



PROGRAMA-HORÁRIO

1º ETAPA – 23.09.2016 – 6ª Feira – Tarde

15.30	20.000m Marcha Atlética	Masculino/Feminino	Final
18.00	10.000m rasos	Masculino	Final
18.40	10.000m rasos	Feminino	Final

2º ETAPA – 24.09.2016 – Sábado – Manhã

8.00	100m rasos	Masculino	Decatlo 1
8.00	Salto em Altura	Feminino	Final
8.00	Arremesso de Peso	Masculino	Final
8.00	Lançamento de Dardo	Feminino	Final
8.10	110m com Barreiras	Masculino	Semifinal
8.25	100m com Barreiras	Feminino	Semifinal
8.35	100m com Barreiras	Feminino	Heptatlo 1
8.30	Salto em Distancia	Masculino	Decatlo 2
8.45	400m rasos	Feminino	Semifinal
9.00	400m rasos	Masculino	Semifinal
9.20	1500m rasos	Feminino	Final
9.40	1500m rasos	Masculino	Final
9.40	Salto em Altura	Feminino	Heptatlo 2
9.40	Lançamento de Dardo	Masculino	Final
9.40	Salto em Distância	Masculino	Final
10.00	100m com Barreiras	Feminino	Final
10.00	Arremesso de Peso	Masculino	Decatlo 3
10.20	110m com Barreiras	Masculino	Final
10.40	400m rasos	Feminino	Final
10.50	400m rasos	Masculino	Final
11.00	Lançamento de Martelo	Feminino	Final
11.45	Lançamento de Martelo	Masculino	Final

3º ETAPA – 24.09.2016 – Sábado – Tarde

14.00	800m rasos	Feminino	Semifinal
14.00	Salto com Vara	Feminino	Final
14.00	Salto em Altura	Masculino	Final
14.00	Salto Triplo	Feminino	Final
14.15	800m rasos	Masculino	Semifinal
14.30	Arremesso de Peso	Feminino	Final
14.30	100m rasos	Masculino	Semifinal



14.45	100m rasos	Feminino	Semifinal
15.00	400m com Barreiras	Feminino	Semifinal
15.30	400m com Barreiras	Masculino	Semifinal
15.40	100m rasos	Feminino	Final
15.50	100m rasos	Masculino	Final
16.00	Salto com Vara	Masculino	Final
16.00	Salto em Altura	Masculino	Decatlo 4
16.00	Arremesso de Peso	Feminino	Heptatlo 3
16.00	Salto Triplo	Masculino	Final
16.05	400m com Barreiras	Feminino	Final
16.20	400m com Barreiras	Masculino	Final
16.40	800m rasos	Feminino	Final
16.50	800m rasos	Masculino	Final
17.00	5.000m rasos	Feminino	Final
17.25	5.000m rasos	Masculino	Final
17.25	Lançamento de Disco	Feminino	Final
18.00	400m	Masculino	Decatlo 5
18.10	200m	Feminino	Heptatlo 4
18.20	Revezamento 4X100m	Feminino	Final
18.30	Revezamento 4X100m	Masculino	Final

4º ETAPA – 25.09.2016 – Domingo – Manhã

7.45	110m com Barreiras	Masculino	Decatlo 6
8.00	200m rasos	Feminino	Semifinal
8.00	Salto em Distancia	Feminino	Heptatlo 5
8.15	Lançamento De Disco	Masculino	Decatlo 7
8.20	200m rasos	Masculino	Semifinal
8.40	3.000m com Obstáculos	Masculino	Final
9.00	Lançamento e Dardo	Feminino	Heptatlo 6
9.05	3.000m com Obstáculos	Feminino	Final
9.15	Salto com Vara	Masculino	Decatlo 8
9.20	Lançamento de Disco	Masculino	Final
9.20	Salto em Distância	Feminino	Final
9.25	200m rasos	Feminino	Final
9.30	200m rasos	Masculino	Final
10.00	800m rasos	Feminino	Heptatlo 7
10.30	Lançamento de Dardo	Masculino	Decatlo 9
10.20	Revezamento 4X400m	Feminino	Final
10.40	Revezamento 4X400m	Masculino	Final
11.00	1500m rasos	Masculino	Decatlo 10