

XXI Campeonato Centroamericano de Atletismo Mayor
Damas y Varones

Guatemala

Estadio Mateo Flores
Viernes 17 y sábado 18 de septiembre de 2010

diseño: jtp

Primera jornada, viernes, 17 de septiembre (a.m.)		Damas	Varones	Fase
Hora	Competencia			
08:00	100 metros planos			Decatlón 1
08:00	Sato de longitud (tabla 3 m)			Final
08:00	Lanzamiento de disco (1 kg)			Final
08:15	5,000 metros planos			Final
08:45	100 metros con vallas (0.840)			Heptatlón 1
08:50	Impulso de bala (7.26 kg)			Final
09:00	Salto de longitud (tabla 3 m)			Decatlón 2
09:00	100 metros con vallas (0.840)			Final
09:15	Lanzamiento de disco (2 kg)			Final
09:20	110 metros con vallas (1.067)			Final
09:30	Salto de altura (Inicio 1.30 m)			Heptatlón 2
09:40	800 metros planos			Final
09:55	800 metros planos			Final
10:00	Lanzamiento de jabalina (600 gr)			Final
10:00	Impulso de bala (7.26 kg)			Decatlón 3
10:05	100 metros planos			Semifinal
10:15	100 metros planos			Semifinal
Segunda jornada, viernes, 17 de septiembre (p.m.)		Damas	Varones	Fase
Hora	Competencia			
14:00	Salto de altura (Inicio 1.50 m)			Decatlón 4
14:40	Impulso de bala (4 kg)			Heptatlón 3
14:45	100 metros planos			Final
15:00	100 metros planos			Final
15:15	Salto de altura (Inicio 1.40 m)			Final
15:15	5,000 metros planos			Final
15:45	400 metros planos			Decatlón 5
15:50	Salto de longitud (tabla 3 m)			Final
15:55	Impulso de bala (4 kg)			Final
16:00	200 metros planos			Heptatlón 4
16:05	Lanzamiento de jabalina (800 gr)			Final
16:20	Relevo 4 x 100 metros			Final
16:40	Relevo 4 x 100 metros			Final

XXI Campeonato Centroamericano de Atletismo Mayor
Damas y Varones

Guatemala

Estadio Mateo Flores
Viernes 17 y sábado 18 de septiembre de 2010

diseño: jtp

Tercera jornada, sábado, 18 de septiembre (a.m.)		Damas	Varones	Fase
Hora	Competencia			
06:00	20 kilómetros caminata			Final
08:15	110 metros con vallas (1.062 m)			Decatlón 6
08:25	10,000 metros planos			Final
08:30	Salto de longitud (tabla 3 m)			Heptatlón 5
08:45	Lanzamiento de disco (2 kg)			Decatlón 7
09:00	200 metros planos			Semifinal
09:20	200 metros planos			Semifinal
09:40	3,000 metros obstáculos (0.762)			Final
10:00	Salto con pértiga			Decatlón 8
10:00	3,000 metros obstáculos (0.914) (No puntea)			Final
10:05	Lanzamiento de jabalina (600 gr)			Heptatlón 6
10:20	400 metros planos			Final
10:30	400 metros planos			Final
Cuarta jornada, final, sábado, 18 de septiembre (p.m.)		Damas	Varones	Fase
Hora	Competencia			
14:00	Lanzamiento de martillo (4 kg) (Cayalá)			Final
14:00	Lanzamiento de jabalina (800 gr)			Decatlón 9
14:30	800 metros planos (no puntea)			Heptatlón 7
14:40	Salto triple (tabla 13 m)			Final
14:45	1,500 metros planos (no puntea)			Final
15:00	1,500 metros planos			Final
15:10	Salto de altura (Inicio 1.60 m)			Final
15:15	400 metros vallas (0.762) (no puntea)			Final
15:30	400 metros con vallas (0.914) (no puntea)			Final
15:45	1,500 metros planos			Decatlón 10
15:55	200 metros planos			Final
16:05	Salto triple (tabla 11 m)			Final
16:05	200 metros planos			Final
16:15	10,000 metros planos			Final
17:00	Relevo 4 x 400			Final
17:10	Relevo 4 x 400			Final