

Campeonato Nacional de Sub-18 (Juvenis)

Abrantes -

Sábado - 24 de Junho de 2017			
14:00	Martelo (5 kg)	Masc	
14:30	100 m	Masc	DEC
15:00	100 m bar (0,76)	Fem	HEP
15:10	Comprimento	Masc	DEC
15:15	Vara	Masc	
15:20	Martelo (3 kg)	Fem	
15:40	Altura	Fem	HEP
15:40	100 m	Masc	1/2 Final
16:00	Comprimento	Masc	
16:00	100 m	Fem	1/2 Final
16:05	Altura	Fem	
16:20	Peso (5 kg)	Masc	DEC
16:20	300 m	Masc	Séries
16:40	Disco (1 kg)	Fem	
16:40	300 m	Fem	Séries
17:00	1 500 m	Masc	Séries
17:20	1 500 m	Fem	Séries
17:40	Altura	Masc	DEC
17:40	100 m	Masc	Final
17:45	Peso (3 kg)	Fem	HEP
17:50	100 m	Fem	Final
17:55	Vara	Fem	
18:00	Dardo (700 g)	Masc	
18:05	2 000 m Obst (0,76)	Fem	Séries
18:15	Comprimento	Fem	
18:20	Peso (5 kg)	Masc	
18:30	4x100 m	Fem	Séries
18:50	4x100 m	Masc	Séries
19:15	200 m	Fem	HEP
19:20	Dardo (500 g)	Fem	
19:25	400 m	Masc	DEC
19:35	5 000 m Marcha	Masc	Pistas 1 a 4
19:35	5 000 m Marcha	Fem	Pistas 5 a 8

Domingo - 25 de Junho de 2017			
08:45	Disco (1,5 kg)	Masc	
09:05	110 m bar (0,91)	Masc	DEC
09:30	2 000 m Obst (0,84)	Masc	Séries
09:30	Triplo Salto	Fem	
09:40	Altura	Masc	
09:45	3 000 m	Masc	Séries
09:45	Disco (1,5 kg)	Masc	DEC
10:00	3 000 m	Fem	Séries
10:05	Comprimento	Fem	HEP
10:20	110 m Bar (0,91)	Masc	1/2 Final
10:35	100 m Bar (0,76)	Fem	1/2 Final
10:50	200 m	Masc	Séries
11:00	Vara	Masc	DEC
11:05	200 m	Fem	Séries
11:20	300 m Bar (0,84)	Masc	Séries
11:25	Triplo Salto	Masc	
11:30	Dardo (500 g)	Fem	HEP
11:35	300 m Bar (0,76)	Fem	Séries
11:55	800 m	Masc	Séries
12:05	Peso (3 kg)	Fem	
12:15	800 m	Fem	Séries
12:30	110 m Bar (0,91)	Masc	Final
12:45	100 m Bar (0,76)	Fem	Final
13:00	800 m	Fem	HEP
13:00	Dardo (700 g)	Masc	DEC
13:15	Estafeta Medley (100x200x300x400)	Masc	Séries
13:40		Fem	Séries
14:00	1 500 m	Masc	DEC

MODO DE PROGRESSÃO DAS FASQUIAS

Altura (Fem)	1,43 (+4) --> 1,55 (+3) --> 1,67 (+2)
Altura (Masc)	1,73 (+4) --> 1,85 (+3) --> 1,97 (+2)
Vara (Fem)	2,05 (+15) --> 2,50 (+12) --> 2,98 (+10) --> 3,38 (+7)
Vara (Masc)	2,75 (+15) --> 3,20 (+12) --> 3,68 (+8) --> 4,08 (+7)

Horário de Câmara de Chamada

Sábado - 24 de Junho de 2017

Horário da prova	Prova	Sexo	Tipo	Hora limite da confirmação	Horário de apresentação na Câmara de Chamada	Horário de entrada na Pista
14:00	Martelo (5 kg)	Masc		13:00	13:15 - 13:25	13:30
14:30	100 m	Masc	DEC	13:30	14:05 - 14:15	14:20
15:00	100 m bar (0,76)	Fem	HEP	14:00	14:35 - 14:45	14:50
15:10	Comprimento	Masc	DEC	-- --	-- -- - -- --	-- --
15:15	Vara	Masc		13:45	14:00 - 14:10	14:15
15:20	Martelo (3 kg)	Fem		14:20	14:35 - 14:45	14:50
15:40	Altura	Fem	HEP	-- --	-- -- - -- --	-- --
15:40	100 m	Masc	1/2 Final	14:40	15:15 - 15:25	15:30
16:00	Comprimento	Masc		15:00	15:15 - 15:25	15:30
16:00	100 m	Fem	1/2 Final	15:00	15:35 - 15:45	15:50
16:05	Altura	Fem		14:50	15:20 - 15:30	15:35
16:20	Peso (5 kg)	Masc	DEC	-- --	-- -- - -- --	-- --
16:20	300 m	Masc	Séries	15:20	15:55 - 16:05	16:10
16:40	Disco (1 kg)	Fem		15:40	15:55 - 16:05	16:10
16:40	300 m	Fem	Séries	15:40	16:15 - 16:25	16:30
17:00	1 500 m	Masc	Séries	16:15	16:35 - 16:45	16:50
17:20	1 500 m	Fem	Séries	16:35	16:55 - 17:05	17:10
17:40	Altura	Masc	DEC	-- --	-- -- - -- --	-- --
17:40	100 m	Masc	Final	-- --	17:15 - 17:25	17:30
17:45	Peso (3 kg)	Fem	HEP	-- --	-- -- - -- --	-- --
17:50	100 m	Fem	Final	-- --	17:25 - 17:35	17:40
17:55	Vara	Fem		16:25	16:40 - 16:50	16:55
18:00	Dardo (700 g)	Masc		17:00	17:15 - 17:25	17:30
18:05	2 000 m Obst (0,76)	Fem	Séries	17:20	17:40 - 17:50	17:55
18:15	Comprimento	Fem		17:15	17:30 - 17:40	17:45
18:20	Peso (5 kg)	Masc		17:20	17:35 - 17:45	17:50
18:30	4x100 m	Fem	Séries	17:45	18:05 - 18:15	18:20
18:50	4x100 m	Masc	Séries	18:05	18:25 - 18:35	18:40
19:15	200 m	Fem	HEP	-- --	-- -- - -- --	-- --
19:20	Dardo (500 g)	Fem		18:20	18:35 - 18:45	18:50
19:25	400 m	Masc	DEC	-- --	-- -- - -- --	-- --
19:35	5 000 m Marcha	Masc	Pistas 1 a 4	18:50	19:10 - 19:20	19:25
19:35	5 000 m Marcha	Fem	Pistas 5 a 8	18:50	19:10 - 19:20	19:25

Domingo - 25 de Junho de 2017

Horário da prova	Prova	Sexo	Tipo	Hora limite da confirmação	Horário de apresentação na Câmara de Chamada	Horário de entrada na Pista
08:45	Disco (1,5 kg)	Masc		07:45	08:00 - 08:10	08:15
09:05	110 m bar (0,91)	Masc	DEC	08:05	08:40 - 08:50	08:55
09:30	2 000 m Obst (0,84)	Masc	Séries	08:45	09:05 - 09:15	09:20
09:30	Triplo Salto	Fem		08:30	08:45 - 08:55	09:00
09:40	Altura	Masc		08:25	08:55 - 09:05	09:10
09:45	3 000 m	Masc	Séries	09:00	09:20 - 09:30	09:35
09:45	Disco (1,5 kg)	Masc	DEC	-- --	-- -- - -- --	-- --
10:00	3 000 m	Fem	Séries	09:15	09:35 - 09:45	09:50
10:05	Comprimento	Fem	HEP	09:05	09:20 - 09:30	09:35
10:20	110 m Bar (0,91)	Masc	1/2 Final	09:20	09:55 - 10:05	10:10
10:35	100 m Bar (0,76)	Fem	1/2 Final	09:35	10:10 - 10:20	10:25
10:50	200 m	Masc	Séries	09:50	10:25 - 10:35	10:40
11:00	Vara	Masc	DEC	-- --	-- -- - -- --	-- --
11:05	200 m	Fem	Séries	10:05	10:40 - 10:50	10:55
11:20	300 m Bar (0,84)	Masc	Séries	10:20	10:55 - 11:05	11:10
11:25	Triplo Salto	Masc		10:25	10:40 - 10:50	10:55
11:30	Dardo (500 g)	Fem	HEP	-- --	-- -- - -- --	-- --
11:35	300 m Bar (0,76)	Fem	Séries	10:35	11:10 - 11:20	11:25
11:55	800 m	Masc	Séries	11:10	11:30 - 11:40	11:45
12:05	Peso (3 kg)	Fem		11:05	11:20 - 11:30	11:35
12:15	800 m	Fem	Séries	11:30	11:50 - 12:00	12:05
12:30	110 m Bar (0,91)	Masc	Final	-- --	12:05 - 12:15	12:20
12:45	100 m Bar (0,76)	Fem	Final	-- --	12:20 - 12:30	12:35
13:00	800 m	Fem	HEP	-- --	-- -- - -- --	-- --
13:00	Dardo (700 g)	Masc	DEC	-- --	-- -- - -- --	-- --
13:15	Estafeta Medley (100x200x300x400)	Masc	Séries	12:30	12:50 - 13:00	13:05
13:40		Fem	Séries	12:55	13:15 - 13:25	13:30
14:00	1 500 m	Masc	DEC	-- --	-- -- - -- --	-- --

MARCAS DE QUALIFICAÇÃO			MARCAS DE QUALIFICAÇÃO		
PROVAS	MASCULINOS	FEMININOS	PROVAS	MASCULINOS	FEMININOS
100 m	11,4 / 11,64	13,0 / 13,24	Altura	1,78	1,53
200 m	23,6 / 23,84	27,2 / 27,44	Vara	3,05	2,30
300 m	37,9 / 38,04 (300 m)	44,9 / 45,04 (300 m)	Comprimento	6,30	5,15
	52,5 / 52,64 (400 m)	62,1 / 62,24 (400 m)	Triplo Salto	12,50	10,60
800 m	2 03,50	2 25,50	Peso	12,00 (5kg)	11,00 (3kg)
1 500 m	4 16,00	5 05,00	Martelo	33,00 (5kg)	35,00 (3kg)
3 000 m	9 35,00	11 20,00	Disco	33,00 (1,5kg)	27,00 (1kg)
110 m bar (0,91)	16,2 / 16,44	---	Dardo	39,00 (700g)	29,00 (500g)
100 m bar (0,76)	---	16,8 / 17,04	5 000 m Marcha	29 00,00	30 00,00
300 m bar	43,3 / 43,44 (300 bar)	51,1 / 51,24 (300 bar)	4X100 m	s/mínimo	s/mínimo
	59,9 / 60,04 (400 bar)	70,8 / 70,94 (400 bar)	Estafeta Medley	s/mínimo	s/mínimo
2 000 Obst (0,84/0,76)	6 35,00	8 25,00	Decatlo / Heptatlo	4.700 (Decatlo) / 4.300 (Octatlo)	3.150 pontos