

CAMPEONATO GAUCHO MASTER DE ATLETISMO - AVEGA

Dia 08.10.2022 - ESEFID

PROGRAMA HORARIO		
08:30H	400M RASOS	FEM
08:30H	LANÇAMENTO DO MARTELO	MAS/FEM
08:45H	400M RASOS	MAS
09:15H	3.000M MARCHA ATLÉTICA	MAS/FEM
09:30H	SALTO EM DISTÂNCIA	FEM
10:00H	100M RASOS	FEM
10:20H	100M RASOS	MAS
10:30H	ARREMESSO DO PESO	MAS/FEM
10:30H	SALTO EM DISTÂNCIA	MAS
10:40H	800M RASOS	FEM
11:00H	800M RASOS	MAS
11:20H	REVEZAMENTO 4X100M RASOS	FEM
11:40H	REVEZAMENTO 4X100M RASOS	MAS
13:30H	LANÇAMENTO DO DISCO	MAS/FEM
13:45H	200M RASOS	MAS
14:10H	200M RASOS	FEM
14:00H	SALTO EM ALTURA	MAS
14:30H	1.500M RASOS	MAS
15:00H	1.500M RASOS	FEM
15:20H	SALTO EM ALTURA	FEM
15:30H	LANÇAMENTO DO DARDO	MAS / FEM
15:40H	5.000M RASOS	MAS
16:30H	5.000M RASOS	FEM
17:15h	REV. 4X400M RASOS	MAS
17:30H	REV. 4X400M RASOS	FEM

* Programa poderá ser atualizado após inscrições*

Obs.: Não realizaremos as provas de Barreiras, Obstáculos, Salto com Vara e Triplo, Lançamento do Martetele e 10.000m rasos.