

CAMPEONATO DA AASM DE SALTOS “TOMÁS MILITÃO”

+

CAMPEONATO DA AASM DE ATLETISMO ADAPTADO

+

KM JOVEM



Programa Horário

Local: Pista de Atletismo das Laranjeiras – Data: 21/março/2026

(por motivos imprevistos poderá haver alterações no horário de provas)

Horas	Prova	Sexo	Escalão	
14:30	Comp	Mas	Sub12 + DA	Setor B - 3
14:30	Comp	Fem	Sub12 + DA	Setor A - 3
14:30	Vara	Mas / Fem	Sub14 a Sen.	
14:45	100 m	Mas	Sub18 a Sen + DA	Séries
15:00	100 m	Fem	Sub18 a Sen + DA	Séries
15:10	80 m	Mas/Fem	Sub16 + DA	Séries
15:15	Altura	Mas/Fem	Sub14 a Sen.	
15:15	Peso	Mas/Fem	DA	4
15:20	60 m	Mas/Fem	Sub12 + Sub14	Séries
15:30	5000 m /3000 m/ 1500 m /1000 m marcha	Fem/Mas	Sub14 a Sen + DA	
16:10	400 m	Mas./Fem.	Sub18 a Sen	Séries
16:15	Comp.	Mas/Fem	Sub14 a Sen.	4 - saltos
16:15	Altura	Fem	Sub14 a Sen.	
16:15	Dardo	Fem/Mas	DA	4
16:20	300 m	Mas./Fem.	Sub16	Séries
16:30	150 m	Mas./Fem.	Sub12 e Sub14	Séries
16:40	1000 m	Fem	Sub12 a Sub18	Séries
16:50	1000 m	Mas	Sub12 a Sub18	Séries
17:00	Tripla	Mas./Fem.	Sub16 a Sen.	4

Inscrições: <https://www.fpacompeticoes.pt/>