

INSTITUTO FEDERAL DO ESPÍRITO SANTO – JIFES 2018

PROGRAMAÇÃO DE ATLETISMO

PROGRAMA E HORÁRIO:

1ª ETAPA: 07/7 SÁBADO

Entrada	Hora	Prova	Fase	Naípe	Recorde
8:00	8:30	Lançamento do Disco	Final	Masculino	44,59m
	8:30	Salto em Triplo	Final	Feminino	11,54m
	8:30	200 metros rasos	Semifinal	Feminino	26"6
Na sequência		200 metros rasos	Semifinal	Masculino	21"8
		800 metros rasos	Final	Feminino	2'30"6
		800 metros rasos	Final	Masculino	1'58"1
		Lançamento do Disco	Final	Feminino	31,44m
		Salto em Triplo	Final	Masculino	14,60m
		200 metros rasos	Final	Feminino	
		200 metros rasos	Final	Masculino	

2ª ETAPA: 07/7 SÁBADO

Entrada	Hora	Prova	Fase	Naípe	Recorde
13:30	14:00	Arremesso do Peso	Final	Masculino	15,05m
	14:00	Salto em Distância	Final	Feminino	5,89m
	14:00	400 metros rasos	Final	Feminino	1'00"0
Na sequência		400 metros rasos	Final	Masculino	48"6
		3.000 metros rasos	Final	Feminino	11'14"6
		5.000 metros rasos	Final	Masculino	17'19"5
		Arremesso do Peso	Final	Feminino	11,13m
		Salto em Distância	Final	Masculino	6,71m
		4 x 100 metros rasos	Final	Feminino	53"1
		4 x 100 metros rasos	Final	Masculino	43"3

3ª ETAPA: 08/7 DOMINGO

Entrada	Hora	Prova	Fase	Naípe	Recorde
13:30	14:00	Lançamento do Dardo	Final	Masculino	55,75m
	14:00	Salto Altura	Final	Feminino	1,57m
	14:00	100 metros rasos	Semifinal	Feminino	12"5
Na sequência		100 metros rasos	Semifinal	Masculino	10"7
		1.500 metros rasos	Final	Feminino	5'10"9
		1.500 metros rasos	Final	Masculino	4'20"5
		Lançamento do Dardo	Final	Feminino	37,52m
		Salto em Altura	Final	Masculino	1,91m
		100 metros rasos	Final	Feminino	
		100 metros rasos	Final	Masculino	
		4 x 400 metros rasos	Final	Feminino	4'35"5
	4 x 400 metros rasos	Final	Masculino	3'27"8	