

10.000 Marcha	HOMES	FINAL	<b>10.30</b>			
5.000 Marcha (C5)	MULLERES	FINAL				
			<b>11.00</b>	Xabalina 700 gr	HOMES	FINAL
			<b>11.15</b>	Pértega	MULLERES /HOMES	FINAL
			<b>11.30</b>	Triple	MULLERES	FINAL
				Altura	MULLERES	FINAL
400 valados	HOMES	FINAL A/B	<b>11.40</b>			
400 valados	MULLERES	FINAL	<b>11.50</b>			
100 m.l.	MULLERES	Semifinal	<b>12.00</b>	Xabalina 500gr	MULLERES	FINAL
100 m.l.	HOMES	Semifinal	<b>12.10</b>			
2.000 Obstáculos	HOMES	FINAL	<b>12.25</b>			
			<b>12.35</b>	Triple	HOMES	FINAL
2.000 Obstáculos	MULLERES	FINAL	<b>12.40</b>			
400 m.l.	MULLERES	FINAL A/B	<b>13.00</b>	Peso 3 kg	MULLERES	FINAL
400 m.l.	HOMES	FINAL A/B	<b>13.10</b>	Disco 1,5 kg	HOMES	FINAL
800 m.l.	MULLERES	FINAL	<b>13.20</b>			
800 m.l.	HOMES	FINAL	<b>13.25</b>			
100 m.l.	MULLERES	FINAL	<b>13.35</b>			
100 m.l.	HOMES	FINAL	<b>13.45</b>			
* (400v F)						

#### XORNADA DE TARDE

110 m. valados	HOMES	Semifinal	<b>17.00</b>	Martelo 5 Kg	HOMES	FINAL
100 m. valados	MULLERES	Semifinal	<b>17.10</b>	Lonxitude	MULLERES	FINAL
200 m.l.	MULLERES	Semifinal	<b>17.20</b>	Altura	HOMES	FINAL
200 m.l.	HOMES	Semifinal	<b>17.30</b>			
1.500 m.l.	MULLERES	FINAL	<b>17.45</b>			
1.500 m.l.	HOMES	FINAL	<b>17.55</b>			
110 m. valados	HOMES	FINAL	<b>18.05</b>	Martelo 3 kg	MULLERES	FINAL
100 m. valados	MULLERES	FINAL	<b>18.15</b>			
3.000 m.l.	MULLERES	FINAL	<b>18.30</b>			
3.000 m.l.	HOMES	FINAL	<b>18.45</b>	Lonxitude	HOMES	FINAL
200 m.l.	MULLERES	FINAL	<b>19.00</b>	Disco 1 kg	MULLERES	FINAL
200 m.l.	HOMES	FINAL	<b>19.10</b>	Peso 5 kg	HOMES	FINAL
5000 m.l.	MULLERES	FINAL	<b>19.20</b>			
5000 m.l.	HOMES	FINAL	<b>19.50</b>			

- AS FINAIS A/B DISPUTARANSE POR MARCAS (AS MILLORES MARCAS NA PRIMEIRA FINAL, OPTANDO TÓDOLOS ATLETAS AS MEDALLAS)

#### CADENCIAS

**ALTURA HOMES:** 1.50/1.55/1.60/1.65/1.68/1.71/1.74 (2/2)

**ALTURA MULLERES:** 1.24/1.29/1.34/1.38/1.42/1.46/1.50/1.54/1.57/1.60 /2/2)

**PERTEGA:** 1.80/1.86/1.92/1.98/2.04/2.10/2.16/2.22/2.28 (5/5)