



52º CAMPEONATO PAULISTA DE ATLETISMO MASTER
19 e 20 de dezembro de 2020
CENTRO OLÍMPICO – SÃO PAULO

PROGRAMA-HORÁRIO

INSCRIÇÕES: de 01 de outubro a 13 de novembro

1ª ETAPA

19 de dezembro - SÁBADO - MANHÃ		
HORÁRIO	PROVA	CATEGORIA
07:30	10.000 m	F 60 + / M 60 +
	Lanç. do Disco	F 60 +
08:00	S. com Vara	F Todas / M Todas
08:30	Arr. do Peso	M 60 +
09:00	10.000 m	F 30 a 59
10:00	10.000 m	M 45 a 59
	Lanç. do Disco	M 30 a 59
	Arr. do Peso	F 60 +
10:30	S. em Distância	M 60 +
10:45	10.000 m	M 30 a 44
11:30	100 m	F Todas
	Lanç. do Martelo	M 30 a 59
11:50	100 m	M Todas
12:15	800 m	F e M Todas

3ª ETAPA

20 de dezembro - DOMINGO - MANHÃ		
HORÁRIO	PROVA	CATEGORIA
07:30	3.000m Marcha Atlética	F / M Todas
	Lanç. do Martelo	M 60 +
	S. em Altura	F Todas
08:30	5.000 m	F Todas
	Lanç. do Dardo	F 60 +
09:30	5.000 m	M 60 +
	Lanç. do Martetele	M Todas
10:00	Lanç. Dardo	F 30 a 59
	S. Triplo	M Todas
10:30	5.000 m	M 45 a 59
11:30	5.000 m	M 30 a 44
	Lanç. do Martelo	F 30 a 59
12:00	400 m	F Todas
12:30	400 m	M Todas

2ª ETAPA

19 de dezembro - SÁBADO - TARDE		
HORÁRIO	PROVA	CATEGORIA
12:30	Cerimônia de Abertura	
13:00	S. em Distância	M 30 a 59
13:30	110 m c/barr	M 30 a 49
	Lanç. do Disco	M 60 +
	Arr. do Peso	F 30 a 59
13:50	100 m c/barr	F 30 a 39 e M 50 a 69
14:20	80 m c/barr	F 40 + e M 70 a 79
14:30	200 m	F Todas
	S. em Altura	M Todas
	S. em Distância	F Todas
15:00	200 m	M Todas
	Lanç. do Disco	F 30 a 59
15:30	Arr. do Peso	M 30 a 59
	3.000 m c/obst	M 30 a 59
16:30	2.000 m c/obst	F Todas e M 60 +
17:00	Rev. 4 x 100 m	F Todas
18:00	Rev. 4 x 100 m	M Todas

4ª ETAPA

20 de dezembro - DOMINGO - TARDE		
HORÁRIO	PROVA	CATEGORIA
13:00	300 m c/barr	F 50 a 59 e M 60 a 69
	S. Triplo	F Todas
13:30	Lanç. do Dardo	M 30 a 59
13:45	1.500 m	M Todas
14:30	1.500 m	F Todas
	Lanç. do Martelo	F 60 +
15:15	400 m c/barr	F 30 a 49 e M 30 a 59
15:30	Lanç. do Dardo	M 60 +
16:00	5.000 m Marcha Atlética	F / M Todas
16:30	Lanç. do Martetele	F Todas
17:00	Rev. 4 x 400 m	F Todas
17:45	Rev. 4 x 400 m	M Todas

OBS 1: Todas as provas de pista serão corridas em final por tempo (F/T).

OBS 2: A chamada no portão para entrada das provas de pista será 15 min antes do início da prova.

OBS 3: A chamada no portão para entrada das provas de campo será 30 min antes do início da prova.