

Camp. Nacional de Sub-18 (Juvenis) em Pista Coberta

Braga - Nave Desportiva

Sábado - 8 de Fevereiro de 2020			
15:45	60 m	Fem	Elim.
15:50	Comprimento	Masc	
16:00	Peso (5 kg)	Masc	
16:05	60 m	Masc	Elim.
16:30	Altura	Fem	
16:40	5 000 m Marcha	Masc	
16:50	Vara	Masc	
17:15	60 m	Fem	Final
17:25	60 m	Masc	Final
17:35	1 500 m	Fem	Séries
17:50	1 500 m	Masc	Séries
17:55	Comprimento	Fem	
18:00	Peso (3 kg)	Fem	
18:05	3 000 m Marcha	Fem	
18:30	4x300 m	Fem	Séries
18:50	4x300 m	Masc	Séries

Domingo - 9 de Fevereiro de 2020			
09:30	Triplo	Fem	
09:30	3 000 m	Fem	Séries
09:50	3 000 m	Masc	Séries
10:00	Vara	Fem	
10:05	60 m bar (0,91)	Masc	Elim.
10:20	60 m bar (0,76)	Fem	Elim.
10:35	300 m	Fem	Séries
11:00	Triplo	Masc	
11:05	Altura	Masc	
11:10	300 m	Masc	Séries
11:45	800 m	Fem	Séries
12:00	800 m	Masc	Séries
12:20	60 m bar (0,76)	Fem	Final
12:30	60 m bar (0,91)	Masc	Final

MODO DE PROGRESSÃO DAS FASQUIAS	
Altura (Fem)	1,41 (+4) --> 1,53 (+3) --> 1,62 (+2)
Altura (Masc)	1,66 (+4) --> 1,82 (+3) --> 2,03 (+2)
Vara (Fem)	1,95 (+15) --> 2,40 (+10) --> 2,90(+7) --> 3,25 (+5)
Vara (Masc)	2,70 (+15) --> 3,45 (+10) --> 3,95 (+5)

MARCAS DE QUALIFICAÇÃO		
Provas	Masc	Fem
60 m	7,40 11,60 (100m)	8,30 13,00 (100m)
200 m	24,20 23,70 (ar livre)	28,00 27,00 (ar livre)
300 m	39,00 (300m) 54,00 (400m) 38,00 (300 m AL) 52,80 (400 m AL)	64,00 45,00 (300m) 63,00 (ar livre) 44,00 (300m ar livre)
800 m	2 07,00 2 05,00 (ar livre)	2 31,00 2 28,00 (ar livre)
1 500 m	4 20,00	5 13,00
3 000 m	9 40,00	11 50,00
60 m bar (1,00m) / (0,84m)	9,40 (0,91m) 16,30 (110m 0,91) 15,20 (100m 0,84)	10,20 (0,76m) 16,50 (100m 0,76) 13,20 (80m 0,76)
5 000 m Marcha/3 000 m Marcha	28 30,00	17 30,00
Altura	1,75	1,50
Vara	3,10	2,20
Comprimento	6,20	5,10
Triplo Salto	12,45	10,50
Peso (5kg) / (3kg)	11,60 (5kg) 12,60 (4kg)	10,80 (3kg)
4X300 m	s/m qual	s/m qual
Heptatlo / Pentatlo	3.700 Heptatlo / 4.700 Decatlo / 2.900 (P. Técnico) / 3.450 (Heptatlo Iniciados)	2.350 (Pentatlo) / 3.200 (Heptatlo) / 2.700 (P. Técnico) / 3.650 (Heptatlo Iniciadas)

Horário de Câmara de Chamada

Sábado - 8 de Fevereiro de 2020

Horário da prova	Prova	Sexo	Tipo	Hora limite da confirmação	Horário de apresentação na Câmara de Chamada	Horário de entrada na Pista
15:45	60 m	Fem	Elim.	14:45	15:20 - 15:30	15:35
15:50	Comprimento	Masc		14:50	15:05 - 15:15	15:20
16:00	Peso (5 kg)	Masc		15:00	15:15 - 15:25	15:30
16:05	60 m	Masc	Elim.	15:05	15:40 - 15:50	15:55
16:30	Altura	Fem		15:15	15:45 - 15:55	16:00
16:40	5 000 m Marcha	Masc		15:55	16:15 - 16:25	16:30
16:50	Vara	Masc		15:20	15:35 - 15:45	15:50
17:15	60 m	Fem	Final	-- --	16:50 - 17:00	17:05
17:25	60 m	Masc	Final	-- --	17:00 - 17:10	17:15
17:35	1 500 m	Fem	Séries	16:50	17:10 - 17:20	17:25
17:50	1 500 m	Masc	Séries	17:05	17:25 - 17:35	17:40
17:55	Comprimento	Fem		16:55	17:10 - 17:20	17:25
18:00	Peso (3 kg)	Fem		17:00	17:15 - 17:25	17:30
18:05	3 000 m Marcha	Fem		17:20	17:40 - 17:50	17:55
18:30	4x300 m	Fem	Séries	17:45	18:05 - 18:15	18:20
18:50	4x300 m	Masc	Séries	18:05	18:25 - 18:35	18:40

Domingo - 9 de Fevereiro de 2020

Horário da prova	Prova	Sexo	Tipo	Hora limite da confirmação	Horário de apresentação na Câmara de Chamada	Horário de entrada na Pista
09:30	Triplo	Fem		08:30	08:45 - 08:55	09:00
09:30	3 000 m	Fem	Séries	08:45	09:05 - 09:15	09:20
09:50	3 000 m	Masc	Séries	09:05	09:25 - 09:35	09:40
10:00	Vara	Fem		08:30	08:45 - 08:55	09:00
10:05	60 m bar (0,91)	Masc	Elim.	09:05	09:40 - 09:50	09:55
10:20	60 m bar (0,76)	Fem	Elim.	09:20	09:55 - 10:05	10:10
10:35	300 m	Fem	Séries	09:35	10:10 - 10:20	10:25
11:00	Triplo	Masc		10:00	10:15 - 10:25	10:30
11:05	Altura	Masc		09:50	10:20 - 10:30	10:35
11:10	300 m	Masc	Séries	10:10	10:45 - 10:55	11:00
11:45	800 m	Fem	Séries	11:00	11:20 - 11:30	11:35
12:00	800 m	Masc	Séries	11:15	11:35 - 11:45	11:50
12:20	60 m bar (0,76)	Fem	Final	-- --	11:55 - 12:05	12:10
12:30	60 m bar (0,91)	Masc	Final	-- --	12:05 - 12:15	12:20