

# Campeonato Nacional de Sub-20 (Juniões)

## Vagos - Pista de Atletismo

Sábado - 30 de Junho de 2018			
14:00	Martelo (6 kg)	Masc	
14:30	100 m	Masc	DEC
15:00	100 m bar (0,84)	Fem	HEP
15:10	Comprimento	Masc	DEC
15:15	Vara	Masc	
15:20	Martelo (4 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 (6 kg)	Masc	DEC
16:20	400 m	Masc	Séries
16:40	Disco (1 kg)	Fem	
16:40	400 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 (4 kg)	Fem	HEP
17:50	100 m	Fem	Final
17:55	Vara	Fem	
18:00	Dardo (800 g)	Masc	
18:05	5 000 m	Masc	
18:15	Comprimento	Fem	
18:20	Peso (6 kg)	Masc	
18:25	3 000 m Obst	Fem	Séries
18:45	4x100 m	Fem	Séries
19:00	4x100 m	Masc	Séries
19:15	200 m	Fem	HEP
19:20	Dardo (600 g)	Fem	
19:25	400 m	Masc	DEC
19:35	10 000 m Marcha	Masc	Pistas 1 a 4
19:35	10 000 m Marcha	Fem	Pistas 5 a 8

Domingo - 1 de Julho de 2018			
08:45	Disco (1,750 kg)	Masc	
09:05	110 m bar (1,00)	Masc	DEC
09:30	3 000 m Obst	Masc	Séries
09:30	Triplo Salto	Fem	
09:40	Altura	Masc	
09:45	3 000 m	Masc	Séries
09:45	Disco (1,750 kg)	Masc	DEC
10:00	3 000 m	Fem	Séries
10:05	Comprimento	Fem	HEP
10:20	110 m Bar (1,00)	Masc	1/2 Final
10:35	100 m Bar (0,84)	Fem	1/2 Final
10:50	200 m	Masc	Séries
11:00	Vara	Masc	DEC
11:05	200 m	Fem	Séries
11:20	400 m Bar (0,91)	Masc	Séries
11:25	Triplo Salto	Masc	
11:30	Dardo (600 g)	Fem	HEP
11:35	400 m Bar (0,76)	Fem	Séries
11:55	800 m	Masc	Séries
12:05	Peso (4 kg)	Fem	
12:15	800 m	Fem	Séries
12:30	110 m Bar (1,00)	Masc	Final
12:45	100 m Bar (0,84)	Fem	Final
13:00	Dardo (800 g)	Masc	DEC
13:05	800 m	Fem	HEP
13:15	4x400 m	Masc	Séries
13:40	4x400 m	Fem	Séries
14:00	1 500 m	Masc	DEC

### MODO DE PROGRESSÃO DAS FASQUIAS

Altura (Fem)	1,53 (+4) --> 1,65 (+3) --> 1,77 (+2)
Altura (Masc)	1,80 (+4) --> 1,92 (+3) --> 2,16 (+2)
Vara (Fem)	2,25 (+15) --> 2,70 (+12) --> 3,18 (+10) --> 3,58 (+7)
Vara (Masc)	3,35 (+15) --> 3,80 (+12) --> 4,28 (+10) --> 4,68 (+7)

# Horário de Câmara de Chamada

Sábado - 30 de Junho de 2018

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 (6 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 (0,84)	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 (4 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 (6 kg)	Masc	DEC	-- --	-- -- - -- --	-- --
16:20	400 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	400 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 (4 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 (800 g)	Masc		17:00	17:15 - 17:25	17:30
18:05	5 000 m	Masc		17:20	17:40 - 17:50	17:55
18:15	Comprimento	Fem		17:15	17:30 - 17:40	17:45
18:20	Peso (6 kg)	Masc		17:20	17:35 - 17:45	17:50
18:25	3 000 m Obst	Fem	Séries	17:40	18:00 - 18:10	18:15
18:45	4x100 m	Fem	Séries	18:00	18:20 - 18:30	18:35
19:00	4x100 m	Masc	Séries	18:15	18:35 - 18:45	18:50
19:15	200 m	Fem	HEP	-- --	-- -- - -- --	-- --
19:20	Dardo (600 g)	Fem		18:20	18:35 - 18:45	18:50
19:25	400 m	Masc	DEC	-- --	-- -- - -- --	-- --
19:35	10 000 m Marcha	Masc	Pistas 1 a 4	18:50	19:10 - 19:20	19:25
19:35	10 000 m Marcha	Fem	Pistas 5 a 8	18:50	19:10 - 19:20	19:25

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 (1,750 kg)	Masc		07:45	08:00 - 08:10	08:15
09:05	110 m bar (1,00)	Masc	DEC	08:05	08:40 - 08:50	08:55
09:30	3 000 m Obst	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 (1,750 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 (1,00)	Masc	1/2 Final	09:20	09:55 - 10:05	10:10
10:35	100 m Bar (0,84)	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	400 m Bar (0,91)	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 (600 g)	Fem	HEP	---	---	---
11:35	400 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 (4 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 (1,00)	Masc	Final	---	12:05 - 12:15	12:20
12:45	100 m Bar (0,84)	Fem	Final	---	12:20 - 12:30	12:35
13:00	Dardo (800 g)	Masc	DEC	---	---	---
13:05	800 m	Fem	HEP	---	---	---
13:15	4x400 m	Masc	Séries	12:30	12:50 - 13:00	13:05
13:40	4x400 m	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	11,30	13,00	Altura	1,85	1,58
200 m	23,10	26,70	Vara	3,55	2,55
400 m	51,50	62,00	Comprimento	6,55	5,35
800 m	2 00,00	2 24,00	Triplo Salto	13,30	10,80
1 500 m	4 10,00	5 00,00	Peso	12,20 (6kg)	10,40 (4kg)
3 000 m	9 05,00	11 00,00	Martelo	40,00 (6kg)	34,00 (4kg)
5 000 m	16 30,00 / 9 10,00 (3000m)	19:30:00 / 11:05:00 (3000 m)	Disco	36,00 (1,75 kg)	31,00 (1kg)
110 m bar (1,00)	17,00/16,70	---	Dardo	45,00 (800g)	29,00 (600g)
100 m bar (0,84)	---	17,30 16,00 (0,76m)	10 000 m Marcha	57 00,00 / 25 30,00 (5.000 Mx)	1 06 00,00 / 29 00,00 (5.000 Mx)
400 m bar	60,00 (0,91m)	72,00 (0,76m)			
3 000 Obst	10 27,0 (0,91m)	13 58,00 (0,76m)	4X100 m	s/mínimo	s/mínimo
	9 10,00 (3000m)	10 55,00 (3000m)	4X400 m	s/mínimo	s/mínimo
Decatlo/Heptatlo	4.900 pontos	3.150 pontos			