

Campeonatos de Portugal em Pista

Campeonatos de Portugal Adaptado

Leiria - Estádio Magalhães Pessoa

Sábado - 7 de Julho de 2018				Domingo - 8 de Julho de 2018			
15:00	100 m	Masc	Decatlo	11:45	110 m bar (1,06)	Masc	Decatlo
15:20	100 m bar (0,84)	Fem	Heptatlo	12:40	Disco (2 kg)	Masc	Decatlo
15:45	Comprimento	Masc	Decatlo	14:00	Martelo (7,260 kg)	Masc	Final
15:45	100 m	Fem	ANAV	14:05	Comprimento	Fem	Heptatlo
16:00	100 m	Masc	ANAV	14:15	Vara	Masc	Decatlo
16:00	Martelo (4 kg)	Fem	Final	15:30	Dardo (600 g)	Fem	Heptatlo
16:10	Altura	Fem	Heptatlo	16:10	110 m bar (1,06)	Masc	½ final
16:20	100 m	Masc	½ final	16:15	Triplo Salto	Fem	Final
16:35	100 m	Fem	½ final	16:25	Altura	Masc	Final
16:40	Altura	Fem	Final	16:30	100 m bar (0,84)	Fem	½ final
16:50	Triplo Salto	Masc	Final	16:45	800 m	Fem	Heptatlo
16:50	100 m	Masc	Cad Rodas	16:50	Dardo (600 g)	Fem	Final
17:00	Peso (7,260 kg)	Masc	Decatlo	16:55	200 m	Masc	½ final
17:05	400 m	Masc	Cad Rodas	17:05	200 m	Fem	½ final
17:15	400 m	Masc	Séries	17:20	400 m bar (0,91)	Masc	Séries
17:25	Vara	Masc	Final	17:35	400 m bar (0,76)	Fem	Séries
17:30	400 m	Fem	Séries	17:50	800 m	Masc	Séries
17:40	Dardo (800 g)	Masc	Final	17:55	Vara	Fem	Final
17:45	1 500 m	Masc	Séries	18:05	800 m	Fem	Séries
18:05	1 500 m	Fem	Séries	18:15	Comprimento	Masc	Final
18:10	Peso (4 kg)	Fem	Heptatlo	18:20	Dardo (800 g)	Masc	Decatlo
18:15	Altura	Masc	Decatlo	18:20	110 m bar (1,06)	Masc	Final
18:20	100 m	Masc	Final	18:30	100 m bar (0,84)	Fem	Final
18:25	Comprimento	Fem	Final	18:40	200 m	Masc	Final
18:30	100 m	Fem	Final	18:50	200 m	Fem	Final
18:40	3 000 m Obst	Fem	Séries	18:55	Peso (4 kg)	Fem	Final
18:45	Peso (7,260 kg)	Masc	Final	19:00	3 000 m Obst	Masc	Séries
19:00	5 000 m	Masc	Séries	19:25	1 500 m	Masc	Decatlo
19:30	200 m	Fem	Heptatlo	19:30	Disco (2 kg)	Masc	Final
19:35	Disco (1 kg)	Fem	Final	19:40	5 000 m	Fem	Séries
19:45	4x100 m	Masc	Séries	20:10	4x400 m	Masc	Séries
20:00	4x100 m	Fem	Séries	20:30	4x400 m	Fem	Séries
20:25	400 m	Masc	Decatlo				
20:40	10 000 m Marcha a)	Fem	Pistas 1 a 4				
20:40	10 000 m Marcha a)	Masc	Pistas 5 a 8				

a) Nas provas de marcha serão atribuídos tempos oficiais de passagem aos 5.000m

MODO DE PROGRESSÃO DAS FASQUIAS	
Altura (Fem)	1,56 (+4) --> 1,68 (+3) --> 1,80 (+2)
Altura (Masc)	1,87 (+4) --> 1,99 (+3) --> 2,23 (+2)
Vara (Fem)	2,77 (+15) --> 3,22 (+12) --> 3,70 (+10) --> 4,10 (+7)
Vara (Masc)	3,75 (+20) --> 4,35 (+15) --> 4,95 (+10) --> 5,35 (+5)

Horário de Câmara de Chamada

Sábado - 7 de Julho de 2018

Horário da prova	Prova	Sexo	Tipo	Hora limite da confirmação	Horário de apresentação na Câmara de Chamada	Horário de entrada na Pista
15:00	100 m	Masc	Decatlo	14:00	14:35 - 14:45	14:50
15:20	100 m bar (0,84)	Fem	Heptatlo	14:20	14:55 - 15:05	15:10
15:45	Comprimento	Masc	Decatlo	-- --	-- -- - -- --	-- --
15:45	100 m	Fem	ANAV	14:45	15:20 - 15:30	15:35
16:00	100 m	Masc	ANAV	15:00	15:35 - 15:45	15:50
16:00	Martelo (4 kg)	Fem	Final	15:00	15:15 - 15:25	15:30
16:10	Altura	Fem	Heptatlo	-- --	-- -- - -- --	-- --
16:20	100 m	Masc	½ final	15:20	15:55 - 16:05	16:10
16:35	100 m	Fem	½ final	15:35	16:10 - 16:20	16:25
16:40	Altura	Fem	Final	15:25	15:55 - 16:05	16:10
16:50	Triplo Salto	Masc	Final	15:50	16:05 - 16:15	16:20
16:50	100 m	Masc	Cad Rodas	15:50	16:25 - 16:35	16:40
17:00	Peso (7,260 kg)	Masc	Decatlo	-- --	-- -- - -- --	-- --
17:05	400 m	Masc	Cad Rodas	16:05	16:40 - 16:50	16:55
17:15	400 m	Masc	Séries	16:15	16:50 - 17:00	17:05
17:25	Vara	Masc	Final	15:55	16:10 - 16:20	16:25
17:30	400 m	Fem	Séries	16:30	17:05 - 17:15	17:20
17:40	Dardo (800 g)	Masc	Final	16:40	16:55 - 17:05	17:10
17:45	1 500 m	Masc	Séries	17:00	17:20 - 17:30	17:35
18:05	1 500 m	Fem	Séries	17:20	17:40 - 17:50	17:55
18:10	Peso (4 kg)	Fem	Heptatlo	-- --	-- -- - -- --	-- --
18:15	Altura	Masc	Decatlo	-- --	-- -- - -- --	-- --
18:20	100 m	Masc	Final	17:20	17:55 - 18:05	18:10
18:25	Comprimento	Fem	Final	17:25	17:40 - 17:50	17:55
18:30	100 m	Fem	Final	17:30	18:05 - 18:15	18:20
18:40	3 000 m Obst	Fem	Séries	17:55	18:15 - 18:25	18:30
18:45	Peso (7,260 kg)	Masc	Final	17:45	18:00 - 18:10	18:15
19:00	5 000 m	Masc	Séries	18:15	18:35 - 18:45	18:50
19:30	200 m	Fem	Heptatlo	-- --	-- -- - -- --	-- --
19:35	Disco (1 kg)	Fem	Final	18:35	18:50 - 19:00	19:05
19:45	4x100 m	Masc	Séries	19:00	19:20 - 19:30	19:35
20:00	4x100 m	Fem	Séries	19:15	19:35 - 19:45	19:50
20:25	400 m	Masc	Decatlo	-- --	-- -- - -- --	-- --
20:40	10 000 m Marcha	Fem	Pistas 1 a 4	19:55	20:15 - 20:25	20:30
20:40	10 000 m Marcha	Masc	Pistas 5 a 8	19:55	20:15 - 20:25	20:30

Domingo - 8 de Julho de 2018

Horário da prova	Prova	Sexo	Tipo	Hora limite da confirmação	Horário de apresentação na Câmara de Chamada	Horário de entrada na Pista
11:45	110 m bar (1,06)	Masc	Decatlo	10:45	11:20 - 11:30	11:35
12:40	Disco (2 kg)	Masc	Decatlo	-- --	--- - ---	-- --
14:00	Martelo (7,260 kg)	Masc	Final	13:00	13:15 - 13:25	13:30
14:05	Comprimento	Fem	Heptatlo	13:05	13:20 - 13:30	13:35
14:15	Vara	Masc	Decatlo	-- --	--- - ---	-- --
15:30	Dardo (600 g)	Fem	Heptatlo	-- --	--- - ---	-- --
16:10	110 m bar (1,06)	Masc	½ final	15:10	15:45 - 15:55	16:00
16:15	Triplo Salto	Fem	Final	15:15	15:30 - 15:40	15:45
16:25	Altura	Masc	Final	15:10	15:40 - 15:50	15:55
16:30	100 m bar (0,84)	Fem	½ final	15:30	16:05 - 16:15	16:20
16:45	800 m	Fem	Heptatlo	-- --	--- - ---	-- --
16:50	Dardo (600 g)	Fem	Final	15:50	16:05 - 16:15	16:20
16:55	200 m	Masc	½ final	15:55	16:30 - 16:40	16:45
17:05	200 m	Fem	½ final	16:05	16:40 - 16:50	16:55
17:20	400 m bar (0,91)	Masc	Séries	16:20	16:55 - 17:05	17:10
17:35	400 m bar (0,76)	Fem	Séries	16:35	17:10 - 17:20	17:25
17:50	800 m	Masc	Séries	17:05	17:25 - 17:35	17:40
17:55	Vara	Fem	Final	16:25	16:40 - 16:50	16:55
18:05	800 m	Fem	Séries	17:20	17:40 - 17:50	17:55
18:15	Comprimento	Masc	Final	17:15	17:30 - 17:40	17:45
18:20	Dardo (800 g)	Masc	Decatlo	-- --	--- - ---	-- --
18:20	110 m bar (1,06)	Masc	Final	17:20	17:55 - 18:05	18:10
18:30	100 m bar (0,84)	Fem	Final	17:30	18:05 - 18:15	18:20
18:40	200 m	Masc	Final	17:40	18:15 - 18:25	18:30
18:50	200 m	Fem	Final	17:50	18:25 - 18:35	18:40
18:55	Peso (4 kg)	Fem	Final	17:55	18:10 - 18:20	18:25
19:00	3 000 m Obst	Masc	Séries	18:15	18:35 - 18:45	18:50
19:25	1 500 m	Masc	Decatlo	-- --	--- - ---	-- --
19:30	Disco (2 kg)	Masc	Final	18:30	18:45 - 18:55	19:00
19:40	5 000 m	Fem	Séries	18:55	19:15 - 19:25	19:30
20:10	4x400 m	Masc	Séries	19:25	19:45 - 19:55	20:00
20:30	4x400 m	Fem	Séries	19:45	20:05 - 20:15	20:20

MARCAS DE QUALIFICAÇÃO			MARCAS DE QUALIFICAÇÃO		
PROVAS	MASCULINOS	FEMININOS	PROVAS	MASCULINOS	FEMININOS
100 m	10,90	12,70	Altura	1,96	1,62
200 m	22,40	26,10	Vara	4,35	3,10
400 m	50,00	59,80	Comprimento	7,10	5,60
800 m	1 54,00	2 22,00	Triplo Salto	14,20	11,70
1 500 m	3 58,00	4 45,00	Peso	14,00 (7,260kg)	11,60 (4kg)
5 000 m	14 55,00	18 10,00 (5000m) (10 25,00 3000m)	Martelo	45,00 (7,260kg)	42,00 (4kg)
			Disco	43,00 (2kg)	38,00 (1kg)
110 m bar (1,06)	16,00	---	Dardo	53,00 (800g)	36,00 (600g)
100 m bar (0,84)	---	16,00	10 000 m Marcha	49 00,00	58 00,00
400 m bar	58,00 (0,91m)	70,00 (0,76m)	4X100 m	s/mínimo	s/mínimo
3 000 Obst	9 45,00 (0,91m) (8 50,00 3000m)	12 30,00 (0,76m) (11 00,00 3000m)	4X400 m	s/mínimo	s/mínimo

	Sen	Sub-23	Jun
Decatlo (Masc)	5.300 pontos	5.100 pontos	4.900 pontos
Heptatlo (Fem)	3.500 pontos	3.500 pontos	3.150 pontos