

1ª ETAPA - 17/08/2019 - SÁBADO (MANHÃ)

HORA	ENTRADA	PROVA	CARATER	SEXO
07h30min	07h00min	S/Vara	Final	Fem.
07h30min	07h20min	100 m rasos	DECATLO 1	Masc.
07h50min	07h40min	3.000 m rasos	Final	Fem.
-	-	S/Distância	DECATLO 2	Masc.
08h10min	07h50min	A/Peso	Final	Masc.
		L/Disco	Final	Fem.
08h10min	08h00min	3.000 m rasos	Final	Masc.
08h40min	08h30min	100 m rasos	Semifinal	Fem.
09h10min	09h00min	100 m rasos	Semifinal	Masc.
	-	A/Peso	DECATLO 3	Masc.
09h40min	09h30min	400 m c/barreiras	Final p/tempo	Masc.
10h10min	09h50min	S/altura	Final	Masc.
10h10min	10h00min	400 m c/barreiras	Final p/tempo	Fem.
10h20min	10h00min	L/Disco	Final	Masc.
10h40min	10h30min	100 m rasos	Final	Fem.
11h00min	10h50min	100 m rasos	Final	Masc.
11h20min	11h10min	100 m c/barreiras	HEPTATLO 1	Fem.

2ª ETAPA - 17/08/2019 - SÁBADO (TARDE)

HORA	ENTRADA	PROVA	CARATER	SEXO
13h30min	13h00min	S/Vara	Final	Masc.
13h30min	13h20min	S/Distância	Final	Mas
13h50min	13h30min	400 m rasos	Semifinal	Fem.
	13h40min	L/Dardo	Final	Masc.
-	-	S/altura	HEPTATLO 2	Fem.
14h00min	13h40min	400 m rasos	Semifinal	Masc.
14h20min	14h10min	1500 m	Final	Masc.
14h20min	14h10min	A/peso	Final	Fem.
14h50min	14h40min	1500 m	Final	Fem..
15h10min	15h00min	2.000 m c/Obstáculos	Final	Masc.
15h40min	15h20min	A/peso	HEPTATLO 3	Fem.
		S/altura	DECATLO 4	Masc.
15h50min	15h40min	L/Dardo	Final	Fem.
15h40min	15h30min	2.000 m c/Obstáculos	Final	Fem.
16h00min	15h50min	400 m rasos	Final	Fem.
16h10min	16h00min	400 m rasos	Final	Masc.
16h30min	16h20min	S/Distância	Final	Fem
-	-	200 m rasos	HEPTATLO 4	Fem.
-	-	400 m rasos	DECATLO 5	Masc.
16h50min	16h40min	10.000/5.000m marcha	Final	Masc.

3ª ETAPA - 18/08/2019 - DOMINGO (MANHÃ)

HORA	ENTRADA	PROVA	CARATER	SEXO
07h30min	07h20min	110 m s/barreiras	DECATLO 6	Masc.
07h40min	07h20min	S/altura	Final	Fem.
		S/distância	HEPTATLO 5	Fem.
07h40min	07h30min	110 m s/barreiras	Final p/tempo	Masc
07h50min	07h30min	L/martelo	Final	Fem/Masc
08h00min	07h50min	100 m s/barreiras	Final p/tempo	Fem
-	-	L/Disco	DECATLO 7	Masc.
08h20min	08h10min	200 m rasos	Semifinal	Fem.
08h50min	08h40min	200 m rasos	Semifinal	Masc.
-	-	L/Dardo	HEPTATLO 6	Fem.
09h10min	08h50min	S/Triplo	Final	Fem.
-	-	S/Vara	DECATLO 8	Masc.
09h20min	09h10min	800 m rasos	Final p/tempo	Fem,
09h40min	09h30min	800 m rasos	Final p/tempo	Masc.
10h00min	09h50min	200 m rasos	Final	Fem.
10h10min	10h00min	200 m rasos	Final	Masc.
10h30min	10h20min	800 m rasos	HEPTATLO 7	Fem.
10h50min	10h30min	S/Triplo	Final	Masc.
11h00min	-	L/Dardo	DECATLO 9	Masc.
11h00min	10h50min	4x400 m	Final	Misto
11h30min	-	1500 m rasos	DECATLO 10	Masc.

Regulamento geral da competição

Obs. As entradas dos atletas no local de competições deverão obedecer a tabela a seguir:

Provas de pista em caráter de final	Apresentar-se 10' min. Antes do início da prova.
Provas de pista em caráter de semifinal	Apresentar-se 20' min. Antes do início da prova.
Provas de campo em caráter de final	Apresentar-se 20' min. Antes do início da prova.
Provas de campo (salto c/vara)	Apresentar-se 30' min. Antes do início da prova.
Provas combinadas	Apresentar-se conforme tempos acima para a primeira prova da etapa

IMPLEMENTOS	PESO	DISCO	DARDO	MARTELO
Masculino	5,0 kg	1.5 kg	700 gr	5,0 kg
Feminino	3 kg	1 kg	500 gr	3 kg

PROVA	CATEGORIA	ALTURA
110 m c/barreiras	masculino	91,4 cm
100 m c/barreiras	feminino	0,76 cm
400 m c/barreiras	masculino	0,84 cm
	Feminino	0,76 cm