

**FEDERAÇÃO ESTADUAL RIO DE ATLETISMO
DEPARTAMENTO TECNICO**

**CAMPEONATOS ESTADUAIS LOTERIAS CAIXA DE ATLETISMO SUB - 20
Local : CTDeo**

Data : 18 , 19 e 20 de Março de 2022

1ª Etapa - 18/03/2022 – Sexta-Feira - Tarde			
Horário	Provas	Sexo	Fase
14:00	100m c/Barreiras Salto com Vara Lançamento do Dardo	Feminino Masculino Masculino	Heptatlo Final Final
14:20	Salto em Altura 100m Rasos	Feminino Feminino	Heptatlo Semifinal
14:40	100m Rasos	Masculino	Semifinal
15:00	800m Rasos	Feminino	Final P/Tempo
15:15	800m Rasos	Masculino	Final P/Tempo
15:30	Lançamento do Dardo	Feminino	Final
15:35	100m Rasos	Feminino	Final
15:45	100m Rasos	Masculino	Final
15:50	Arremesso do Peso	Feminino	Heptatlo
16:10	5000m Rasos	Feminino	Final P/Tempo
16:35	5000m Rasos	Masculino	Final P/Tempo
17:00	200m rasos	Feminino	Heptatlo

2ª Etapa - 19/03/2022 – Sábado - Manhã			
07:30	10000m Marcha Atlética	Feminino	Final P/Tempo
08:00	Salto com Vara Lançamento do Disco	Feminino Masculino	Final Final
09:00	100m Rasos	Masculino	Decatlo
09:20	3000m com Obstáculos	Masculino	Final P/Tempo
9:30	Salto em Distância	Masculino	Decatlo
09:35	3000m com Obstáculos	Feminino	Final P/Tempo
09:50	400m Rasos Lançamento do Disco	Masculino Feminino	Final P/Tempo Final
10:05	400m Rasos	Feminino	Final P/Tempo
10:30	Arremesso do Peso Salto Triplo	Masculino Masculino	Decatlo Final
10:40	110m c/Barreiras Salto em Altura	Masculino Masculino	Semifinal Decatlo
11:40	110m c/Barreiras	Masculino	Final

3ª Etapa - 19/03/2022 - Sábado - Tarde			
13:30	400m Rasos	Masculino	Decatlo
13:45	Salto em Distância	Feminino	Heptatlo
14:00	Arremesso do Peso 100m com Barreiras	Masculino Feminino	Final Semifinal
15:00	Salto Triplo	Feminino	Final
15:00	Lançamento do Dardo	Feminino	Heptatlo
15:10	100m com Barreiras	Feminino	Final
15:30	1500m Rasos	Masculino	Final P/Tempo
15:40	1500m Rasos Arremesso do Peso	Feminino Feminino	Final P/Tempo Final
16:00	800m Rasos	Feminino	Heptatlo
16:15	Revezamento 4 x 100m	Masculino	Final P/Tempo
16:35	Revezamento 4 x 100m	Feminino	Final P/Tempo

4ª Etapa - 20/03/2022 - Domingo - Manhã			
07:30	10000m Marcha Atlética	Masculino	Final P/Tempo
08:00	Salto em Distância	Feminino	Final
	Lançamento do Martelo	Masculino	Final
09:00	110m com Barreiras	Masculino	Decatlo
09:20	200m Rasos	Feminino	Semifinal
09:30	Lançamento do Disco	Masculino	Decatlo
09:40	200m Rasos	Masculino	Semifinal
10:00	Salto em Distância	Masculino	Final
10:40	400m com Barreiras	Feminino	Final P/Tempo
	Salto com Vara	Masculino	Decatlo
11:00	400m com Barreiras	Masculino	Final P/Tempo
	Lançamento do Martelo	Feminino	Final

5ª Etapa - 20/03/2022 - Domingo - Tarde			
13:30	Salto em Altura	Feminino	Final
	Lançamento do Dardo	Masculino	Decatlo
14:30	200m Rasos	Feminino	Final
14:40	200m Rasos	Masculino	Final
15:00	1500m Rasos	Masculino	Decatlo
15:30	3000m Rasos	Feminino	Final P/Tempo
	Salto em Altura	Masculino	Final
15:45	3000m Rasos	Masculino	Final P/Tempo
16:15	Revezamento 4 x 400m	Feminino	Final P/Tempo
16:30	Revezamento 4 x 400m	Masculino	Final P/Tempo