



COPA PAULISTA DE PROVAS COMBINADAS

LOCAL: CENTRO OLIMPICO DE TREINAMENTO E PESQUISA

ENDEREÇO: Rua Pedro de Toledo, 1651 - Vila Clementino

DATA: 12 e 13/03/2022

| HORA | PROVAS | GENERO | CATEGORIA | FASE |
|--------|--------------------------|-----------|----------------------|----------|
| 08.00h | SALTO EM DISTÂNCIA | MASCULINO | MASTER | PENTATLO |
| 09.20h | 100 METROS RASOS | MASCULINO | ADULTO/SUB-20/SUB-18 | DECATLO |
| 10.00h | 100 METROS COM BARREIRAS | FEMININO | ADULTO/SUB-20/SUB-18 | HEPTATLO |
| 10.00h | LANÇAMENTO DO DARDO | MASCULINO | MASTER | PENTATLO |
| 10.05h | SALTO EM DISTÂNCIA | MASCULINO | ADULTO/SUB-20/SUB-18 | DECATLO |
| 10.35h | SALTO EM ALTURA | FEMININO | ADULTO/SUB-20/SUB-18 | HEPTATLO |
| 11.40h | ARREMESSO DO PESO | MASCULINO | ADULTO/SUB-20/SUB-18 | DECATLO |
| 13.30h | 100 METROS COM BARREIRAS | MASCULINO | SUB-16 | PENTATLO |
| 13.50h | 80 METROS COM BARREIRAS | FEMININO | SUB-16 | PENTATLO |
| 14.00h | 200 METROS RASOS | MASCULINO | MASTER | PENTATLO |
| 14.15h | SALTO EM ALTURA | MASCULINO | SUB-16 | PENTATLO |
| 14.15h | SALTO EM ALTURA | FEMININO | SUB-16 | PENTATLO |
| 15.00h | LANÇAMENTO DO DISCO | MASCULINO | MASTER | PENTATLO |
| 15.15h | ARREMESSO DO PESO | FEMININO | ADULTO/SUB-20/SUB-18 | HEPTATLO |
| 16.00h | SALTO EM ALTURA | MASCULINO | ADULTO/SUB-20/SUB-18 | DECATLO |
| 16.45h | 200 METROS RASOS | FEMININO | ADULTO/SUB-20/SUB-18 | HEPTATLO |
| 17.30h | 400 METROS RASOS | MASCULINO | ADULTO/SUB-20/SUB-18 | DECATLO |
| 17.30h | ARREMESSO DO PESO | MASCULINO | SUB-16 | PENTATLO |
| 17.30h | ARREMESSO DO PESO | FEMININO | SUB-16 | PENTATLO |
| 17.40h | 1.500 METROS RASOS | MASCULINO | MASTER | PENTATLO |

| HORA | PROVAS | GENERO | CATEGORIA | FASE |
|--------|--------------------------|-----------|----------------------|----------|
| 09.00h | SALTO EM DISTANCIA | MASCULINO | SUB-16 | PENTATLO |
| 09.00h | SALTO EM DISTANCIA | FEMININO | SUB-16 | PENTATLO |
| 09.40h | 110 METROS COM BARREIRAS | MASCULINO | ADULTO/SUB-20/SUB-18 | DECATLO |
| 10.00h | 100 METROS COM BARREIRAS | MASCULINO | SUB-14 | TETRATLO |
| 10.20h | 80 METROS COM BARREIRAS | FEMININO | SUB-14 | TETRATLO |
| 10.35h | SALTO EM DISTÂNCIA | FEMININO | ADULTO/SUB-20/SUB-18 | HEPTATLO |
| 10.40h | BARREIRAS | FEMININO | MASTER | PENTATLO |
| 10.55h | LANÇAMENTO DO DISCO | MASCULINO | ADULTO/SUB-20/SUB-18 | DECATLO |
| 11.30h | ARREMESSO DO PESO | MASCULINO | SUB-14 | TETRATLO |
| 11.30h | ARREMESSO DO PESO | FEMININO | SUB-14 | TETRATLO |
| 11.30h | SALTO EM ALTURA | FEMININO | MASTER | PENTATLO |
| 11.50h | SALTO COM VARA | MASCULINO | ADULTO/SUB-20/SUB-18 | DECATLO |
| 12.15h | LANÇAMENTO DO DARDO | FEMININO | ADULTO/SUB-20/SUB-18 | HEPTATLO |
| 13.00h | 800 METROS RASOS | MASCULINO | SUB-16 | PENTATLO |
| 13.20h | 800 METROS RASOS | FEMININO | SUB-16 | PENTATLO |
| 14.00h | SALTO EM DISTÂNCIA | MASCULINO | SUB-14 | TETRATLO |
| 14.00h | ARREMESSO DO PESO | FEMININO | MASTER | PENTATLO |
| 15.00h | SALTO EM DISTÂNCIA | FEMININO | SUB-14 | TETRATLO |
| 15.15h | LANÇAMENTO DO DARDO | MASCULINO | ADULTO/SUB-20/SUB-18 | DECATLO |
| 16.00h | 600 METROS RASOS | MASCULINO | SUB-14 | TETRATLO |
| 16.00h | SALTO EM DISTANCIA | FEMININO | MASTER | PENTATLO |
| 16.30h | 800 METROS RASOS | FEMININO | ADULTO/SUB-20/SUB-18 | HEPTATLO |
| 17.00h | 600 METROS RASOS | FEMININO | SUB-14 | TETRATLO |
| 17.20h | 1.500 METROS RASOS | MASCULINO | ADULTO/SUB-20/SUB-18 | DECATLO |
| 17.40h | 800 METROS RASOS | FEMININO | MASTER | PENTATLO |

As inscrições serão feitas pelo e-mail: inscricoes@atletismofpa.org.br. O regulamento da competição com todas as informações estão no site www.atletismopaulista.com.br. Não serão aceitas inscrições no dia da competição. Encerramento das inscrições será no dia 04/03/2022. Dependendo da quantidade de atletas, o PH poderá sofrer alterações. [É necessário a apresentação do comprovante de vacinação para COVID-19.](#)