



PROGRAMA-HORÁRIO

<i>Entrada na Câmara de Camada</i>	<i>Entrada na área de competição</i>	<i>Início da prova</i>	1ª Etapa – 21/03/2026 – Sábado – Manhã			
07:40	07:50	08:00	5.000m	Adulto/U20/U18	Feminino	Final
08:10	08:20	08:30	5.000m	Adulto/U20/U18	Masculino	Final
08:20	08:30	09:00	Lançamento do Martelo	Adulto/U20/U18	Masc/Fem	Final
08:40	08:50	09:00	100m	Adulto/U20/U18	Masculino	Semifinal por Tempo
08:25	08:35	09:05	Salto em Altura	Adulto/U20/U18	Feminino	Final
09:10	09:20	09:30	100m	Adulto/U20/U18	Feminino	Semifinal por Tempo
08:55	09:05	09:35	Salto Triplo	Adulto/U20/U18	Masc/Fem	Final
09:35	09:45	09:50	400m	Adulto/U20/U18	Masculino	Final
09:55	10:05	10:10	400m	Adulto/U20/U18	Feminino	Final
10:15	10:25	10:30	800m	Adulto/U20/U18	Masculino	Final
09:55	10:05	10:35	Salto em Altura	Adulto/U20/U18	Masculino	Final
10:45	10:55	11:00	800m	Adulto/U20/U18	Feminino	Final
11:00	11:10	11:20	100m	Adulto/U20/U18	Masculino	Final A/B
10:50	10:30	11:00	Lançamento do Disco	Adulto/U20/U18	Masculino	Final
11:20	11:30	11:40	100m	Adulto/U20/U18	Feminino	Final A/B
11:40	11:55	12:00	100m com barreiras	U18	Feminino	Final
11:50	12:00	12:10	100m com barreiras	Adulto/U20	Feminino	Final
12:00	12:10	12:20	110m com barreiras	U18	Masculino	Final
12:10	12:20	12:30	110m com barreiras	U20	Masculino	Final
12:20	12:30	12:40	110m com barreiras	Adulto	Masculino	Final
<i>Entrada na Câmara de Camada</i>	<i>Entrada na área de competição</i>	<i>Início da prova</i>	2ª Etapa – 21/03/2026 – Sábado – Tarde			
13:05	13:15	13:45	Lançamento do Disco	Adulto/U20/U18	Feminino	Final
15:50	16:00	14:45	Arremesso do Peso	Adulto/U20/U18	Feminino	Final
14:40	14:50	15:00	200m	Adulto/U20/U18	Masculino	Final por Tempo
14:25	14:35	15:05	Salto em Distância	Adulto/U20/U18	Feminino	Final
15:10	15:20	15:30	200m	Adulto/U20/U18	Feminino	Final por Tempo
15:40	15:50	16:00	400m com barreiras	Adulto/U20	Masculino	Final
15:25	15:35	16:05	Lançamento do Dardo	Adulto/U20/U18	Masculino	Final
16:00	16:10	16:20	400m com barreiras	U18	Masculino	Final
15:50	16:00	16:30	Arremesso do Peso	Adulto/U20/U18	Masculino	Final
15:55	16:05	16:35	Salto em Distância	Adulto/U20/U18	Masculino	Final
16:10	16:30	16:40	400m com barreiras	Adulto/U20/U18	Feminino	Final
16:40	16:50	17:00	3.000m com obstáculos	Adulto/U20	Feminino	Final
17:00	17:10	17:20	3.000m com obstáculos	Adulto/U20	Masculino	Final
17:20	17:30	17:40	3.000m rasos	Adulto/U20/U18	Feminino	Final
17:40	17:50	18:00	3.000m rasos	Adulto/U20/U18	Masculino	Final

Observações: 1. Nas provas de campo, onde couber, todos os atletas terão direito a quatro (4) tentativas e os quatro (4/4) melhores de cada gênero, terão direito a mais duas (2) tentativas. 2. As alturas da barra serão definidas pela FAP após o encerramento das inscrições. 3. *Esta programação será revisada ao fim das inscrições.*