



Associação Distrital de Atletismo de Leiria

Regulamento



20º Meeting Cidade de Pombal

Data: 08-02-2026

Local: **FORUM BRAGA**

Programa-Horário

08-02-2026

Hora	Câmara de Chamada	Entrada na Pista	Prova	Escalão	Género	Observações
14:45	14:25	14:35	60m Barr	Sub-20	Masc	EXTRA – 16 atletas
15:00	13:45	13:55	Vara	Absolutos	Fem	6 atletas
15:00	13:45	13:55	Vara	Absolutos	Masc	6 atletas
15:00	14:15	14:25	Comprimento	Absolutos	Masc	12 atletas
15:00	14:15	14:25	Altura	Absolutos	Fem	10 atletas
15:00	14:15	14:25	Peso 6kg	Sub-20	Masc	4 atletas
15:00	14:15	14:25	Peso 7,26kg	Absolutos	Masc	8 atletas
15:00	14:40	14:50	60m Barr	Absolutos	Fem	32 atletas
15:15	14:55	15:05	60m Barr	Absolutos	Masc	32 atletas
15:30	15:15	15:25	800m	Absolutos	Fem	16 atletas
15:50	15:35	15:45	800m	Absolutos	Masc	16 atletas
16:10	15:50	16:00	60m	Absolutos	Fem	32 atletas
16:30	16:10	16:20	60m	Absolutos	Masc	32 atletas
16:30	15:45	15:55	Peso	Absolutos	Fem	12 atletas
16:50	16:30	16:40	400m	Absolutos	Fem	16 atletas
17:00	16:15	16:25	Comprimento	Absolutos	Fem	EXTRA - 12 atletas
17:00	16:15	16:25	Altura	Absolutos	Masc	10 atletas
17:10	16:50	17:00	400m	Absolutos	Masc	16 atletas
17:30	17:15	17:25	3.000m	Absolutos	Fem	10 atletas
17:45	17:30	17:40	3.000m	Absolutos	Masc	10 atletas
18:05	17:45	17:55	60m Barr	Absolutos	Masc	Final
18:15	17:55	18:05	60m Barr	Absolutos	Fem	Final
18:25	18:05	18:15	60m	Absolutos	Fem	Final
18:35	18:15	18:25	60m	Absolutos	Masc	Final

Progressões das Fasquias:

Vara (F): 2,80 (+20) --> 3,20 (+10)

Vara (M): 3,80 (+20) --> 4,20 (+10)

Altura (F) : 1,45 (+4) --> 1,57 (+3) --> 1,66 (+2)

Altura (M) : 1,82 (+4) --> 1,90 (+3) --> 1,99 (+2)

Um atletismo de todos para todos





Associação Distrital de Atletismo de Leiria

Regulamento

1. Este Meeting é organizado pela Associação Distrital de Atletismo de Leiria com o apoio do Município de Pombal e colaboração da Associação de Atletismo de Braga.
2. Haverá troféus para os 1º; 2º e 3º classificados de cada prova do Meeting Cidade de Pombal. As provas extra não terão premiação.
3. As inscrições são gratuitas e deverão ser feitas na plataforma <https://fpacompeticoes.pt/> até ao dia 05 de fevereiro de 2026.
4. As confirmações serão realizadas on-line e estarão disponíveis entre as 18:00 horas do dia 07 de fevereiro e 90 minutos antes do início de cada prova em <https://fpacompeticoes.pt/>.
5. O Regulamento está disponível em: www.adal.pt e <https://fpacompeticoes.pt/>.
6. A organização entregará os “dorsais” a partir das 13h00 no secretariado da competição a funcionar no Piso 1 do Forum Braga.
7. O ajuizamento da prova é da responsabilidade dos Conselhos de Arbitragem das Associações de Leiria e de Braga, com base no regulamento internacional da World Athletics. Qualquer protesto deve ser efetuado até 30 minutos após a conclusão da prova a que o mesmo se refere.
8. Os casos omissos neste regulamento serão resolvidos pela organização e de acordo com o Regulamento Geral de Competições da Federação Portuguesa de Atletismo.
9. O programa horário poderá sofrer alterações em função do número de atletas inscritos e/ou confirmados.
10. A lista com os atletas admitidos em competição será divulgada durante o dia seguinte ao encerramento das inscrições.
11. Nas corridas os atletas com as melhores marcas serão escalonados na última serie/eliminatória.
12. Para as finais de 60 metros e 60 metros barreiras são apurados os 8 melhores tempos do conjunto das eliminatórias.
13. No salto em comprimento e lançamento do peso todos os atletas têm direito a 3 ensaios e os 8 melhores, ao fim de 3 ensaios, têm direito a 3 ensaios finais.

Diretor de competição: António Reis