.32/1.36/1.40 (+ 4 cm) / Sem - 1.28/1.32/1.36/1.40/1.44 (+ 4 cm)

Regulamento

- 1 Podem participar, todos os atletas que estejam devidamente filiados, nesta ou noutra Associação congénere
- 2 Serão apenas consideradas as inscrições remetidas, através de formulário próprio e remetidas via email (adif.desportos@gmail.com), durante o horário normal de expediente, até à data final de inscrição;
- 3 Não cumprimento da alínea anterior, o atleta não se encontra formalmente inscrito na competição, podendo participar na competição, mas não sendo considerado o seu resultado, no comunicado oficial ADIF
- 4 Os atletas devem ser inscritos em apenas 4 provas no conjunto das Jornadas, não podendo participar em mais de 3 por jornada.
- 5 Os atletas dos escalões de Infantis e Iniciados de ambos os sexos, nas provas de Saltos e Lançamentos, terão inicialmente 3 tentativas. No caso, em que se encontrem 6 ou mais atletas a competir, os três melhores resultados na primeira volta, terão direito a mais 3 tentativas
- 6 Os atletas dos escalões de Infantis e Iniciados de ambos os sexos, nas provas até aos 100 m, serão efetuadas eliminatórias e meia final, caso existam 8 ou mais atletas a competir
- 7 A classificação é individual e por escalão e sexo
- 8 A classificação coletiva por clubes, será constituída pelo somatório das pontuações, por disciplina, escalão e sexo, dos atletas no escalão de Infantis e Iniciados
- 9 Ao atleta primeiro classificado, no escalão de Infantis e Iniciados de ambos os sexos, em cada das provas, será atribuído 8 pontos, ao segundo classificado 7 pontos e assim sucessivamente
- 10 Em caso de empate, conta o maior número de primeiras classificações obtidas, pelos atletas de cada clube. Se o empate subsistir, aplicar-se-á o mesmo critério relativamente aos segundos lugares
- 11 Ao clube vencedor será entregue uma taça
- 12 DATA FINAL DE INSCRIÇÃO: 26/11/2020