

## Planilha1

## 18º TROFÉU BRASIL DE ATLETISMO MASTER



18, 19 e 20 de Setembro de 2026 – Porto Alegre / RS

PROGRAMA 18/09/2026 – SEXTA FEIRA – TARDE			
1ª ETAPA – TARDE	PROVAS	CATEGORIAS	
14:00	ABERTURA		
15:00	400 metros com barreiras	Masculino	30 - 59
15:00	Arremesso de Peso	Feminino	60+
15:00	Arremesso de Peso	Masculino	50-59
15:10	400 metros com barreiras	Feminino	30-49
15:20	300 metros com barreiras	Masculino	60-69
15:20	300 metros com barreiras	Masculino	70-79
15:20	Lançamento do Martelo	Masculino	60+
15:30	300 metros com barreiras	Feminino	50-69
15:30	Salto em Altura	Masculino	Todas Categorias
15:40	100 metros rasos	Feminino	Todas Categorias
15:50	Arremesso de Peso	Feminino	30-59
16:00	10.000 metros	Feminino	Todas Categorias
16:00	10.000 metros	Masculino	60+
16:00	Lançamento do Martelo	Masculino	30-59
16:20	100 metros rasos	Masculino	Todas Categorias
16:30	Salto em Distância	Feminino	Todas Categorias
16:50	Arremesso de Peso	Masculino	60+
17:00	10.000 metros	Masculino	30-59
17:00	Lançamento do Martelo	Feminino	Todas Categorias
17:00	Arremesso de Peso	Masculino	30-49
17:15	800 metros rasos	Feminino	Todas Categorias
17:45	800 metros rasos	Masculino	Todas Categorias
PROGRAMA 19/09/2026 – SÁBADO – MANHÃ			
2ª ETAPA – MANHÃ	Provas	CATEGORIAS	
08:00	Lançamento do Disco	Masculino	30-59
08:00	3.000 Marcha Atlética	Masculino	Todas Categorias
08:30	80 metros com barreiras	Masculino	70+
08:30	Salto com vara	Masculino/Feminino	Todas Categorias
08:40	100 metros com barreiras	Masculino	50-69
08:50	110 metros com barreiras	Masculino	30-49
08:55	80 metros com barreiras	Feminino	40+
09:00	100 metros com barreiras	Feminino	30-39
09:10	200 metros com barreiras	Feminino	70+
09:10	Lançamento do Disco	Masculino	60+
09:20	200 metros com barreiras	Masculino	80+
09:30	3.000 Marcha Atlética	Feminino	Todas Categorias
10:00	Salto em Altura	Feminino	Todas Categorias
10:20	Lançamento do Disco	Feminino	65
11:00	Lançamento do Disco	Feminino	30-64
PROGRAMA -19/09/2026 -SÁBADO-TARDE			
3ª ETAPA – TARDE	PROVAS	Final Todas Categorias CATEGORIAS	
13:00	Lançamento do Dardo	Masculino	30-49
13:00	400 metros	Feminino	Todas Categorias
13:40	Salto em Distância	Masculino	30-49
13:45	400 metros	Masculino	Todas Categorias
14:00	Lançamento do Dardo	Masculino	50-64

## Planilha1

14:30	5.000 metros	Feminino	Todas Categorias
14:50	Salto em Distância	Masculino	50-64
15:10	Lançamento do Dardo	Masculino	65+
15:30	5.000 metros	Masculino	30-49
16:00	Salto em Distância	Masculino	65+
16:10	5.000 metros	Masculino	50+
16:00	Lançamento do Dardo	Feminino	Todas Categorias
17:00	Revezamento 4x100	Feminino	Todas Categorias
17:30	Revezamento 4x100	Masculino	Todas Categorias
<b>PROGRAMA – 20/09/2026 -DOMINGO - MANHÃ</b>			
	<b>PROVAS</b>	<b>CATEGORIAS</b>	
<b>4ª ETAPA – MANHÃ</b>			
08:00	5.000 Marcha Atlética	Masculino	Todas Categorias
08:00	5.000 Marcha Atlética	Feminino	Todas Categorias
08:00	Lançamento do Martetele	Masculino	55+
08:30	200 metros	Feminino	Todas Categorias
08:30	Salto Triplo	Feminino	Todas Categorias
08:40	200 metros	Masculino	Todas Categorias
08:50	1500 metros	Masculino	Todas Categorias
09:00	Lançamento do Martetele	Masculino	30-54
09:10	Salto Triplo	Masculino	50+
09:30	1500 metros	Feminino	Todas Categorias
10:00	Salto Triplo	Masculino	30-49
10:10	3.000 com obstáculos	Masculino	30-59
10:20	Lançamento do Martetele	Feminino	Todas Categorias
10:30	2.000 com obstáculos	Feminino	Todas Categorias
10:30	2.000 com obstáculos	Masculino	60+
11:00	Revezamento 4x400	Feminino	Todas Categorias
11:20	Revezamento 4x400	Masculino	Todas Categorias