

PROGRAMA HORÁRIO

1ª Etapa – 20 de novembro – Sábado – Manhã:

07.30h	10.000m rasos	Feminino	Final	60+
07.40h	10.000m rasos	Masculino	Final	60+
08.00h	Salto em Altura	Masculino	Final	60+
08.05h	Salto em Altura	Feminino	Final	60+
08.10h	Lançamento do Disco	Masculino	Final	30 a 59
08.20h	Arremesso do Peso	Masculino	Final	60 +
09.00h	10.000m rasos	Feminino	Final p/Tempo	30 a 59
09.15h	Salto em Distancia	Masculino	Final	60+
10.00h	100m rasos	Feminino	Final p/Tempo	Todas
10.05h	Lançamento do Disco	Feminino	Final	30 a 59
10.35h	Arremesso do Peso	Feminino	Final	60 a 74
10.40h	100m rasos	Masculino	Final p/Tempo	Todas
10.45h	Salto em Distancia	Feminino	Final	60+
11.20h	800m rasos	Feminino	Final p/Tempo	Todas
11.25h	Lançamento do Martetele	Masculino	Final	Todas
11.50h	800m rasos	Masculino	Final p/Tempo	Todas

2ª Etapa – 20 de novembro – Sábado – Tarde:

14.00h	CERIMÔNIA DE ABERTURA			
14.10h	110m com barreiras	Masculino	Final p/Tempo	30 a 59
14.15h	Salto em Distancia	Masculino	Final	30 a 59
14.20h	Lançamento do Disco	Masculino	Final	60+
14.25h	Arremesso do Peso	Feminino	Final	30 a 59

14.30h	Salto em Altura	Masculino	Final	30 a 59
14.35h	100m com barreiras	Masculino	Final p/Tempo	50 a 69
14.50h	100m com barreiras	Feminino	Final p/Tempo	30 a 39
15.10h	80m com barreiras	Feminino	Final p/Tempo	40 a 59
15.30h	80m com barreiras	Masculino	Final p/Tempo	70 a 79
15.40h	Lançamento do Disco	Feminino	Final	60+
15.50h	Arremesso do Peso	Masculino	Final	30 a 59
15.55h	200m rasos	Feminino	Final p/Tempo	Todas
16.00h	Salto em Distancia	Feminino	Final	30 a 59
16.30h	200m rasos	Masculino	Final p/Tempo	Todas
17.10h	3.000m com obstáculos	Masculino	Final p/Tempo	30 a 59
17.20h	Lançamento do Dardo	Feminino	Final	30 a 59
17.40h	2.000m com obstáculos	Feminino	Final	60+
17.45h	2.000m com obstáculos	Masculino	Final	60+
18.10h	10.000m rasos	Masculino	Final p/Tempo	45 a 59
19.10h	10.000m rasos	Masculino	Final p/Tempo	30 a 44

3ª Etapa – 21 de novembro – Domingo – Manhã:

07.30h	5.000m rasos	Feminino	Final	60+
07.35h	5.000m rasos	Masculino	Final	60+
08.00h	Lançamento Martelo	Feminino	Final	60 a 74
08.10h	Lançamento do Dardo	Masculino	Final	60 a 79
09.00h	5.000m rasos	Feminino	Final p/Tempo	30 a 59
09.10h	Salto em Altura	Feminino	Final	30 a 59
09.15h	Lançamento do Martelo	Masculino	Final	60+
09.20h	Lançamento do Dardo	Feminino	Final	60 a 74
10.00h	5.000m rasos	Masculino	Final p/Tempo	45 a 59
11.00h	5.000m rasos	Masculino	Final p/Tempo	30 a 44

11.10h	Lançamento do Martetele	Feminino	Final	Todas
12.00h	400m rasos	Feminino	Final p/Tempo	Todas
12.50h	400m rasos	Masculino	Final p/Tempo	Todas

4ª Etapa – 21 de novembro – Domingo – Tarde:

13.00h	Lançamento do Martelo	Masculino	Final	30 a 59
14.30h	300m com barreiras	Feminino	Final p/Tempo	50 a 59
14.40h	Salto Triplo	Feminino	Final	Todas
14.00h	300m com barreiras	Masculino	Final p/Tempo	50 a 69
14.45h	Lançamento do Martelo	Feminino	Final	30 a 59
15.15h	400m com barreiras	Feminino	Final p/Tempo	30 a 49
16.00h	1500m rasos	Feminino	Final p/Tempo	Todas
16.20h	Lançamento do Dardo	Masculino	Final	30 a 59
16.40h	400m com barreiras	Masculino	Final p/Tempo	30 a 59

Este programa poderá ser alterado ao final das inscrições