

DESPORTO ESCOLAR - PROJETO MEGA (FASE CLDE BRAGA)

Pista de Atletismo Irmãos Gémeos Castro, Guimarães



PROGRAMA - HORÁRIO

DIA 25 DE MARÇO DE 2022



Início da prova	PROVA	Escalões		SEXO	OBS
		Inf B	Inf C		
10:00	40 m	●		Fem	Eliminatórias
10:00	Comprimento		●	Masc	Final
10:00	Comprimento		●	Fem	Final
10:20	40 m	●		Masc	Eliminatórias
10:30	Peso		●	Fem	2 Kg
10:40	40 m		●	Fem	Eliminatórias
11:00	40 m		●	Masc	Eliminatórias
11:15	Peso		●	Masc	3 Kg
11:20	1000 m	●		Fem	Séries
11:30	Comprimento	●		Masc	Final
11:30	Comprimento	●		Fem	Final
11:30	Lanç. Adaptado				Saco de 150 g
11:35	1000 m	●		Masc	Séries
11:50	1000 m		●	Fem	Séries
12:05	1000 m		●	Masc	Séries
12:20	40 m	●		Fem	Final
12:25	40 m	●		Masc	Final
12:30	40 m		●	Fem	Final
12:35	40 m		●	Masc	Final
Vortex		●	●		Atividade de Experimentação durante toda a manhã



Observações

1. Em cada uma das fases do Projeto Mega Sprinter, é obrigatória a partida de pé, com dois apoios e não é permitido o uso de sapatilhas de bicos, tanto no Mega Sprint como no Mega KM e no Mega Salto;
2. As Escolas devem providenciar os alfinetes necessários à colocação dos dorsais nas Fases CLDE;
3. Cada aluno pode participar em duas (2) provas individuais, com exceção dos participantes no Mega KM que poderão apenas realizar aquela prova individual;
4. Para a final da corrida de 40 metros, serão apurados os 8 melhores tempos de todas as eliminatórias, por escalão/género;
5. A data limite de inscrição é 18 de Março de 2022. A ficha de inscrição deve ser enviada para: emanuel.brandao@dgeste.mec.pt.