

Campeonato Regional Escolar de Atletismo – Lisboa – 30 abril 2026

Programa Horário

Hora	Prova	Escalão/Género	Observações
8:30/10:00	ACREDITAÇÃO		
10:30	100m Barreiras	Juvenil masculino	eliminatórias (91cm – 13 – 8,5 – 10,5)
	Lançamento Peso	Juvenil masculino	5Kg – 4 ensaios
	Salto Altura	Iniciado masculino	1,20m; 1,30m,1,40m; 5/5 cm-1,60m; 3/3 cm
	Salto Comprimento	Iniciado feminino	4 ensaios (tábua a 1m)
10:50	80m Barreiras	Juvenil feminino	eliminatórias (76cm – 13 – 8 – 11)
11:10	80m Barreiras	Iniciado masculino	eliminatórias (84cm – 13 – 8 – 11)
11:20	Lançamento Peso	Iniciado masculino	4Kg – 4 ensaios
	Salto Comprimento	Juvenil masculino	4 ensaios (tábua a 1m)
11:30	60m Barreiras	Iniciado feminino	eliminatórias (76cm – 12 - 7,5 - 10,5)
	Salto Altura	Juvenil feminino	1,05m; 1,15m; 5/5 cm até 1,45m - 3/3 cm
11:45	100m	Juvenil feminino	eliminatórias
12:00	Lançamento Peso	Iniciado feminino	3Kg - 4 ensaios
12:05	100m	Juvenil masculino	eliminatórias
12:10	Salto Comprimento	Juvenil feminino	4 ensaios (tábua a 1m)
12:25	80m	Iniciado feminino	eliminatórias
12:40	80m	Iniciado masculino	eliminatórias
	Paragem Almoço		
14:15	Salto Comprimento	Iniciado masculino	4 ensaios (tábua a 1m)
	Salto Altura	Juvenil masculino	1,30m; 1,40m; 1,50m; 5/5 cm-1,70m; 3/3 cm
	Lançamento Peso	Juvenil feminino	3Kg - 4 ensaios
	100m Barreiras	Juvenil masculino	Final
14:25	80m Barreiras	Juvenil feminino	Final
14:35	80m Barreiras	Iniciado masculino	Final
14:45	60m Barreiras	Iniciado feminino	Final
14:55	100m	Juvenil masculino	Final
15:05	100m	Juvenil feminino	Final
15:15	80m	Iniciado masculino	Final
15:25	80m	Iniciado feminino	Final
15:30	Salto Altura	Iniciado feminino	1,05m; 1,15m; 5/5 cm até 1,45m - 3/3 cm
15:40	4x100m	Juvenil masculino	séries
15:50	4x100m	Juvenil feminino	series
16:05	4x80m	Iniciado masculino	series
16:15	4x80m	Iniciado feminino	series
16:30	1500m	Juvenil masculino	Final
16:40	1500m	Juvenil feminino	Final
16:50	1500m	Iniciado masculino	Final
17:00	1500m	Iniciado feminino	Final
17:15	Entrega final de prémios Individuais e Coletivos		