

TORNEIO DE PREPARAÇÃO DE VERÃO 2

PROGRAMA HORÁRIO

Local: Pista de Atletismo das Laranjeiras – Data: 17/julho/2020

(por motivos imprevistos poderá haver alterações no horário de provas)

Entrada na pista	Horas	Prova	Sexo	Escalão	Ensaio
	17:00	3000 mx	Mas./Fem.	Todos	
	17:00	Altura	Mas./Fem.	Todos	
	17:30	Peso	Mas./Fem.	Todos	
	18:00	100 m	Mas.	Todos	Séries
	18:10	Disco	Mas./Fem.	Todos	
	18:10	100 m	Fem.	Todos	Séries
	18:20	110 mb	Mas	Todos	Séries
	18:30	100 mb	Fem	Todos	Séries
	18:50	Dardo	Mas./Fem.	Todos	
	18:50	400 m	Mas./Fem.	Todos	Séries
	19:00	400 mb	Mas./Fem.	Todos	Séries
	19:15	300 mb	Mas./Fem.	Todos	Séries
	19:30	Comp.	Mas./Fem.	Todos	
	19:30	200 m	Mas./Fem.	Todos	Séries
	19:40	3.000 m	Mas./Fem.	Todos	Séries
	19:50	800 m	Mas./Fem.	Todos	Séries

Local: Pista de Atletismo das Laranjeiras – Data: 18/julho/2020

(por motivos imprevistos poderá haver alterações no horário de provas)

Entrada na pista	Horas	Prova	Sexo	Escalão	Ensaio
	10:00	Martelo	Mas./Fem.	Todos	
	10:30	2.000 m Obt/0.84	Mas	Todos	Séries
	10:40	2.000 m Obt/0.91	Mas	Todos	Séries
	10:50	Triplo	Mas./Fem.	Todos	

Nota: As inscrições terão que ser efectuadas até 4ª feira, após esta data não aceitamos inscrições.