

Torneio Nacional de Provas Combinadas

Luso - Pista de Atletismo

Sábado - 20 de Maio de 2017			
15:00	100 m	M	DEC - Juv / Jun / Sen
15:30	100 m bar (0,84)	F	HEP - Jun / Sen
15:35	Comprimento	M	DEC - Juv / Jun / Sen
15:40	100 m bar (0,76)	F	Hep - Juv
16:10	Altura	F	HEP - Juv / Jun / Sen
17:00	Peso (7,260 kg)	M	DEC - Sen
17:00	Peso (6 kg)	M	DEC - Jun
17:00	Peso (5 kg)	M	DEC - Juv
18:15	Altura	M	DEC - Juv / Jun / Sen
18:20	Peso (4 kg)	F	HEP - Jun / Sen
18:20	Peso (3 kg)	F	Hep - Juv
19:20	200 m	F	HEP - Juv / Jun / Sen
19:30	400 m	M	DEC - Juv / Jun / Sen

Domingo - 21 de Maio de 2017			
09:30	110 m bar (1,06)	M	DEC - Sen
09:40	110 m bar (1,00)	M	DEC - Jun
09:55	110 m bar (0,91)	M	DEC - Juv
10:00	Comprimento	F	HEP - Juv / Jun / Sen
10:20	Disco (2 kg)	M	DEC - Sen
10:20	Disco (1,750 kg)	M	DEC - Jun
10:20	Disco (1,5 kg)	M	DEC - Juv
11:30	Dardo (600 g)	F	HEP - Juv / Jun / Sen
12:00	Vara	M	DEC - Juv / Jun / Sen
12:45	800 m	F	HEP - Jun / Sen
13:45	Dardo (800 g)	M	DEC - Jun / Sen
13:45	Dardo (700 g)	M	DEC - Juv
15:15	1 500 m	M	DEC - Juv / Jun / Sen

NOTAS:

- Competição destinada a atletas Juniores e Seniores quer no Decatlo quer no Heptatlo e ainda a atletas Juvenis Masculinos no Decatlo e Iniciadas e Juvenis Femininas no Heptatlo
- As provas de Juvenis realizar-se-ão separadamente das provas de Seniores
- Objectivo da competição: Preparação para as competições Internacionais de 2017
- Apenas poderão participar atletas com os mínimos indicados na tabela abaixo reproduzida
- As inscrições deverão ser efectuadas através da Plataforma Lince da FPA
- Qualquer caso especial será analisado pelo treinador nacional de Provas Combinadas

Subida da Fasquia	
Altura (Masc)	Início 1,60 (+4)
Vara (Masc)	Início 2,60 (+10)
Altura (Fem)	Início 1,30 (+4)

MÍNIMOS DE PARTICIPAÇÃO

Provas	Masculinos			Femininos	
	Sen / Sub23	Jun	Juv	Sen / Sub23	Jun / Juv
Decatlo	4 700	4 500	4300 / 4 000 (Octatlo)	-----	
Heptatlo	-----			3 300	3 000
Juvenis	Poderão participar atletas mediante aprovação do Técnico Nacional do Sector				

Horário de Câmara de Chamada

Sábado - 20 de Maio de 2017

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	M	DEC - Juv / Jun / Sen	14:00	14:35 - 14:45	14:50
15:30	100 m bar (0,84)	F	HEP - Jun / Sen	14:30	15:05 - 15:15	15:20
15:35	Comprimento	M	DEC - Juv / Jun / Sen	-- --	-- -- - -- --	-- --
15:40	100 m bar (0,76)	F	Hep - Juv	14:40	15:15 - 15:25	15:30
16:10	Altura	F	HEP - Juv / Jun / Sen	-- --	-- -- - -- --	-- --
17:00	Peso (7,260 kg)	M	DEC - Sen	-- --	-- -- - -- --	-- --
17:00	Peso (6 kg)	M	DEC - Jun	-- --	-- -- - -- --	-- --
17:00	Peso (5 kg)	M	DEC - Juv	-- --	-- -- - -- --	-- --
18:15	Altura	M	DEC - Juv / Jun / Sen	-- --	-- -- - -- --	-- --
18:20	Peso (4 kg)	F	HEP - Jun / Sen	-- --	-- -- - -- --	-- --
18:20	Peso (3 kg)	F	Hep - Juv	-- --	-- -- - -- --	-- --
19:20	200 m	F	HEP - Juv / Jun / Sen	-- --	-- -- - -- --	-- --
19:30	400 m	M	DEC - Juv / Jun / Sen	-- --	-- -- - -- --	-- --

Domingo - 21 de Maio de 2017

Horário da prova	Prova	Sexo	Tipo	Hora limite da confirmação	Horário de apresentação na Câmara de Chamada	Horário de entrada na Pista
09:30	110 m bar (1,06)	M	DEC - Sen	08:30	09:05 - 09:15	09:20
09:40	110 m bar (1,00)	M	DEC - Jun	08:40	09:15 - 09:25	09:30
09:55	110 m bar (0,91)	M	DEC - Juv	08:55	09:30 - 09:40	09:45
10:00	Comprimento	F	HEP - Juv / Jun / Sen	09:00	09:15 - 09:25	09:30
10:20	Disco (2 kg)	M	DEC - Sen	-- --	-- -- - -- --	-- --
10:20	Disco (1,750 kg)	M	DEC - Jun	-- --	-- -- - -- --	-- --
10:20	Disco (1,5 kg)	M	DEC - Juv	-- --	-- -- - -- --	-- --
11:30	Dardo (600 g)	F	HEP - Juv / Jun / Sen	-- --	-- -- - -- --	-- --
12:00	Vara	M	DEC - Juv / Jun / Sen	-- --	-- -- - -- --	-- --
12:45	800 m	F	HEP - Jun / Sen	-- --	-- -- - -- --	-- --
13:45	Dardo (800 g)	M	DEC - Jun / Sen	-- --	-- -- - -- --	-- --
13:45	Dardo (700 g)	M	DEC - Juv	-- --	-- -- - -- --	-- --
15:15	1 500 m	M	DEC - Juv / Jun / Sen	-- --	-- -- - -- --	-- --