

## PROGRAMA HORÁRIO - ATLETISMO

**LOCAL:** Instituto Federal do Espírito Santo – IFES – Campus Vitória

**DATA:** 16 de Junho de 2017. (SEXTA)

**HORÁRIO DE INÍCIO:** 9:00h - 1ª Etapa

HORÁRIO	PROVA	NAIPE
09:00h	5.000 metros rasos	Masc.
09:00h	Salto Distância	Fem.
09:00h	Arremesso de Peso	Mas
09:30h	3.000 metros rasos	Fem.
10:00h	Salto Distância	Masc.
10:00h	Arremesso de Peso	Fem.
10:00h	100 m rasos – Semi-final	Masc.
10:15h	100 m rasos – Semi-final	Fem.
10:30h	Lançamento de Dardo	Masc.
<b>2ª Etapa</b>		
14:00h	Lançamento de Dardo	Fem.
14:00h	100 metros rasos - final	Fem.
14:15h	100 metros rasos - final	Masc.
14:30h	800 metros rasos	Fem.
14:45h	800 metros rasos	Masc.
15:00h	Rev. 4x100 metros	Fem.
15:30h	Rev. 4x100 metros	Masc.

### 3ª ETAPA

**LOCAL:** Instituto Federal do Espírito Santo – IFES – Campus Vitória

**DATA:** 17 de Junho de 2017. (SÁBADO)

**HORÁRIO DE INÍCIO:** 9:00h

HORÁRIO	PROVA	NAIPE
9:00h	400 metros rasos	Fem.
9:15h	Salto em Altura	Masc.
9:15h	Lançamento de Disco	Fem.
9:15h	400 metros rasos	Masc.
9:30h	1.500 metros rasos	Fem.
10:00h	Salto em Altura	Fem.
10:00h	Lançamento de Disco	Masc.
10:00h	Salto Triplo	Fem.
10:00h	200 metros rasos	Fem.
10:15h	200 metros rasos	Masc.
10:30h	1.500 metros rasos	Masc.
11:00h	Salto Triplo	Masc.
11:00h	Rev. 4 x 400 metros	Fem.
11:30h	Rev. 4 x 400 metros	Masc.