

PROGRAMA HORÁRIO - II MEETING DE ATLETISMO MASTER AMAVA/USIPA		
08:00	- Cross Country 8km	TODOS
	- Lançamento do Dardo	MASC
	- Salto em Distância	TODOS
09:00	- 100m Rasos	
	- Salto em Altura	
09:20	- 400m Rasos	
	- Lançamento do Disco	
09:40	- 3000m Marcha Atlética	
	- Arremesso do peso	FEM
10:30	- 1500m Rasos	TODOS
	INTERVALO PARA ALMOÇO	
13:00	- Abertura da Competição	
13:30	- 200m Rasos	TODOS
	- Lançamento do Martelo	
	- Salto Triplo	
14:00	- 60m c/ Barreiras	FEM
	- Lançamento do Dardo	
	- Arremesso do Peso	MASC
14:30	- 800m Rasos	TODOS
15:30	- 5000m Rasos	TODOS
16:30	- Revezamento Medley Todos (100m;200m;300m;400m)	
18:00	- Resultado Final	