

# Campeonato Nac. Clubes III Divisão

Leiria - Estádio Magalhães Pessoa

<b>Sábado - 27 de Julho de 2019</b>			
<b>10:30</b>	<b>Reunião Técnica</b>		
12:00	Martelo (4 kg)	Fem	Final
12:05	100 m	Masc	Final
12:10	Altura	Fem	Final
12:15	100 m	Fem	Final
12:17	Comprimento	Masc	Final
12:20	Vara	Masc	Final
12:25	400 m	Masc	Final
12:30	Peso (7,260 kg)	Masc	Final
12:35	400 m	Fem	Final
12:45	1 500 m	Masc	Final
12:55	1 500 m	Fem	Final
13:02	Disco (1 kg)	Fem	Final
13:05	5 000 m Marcha	Masc	Final
13:35	3 000 m Marcha	Fem	Final
13:45	Comprimento	Fem	Final
13:55	3 000 m Obst	Fem	Final
14:00	Dardo (800 g)	Masc	Final
14:10	4X100 m	Masc	Final
14:20	4X100 m	Fem	Final
14:30	5 000 m	Masc	Final
14:50	5 000 m	Fem	Final

<b>Domingo - 28 de Julho de 2019</b>			
08:45	Martelo (7,260 kg)	Masc	Final
08:55	Altura	Masc	Final
09:00	110 m bar (1,06)	Masc	Final
09:15	100 m bar (0,84)	Fem	Final
09:20	Triplo Salto	Fem	Final
09:25	800 m	Masc	Final
09:35	800 m	Fem	Final
09:40	Vara	Fem	Final
09:45	Disco (2 kg)	Masc	Final
09:47	400 m bar (0,91)	Masc	Final
10:00	400 m bar (0,76)	Fem	Final
10:10	200 m	Masc	Final
10:20	Peso (4 kg)	Fem	Final
10:22	200 m	Fem	Final
10:30	Triplo Salto	Masc	Final
10:32	3 000 m Obst	Masc	Final
10:47	3 000 m	Masc	Final
10:55	Dardo (600 g)	Fem	Final
11:00	3 000 m	Fem	Final
11:20	4X400 m	Masc	Final
11:30	4X400 m	Fem	Final
<b>11:55</b>	<b>Cerimónias Protocolares</b>		

<b>MODO DE PROGRESSÃO DAS FASQUIAS</b>	
Altura (Fem)	1,36 (+4) --> 1,52 (+3) --> 1,64 (+2)
Altura (Masc)	1,65 (+5) --> 1,85 (+3) --> 1,97 (+2)
Vara (Fem)	1,85 (+15) --> 2,45(+12) --> 3,05 (+10) --> 3,75 (+5)
Vara (Masc)	2,65 (+15) --> 3,70 (+12) --> 4,30 (+10) --> 5,00 (+5)

# Horário de Câmara de Chamada

Sábado - 27 de Julho 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	Martelo (4 kg)	Fem	Final	11:05	11:25 - 11:35	11:40
12:05	100 m	Masc	Final	11:05	11:40 - 11:50	11:55
12:10	Altura	Fem	Final	10:55	11:35 - 11:45	11:50
12:15	100 m	Fem	Final	11:15	11:50 - 12:00	12:05
12:17	Comprimento	Masc	Final	11:17	11:42 - 11:52	11:57
12:20	Vara	Masc	Final	10:50	11:05 - 11:15	11:20
12:25	400 m	Masc	Final	11:25	12:00 - 12:10	12:15
12:30	Peso (7,260 kg)	Masc	Final	11:35	11:55 - 12:05	12:10
12:35	400 m	Fem	Final	11:35	12:10 - 12:20	12:25
12:45	1 500 m	Masc	Final	12:00	12:20 - 12:30	12:35
12:55	1 500 m	Fem	Final	12:10	12:30 - 12:40	12:45
13:02	Disco (1 kg)	Fem	Final	12:07	12:27 - 12:37	12:42
13:05	5 000 m Marcha	Masc	Final	12:20	12:40 - 12:50	12:55
13:35	3 000 m Marcha	Fem	Final	12:50	13:10 - 13:20	13:25
13:45	Comprimento	Fem	Final	12:45	13:10 - 13:20	13:25
13:55	3 000 m Obst	Fem	Final	13:10	13:30 - 13:40	13:45
14:00	Dardo (800 g)	Masc	Final	13:05	13:25 - 13:35	13:40
14:10	4X100 m	Masc	Final	13:25	13:45 - 13:55	14:00
14:20	4X100 m	Fem	Final	13:35	13:55 - 14:05	14:10
14:30	5 000 m	Masc	Final	13:45	14:05 - 14:15	14:20
14:50	5 000 m	Fem	Final	14:05	14:25 - 14:35	14:40

Domingo - 28 de Julho de 2019

Horário da prova	Prova	Sexo	Tipo	Hora limite da confirmação	Horário de apresentação na Câmara de Chamada	Horário de entrada na Pista
08:45	Martelo (7,260 kg)	Masc	Final	07:50	08:10 - 08:20	08:25
08:55	Altura	Masc	Final	07:40	08:20 - 08:30	08:35
09:00	110 m bar (1,06)	Masc	Final	08:00	08:35 - 08:45	08:50
09:15	100 m bar (0,84)	Fem	Final	08:15	08:50 - 09:00	09:05
09:20	Triplo Salto	Fem	Final	08:20	08:45 - 08:55	09:00
09:25	800 m	Masc	Final	08:40	09:00 - 09:10	09:15
09:35	800 m	Fem	Final	08:50	09:10 - 09:20	09:25
09:40	Vara	Fem	Final	08:10	08:25 - 08:35	08:40
09:45	Disco (2 kg)	Masc	Final	08:50	09:10 - 09:20	09:25
09:47	400 m bar (0,91)	Masc	Final	08:47	09:22 - 09:32	09:37
10:00	400 m bar (0,76)	Fem	Final	09:00	09:35 - 09:45	09:50
10:10	200 m	Masc	Final	09:10	09:45 - 09:55	10:00
10:20	Peso (4 kg)	Fem	Final	09:25	09:45 - 09:55	10:00
10:22	200 m	Fem	Final	09:22	09:57 - 10:07	10:12
10:30	Triplo Salto	Masc	Final	09:30	09:55 - 10:05	10:10
10:32	3 000 m Obst	Masc	Final	09:47	10:07 - 10:17	10:22
10:47	3 000 m	Masc	Final	10:02	10:22 - 10:32	10:37
10:55	Dardo (600 g)	Fem	Final	10:00	10:20 - 10:30	10:35
11:00	3 000 m	Fem	Final	10:15	10:35 - 10:45	10:50
11:20	4X400 m	Masc	Final	10:35	10:55 - 11:05	11:10
11:30	4X400 m	Fem	Final	10:45	11:05 - 11:15	11:20