

Camp. Nac. Clubes Pista Coberta - I e II Divisões

Braga - Nave Desportiva

| Sábado - 16 de Fevereiro de 2019 | | | | |
|----------------------------------|-----------------|------------|-------|---|
| 11:30 | Reunião Técnica | 2ª Divisão | | |
| 12:15 | Peso (4 kg) | Fem | 2 Div | |
| 13:00 | Vara | Masc | 2 Div | |
| 13:05 | Comprimento | Fem | 2 Div | |
| 13:10 | 60 m | Masc | 2 Div | |
| 13:20 | 60 m | Fem | 2 Div | |
| 13:30 | 1 500 m | Masc | 2 Div | |
| 13:40 | 1 500 m | Fem | 2 Div | |
| 13:45 | Altura | Fem | 2 Div | |
| 13:50 | 5 000 m Marcha | Masc | 2 Div | |
| 14:00 | Reunião Técnica | 1ª Divisão | | |
| 14:15 | Comprimento | Masc | 2 Div | |
| 14:25 | 3 000 m Marcha | Fem | 2 Div | |
| 14:50 | 400 m | Masc | 2 Div | B |
| 14:58 | 400 m | Masc | 2 Div | A |
| 15:05 | 400 m | Fem | 2 Div | B |
| 15:13 | 400 m | Fem | 2 Div | A |
| 15:20 | Altura | Fem | 1 Div | |
| 15:30 | 60 m | Masc | 1 Div | |
| 15:39 | 60 m | Fem | 1 Div | |
| 15:45 | Comprimento | Fem | 1 Div | |
| 15:50 | Vara | Masc | 1 Div | |
| 15:55 | 1 500 m | Masc | 1 Div | |
| 16:07 | 1 500 m | Fem | 1 Div | |
| 16:17 | 5 000 m Marcha | Masc | 1 Div | |
| 16:40 | Comprimento | Masc | 1 Div | |
| 16:42 | Altura | Masc | 1 Div | |
| 16:45 | 3 000 m Marcha | Fem | 1 Div | |
| 17:05 | 400 m | Masc | 1 Div | B |
| 17:13 | 400 m | Masc | 1 Div | A |
| 17:19 | 400 m | Fem | 1 Div | B |
| 17:27 | 400 m | Fem | 1 Div | A |
| 17:45 | 60 m | Fem | Extra | |
| 17:55 | 60 m | Masc | Extra | |
| 18:05 | 60 m bar (0,84) | Fem | Extra | |
| 18:15 | 60 m bar (1,06) | Masc | Extra | |

| Domingo - 17 de Fevereiro de 2019 | | | | |
|-----------------------------------|--|------|-------|---|
| 12:00 | Triplo Salto | Fem | 2 Div | |
| 12:05 | 60 m bar (1,06) | Masc | 2 Div | |
| 12:15 | 60 m bar (0,84) | Fem | 2 Div | |
| 12:20 | Vara | Fem | 2 Div | |
| 12:40 | Altura | Masc | 2 Div | |
| 12:42 | 800 m | Masc | 2 Div | |
| 12:52 | 800 m | Fem | 2 Div | |
| 13:05 | 3 000 m | Fem | 2 Div | |
| 13:15 | Peso | Masc | 2 Div | |
| 13:10 | Triplo Salto | Masc | 2 Div | |
| 13:17 | 3 000 m | Masc | 2 Div | |
| 13:35 | 4X400 m | Fem | 2 Div | B |
| 13:45 | 4X400 m | Fem | 2 Div | A |
| 13:55 | 4X400 m | Masc | 2 Div | B |
| 14:05 | 4X400 m | Masc | 2 Div | A |
| 14:10 | Cerimónia Protocolar 2ª Divisão Femininos | | | |
| 14:20 | Cerimónia Protocolar 2ª Divisão Masculinos | | | |
| 15:00 | Peso (4 kg) | Fem | 1 Div | |
| 15:05 | Triplo Salto | Fem | 1 Div | |
| 15:30 | Vara | Fem | 1 Div | |
| 15:35 | 800 m | Masc | 1 Div | |
| 15:45 | 800 m | Fem | 1 Div | |
| 15:50 | Peso (7,260 kg) | Masc | 1 Div | |
| 16:00 | 3 000 m | Fem | 1 Div | |
| 16:12 | 3 000 m | Masc | 1 Div | |
| 16:15 | Triplo Salto | Masc | 1 Div | |
| 16:30 | 60 m bar (0,84) | Fem | 1 Div | |
| 16:38 | 60 m bar (1,06) | Masc | 1 Div | |
| 16:45 | 4X400 m | Fem | 1 Div | B |
| 16:55 | 4X400 m | Fem | 1 Div | A |
| 17:05 | 4X400 m | Masc | 1 Div | B |
| 17:15 | 4X400 m | Masc | 1 Div | A |
| 17:25 | Cerimónia Protocolar 1ª Divisão Femininos | | | |
| 17:45 | Cerimónia Protocolar 1ª Divisão Masculinos | | | |
| 17:55 | Encerramento | | | |

I

| MODO DE PROGRESSÃO DAS FASQUIAS | |
|---------------------------------|--|
| 1ª Divisão | |
| Altura (Fem) | 1,40 (+5) --> 1,65 (+3) --> 1,80 (+2) |
| Altura (Masc) | 1,70 (+5) --> 1,95 (+4) --> 2,07 (+3) --> 2,16 (+2) |
| Vara (Fem) | 2,00 (+25) --> 2,75 (+15) --> 3,65 (+10) --> 4,15 (+5) |
| Vara (Masc) | 2,80 (+25) --> 4,05 (+15) --> 4,95 (+10) --> 5,45 (+7) |
| 2ª Divisão | |
| Altura (Fem) | 1,35 (+5) --> 1,60 (+4) --> 1,76 (+3) --> 1,82 (+2) |
| Altura (Masc) | 1,65 (+5) --> 1,90 (+4) --> 2,02 (+3) --> 2,14 (+2) |
| Vara (Fem) | 1,80 (+20) --> 3,20 (+15) --> 3,95 (+10) --> 4,15 (+5) |
| Vara (Masc) | 2,60 (+20) --> 4,00 (+15) --> 4,75 (+10) --> 5,45 (+7) |

Horário de Câmara de Chamada

Sábado - 16 de Fevereiro de 2019

| Horário da prova | Prova | Sexo | Tipo | Hora limite da confirmação | Horário de apresentação na Câmara de Chamada | Horário de entrada na Pista |
|------------------|-----------------|------------|---------|----------------------------|--|-----------------------------|
| 12:00 | Reunião Técnica | 2ª Divisão | | | | |
| 12:15 | Peso (4 kg) | Fem | 2 Div | 11:15 | 11:30 - 11:40 | 11:45 |
| 13:00 | Vara | Masc | 2 Div | 11:30 | 11:45 - 11:55 | 12:00 |
| 13:05 | Comprimento | Fem | 2 Div | 12:05 | 12:20 - 12:30 | 12:35 |
| 13:10 | 60 m | Masc | 2 Div | 12:10 | 12:45 - 12:55 | 13:00 |
| 13:20 | 60 m | Fem | 2 Div | 12:20 | 12:55 - 13:05 | 13:10 |
| 13:30 | 1 500 m | Masc | 2 Div | 12:45 | 13:05 - 13:15 | 13:20 |
| 13:40 | 1 500 m | Fem | 2 Div | 12:55 | 13:15 - 13:25 | 13:30 |
| 13:45 | Altura | Fem | 2 Div | 12:30 | 13:00 - 13:10 | 13:15 |
| 13:50 | 5 000 m Marcha | Masc | 2 Div | 13:05 | 13:25 - 13:35 | 13:40 |
| 14:00 | Reunião Técnica | 1ª Divisão | | | | |
| 14:15 | Comprimento | Masc | 2 Div | 13:15 | 13:30 - 13:40 | 13:45 |
| 14:25 | 3 000 m Marcha | Fem | 2 Div | 13:40 | 14:00 - 14:10 | 14:15 |
| 14:50 | 400 m | Masc | 2 Div B | 13:50 | 14:25 - 14:35 | 14:40 |
| 14:58 | 400 m | Masc | 2 Div A | 13:58 | 14:33 - 14:43 | 14:48 |
| 15:05 | 400 m | Fem | 2 Div B | 14:05 | 14:40 - 14:50 | 14:55 |
| 15:13 | 400 m | Fem | 2 Div A | 14:13 | 14:48 - 14:58 | 15:03 |
| 15:20 | Altura | Fem | 1 Div | 14:05 | 14:35 - 14:45 | 14:50 |
| 15:30 | 60 m | Masc | 1 Div | 14:30 | 15:05 - 15:15 | 15:20 |
| 15:39 | 60 m | Fem | 1 Div | 14:39 | 15:14 - 15:24 | 15:29 |
| 15:45 | Comprimento | Fem | 1 Div | 14:45 | 15:00 - 15:10 | 15:15 |
| 15:50 | Vara | Masc | 1 Div | 14:20 | 14:35 - 14:45 | 14:50 |
| 15:55 | 1 500 m | Masc | 1 Div | 15:10 | 15:30 - 15:40 | 15:45 |
| 16:07 | 1 500 m | Fem | 1 Div | 15:22 | 15:42 - 15:52 | 15:57 |
| 16:17 | 5 000 m Marcha | Masc | 1 Div | 15:32 | 15:52 - 16:02 | 16:07 |
| 16:40 | Comprimento | Masc | 1 Div | 15:40 | 15:55 - 16:05 | 16:10 |
| 16:42 | Altura | Masc | 1 Div | 15:27 | 15:57 - 16:07 | 16:12 |
| 16:45 | 3 000 m Marcha | Fem | 1 Div | 16:00 | 16:20 - 16:30 | 16:35 |
| 17:05 | 400 m | Masc | 1 Div | 16:05 | 16:40 - 16:50 | 16:55 |
| 17:13 | 400 m | Masc | 1 Div | 16:13 | 16:48 - 16:58 | 17:03 |
| 17:19 | 400 m | Fem | 1 Div | 16:19 | 16:54 - 17:04 | 17:09 |
| 17:27 | 400 m | Fem | 1 Div | 16:27 | 17:02 - 17:12 | 17:17 |
| 17:45 | 60 m | Fem | Extra | 16:45 | 17:20 - 17:30 | 17:35 |
| 17:55 | 60 m | Masc | Extra | 16:55 | 17:30 - 17:40 | 17:45 |
| 18:05 | 60 m bar (0,84) | Fem | Extra | 17:05 | 17:40 - 17:50 | 17:55 |
| 18:15 | 60 m bar (1,06) | Masc | Extra | 17:15 | 17:50 - 18:00 | 18:05 |

Domingo - 17 de Fevereiro de 2019

| Horário da prova | Prova | Sexo | Tipo | Hora limite da confirmação | Horário de apresentação na Câmara de Chamada | Horário de entrada na Pista |
|------------------|--|------|---------|----------------------------|--|-----------------------------|
| 12:00 | Triplo Salto | Fem | 2 Div | 11:00 | 11:15 - 11:25 | 11:30 |
| 12:05 | 60 m bar (1,06) | Masc | 2 Div | 11:05 | 11:40 - 11:50 | 11:55 |
| 12:15 | 60 m bar (0,84) | Fem | 2 Div | 11:15 | 11:50 - 12:00 | 12:05 |
| 12:20 | Vara | Fem | 2 Div | 10:50 | 11:05 - 11:15 | 11:20 |
| 12:40 | Altura | Masc | 2 Div | 11:25 | 11:55 - 12:05 | 12:10 |
| 12:42 | 800 m | Masc | 2 Div | 11:57 | 12:17 - 12:27 | 12:32 |
| 12:52 | 800 m | Fem | 2 Div | 12:07 | 12:27 - 12:37 | 12:42 |
| 13:05 | 3 000 m | Fem | 2 Div | 12:20 | 12:40 - 12:50 | 12:55 |
| 13:15 | Peso | Masc | 2 Div | 12:15 | 12:30 - 12:40 | 12:45 |
| 13:10 | Triplo Salto | Masc | 2 Div | 12:10 | 12:25 - 12:35 | 12:40 |
| 13:17 | 3 000 m | Masc | 2 Div | 12:32 | 12:52 - 13:02 | 13:07 |
| 13:35 | 4X400 m | Fem | 2 Div B | 12:50 | 13:10 - 13:20 | 13:25 |
| 13:45 | 4X400 m | Fem | 2 Div A | 13:00 | 13:20 - 13:30 | 13:35 |
| 13:55 | 4X400 m | Masc | 2 Div B | 13:10 | 13:30 - 13:40 | 13:45 |
| 14:05 | 4X400 m | Masc | 2 Div A | 13:20 | 13:40 - 13:50 | 13:55 |
| 14:10 | Cerimónia Protocolar 2ª Divisão Femininos | | | | | |
| 14:20 | Cerimónia Protocolar 2ª Divisão Masculinos | | | | | |
| 15:00 | Peso (4 kg) | Fem | 1 Div | 14:00 | 14:15 - 14:25 | 14:30 |
| 15:05 | Triplo Salto | Fem | 1 Div | 14:05 | 14:20 - 14:30 | 14:35 |
| 15:30 | Vara | Fem | 1 Div | 14:00 | 14:15 - 14:25 | 14:30 |
| 15:35 | 800 m | Masc | 1 Div | 14:50 | 15:10 - 15:20 | 15:25 |
| 15:45 | 800 m | Fem | 1 Div | 15:00 | 15:20 - 15:30 | 15:35 |
| 15:50 | Peso (7,260 kg) | Masc | 1 Div | 14:50 | 15:05 - 15:15 | 15:20 |
| 16:00 | 3 000 m | Fem | 1 Div | 15:15 | 15:35 - 15:45 | 15:50 |
| 16:12 | 3 000 m | Masc | 1 Div | 15:27 | 15:47 - 15:57 | 16:02 |
| 16:15 | Triplo Salto | Masc | 1 Div | 15:15 | 15:30 - 15:40 | 15:45 |
| 16:30 | 60 m bar (0,84) | Fem | 1 Div | 15:30 | 16:05 - 16:15 | 16:20 |
| 16:38 | 60 m bar (1,06) | Masc | 1 Div | 15:38 | 16:13 - 16:23 | 16:28 |
| 16:45 | 4X400 m | Fem | 1 Div B | 16:00 | 16:20 - 16:30 | 16:35 |
| 16:55 | 4X400 m | Fem | 1 Div A | 16:10 | 16:30 - 16:40 | 16:45 |
| 17:05 | 4X400 m | Masc | 1 Div B | 16:20 | 16:40 - 16:50 | 16:55 |
| 17:15 | 4X400 m | Masc | 1 Div A | 16:30 | 16:50 - 17:00 | 17:05 |
| 17:25 | Cerimónia Protocolar 1ª Divisão Femininos | | | | | |
| 17:45 | Cerimónia Protocolar 1ª Divisão Masculinos | | | | | |
| 17:55 | Encerramento | | | | | |