



Clube de Veteranos de Atletismo de Coimbra

22º PENTATLO DE LANÇAMENTOS “João Manta”

10 de junho de 2025 - Sábado - 10.30 horas
Centro de Lançamentos “Braga dos Anjos” - Braga

ORGANIZAÇÃO: *Clube de Veteranos de Atletismo de Coimbra e Núcleo do Norte/ CluVe;*

COLABORAÇÃO: *Associação de Atletismo de Braga, Associação Distrital de Atletismo de Coimbra e Associação Nacional de Atletismo Veterano;*

APOIO TÉCNICO: *CA de Braga e CA de Coimbra;*

REGULAMENTO:

1. Neste evento podem participar atletas veteranos masculinos e femininos devidamente inscritos na Federação Portuguesa de Atletismo;

2. As inscrições deverão ser efectuadas pelos atletas/clubes na Plataforma FPC Competições ([www,fpacompeticoes.pt](http://www.fpacompeticoes.pt)) até às 23h50m do dia 4 de junho. Cada inscrição terá a quota de inscrição no valor de 10€.

Nota: O pagamento será efetuado no momento do levantamento do dorsal, no local onde se iniciará a prova, e poderá ser pago através de MBWAY (933403403);

3. Este evento está subordinado às normas WA, WMA, EMA, FPA e ANAV. A Classificação será elaborada através do somatório das pontuações obtidas na melhor marca de cada disciplina, por aplicação da tabela existente para o efeito;

4. Para atribuição do respectivo prémio é obrigatória a participação em todas as 5 provas;

5. ORDEM DAS PROVAS: Martelo - Peso - Disco - Dardo - Martelão;

C. Câmara de chamada, é necessário que os atletas se apresentem na Câmara de chamada antes da hora prevista para a sua prova: 30 minutos.

Atletas que pretendam aferir o seu engenho precisam de entregá-lo na câmara de chamada até 45 minutos antes da prova

6 - Serão elaborados grupos com base no número de atletas inscritos, cuja constituição será dada a conhecer no dia 9, através das redes sociais e em www.cluvecoimbra.blogspot.pt.

7. Serão premiados os três primeiros classificados em cada escalão/género;

Coimbra, 5 de maio de 2025

A COMISSÃO ORGANIZADORA

CARACTERÍSTICA DAS PROVAS DE LANÇAMENTOS

Sequência Pent. Lanc.		1º	2º	3º	4º	5º
Sexo	Escalão	Martelo	Peso	Disco	Dardo	Martelão
		Hammer	Shot Put	Discus	Javelin	Weight
Femininos	35/49	4,00	4,00	1,00	0,60	9,08
	50/59	3,00	3,00	1,00	0,50	7,26
	60/74	3,00	3,00	1,00	0,50	5,45
	>75	2,00	2,00	0,75	0,40	4,00
Masculinos	35/49	7,26	7,26	2,00	0,80	15,88
	50/59	6,00	6,00	1,50	0,70	11,34
	60/69	5,00	5,00	1,00	0,60	9,08
	70/79	4,00	4,00	1,00	0,50	7,26
	>80	3,00	3,00	1,00	0,40	5,45



Clube Veteranos
Atletismo Coimbra



Associação Atletismo
Braga



Associação Distrital
Atletismo Coimbra



Associação Nacional
Atletismo Coimbra