



CAMPEONATO DA AASM DE SUB16

+

PROVAS DE PREPARAÇÃO

Programa Horário

Local: Pista de Atletismo das Laranjeiras – Data: 22/maio/2026

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

Horas	Prova	Sexo	Escalão	Obs.
18:30	Martelo	Mas/Fem	Sub14 a Sen	6
18:40	Triplo	Mas/Fem	Sub14 a Sen	6
18:40	110 m Barr.	Mas	Sub18 a Sen	Séries
18:50	100 m Barr.	Fem	Sub20 a Sen	Séries
18:50	100 m Barr.	Mas	Sub14 a Sub16	Séries
19:00	100 m Barr.	Fem	Sub18	Séries
19:10	80 m Barr.	Fem	Sub14 a Sub16	Séries
19:20	Altura	Mas/Fem	Sub14 a Sen	
19:20	Disco	Mas/Fem	Sub14 a Sen	Séries
19:30	400 m barr	Mas/Fem	Sub18 a Sen	Séries
19:40	300 m barr	Mas/Fem	Sub16	Séries
19:50	200 m	Mas/Fem	Sub16 a Sen	Séries
20:00	1500 m	Mas/Fem	Sub16 a Sen	Séries

Local: Pista de Atletismo das Laranjeiras – Data: 23/maio/2026

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

Horas	Prova	Sexo	Escalão	Obs.
15:00	Peso	Mas/Fem	Sub14 a Sen	6
15:00	Comp.	Fem./Mas	Sub14 a Sen	6
15:00	100 m	Mas/Fem	Sub18 a Sen	Séries
15:15	80 m	Mas/Fem	Sub14 a Sub16	Séries
15:30	4000 mx / 1500mx	Fem/Mas	Sub16 a Sen	
16:00	Dardo	Fem/Mas	Sub14 a Sen	6
16:00	Vara	Fem./Mas	Sub16 a Sen	6
16:00	400 m	Mas./Fem.	Sub18 a Sen	Séries
16:10	800 m	Mas./Fem.	Sub14 a Sen	Séries
16:20	300 m	Mas./Fem.	Sub16	Séries
16:30	1500 m Obst.	Mas./Fem.	Sub16	Séries
16:40	5000 m/3000 m	Mas./Fem.	Sub18/Sub20 a Sen.	Séries

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