

CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA

RECOMENDAÇÕES AO(À) FUTURO(A) ESTAGIÁRIO(A) DO CADAR, CAFAR, CAMAR e EAOEAR (CCCE) - 2010

I - APRESENTAÇÃO NO CIAAR

O candidato deverá comparecer à Concentração Final do exame de admissão ao CADAR; CAFAR; CAMAR e EAOEAR, conforme estabelecido pelo Edital e suas respectivas Portarias.

Apto para a matrícula, o candidato apresentar-se-á “pronto” (bagagem guardada no armário do alojamento; cama arrumada; barba ou coque feitos e trajando camiseta olímpica branca sem qualquer tipo de detalhe, calça “jeans” azul marinho, cinto preto, meia e tênis brancos) às 6 (seis) horas do dia 25 de janeiro de 2010, no Corpo de Alunos do CIAAR. O Corpo de Alunos disponibilizará alojamentos para os futuros estagiários somente a partir do dia 23 de janeiro de 2010.

Os Estagiários deverão estar com o cabelo cortado, barba e bigode raspados.

As Estagiárias deverão usar o coque preso com rede de seda e grampos, ambos na cor dos cabelos. Será dispensando o uso do coque para as que possuem cabelos curtos.

II - DESLOCAMENTO PARA O CIAAR

O deslocamento para o CIAAR será de responsabilidade do candidato apto à matrícula.

III - DOCUMENTOS PARA O CORPO DE ALUNOS

Além dos documentos previstos no edital para entrega na Concentração Final do Exame de Admissão, o Estagiário deverá apresentar os documentos abaixo relacionados, no dia 25 de janeiro de 2010, em envelope pardo com medidas de 265mm x 360mm e com etiqueta branca adesiva medindo 50,8mm x 101,6mm, contendo a sigla “CCCE 2009”; a sigla da especialidade para a qual prestou o exame de admissão; a identificação do envelope (ENVELOPE 01; 02; 03; 04 ou 05) e o nome completo do candidato, tudo com letras manuscritas ou impressas em caixa alta. A etiqueta será colada na parte central da face do envelope destinada ao remetente, com a lateral mais larga voltada para a abertura do envelope.

Envelope 01 (CORPO DE ALUNOS): Para candidato oriundo da vida civil ou na ativa em Organização Militar (OM) que não seja a Força Aérea Brasileira (FAB).

1. Se solteiro, 3 (três) cópias autenticadas da certidão de nascimento;
2. Se casado, 6 (seis) cópias autenticadas da certidão de casamento;
3. Se em união estável; 6 (seis) cópias autenticadas da escritura pública declaratória de união estável, acompanhadas das seis cópias das certidões de nascimento do casal;
4. Caso possua filho(s), 6 (seis) cópias autenticadas da certidão de nascimento;
5. 2 (duas) cópias autenticadas do cartão PIS ou do PASEP;
6. 2 (duas) cópias autenticadas da cédula de identidade;
7. 2 (duas) cópias autenticadas do título de eleitor;
8. 2 (duas) cópias autenticadas do CPF;
9. 2 (duas) cópias autenticadas do diploma de curso superior; caso possua mais de um curso superior, trazer de todos;
10. 2 (duas) cópias da carteira de habilitação, se possuir;
11. 3 (três) cópias autenticadas do certificado de registro de veículo (CRV) (frente e verso);
12. 3 (três) cópias autenticadas do certificado de registro e licenciamento de veículo (CRLV)(frente e verso);
13. 2 (duas) cópias do certificado que comprove a regularidade com o serviço militar;
14. 1 (uma) cópia do cartão de vacinas (o original deverá permanecer com o estagiário no CIAAR);
15. Se casado ou possuir dependente, trazer 2 (duas) cópias da identidade e CPF do dependente; e
16. “Anexo 4” devidamente preenchido.

Envelope 01 (CORPO DE ALUNOS): Para candidato na ativa em Organização Militar da Força Aérea Brasileira.

1. Histórico Militar;
2. Ficha Individual (atualizada);
3. Ficha de Tiro;
4. 01(uma) cópia autenticada da cédula de identidade;
5. 01(uma) cópia autenticada do título de eleitor;
6. 01(uma) cópia autenticada do CPF;
7. 01(uma) cópia autenticada da carteira nacional de habilitação;
8. 1 (uma) cópia do cartão de vacinas (o original deverá permanecer com o estagiário no CIAAR); e
9. “Anexo 4” devidamente preenchido.

Envelope 02 (SIDOM): Para todos os candidatos.

1. 01(uma) cópia da certidão de nascimento ou de casamento, conforme o caso;
2. 01(uma) cópia do CPF;
3. Se militar da ativa ou dependente de militar do COMAER, 01(uma) cópia da identidade do COMAER; e
4. “Anexo 2” devidamente preenchido.

Envelope 03 (SEÇÃO MOBILIZADORA): Para todos os candidatos.

1. Comprovante de endereço;
2. 01(uma) cópia da certidão de nascimento ou de casamento, conforme o caso;
3. 01(uma) cópia do CPF;
4. 01(uma) cópia da carteira de identidade;
5. 01(uma) cópia do título de eleitor; e
6. Original do certificado de reservista ou de dispensa do serviço militar.

Envelope 04 (CPA): Para os candidatos que trarão veículo para o CIAAR.

1. 01(uma) cópia da carteira nacional de habilitação;
2. 01(uma) cópia da carteira de identidade;
3. 01(uma) cópia do certificado de registro e licenciamento de veículo (CRLV); e
4. “Anexo 3” devidamente preenchido.

Envelope 05 (DIVISÃO DE ENSINO): Para todos os candidatos.

1. “Anexo 1” devidamente preenchido.

Observação: 1- Os candidatos deverão possuir conta corrente, na condição de primeiro titular, em Banco que opere no território brasileiro.

2- Os documentos que comprovem o vínculo matrimonial ou o de convivência (união estável) deverão ser entregues no Corpo de Alunos, impreterivelmente, até o término da primeira semana do Estágio.

IV – UNIFORMES

Após o início do Curso/Estágio, os estagiários receberão orientações referentes à aquisição e utilização dos uniformes militares.

Os candidatos possuidores de uniformes da FAB poderão trazê-los para o CIAAR. O uso destes uniformes estará condicionado à aprovação em inspeção que será realizada durante o Estágio.

V - TRAJES CIVIS

A experiência indica que o traje civil mais utilizado será o “esporte” que poderá ser utilizado para deslocamentos de entrada ou saída do quartel.

Importante destacar que o estagiário usará suas fardas durante todo o tempo em que se encontrar no interior do CIAAR. Dessa forma, seus uniformes deverão sempre estar disponíveis nos alojamentos do Corpo de Alunos. Esse fato, aliado ao espaço restrito nos armários, leva-nos a recomendar para não trazer grandes volumes de roupas ou materiais desnecessários a sua permanência neste Centro de Instrução.

VI – MATERIAL RECOMENDADO

Seguem abaixo alguns itens indispensáveis ao estagiário:

1. materiais para higiene pessoal;
2. toalhas de banho e de rosto, preferencialmente na cor branca e identificadas;
3. sandálias de borracha na cor preta;
4. escova de roupa e cabides;
5. graxa preta e escova para sapatos;
6. material para aula (borracha, caderno, caneta, lápis, régua, etc);
7. camisetas brancas em algodão e com gola olímpica (mangas curtas e sem qualquer tipo de estampa);
8. calças “jeans” na cor azul marinho (cintura alta e sem qualquer tipo de estampa);
9. cinto preto (confeccionado em qualquer material) para a calça “jeans” ;
10. tênis branco (sem qualquer tipo de estampa) e meias brancas (sem qualquer tipo de estampa);
11. tênis apropriado para a prática de corrida, em qualquer tipo de cor ou estampa;
12. material para costuras rápidas;
13. material para lavagem de roupa: balde, sabão, pregadores, etc;
14. ferro para passar roupas (110V);
15. “top” feminino na cor azul marinho, para usar por baixo da camiseta branca;
16. “short” feminino de malha na cor azul marinho, para usar por baixo do calção azul marinho;
17. calção na cor azul marinho;
18. casaco na cor azul marinho;
19. protetor solar;
20. prancheta;
21. cantil para água com capacidade de 900 ml a 1 litro e porta cantil, ambos na cor verde oliva;
22. esparadrapo branco;
23. caneta com tinta para tecido;
24. material para limpeza do cantil;
25. caso faça uso de lentes de contato, traga, também, seus óculos; e
26. dê preferência às roupas íntimas confeccionadas em algodão.

VII – NÃO TRAGA PARA O CIAAR

1. Facas, armas de fogo, munição ou qualquer outro material que possa ser usado como arma;
2. jogos de azar;
3. líquidos ou materiais inflamáveis;
4. material pornográfico ou de natureza questionável; e
5. medicamentos, vitaminas ou suplementos alimentares sem prescrição médica.

VIII – PREPARE-SE PARA O CCCE

O CCCE, realizado no Centro de Instrução e Adaptação da Aeronáutica (CIAAR), em Belo Horizonte-MG, tem a duração de dezoito semanas em um único período letivo e abrange Instruções nos Campos Técnico-especializado e Militar.

A instrução ministrada no Campo Técnico-especializado visa adaptar o profissional às condições peculiares do ambiente em que exercerá a sua atividade ou especialidade e proporcionar conhecimento

sobre a estrutura e o funcionamento do Comando da Aeronáutica, bem como sobre os procedimentos de rotina do Oficial nos vários setores de acordo com a sua área de atuação.

A instrução ministrada no Campo Militar possibilitará que os conhecimentos prévios adquiridos sejam enfatizados para a adaptação ao Oficialato, preparando os Estagiários para o exercício do mando e da liderança militares.

O período de instrução de 21 (vinte e um) dias corridos, em regime de internato, contados a partir da data da matrícula, faz parte da verificação da Aptidão ao Oficialato e está inserido na instrução do Campo Militar.

A rotina diária do Estagiário exige grande empenho pessoal e muita determinação para acompanhar as atividades do CCCE. Dessa forma e para manter-se focado exclusivamente em suas instruções, recomendamos que, antes de se deslocar para o CIAAR, pergunte-se:

1. Quem receberá minhas correspondências, em meu atual endereço, e as enviará para Belo Horizonte?
2. Minhas contas, quem se incumbirá de pagá-las? Como disponibilizarei o valor monetário para isso?
3. Seria conveniente uma conta corrente conjunta com algum familiar próximo?
4. Minha família sabe como estabelecer contato comigo em Belo Horizonte em caso de emergência?
5. Que rotina estabelecerei com minha família para que independam de mim enquanto estiver no CIAAR?
6. Meu curso de pós-graduação, mestrado, doutorado, pós-doutorado, etc, devo trancá-lo ou terei como conduzi-lo mesmo sabendo que não poderei estar presente em aulas, palestras, apresentação de monografias, dissertações, reuniões de grupo ou outros eventos em que minha presença será obrigatória, em função da minha dedicação exclusiva ao CCCE?
7. Há alguma providência ou compromisso que devo antecipá-lo para que eu não fique impossibilitado de cumpri-lo enquanto estiver em Belo Horizonte?
8. Estou seguindo um programa de treinamento físico, orientado por profissional da área, para não perder meu condicionamento até a data da matrícula?

O futuro estagiário realizará, na primeira semana de estágio, um Teste Físico, previsto no Currículo Mínimo de seu Estágio de Formação. Recomenda-se que o futuro estagiário continue com seus treinamentos físicos, visando a manutenção e o aprimoramento de suas condições físicas, uma vez que os Testes Físicos previstos para o estágio são avaliados de forma somativa (notas de 0 a 10, tendo como 5,00 a média para aprovação em cada “exercício”) e possuem protocolos e tabelas (anexo) diferentes daquelas previstas no Teste Físico do Concurso. Os exercícios que compõem os Testes Físicos dos Estágios são: “flexão e extensão de membros superiores com apoio de frente sobre o solo” (“flexão”), “flexão de tronco sobre as coxas” (“abdominal”) e “corrida de 2400 metros”.

IX – ENDEREÇO PARA COMUNICAÇÃO

Centro de Instrução e Adaptação da Aeronáutica

Corpo de Alunos

Av. Santa Rosa, 10 - Bairro São Luís - Belo Horizonte - MG - CEP 31.270-750

Telefones: PABX: (31) 4009-5000; Corpo de Alunos: 4009-5045 ou 4009-5047

X – PERÍODO DE ADAPTAÇÃO

Os candidatos aptos à matrícula deverão vir preparados para um rápido período de instrução de 21 (vinte e um) dias corridos, em regime de internato, contados a partir da data da matrícula, que faz parte da verificação da aptidão ao oficialato e está inserido na instrução do Campo Militar.

XI – MORADIA

Os Estagiários dispõem, no Corpo de Alunos do CIAAR, de alojamentos masculinos e

femininos que estarão disponíveis a partir das 8 h (oito horas) do dia 23 de janeiro de 2010 (sábado). Há no prédio do Corpo de Alunos, no espaço destinado ao entretenimento, TV a cabo e acesso à internet com sinal “wireless” mantidos pelas sociedades dos alunos/estagiários.

*PARABÉNS PELO SUCESSO ALCANÇADO E SEJA MUITO BEM-VINDO, FUTURO
OFICIAL DA FORÇA AÉREA BRASILEIRA!*



DIVISÃO DE ENSINO
SECRETARIA DA DIVISÃO DE ENSINO

Ficha de Cadastramento Inicial – FCI
(a ficha deve ser preenchida em letra de forma legível)

Especialidade _____ Curso/Ano: _____

POSTO/GRADUAÇÃO: _____

SARAM: _____

DADOS PESSOAIS:

NOME COMPLETO: _____

CPF: _____

ASSINATURA

ANEXO 02

**SEÇÃO DE IDENTIFICAÇÃO DE ORGANIZAÇÃO MILITAR (SIDOM).
FORMULÁRIO DE IDENTIFICAÇÃO.**

TODOS OS DADOS DEVEM SER PREENCHIDOS CONFORME CONSTAM NA
DOCUMENTAÇÃO PESSOAL DO CANDIDATO.

POSTO/ESPECIALIDADE: _____

Nº IDENTIDADE MILITAR: _____.

NOME COMPLETO: _____

DATA DE NASCIMENTO: ____/____/____

CPF: _____

NOME DA PAI: _____

NOME DO MÃE : _____

NATURALIDADE: _____ **UF:** _____

NACIONALIDADE: _____ **ESTADO CIVIL:** _____

SEXO M () F () **ALTURA:** ____, ____ m

CUTIS () BRANCA

() PRETA

() PARDA

() MORENA

() AMARELA

() VERMELHA

OLHOS () PRETO

() CASTANHO

() AZUL

() VERDE

() CINZA

CABELOS COR: () PRETO

() CASTANHO

() LOIRO

() RUIVO

() GRISALHO

TIPO: () LISO

() CRESPO

() ENCARACOLADO

RELIGIÃO: _____

ASSINATURA _____

ANEXO 03

COMANDO DA AERONÁUTICA
CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA
BATALHÃO PAMPULHA
COMPANHIA DE POLÍCIA DA AERONÁUTICA

Requerimento para cadastro de veículo e concessão de passe para trânsito no CIAAR.

Requerente _____ Nome de Guerra _____

Posto/Grad. _____ Seção _____ Ramal _____

Habilitação n° _____ Categoria _____ Validade _____

Endereço/Completo _____

Bairro _____ Cidade _____ Tel. Resid. _____ Tel. Cel _____

Solicito-vos o cadastro interno e a concessão do passe de trânsito no interior do CIAAR para os veículos abaixo relacionados, os quais declaro na forma da lei e do RDAER, que estão totalmente de acordo com as normas e legislações pertinentes em vigor e estão sob minha responsabilidade, assim como seus ocupantes.

CARACTERÍSTICAS DO VEÍCULO						
USUÁRIO	MARCA	MODELO	PLACA	COR	RENAVAM	Nº SELO

JUSTIFICATIVA DO PEDIDO (Obrigatório para solicitante da reserva, reformado ou sem vínculo funcional direto).

Declaro, ainda, ter conhecimento da NPA de Normas de Identificação e Circulação de Veículos Pedestres no Âmbito do CIAAR e de que o selo de identificação de veículo é intransferível (veículo e/ ou proprietário), devendo ser devolvido após meus desligamento da Unidade, por qualquer causa ou transferência de veículo.

Belo Horizonte, _____

Ass. do solicitante

**SOLUÇÃO DO CMT.
DO BINFA**

SELO DE IDENTIFICAÇÃO

<input type="checkbox"/> DEFERIDO <input type="checkbox"/> INDEFERIDO	ENTREGA: ___/___/___	ENTREGA: ___/___/___	ENTREGA: ___/___/___
	Nº DO SELO: _____	Nº DO SELO: _____	Nº DO SELO: _____
	VISTO CPA: _____	VISTO CPA: _____	VISTO CPA: _____
Ass Cmt CPA	DEVOLUÇÃO: ___/___/___	DEVOLUÇÃO: ___/___/___	DEVOLUÇÃO: ___/___/___
	Nº DO SELO: _____	Nº DO SELO: _____	Nº DO SELO: _____
	VISTO CPA: _____	VISTO CPA: _____	VISTO CPA: _____

“NPA-CIAAR-075[07/11]-”

ANEXO 04

CENTRO DE INSTRUÇÃO E ADAPTAÇÃO DA AERONÁUTICA
CORPO DE ALUNOS

FICHA INFORMATIVA

CURSO _____ ESPECIALIDADE _____
NOME _____
DOMÍNIO DE ORIGEM _____ Nº SARAM _____ DT VENC INSP SAÚDE _____
NOME DE GUERRA _____ POSTO/GRADUAÇÃO _____
DATA DE PRAÇA _____ DATA DA ÚLTIMA PROMOÇÃO _____
IDENTIDADE _____ CPF _____ PIS/PASEP _____
DATA DE NASCIMENTO _____ CIDADE _____ UF _____
TIPO SANGUÍNEO _____ RH _____ RELIGIÃO _____
IDIOMAS QUE FALA _____ ESTADO CIVIL _____
NOME DO PAI _____
NOME DA MÃE _____

ENDEREÇO RESIDENCIAL

AV/RUA _____ Nº _____ APTO _____ BL _____ QD _____
BAIRRO _____ CIDADE _____ UF _____ CEP _____
TELEFONE _____ CELULAR _____ RECADO _____

EM CASO DE ACIDENTE AVISAR

NOME _____
AV/RUA _____ Nº _____ APTO _____ BL _____ QD _____
BAIRRO _____ CIDADE _____ UF _____ CEP _____
TELEFONE _____ CELULAR _____ RECADO _____

DADOS BANCÁRIOS

NOME DO BANCO _____ Nº DO BANCO _____
Nº DA AGÊNCIA _____ Nº DA CONTA CORRENTE _____

DADOS DE ELEITOR

Nº TÍTULO ELEITORAL _____ LOCAL _____ SEÇÃO _____ ZONA _____

HABILITAÇÃO/VEÍCULO

Nº DO REGISTRO _____ TIPO _____ UF _____ DATA DE VENCIMENTO _____
VEÍCULO MARCA _____ ANO _____ PLACA _____
COR _____ COD RENAVAL _____

DEPENDENTES

NOME DOS DEPENDENTES	IDADE	PARENTESCO	DT DE NASCIMENTO
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____

LOCAL ONDE PODE SER ENCONTRADO CASO NÃO ESTEJA EM CASA

AV/RUA _____ N° _____ APTO _____ BL _____ QD _____
BAIRRO _____ CIDADE _____ UF _____
CEP _____ TELEFONE _____ RECADO _____

CURSO SUPERIOR (NOME/LOCAL/INÍCIO/TÉRMINO)

(PREENCHIMENTO PARA MILITARES)

ÚLTIMA INSPEÇÃO DE SAÚDE LETRA "H" - ATUALIZADA

JUNTA/OM _____ SESSÃO N° _____ DATA _____ PARECER _____

PUNIÇÕES

ESPÉCIE	DATA	N° DE DIAS	N° BOL/OM /DATA
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____

MEDALHAS

TIPO	DECÊNIO	N° BOL/OM /DATA
_____	_____	_____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

CURSOS MILITARES (NOME/LOCAL/INÍCIO/TÉRMINO)

BELO HORIZONTE, ____ DE _____ DE 20__

RUBRICA

ASSINATURA

TESTE DE AVALIAÇÃO DO CONDICIONAMENTO
FÍSICO

TABELA “C”

APLICAÇÃO
EAOE – CAMAR- CADAR CAFAR - EAOEAR - EAOT EIAC MASCULINO

Continuação do Anexo 5

TABELA C – EAOF – CAMAR – CADAR – CAFAR - EAOEAR - EAOT EIAC – MASCULINO

CORRIDA 2400 Metros														
TEMPO		20-29	30-42	≥ 43	TEMPO		20-29	30-42	≥ 43	TEMPO		20-29	30-42	≥ 43
21m	30s	0,0	0,0	0,0	20m	50s	4,0	4,0	4,0	20m	10s	8,0	8,0	8,0
21m	29s	0,1	0,1	0,1	20m	49s	4,1	4,1	4,1	20m	09s	8,1	8,1	8,1
21m	28s	0,2	0,2	0,2	20m	48s	4,2	4,2	4,2	20m	08s	8,2	8,2	8,2
21m	27s	0,3	0,3	0,3	20m	47s	4,3	4,3	4,3	20m	07s	8,3	8,3	8,3
21m	26s	0,4	0,4	0,4	20m	46s	4,4	4,4	4,4	20m	06s	8,4	8,4	8,4
21m	25s	0,5	0,5	0,5	20m	45s	4,5	4,5	4,5	20m	05s	8,5	8,5	8,5
21m	24s	0,6	0,6	0,6	20m	44s	4,6	4,6	4,6	20m	04s	8,6	8,6	8,6
21m	23s	0,7	0,7	0,7	20m	43s	4,7	4,7	4,7	20m	03s	8,7	8,7	8,7
21m	22s	0,8	0,8	0,8	20m	42s	4,8	4,8	4,8	20m	02s	8,8	8,8	8,8
21m	21s	0,9	0,9	0,9	20m	41s	4,9	4,9	4,9	20m	01s	8,9	8,9	8,9
21m	20s	1,0	1,0	1,0	20m	40s	5,0	5,0	5,0	20m	00s	9,0	9,0	9,0
21m	19s	1,1	1,1	1,1	20m	39s	5,1	5,1	5,1	19m	59s	9,1	9,1	9,1
21m	18s	1,2	1,2	1,2	20m	38s	5,2	5,2	5,2	19m	58s	9,2	9,2	9,2
21m	17s	1,3	1,3	1,3	20m	37s	5,3	5,3	5,3	19m	57s	9,3	9,3	9,3
21m	16s	1,4	1,4	1,4	20m	36s	5,4	5,4	5,4	19m	56s	9,4	9,4	9,4
21m	15s	1,5	1,5	1,5	20m	35s	5,5	5,5	5,5	19m	55s	9,5	9,5	9,5
21m	14s	1,6	1,6	1,6	20m	34s	5,6	5,6	5,6	19m	54s	9,6	9,6	9,6
21m	13s	1,7	1,7	1,7	20m	33s	5,7	5,7	5,7	19m	53s	9,7	9,7	9,7
21m	12s	1,8	1,8	1,8	20m	32s	5,8	5,8	5,8	19m	52s	9,8	9,8	9,8
21m	11s	1,9	1,9	1,9	20m	31s	5,9	5,9	5,9	19m	51s	9,9	9,9	9,9
21m	10s	2,0	2,0	2,0	20m	30s	6,0	6,0	6,0	19m	50s	10,0	10,0	10,0
21m	09s	2,1	2,1	2,1	20m	29s	6,1	6,1	6,1	19m	49s	10,1	10,1	10,1
21m	08s	2,2	2,2	2,2	20m	28s	6,2	6,2	6,2	19m	48s	10,2	10,2	10,2
21m	07s	2,3	2,3	2,3	20m	27s	6,3	6,3	6,3	19m	47s	10,3	10,3	10,3
21m	06s	2,4	2,4	2,4	20m	26s	6,4	6,4	6,4	19m	46s	10,4	10,4	10,4
21m	05s	2,5	2,5	2,5	20m	25s	6,5	6,5	6,5	19m	45s	10,5	10,5	10,5
21m	04s	2,6	2,6	2,6	20m	24s	6,6	6,6	6,6	19m	44s	10,6	10,6	10,6
21m	03s	2,7	2,7	2,7	20m	23s	6,7	6,7	6,7	19m	43s	10,7	10,7	10,7
21m	02s	2,8	2,8	2,8	20m	22s	6,8	6,8	6,8	19m	42s	10,8	10,8	10,8
21m	01s	2,9	2,9	2,9	20m	21s	6,9	6,9	6,9	19m	41s	10,9	10,9	10,9
21m	00s	3,0	3,0	3,0	20m	20s	7,0	7,0	7,0	19m	40s	11,0	11,0	11,0
20m	59s	3,1	3,1	3,1	20m	19s	7,1	7,1	7,1	19m	39s	11,1	11,1	11,1
20m	58s	3,2	3,2	3,2	20m	18s	7,2	7,2	7,2	19m	38s	11,2	11,2	11,2
20m	57s	3,3	3,3	3,3	20m	17s	7,3	7,3	7,3	19m	37s	11,3	11,3	11,3
20m	56s	3,4	3,4	3,4	20m	16s	7,4	7,4	7,4	19m	36s	11,4	11,4	11,4
20m	55s	3,5	3,5	3,5	20m	15s	7,5	7,5	7,5	19m	35s	11,5	11,5	11,5
20m	54s	3,6	3,6	3,6	20m	14s	7,6	7,6	7,6	19m	34s	11,6	11,6	11,6
20m	53s	3,7	3,7	3,7	20m	13s	7,7	7,7	7,7	19m	33s	11,7	11,7	11,7
20m	52s	3,8	3,8	3,8	20m	12s	7,8	7,8	7,8	19m	32s	11,8	11,8	11,8
20m	51s	3,9	3,9	3,9	20m	11s	7,9	7,9	7,9	19m	31s	11,9	11,9	11,9

Continuação do Anexo 5

TABELA C – EAOF – CAMAR – CADAR – CAFAR - EAOEAR - EAOT EIAC – MASCULINO

CORRIDA 2400 Metros														
TEMPO		20-29	30-42	≥ 43	TEMPO		20-29	30-42	≥ 43	TEMPO		20-29	30-42	≥ 43
19m	30s	12,0	12,0	12,0	18m	50s	16,1	16,1	16,1	18m	10s	20,1	20,1	20,1
19m	29s	12,1	12,1	12,1	18m	49s	16,2	16,2	16,2	18m	09s	20,2	20,2	20,2
19m	28s	12,2	12,2	12,2	18m	48s	16,3	16,3	16,3	18m	08s	20,3	20,3	20,3
19m	27s	12,3	12,3	12,3	18m	47s	16,4	16,4	16,4	18m	07s	20,4	20,4	20,4
19m	26s	12,4	12,4	12,4	18m	46s	16,5	16,5	16,5	18m	06s	20,5	20,5	20,5
19m	25s	12,6	12,6	12,6	18m	45s	16,6	16,6	16,6	18m	05s	20,6	20,6	20,6
19m	24s	12,7	12,7	12,7	18m	44s	16,7	16,7	16,7	18m	04s	20,7	20,7	20,7
19m	23s	12,8	12,8	12,8	18m	43s	16,8	16,8	16,8	18m	03s	20,8	20,8	20,8
19m	22s	12,9	12,9	12,9	18m	42s	16,9	16,9	16,9	18m	02s	20,9	20,9	20,9
19m	21s	13,0	13,0	13,0	18m	41s	17,0	17,0	17,0	18m	01s	21,0	21,0	21,0
19m	20s	13,1	13,1	13,1	18m	40s	17,1	17,1	17,1	18m	00s	21,1	21,1	21,1
19m	19s	13,2	13,2	13,2	18m	39s	17,2	17,2	17,2	17m	59s	21,2	21,2	21,2
19m	18s	13,3	13,3	13,3	18m	38s	17,3	17,3	17,3	17m	58s	21,3	21,3	21,3
19m	17s	13,4	13,4	13,4	18m	37s	17,4	17,4	17,4	17m	57s	21,4	21,4	21,4
19m	16s	13,5	13,5	13,5	18m	36s	17,5	17,5	17,5	17m	56s	21,5	21,5	21,5
19m	15s	13,6	13,6	13,6	18m	35s	17,6	17,6	17,6	17m	55s	21,6	21,6	21,6
19m	14s	13,7	13,7	13,7	18m	34s	17,7	17,7	17,7	17m	54s	21,7	21,7	21,7
19m	13s	13,8	13,8	13,8	18m	33s	17,8	17,8	17,8	17m	53s	21,8	21,8	21,8
19m	12s	13,9	13,9	13,9	18m	32s	17,9	17,9	17,9	17m	52s	21,9	21,9	21,9
19m	11s	14,0	14,0	14,0	18m	31s	18,0	18,0	18,0	17m	51s	22,0	22,0	22,0
19m	10s	14,1	14,1	14,1	18m	30s	18,1	18,1	18,1	17m	50s	22,1	22,1	22,1
19m	09s	14,2	14,2	14,2	18m	29s	18,2	18,2	18,2	17m	49s	22,2	22,2	22,2
19m	08s	14,3	14,3	14,3	18m	28s	18,3	18,3	18,3	17m	48s	22,3	22,3	22,3
19m	07s	14,4	14,4	14,4	18m	27s	18,4	18,4	18,4	17m	47s	22,4	22,4	22,4
19m	06s	14,5	14,5	14,5	18m	26s	18,5	18,5	18,5	17m	46s	22,5	22,5	22,5
19m	05s	14,6	14,6	14,6	18m	25s	18,6	18,6	18,6	17m	45s	22,6	22,6	22,6
19m	04s	14,7	14,7	14,7	18m	24s	18,7	18,7	18,7	17m	44s	22,7	22,7	22,7
19m	03s	14,8	14,8	14,8	18m	23s	18,8	18,8	18,8	17m	43s	22,8	22,8	22,8
19m	02s	14,9	14,9	14,9	18m	22s	18,9	18,9	18,9	17m	42s	22,9	22,9	22,9
19m	01s	15,0	15,0	15,0	18m	21s	19,0	19,0	19,0	17m	41s	23,0	23,0	23,0
19m	00s	15,1	15,1	15,1	18m	20s	19,1	19,1	19,1	17m	40s	23,1	23,1	23,1
18m	59s	15,2	15,2	15,2	18m	19s	19,2	19,2	19,2	17m	39s	23,2	23,2	23,2
18m	58s	15,3	15,3	15,3	18m	18s	19,3	19,3	19,3	17m	38s	23,3	23,3	23,3
18m	57s	15,4	15,4	15,4	18m	17s	19,4	19,4	19,4	17m	37s	23,4	23,4	23,4
18m	56s	15,5	15,5	15,5	18m	16s	19,5	19,5	19,5	17m	36s	23,5	23,5	23,5
18m	55s	15,6	15,6	15,6	18m	15s	19,6	19,6	19,6	17m	35s	23,6	23,6	23,6
18m	54s	15,7	15,7	15,7	18m	14s	19,7	19,7	19,7	17m	34s	23,7	23,7	23,7
18m	53s	15,8	15,8	15,8	18m	13s	19,8	19,8	19,8	17m	33s	23,8	23,8	23,8
18m	52s	15,9	15,9	15,9	18m	12s	19,9	19,9	19,9	17m	32s	23,9	23,9	23,9
18m	51s	16,0	16,0	16,0	18m	11s	20,0	20,0	20,0	17m	31s	24,0	24,0	24,0

Continuação do Anexo 5

TABELA C – EAOF – CAMAR – CADAR – CAFAR - EAOEAR - EAOT EIAC –
MASCULINO

CORRIDA 2400 Metros														
TEMPO		20-29	30-42	≥ 43	TEMPO		20-29	30-42	≥ 43	TEMPO		20-29	30-42	≥ 43
17 m	30 s	24,1	24,1	24,1	16 m	50 s	29,0	29,6	30,6	16 m	10 s	34,1	35,6	37,8
17 m	29 s	24,2	24,2	24,2	16 m	49 s	29,1	29,8	30,8	16 m	09 s	34,2	35,7	37,9
17 m	28 s	24,3	24,3	24,3	16 m	48 s	29,2	29,9	30,9	16 m	08 s	34,4	35,9	38,1
17 m	27 s	24,4	24,4	24,4	16 m	47 s	29,4	30,1	31,1	16 m	07 s	34,5	36,0	38,3
17 m	26 s	24,5	24,5	24,5	16 m	46 s	29,5	30,2	31,3	16 m	06 s	34,6	36,2	38,5
17 m	25 s	24,6	24,6	24,6	16 m	45 s	29,6	30,4	31,5	16 m	05 s	34,7	36,3	38,7
17 m	24 s	24,7	24,7	24,7	16 m	44 s	29,7	30,5	31,7	16 m	04 s	34,9	36,5	38,8
17 m	23 s	24,8	24,8	24,8	16 m	43 s	29,9	30,7	31,8	16 m	03 s	35,0	36,6	39,0
17 m	22 s	24,9	24,9	24,9	16 m	42 s	30,0	30,8	32,0	16 m	02 s	35,1	36,8	39,2
17 m	21 s	25,0	25,0	25,0	16 m	41 s	30,1	31,0	32,2	16 m	01 s	35,3	36,9	39,4
17 m	20 s	25,1	25,1	25,2	16 m	40 s	30,3	31,1	32,4	16 m	00 s	35,4	37,1	39,6
17 m	19 s	25,3	25,3	25,4	16 m	39 s	30,4	31,3	32,6	15 m	59 s	35,5	37,2	39,7
17 m	18 s	25,4	25,4	25,5	16 m	38 s	30,5	31,4	32,7	15 m	58 s	35,6	37,4	39,9
17 m	17 s	25,5	25,6	25,7	16 m	37 s	30,6	31,5	32,9	15 m	57 s	35,8	37,5	40,1
17 m	16 s	25,6	25,7	25,9	16 m	36 s	30,8	31,7	33,1	15 m	56 s	35,9	37,6	40,3
17 m	15 s	25,8	25,9	26,1	16 m	35 s	30,9	31,8	33,3	15 m	55 s	36,0	37,8	40,5
17 m	14 s	25,9	26,0	26,3	16 m	34 s	31,0	32,0	33,5	15 m	54 s	36,2	37,9	40,6
17 m	13 s	26,0	26,2	26,4	16 m	33 s	31,2	32,1	33,6	15 m	53 s	36,3	38,1	40,8
17 m	12 s	26,2	26,3	26,6	16 m	32 s	31,3	32,3	33,8	15 m	52 s	36,4	38,2	41,0
17 m	11 s	26,3	26,5	26,8	16 m	31 s	31,4	32,4	34,0	15 m	51 s	36,5	38,4	41,2
17 m	10 s	26,4	26,6	27,0	16 m	30 s	31,5	32,6	34,2	15 m	50 s	36,7	38,5	41,4
17 m	09 s	26,5	26,8	27,2	16 m	29 s	31,7	32,7	34,4	15 m	49 s	36,8	38,7	41,5
17 m	08 s	26,7	26,9	27,3	16 m	28 s	31,8	32,9	34,5	15 m	48 s	36,9	38,8	41,7
17 m	07 s	26,8	27,1	27,5	16 m	27 s	31,9	33,0	34,7	15 m	47 s	37,1	39,0	41,9
17 m	06 s	26,9	27,2	27,7	16 m	26 s	32,1	33,2	34,9	15 m	46 s	37,2	39,1	42,1
17 m	05 s	27,1	27,4	27,9	16 m	25 s	32,2	33,3	35,1	15 m	45 s	37,3	39,3	42,3
17 m	04 s	27,2	27,5	28,1	16 m	24 s	32,3	33,5	35,3	15 m	44 s	37,4	39,4	42,4
17 m	03 s	27,3	27,7	28,2	16 m	23 s	32,4	33,6	35,4	15 m	43 s	37,6	39,6	42,6
17 m	02 s	27,4	27,8	28,4	16 m	22 s	32,6	33,8	35,6	15 m	42 s	37,7	39,7	42,8
17 m	01 s	27,6	28,0	28,6	16 m	21 s	32,7	33,9	35,8	15 m	41 s	37,8	39,9	43,0
17 m	00 s	27,7	28,1	28,8	16 m	20 s	32,8	34,1	36,0	15 m	40 s	37,9	40,0	43,2
16 m	59 s	27,8	28,3	29,0	16 m	19 s	32,9	34,2	36,2	15 m	39 s	38,1	40,2	43,3
16 m	58 s	27,9	28,4	29,1	16 m	18 s	33,1	34,4	36,3	15 m	38 s	38,2	40,3	43,5
16 m	57 s	28,1	28,6	29,3	16 m	17 s	33,2	34,5	36,5	15 m	37 s	38,3	40,5	43,7
16 m	56 s	28,2	28,7	29,5	16 m	16 s	33,3	34,7	36,7	15 m	36 s	38,5	40,6	43,9
16 m	55 s	28,3	28,9	29,7	16 m	15 s	33,5	34,8	36,9	15 m	35 s	38,6	40,8	44,1
16 m	54 s	28,5	29,0	29,9	16 m	14 s	33,6	35,0	37,1	15 m	34 s	38,7	40,9	44,2
16 m	53 s	28,6	29,2	30,0	16 m	13 s	33,7	35,1	37,2	15 m	33 s	38,8	41,1	44,4
16 m	52 s	28,7	29,3	30,2	16 m	12 s	33,8	35,3	37,4	15 m	32 s	39,0	41,2	44,6
16 m	51 s	28,8	29,5	30,4	16 m	11 s	34,0	35,4	37,6	15 m	31 s	39,1	41,4	44,8

Continuação do Anexo 5

TABELA C – EAOF – CAMAR – CADAR – CAFAR - EAOEAR - EAOT EIAC – MASCULINO

CORRIDA 2400 Metros														
TEMPO		20-29	30-42	≥ 43	TEMPO		20-29	30-42	≥ 43	TEMPO		20-29	30-42	≥ 43
15m	30s	39,2	41,5	45,0	14m	50s	44,4	47,5	51,5	14m	10s	49,5	52,8	56,5
15m	29s	39,4	41,7	45,1	14m	49s	44,5	47,6	51,6	14m	09s	49,6	52,9	56,7
15m	28s	39,5	41,8	45,3	14m	48s	44,6	47,8	51,8	14m	08s	49,7	53,0	56,8
15m	27s	39,6	42,0	45,5	14m	47s	44,7	47,9	51,9	14m	07s	49,9	53,2	56,9
15m	26s	39,7	42,1	45,7	14m	46s	44,9	48,1	52,0	14m	06s	50,0	53,3	57,0
15m	25s	39,9	42,3	45,9	14m	45s	45,0	48,2	52,1	14m	05s	50,1	53,4	57,2
15m	24s	40,0	42,4	46,0	14m	44s	45,1	48,4	52,3	14m	04s	50,3	53,5	57,3
15m	23s	40,1	42,6	46,2	14m	43s	45,3	48,5	52,4	14m	03s	50,4	53,6	57,4
15m	22s	40,3	42,7	46,4	14m	42s	45,4	48,7	52,5	14m	02s	50,5	53,8	57,5
15m	21s	40,4	42,9	46,6	14m	41s	45,5	48,8	52,6	14m	01s	50,6	53,9	57,7
15m	20s	40,5	43,0	46,8	14m	40s	45,6	49,0	52,8	14m	00s	50,8	54,0	57,8
15m	19s	40,6	43,2	46,9	14m	39s	45,8	49,1	52,9	13m	59s	50,9	54,1	57,9
15m	18s	40,8	43,3	47,1	14m	38s	45,9	49,3	53,0	13m	58s	51,0	54,3	58,0
15m	17s	40,9	43,5	47,3	14m	37s	46,0	49,4	53,1	13m	57s	51,1	54,4	58,2
15m	16s	41,0	43,6	47,5	14m	36s	46,2	49,6	53,3	13m	56s	51,3	54,5	58,3
15m	15s	41,2	43,8	47,7	14m	35s	46,3	49,7	53,4	13m	55s	51,4	54,6	58,4
15m	14s	41,3	43,9	47,8	14m	34s	46,4	49,9	53,5	13m	54s	51,5	54,7	58,5
15m	13s	41,4	44,0	48,0	14m	33s	46,5	50,0	53,6	13m	53s	51,6	54,9	58,7
15m	12s	41,5	44,2	48,2	14m	32s	46,7	50,1	53,8	13m	52s	51,8	55,0	58,8
15m	11s	41,7	44,3	48,4	14m	31s	46,8	50,2	53,9	13m	51s	51,9	55,1	58,9
15m	10s	41,8	44,5	48,6	14m	30s	46,9	50,4	54,0	13m	50s	52,0	55,2	59,0
15m	09s	41,9	44,6	48,7	14m	29s	47,1	50,5	54,1	13m	49s	52,2	55,3	59,2
15m	08s	42,1	44,8	48,9	14m	28s	47,2	50,6	54,3	13m	48s	52,3	55,5	59,3
15m	07s	42,2	44,9	49,1	14m	27s	47,3	50,7	54,4	13m	47s	52,4	55,6	59,4
15m	06s	42,3	45,1	49,3	14m	26s	47,4	50,9	54,5	13m	46s	52,5	55,7	59,5
15m	05s	42,4	45,2	49,5	14m	25s	47,6	51,0	54,6	13m	45s	52,7	55,8	59,7
15m	04s	42,6	45,4	49,6	14m	24s	47,7	51,1	54,8	13m	44s	52,8	56,0	59,8
15m	03s	42,7	45,5	49,8	14m	23s	47,8	51,2	54,9	13m	43s	52,9	56,1	59,9
15m	02s	42,8	45,7	50,0	14m	22s	47,9	51,3	55,0	13m	42s	53,0	56,2	60,0
15m	01s	42,9	45,8	50,1	14m	21s	48,1	51,5	55,1	13m	41s	53,2	56,3	60,2
15m	00s	43,1	46,0	50,3	14m	20s	48,2	51,6	55,3	13m	40s	53,3	56,4	60,3
14m	59s	43,2	46,1	50,4	14m	19s	48,3	51,7	55,4	13m	39s	53,4	56,6	60,4
14m	58s	43,3	46,3	50,5	14m	18s	48,5	51,8	55,5	13m	38s	53,5	56,7	60,5
14m	57s	43,5	46,4	50,6	14m	17s	48,6	51,9	55,6	13m	37s	53,7	56,8	60,7
14m	56s	43,6	46,6	50,8	14m	16s	48,7	52,1	55,8	13m	36s	53,8	56,9	60,8
14m	55s	43,7	46,7	50,9	14m	15s	48,8	52,2	55,9	13m	35s	53,9	57,0	60,9
14m	54s	43,8	46,9	51,0	14m	14s	49,0	52,3	56,0	13m	34s	54,1	57,2	61,0
14m	53s	44,0	47,0	51,1	14m	13s	49,1	52,4	56,2	13m	33s	54,2	57,3	61,2
14m	52s	44,1	47,2	51,3	14m	12s	49,2	52,6	56,3	13m	32s	54,3	57,4	61,3
14m	51s	44,2	47,3	51,4	14m	11s	49,4	52,7	56,4	13m	31s	54,4	57,5	61,4

Continuação do Anexo 5

TABELA C – EAOF – CAMAR – CADAR – CAFAR - EAOEAR - EAOT EIAC – MASCULINO

CORRIDA 2400 Metros														
TEMPO		20-29	30-42	≥ 43	TEMPO		20-29	30-42	≥ 43	TEMPO		20-29	30-42	≥ 43
13m	30s	54,6	57,7	61,5	12m	50s	59,6	62,9	69,6	12m	10s	66,5	70,9	78,4
13m	29s	54,7	57,8	61,7	12m	49s	59,7	63,1	69,8	12m	09s	66,7	71,1	78,7
13m	28s	54,8	57,9	61,8	12m	48s	59,9	63,3	70,0	12m	08s	66,9	71,4	79,0
13m	27s	54,9	58,0	61,9	12m	47s	60,0	63,5	70,2	12m	07s	67,1	71,6	79,3
13m	26s	55,1	58,1	62,1	12m	46s	60,1	63,7	70,5	12m	06s	67,3	71,8	79,5
13m	25s	55,2	58,3	62,3	12m	45s	60,3	63,9	70,7	12m	05s	67,5	72,0	79,8
13m	24s	55,3	58,4	62,5	12m	44s	60,4	64,1	70,9	12m	04s	67,7	72,2	80,1
13m	23s	55,4	58,5	62,7	12m	43s	60,5	64,3	71,1	12m	03s	67,9	72,4	80,4
13m	22s	55,6	58,6	62,9	12m	42s	60,6	64,5	71,3	12m	02s	68,2	72,6	80,7
13m	21s	55,7	58,7	63,1	12m	41s	60,8	64,7	71,5	12m	01s	68,4	72,8	81,0
13m	20s	55,8	58,9	63,3	12m	40s	60,9	64,9	71,7	12m	00s	68,6	73,0	81,3
13m	19s	55,9	59,0	63,5	12m	39s	61,0	65,1	71,9	11m	59s	68,8	73,2	81,6
13m	18s	56,1	59,1	63,8	12m	38s	61,1	65,3	72,1	11m	58s	69,0	73,4	81,9
13m	17s	56,2	59,2	64,0	12m	37s	61,3	65,5	72,3	11m	57s	69,2	73,6	82,2
13m	16s	56,3	59,4	64,2	12m	36s	61,4	65,7	72,5	11m	56s	69,4	73,8	82,5
13m	15s	56,5	59,5	64,4	12m	35s	61,5	65,9	72,8	11m	55s	69,6	74,0	82,8
13m	14s	56,6	59,6	64,6	12m	34s	61,6	66,1	73,0	11m	54s	69,8	74,2	83,1
13m	13s	56,7	59,7	64,8	12m	33s	61,8	66,3	73,2	11m	53s	70,1	74,4	83,4
13m	12s	56,8	59,8	65,0	12m	32s	61,9	66,5	73,4	11m	52s	70,3	74,6	83,6
13m	11s	57,0	60,0	65,2	12m	31s	62,0	66,7	73,6	11m	51s	70,5	74,8	83,9
13m	10s	57,1	60,1	65,4	12m	30s	62,3	66,9	73,8	11m	50s	70,7	75,0	84,2
13m	09s	57,2	60,2	65,6	12m	29s	62,5	67,1	74,0	11m	49s	70,9	75,2	84,5
13m	08s	57,3	60,3	65,8	12m	28s	62,7	67,3	74,2	11m	48s	71,1	75,4	84,8
13m	07s	57,5	60,4	66,1	12m	27s	62,9	67,5	74,4	11m	47s	71,3	75,6	85,1
13m	06s	57,6	60,6	66,3	12m	26s	63,1	67,7	74,6	11m	46s	71,5	75,8	85,4
13m	05s	57,7	60,7	66,5	12m	25s	63,3	67,9	74,8	11m	45s	71,7	76,0	85,7
13m	04s	57,8	60,8	66,7	12m	24s	63,5	68,1	75,1	11m	44s	72,0	76,2	86,0
13m	03s	58,0	60,9	66,9	12m	23s	63,7	68,3	75,3	11m	43s	72,2	76,4	86,3
13m	02s	58,1	61,1	67,1	12m	22s	63,9	68,5	75,5	11m	42s	72,4	76,6	86,6
13m	01s	58,2	61,2	67,3	12m	21s	64,2	68,7	75,7	11m	41s	72,6	76,8	86,9
13m	00s	58,4	61,3	67,5	12m	20s	64,4	68,9	75,9	11m	40s	72,8	77,0	87,2
12m	59s	58,5	61,4	67,7	12m	19s	64,6	69,1	76,1	11m	39s	73,0	77,3	87,5
12m	58s	58,6	61,5	67,9	12m	18s	64,8	69,3	76,3	11m	38s	73,2	77,6	87,7
12m	57s	58,7	61,7	68,2	12m	17s	65,0	69,5	76,5	11m	37s	73,4	77,9	88,0
12m	56s	58,9	61,8	68,4	12m	16s	65,2	69,7	76,7	11m	36s	73,6	78,2	88,3
12m	55s	59,0	61,9	68,6	12m	15s	65,4	69,9	76,9	11m	35s	73,9	78,4	88,6
12m	54s	59,1	62,0	68,8	12m	14s	65,6	70,1	77,2	11m	34s	74,1	78,7	88,9
12m	53s	59,2	62,2	69,0	12m	13s	65,8	70,3	77,5	11m	33s	74,3	79,0	89,2
12m	52s	59,4	62,4	69,2	12m	12s	66,1	70,5	77,8	11m	32s	74,5	79,3	89,5
12m	51s	59,5	62,6	69,4	12m	11s	66,3	70,7	78,1	11m	31s	74,7	79,6	89,8

Continuação do Anexo 5

TABELA C – EAOF – CAMAR – CADAR – CAFAR - EAOEAR - EAOT EIAC – MASCULINO

CORRIDA 2400 Metros														
TEMPO		20-29	30-42	≥ 43	TEMPO		20-29	30-42	≥ 43	TEMPO		20-29	30-42	≥ 43
11m	30s	74,9	79,9	90,1	10m	50s	85,9	91,3		10m	10s	99,6		
11m	29s	75,1	80,1	90,4	10m	49s	86,2	91,6		10m	09s	100,0		
11m	28s	75,3	80,4	90,7	10m	48s	86,5	92,0		-	-	-		
11m	27s	75,5	80,7	91,0	10m	47s	86,8	92,3						
11m	26s	75,8	81,0	91,3	10m	46s	87,1	92,7						
11m	25s	76,0	81,3	91,7	10m	45s	87,4	93,1						
11m	24s	76,2	81,6	92,1	10m	44s	87,7	93,4						
11m	23s	76,4	81,8	92,5	10m	43s	88,0	93,8						
11m	22s	76,6	82,1	92,8	10m	42s	88,3	94,2						
11m	21s	76,8	82,4	93,2	10m	41s	88,5	94,5						
11m	20s	77,0	82,7	93,6	10m	40s	88,8	94,9						
11m	19s	77,3	83,0	94,0	10m	39s	89,1	95,3						
11m	18s	77,6	83,3	94,4	10m	38s	89,4	95,6						
11m	17s	77,9	83,5	94,7	10m	37s	89,7	96,0						
11m	16s	78,2	83,8	95,1	10m	36s	90,0	96,4						
11m	15s	78,5	84,1	95,5	10m	35s	90,3	96,7						
11m	14s	78,8	84,4	95,9	10m	34s	90,6	97,1						
11m	13s	79,1	84,7	96,2	10m	33s	90,9	97,4						
11m	12s	79,4	85,0	96,6	10m	32s	91,3	97,8						
11m	11s	79,7	85,2	97,0	10m	31s	91,6	98,2						
11m	10s	80,0	85,5	97,4	10m	30s	92,0	98,5						
11m	09s	80,3	85,8	97,7	10m	29s	92,4	98,9						
11m	08s	80,6	86,1	98,1	10m	28s	92,8	99,3						
11m	07s	80,9	86,4	98,5	10m	27s	93,2	99,6						
11m	06s	81,2	86,7	98,9	10m	26s	93,5	100,0						
11m	05s	81,5	86,9	99,2	10m	25s	93,9	-						
11m	04s	81,8	87,2	99,6	10m	24s	94,3							
11m	03s	82,1	87,5	100,0	10m	23s	94,7							
11m	02s	82,3	87,8	-	10m	22s	95,1							
11m	01s	82,6	88,1		10m	21s	95,4							
11m	00s	82,9	88,4		10m	20s	95,8							
10m	59s	83,2	88,6		10m	19s	96,2							
10m	58s	83,5	88,9		10m	18s	96,6							
10m	57s	83,8	89,2		10m	17s	97,0							
10m	56s	84,1	89,5		10m	16s	97,3							
10m	55s	84,4	89,8		10m	15s	97,7							
10m	54s	84,7	90,1		10m	14s	98,1							
10m	53s	85,0	90,3		10m	13s	98,5							
10m	52s	85,3	90,6		10m	12s	98,9							
10m	51s	85,6	90,9		10m	11s	99,2							

Continuação do Anexo 5

TABELA C – EAOF – CAMAR – CADAR – CAFAR - EAOEAR - EAOT - EIAC – MASCULINO

ABDO ABDOMINAL MINAL				FLEX FLEXÃO BRAÇOÃO			
Rep.	20-29	30-42	≥43	Rep.	20-29	30-42	≥43
01	1,4	1,4	1,4	01	2,8	2,8	2,8
02	2,8	2,8	2,8	02	5,6	5,6	5,6
03	4,2	4,2	4,2	03	8,3	8,3	8,3
04	5,6	5,6	5,6	04	11,1	11,1	11,1
05	6,9	6,9	6,9	05	13,9	13,9	13,9
06	8,3	8,3	8,3	06	16,7	16,7	16,7
07	9,7	9,7	9,7	07	19,4	19,4	19,4
08	11,1	11,1	11,1	08	22,2	22,2	22,2
09	12,5	12,5	12,5	09	25,0	25,0	25,0
10	13,9	13,9	13,9	10	28,1	30,0	37,5
11	15,3	15,3	15,3	11	31,3	35,0	50,0
12	16,7	16,7	16,7	12	34,4	40,0	53,8
13	18,1	18,1	18,1	13	37,5	45,0	57,5
14	19,4	19,4	19,4	14	40,6	50,0	61,3
15	20,8	20,8	20,8	15	43,8	53,3	67,0
16	22,2	22,2	22,2	16	46,9	56,7	73,3
17	23,6	23,6	23,6	17	50,0	60,0	80,5
18	25,0	25,0	25,0	18	52,1	64,2	89,3
19	29,2	31,3	37,5	19	54,3	69,8	100,0
20	33,3	37,5	50,0	20	56,4	75,3	-
21	37,5	43,8	53,3	21	58,6	82,4	
22	41,7	50,0	56,7	22	60,7	90,2	
23	45,8	53,0	60,0	23	63,4	100,0	
24	50,0	56,0	64,2	24	67,0	-	
25	52,3	59,0	69,8	25	70,6		
26	54,6	62,0	75,3	26	74,1		
27	56,9	67,0	82,4	27	78,0		
28	59,2	72,0	90,2	28	83,0		
29	61,5	77,0	100,0	29	88,0		
30	65,1	84,0	-	30	93,6		
31	68,9	91,0		31	100,0		
32	72,8	100,0		32	-		
33	76,6	-		33			
34	81,8			34			
35	87,2			35			
36	93,1			36			
37	100,0			37			
-	-			-			

TESTE DE AVALIAÇÃO DO CONDICIONAMENTO
FÍSICO

TABELA “C”

APLICAÇÃO
EAOT – CAMAR – CADAR CAFAR – EAOEAR - EAOF FEMININO

Continuação do Anexo 5

TABELA C – EAOF – CAMAR – CADAR – CAFAR - EAOEAR - EAOT – FEMININO

TEM PO		CORRIDA													
		13-19	20-29	30-42	>42	TEM PO	13-19	20-29	30-42	>42	TEM PO	13-19	20-29	30-42	>42
26 m 36 s	36 s	0,0	0,0	0,0	0,0	25 m 36 s	4,1	4,1	4,1	4,1	24 m 36 s	8,2	8,2	8,2	8,2
26 m 35 s	35 s	0,1	0,1	0,1	0,1	25 m 35 s	4,2	4,2	4,2	4,2	24 m 35 s	8,3	8,3	8,3	8,3
26 m 34 s	34 s	0,1	0,1	0,1	0,1	25 m 34 s	4,2	4,2	4,2	4,2	24 m 34 s	8,3	8,3	8,3	8,3
26 m 33 s	33 s	0,2	0,2	0,2	0,2	25 m 33 s	4,3	4,3	4,3	4,3	24 m 33 s	8,4	8,4	8,4	8,4
26 m 32 s	32 s	0,3	0,3	0,3	0,3	25 m 32 s	4,4	4,4	4,4	4,4	24 m 32 s	8,5	8,5	8,5	8,5
26 m 31 s	31 s	0,3	0,3	0,3	0,3	25 m 31 s	4,4	4,4	4,4	4,4	24 m 31 s	8,5	8,5	8,5	8,5
26 m 30 s	30 s	0,4	0,4	0,4	0,4	25 m 30 s	4,5	4,5	4,5	4,5	24 m 30 s	8,6	8,6	8,6	8,6
26 m 29 s	29 s	0,5	0,5	0,5	0,5	25 m 29 s	4,6	4,6	4,6	4,6	24 m 29 s	8,7	8,7	8,7	8,7
26 m 28 s	28 s	0,5	0,5	0,5	0,5	25 m 28 s	4,6	4,6	4,6	4,6	24 m 28 s	8,7	8,7	8,7	8,7
26 m 27 s	27 s	0,6	0,6	0,6	0,6	25 m 27 s	4,7	4,7	4,7	4,7	24 m 27 s	8,8	8,8	8,8	8,8
26 m 26 s	26 s	0,7	0,7	0,7	0,7	25 m 26 s	4,8	4,8	4,8	4,8	24 m 26 s	8,9	8,9	8,9	8,9
26 m 25 s	25 s	0,8	0,8	0,8	0,8	25 m 25 s	4,8	4,8	4,8	4,8	24 m 25 s	8,9	8,9	8,9	8,9
26 m 24 s	24 s	0,8	0,8	0,8	0,8	25 m 24 s	4,9	4,9	4,9	4,9	24 m 24 s	9,0	9,0	9,0	9,0
26 m 23 s	23 s	0,9	0,9	0,9	0,9	25 m 23 s	5,0	5,0	5,0	5,0	24 m 23 s	9,1	9,1	9,1	9,1
26 m 22 s	22 s	1,0	1,0	1,0	1,0	25 m 22 s	5,1	5,1	5,1	5,1	24 m 22 s	9,2	9,2	9,2	9,2
26 m 21 s	21 s	1,0	1,0	1,0	1,0	25 m 21 s	5,1	5,1	5,1	5,1	24 m 21 s	9,2	9,2	9,2	9,2
26 m 20 s	20 s	1,1	1,1	1,1	1,1	25 m 20 s	5,2	5,2	5,2	5,2	24 m 20 s	9,3	9,3	9,3	9,3
26 m 19 s	19 s	1,2	1,2	1,2	1,2	25 m 19 s	5,3	5,3	5,3	5,3	24 m 19 s	9,4	9,4	9,4	9,4
26 m 18 s	18 s	1,2	1,2	1,2	1,2	25 m 18 s	5,3	5,3	5,3	5,3	24 m 18 s	9,4	9,4	9,4	9,4
26 m 17 s	17 s	1,3	1,3	1,3	1,3	25 m 17 s	5,4	5,4	5,4	5,4	24 m 17 s	9,5	9,5	9,5	9,5
26 m 16 s	16 s	1,4	1,4	1,4	1,4	25 m 16 s	5,5	5,5	5,5	5,5	24 m 16 s	9,6	9,6	9,6	9,6
26 m 15 s	15 s	1,4	1,4	1,4	1,4	25 m 15 s	5,5	5,5	5,5	5,5	24 m 15 s	9,6	9,6	9,6	9,6
26 m 14 s	14 s	1,5	1,5	1,5	1,5	25 m 14 s	5,6	5,6	5,6	5,6	24 m 14 s	9,7	9,7	9,7	9,7
26 m 13 s	13 s	1,6	1,6	1,6	1,6	25 m 13 s	5,7	5,7	5,7	5,7	24 m 13 s	9,8	9,8	9,8	9,8
26 m 12 s	12 s	1,6	1,6	1,6	1,6	25 m 12 s	5,7	5,7	5,7	5,7	24 m 12 s	9,8	9,8	9,8	9,8
26 m 11 s	11 s	1,7	1,7	1,7	1,7	25 m 11 s	5,8	5,8	5,8	5,8	24 m 11 s	9,9	9,9	9,9	9,9
26 m 10 s	10 s	1,8	1,8	1,8	1,8	25 m 10 s	5,9	5,9	5,9	5,9	24 m 10 s	10,0	10,0	10,0	10,0
26 m 09 s	09 s	1,8	1,8	1,8	1,8	25 m 09 s	5,9	5,9	5,9	5,9	24 m 09 s	10,0	10,0	10,0	10,0
26 m 08 s	08 s	1,9	1,9	1,9	1,9	25 m 08 s	6,0	6,0	6,0	6,0	24 m 08 s	10,1	10,1	10,1	10,1
26 m 07 s	07 s	2,0	2,0	2,0	2,0	25 m 07 s	6,1	6,1	6,1	6,1	24 m 07 s	10,2	10,2	10,2	10,2
26 m 06 s	06 s	2,0	2,0	2,0	2,0	25 m 06 s	6,1	6,1	6,1	6,1	24 m 06 s	10,2	10,2	10,2	10,2
26 m 05 s	05 s	2,1	2,1	2,1	2,1	25 m 05 s	6,2	6,2	6,2	6,2	24 m 05 s	10,3	10,3	10,3	10,3
26 m 04 s	04 s	2,2	2,2	2,2	2,2	25 m 04 s	6,3	6,3	6,3	6,3	24 m 04 s	10,4	10,4	10,4	10,4
26 m 03 s	03 s	2,3	2,3	2,3	2,3	25 m 03 s	6,4	6,4	6,4	6,4	24 m 03 s	10,5	10,5	10,5	10,5
26 m 02 s	02 s	2,3	2,3	2,3	2,3	25 m 02 s	6,4	6,4	6,4	6,4	24 m 02 s	10,5	10,5	10,5	10,5
26 m 01 s	01 s	2,4	2,4	2,4	2,4	25 m 01 s	6,5	6,5	6,5	6,5	24 m 01 s	10,6	10,6	10,6	10,6
26 m 00 s	00 s	2,5	2,5	2,5	2,5	25 m 00 s	6,6	6,6	6,6	6,6	24 m 00 s	10,7	10,7	10,7	10,7
25 m 59 s	59 s	2,5	2,5	2,5	2,5	24 m 59 s	6,6	6,6	6,6	6,6	23 m 59 s	10,7	10,7	10,7	10,7
25 m 58 s	58 s	2,6	2,6	2,6	2,6	24 m 58 s	6,7	6,7	6,7	6,7	23 m 58 s	10,8	10,8	10,8	10,8
25 m 57 s	57 s	2,7	2,7	2,7	2,7	24 m 57 s	6,8	6,8	6,8	6,8	23 m 57 s	10,9	10,9	10,9	10,9
25 m 56 s	56 s	2,7	2,7	2,7	2,7	24 m 56 s	6,8	6,8	6,8	6,8	23 m 56 s	10,9	10,9	10,9	10,9
25 m 55 s	55 s	2,8	2,8	2,8	2,8	24 m 55 s	6,9	6,9	6,9	6,9	23 m 55 s	11,0	11,0	11,0	11,0
25 m 54 s	54 s	2,9	2,9	2,9	2,9	24 m 54 s	7,0	7,0	7,0	7,0	23 m 54 s	11,1	11,1	11,1	11,1
25 m 53 s	53 s	2,9	2,9	2,9	2,9	24 m 53 s	7,0	7,0	7,0	7,0	23 m 53 s	11,1	11,1	11,1	11,1
25 m 52 s	52 s	3,0	3,0	3,0	3,0	24 m 52 s	7,1	7,1	7,1	7,1	23 m 52 s	11,2	11,2	11,2	11,2
25 m 51 s	51 s	3,1	3,1	3,1	3,1	24 m 51 s	7,2	7,2	7,2	7,2	23 m 51 s	11,3	11,3	11,3	11,3
25 m 50 s	50 s	3,1	3,1	3,1	3,1	24 m 50 s	7,2	7,2	7,2	7,2	23 m 50 s	11,3	11,3	11,3	11,3
25 m 49 s	49 s	3,2	3,2	3,2	3,2	24 m 49 s	7,3	7,3	7,3	7,3	23 m 49 s	11,4	11,4	11,4	11,4
25 m 48 s	48 s	3,3	3,3	3,3	3,3	24 m 48 s	7,4	7,4	7,4	7,4	23 m 48 s	11,5	11,5	11,5	11,5
25 m 47 s	47 s	3,3	3,3	3,3	3,3	24 m 47 s	7,4	7,4	7,4	7,4	23 m 47 s	11,5	11,5	11,5	11,5
25 m 46 s	46 s	3,4	3,4	3,4	3,4	24 m 46 s	7,5	7,5	7,5	7,5	23 m 46 s	11,6	11,6	11,6	11,6
25 m 45 s	45 s	3,5	3,5	3,5	3,5	24 m 45 s	7,6	7,6	7,6	7,6	23 m 45 s	11,7	11,7	11,7	11,7
25 m 44 s	44 s	3,6	3,6	3,6	3,6	24 m 44 s	7,7	7,7	7,7	7,7	23 m 44 s	11,7	11,7	11,7	11,7
25 m 43 s	43 s	3,6	3,6	3,6	3,6	24 m 43 s	7,7	7,7	7,7	7,7	23 m 43 s	11,8	11,8	11,8	11,8
25 m 42 s	42 s	3,7	3,7	3,7	3,7	24 m 42 s	7,8	7,8	7,8	7,8	23 m 42 s	11,9	11,9	11,9	11,9
25 m 41 s	41 s	3,8	3,8	3,8	3,8	24 m 41 s	7,9	7,9	7,9	7,9	23 m 41 s	12,0	12,0	12,0	12,0
25 m 40 s	40 s	3,8	3,8	3,8	3,8	24 m 40 s	7,9	7,9	7,9	7,9	23 m 40 s	12,0	12,0	12,0	12,0
25 m 39 s	39 s	3,9	3,9	3,9	3,9	24 m 39 s	8,0	8,0	8,0	8,0	23 m 39 s	12,1	12,1	12,1	12,1
25 m 38 s	38 s	4,0	4,0	4,0	4,0	24 m 38 s	8,1	8,1	8,1	8,1	23 m 38 s	12,2	12,2	12,2	12,2
25 m 37 s	37 s	4,0	4,0	4,0	4,0	24 m 37 s	8,1	8,1	8,1	8,1	23 m 37 s	12,2	12,2	12,2	12,2

Continuação do Anexo 5

TABELA C – EAOF – CAMAR – CADAR – CAFAR - EAOEAR - EAOT – FEMININO

TEM PO		CORRIDA												
		13-19	20-29	30-42	>42	TEM PO	13-19	20-29	30-42	>42	TEM PO	13-19	20-29	30-42
23 m 36 s	12,3	12,3	12,3	12,3	22 m 36 s	16,4	16,4	16,4	16,4	21 m 36 s	20,5	20,5	20,5	20,5
23 m 35 s	12,4	12,4	12,4	12,4	22 m 35 s	16,5	16,5	16,5	16,5	21 m 35 s	20,6	20,6	20,6	20,6
23 m 34 s	12,4	12,4	12,4	12,4	22 m 34 s	16,5	16,5	16,5	16,5	21 m 34 s	20,6	20,6	20,6	20,6
23 m 33 s	12,5	12,5	12,5	12,5	22 m 33 s	16,6	16,6	16,6	16,6	21 m 33 s	20,7	20,7	20,7	20,7
23 m 32 s	12,6	12,6	12,6	12,6	22 m 32 s	16,7	16,7	16,7	16,7	21 m 32 s	20,8	20,8	20,8	20,8
23 m 31 s	12,6	12,6	12,6	12,6	22 m 31 s	16,7	16,7	16,7	16,7	21 m 31 s	20,8	20,8	20,8	20,8
23 m 30 s	12,7	12,7	12,7	12,7	22 m 30 s	16,8	16,8	16,8	16,8	21 m 30 s	20,9	20,9	20,9	20,9
23 m 29 s	12,8	12,8	12,8	12,8	22 m 29 s	16,9	16,9	16,9	16,9	21 m 29 s	21,0	21,0	21,0	21,0
23 m 28 s	12,8	12,8	12,8	12,8	22 m 28 s	16,9	16,9	16,9	16,9	21 m 28 s	21,0	21,0	21,0	21,0
23 m 27 s	12,9	12,9	12,9	12,9	22 m 27 s	17,0	17,0	17,0	17,0	21 m 27 s	21,1	21,1	21,1	21,1
23 m 26 s	13,0	13,0	13,0	13,0	22 m 26 s	17,1	17,1	17,1	17,1	21 m 26 s	21,2	21,2	21,2	21,2
23 m 25 s	13,0	13,0	13,0	13,0	22 m 25 s	17,1	17,1	17,1	17,1	21 m 25 s	21,2	21,2	21,2	21,2
23 m 24 s	13,1	13,1	13,1	13,1	22 m 24 s	17,2	17,2	17,2	17,2	21 m 24 s	21,3	21,3	21,3	21,3
23 m 23 s	13,2	13,2	13,2	13,2	22 m 23 s	17,3	17,3	17,3	17,3	21 m 23 s	21,4	21,4	21,4	21,4
23 m 22 s	13,3	13,3	13,3	13,3	22 m 22 s	17,3	17,3	17,3	17,3	21 m 22 s	21,4	21,4	21,4	21,4
23 m 21 s	13,3	13,3	13,3	13,3	22 m 21 s	17,4	17,4	17,4	17,4	21 m 21 s	21,5	21,5	21,5	21,5
23 m 20 s	13,4	13,4	13,4	13,4	22 m 20 s	17,5	17,5	17,5	17,5	21 m 20 s	21,6	21,6	21,6	21,6
23 m 19 s	13,5	13,5	13,5	13,5	22 m 19 s	17,6	17,6	17,6	17,6	21 m 19 s	21,7	21,7	21,7	21,7
23 m 18 s	13,5	13,5	13,5	13,5	22 m 18 s	17,6	17,6	17,6	17,6	21 m 18 s	21,7	21,7	21,7	21,7
23 m 17 s	13,6	13,6	13,6	13,6	22 m 17 s	17,7	17,7	17,7	17,7	21 m 17 s	21,8	21,8	21,8	21,8
23 m 16 s	13,7	13,7	13,7	13,7	22 m 16 s	17,8	17,8	17,8	17,8	21 m 16 s	21,9	21,9	21,9	21,9
23 m 15 s	13,7	13,7	13,7	13,7	22 m 15 s	17,8	17,8	17,8	17,8	21 m 15 s	21,9	21,9	21,9	21,9
23 m 14 s	13,8	13,8	13,8	13,8	22 m 14 s	17,9	17,9	17,9	17,9	21 m 14 s	22,0	22,0	22,0	22,0
23 m 13 s	13,9	13,9	13,9	13,9	22 m 13 s	18,0	18,0	18,0	18,0	21 m 13 s	22,1	22,1	22,1	22,1
23 m 12 s	13,9	13,9	13,9	13,9	22 m 12 s	18,0	18,0	18,0	18,0	21 m 12 s	22,1	22,1	22,1	22,1
23 m 11 s	14,0	14,0	14,0	14,0	22 m 11 s	18,1	18,1	18,1	18,1	21 m 11 s	22,2	22,2	22,2	22,2
23 m 10 s	14,1	14,1	14,1	14,1	22 m 10 s	18,2	18,2	18,2	18,2	21 m 10 s	22,3	22,3	22,3	22,3
23 m 09 s	14,1	14,1	14,1	14,1	22 m 09 s	18,2	18,2	18,2	18,2	21 m 09 s	22,3	22,3	22,3	22,3
23 m 08 s	14,2	14,2	14,2	14,2	22 m 08 s	18,3	18,3	18,3	18,3	21 m 08 s	22,4	22,4	22,4	22,4
23 m 07 s	14,3	14,3	14,3	14,3	22 m 07 s	18,4	18,4	18,4	18,4	21 m 07 s	22,5	22,5	22,5	22,5
23 m 06 s	14,3	14,3	14,3	14,3	22 m 06 s	18,4	18,4	18,4	18,4	21 m 06 s	22,5	22,5	22,5	22,5
23 m 05 s	14,4	14,4	14,4	14,4	22 m 05 s	18,5	18,5	18,5	18,5	21 m 05 s	22,6	22,6	22,6	22,6
23 m 04 s	14,5	14,5	14,5	14,5	22 m 04 s	18,6	18,6	18,6	18,6	21 m 04 s	22,7	22,7	22,7	22,7
23 m 03 s	14,5	14,5	14,5	14,5	22 m 03 s	18,6	18,6	18,6	18,6	21 m 03 s	22,7	22,7	22,7	22,7
23 m 02 s	14,6	14,6	14,6	14,6	22 m 02 s	18,7	18,7	18,7	18,7	21 m 02 s	22,8	22,8	22,8	22,8
23 m 01 s	14,7	14,7	14,7	14,7	22 m 01 s	18,8	18,8	18,8	18,8	21 m 01 s	22,9	22,9	22,9	22,9
23 m 00 s	14,8	14,8	14,8	14,8	22 m 00 s	18,9	18,9	18,9	18,9	21 m 00 s	23,0	23,0	23,0	23,0
22 m 59 s	14,8	14,8	14,8	14,8	21 m 59 s	18,9	18,9	18,9	18,9	20 m 59 s	23,0	23,0	23,0	23,0
22 m 58 s	14,9	14,9	14,9	14,9	21 m 58 s	19,0	19,0	19,0	19,0	20 m 58 s	23,1	23,1	23,1	23,1
22 m 57 s	15,0	15,0	15,0	15,0	21 m 57 s	19,1	19,1	19,1	19,1	20 m 57 s	23,2	23,2	23,2	23,2
22 m 56 s	15,0	15,0	15,0	15,0	21 m 56 s	19,1	19,1	19,1	19,1	20 m 56 s	23,2	23,2	23,2	23,2
22 m 55 s	15,1	15,1	15,1	15,1	21 m 55 s	19,2	19,2	19,2	19,2	20 m 55 s	23,3	23,3	23,3	23,3
22 m 54 s	15,2	15,2	15,2	15,2	21 m 54 s	19,3	19,3	19,3	19,3	20 m 54 s	23,4	23,4	23,4	23,4
22 m 53 s	15,2	15,2	15,2	15,2	21 m 53 s	19,3	19,3	19,3	19,3	20 m 53 s	23,4	23,4	23,4	23,4
22 m 52 s	15,3	15,3	15,3	15,3	21 m 52 s	19,4	19,4	19,4	19,4	20 m 52 s	23,5	23,5	23,5	23,5
22 m 51 s	15,4	15,4	15,4	15,4	21 m 51 s	19,5	19,5	19,5	19,5	20 m 51 s	23,6	23,6	23,6	23,6
22 m 50 s	15,4	15,4	15,4	15,4	21 m 50 s	19,5	19,5	19,5	19,5	20 m 50 s	23,6	23,6	23,6	23,6
22 m 49 s	15,5	15,5	15,5	15,5	21 m 49 s	19,6	19,6	19,6	19,6	20 m 49 s	23,7	23,7	23,7	23,7
22 m 48 s	15,6	15,6	15,6	15,6	21 m 48 s	19,7	19,7	19,7	19,7	20 m 48 s	23,8	23,8	23,8	23,8
22 m 47 s	15,6	15,6	15,6	15,6	21 m 47 s	19,7	19,7	19,7	19,7	20 m 47 s	23,8	23,8	23,8	23,8
22 m 46 s	15,7	15,7	15,7	15,7	21 m 46 s	19,8	19,8	19,8	19,8	20 m 46 s	23,9	23,9	23,9	23,9
22 m 45 s	15,8	15,8	15,8	15,8	21 m 45 s	19,9	19,9	19,9	19,9	20 m 45 s	24,0	24,0	24,0	24,0
22 m 44 s	15,8	15,8	15,8	15,8	21 m 44 s	19,9	19,9	19,9	19,9	20 m 44 s	24,0	24,0	24,0	24,0
22 m 43 s	15,9	15,9	15,9	15,9	21 m 43 s	20,0	20,0	20,0	20,0	20 m 43 s	24,1	24,1	24,1	24,1
22 m 42 s	16,0	16,0	16,0	16,0	21 m 42 s	20,1	20,1	20,1	20,1	20 m 42 s	24,2	24,2	24,2	24,2
22 m 41 s	16,1	16,1	16,1	16,1	21 m 41 s	20,2	20,2	20,2	20,2	20 m 41 s	24,2	24,2	24,2	24,2
22 m 40 s	16,1	16,1	16,1	16,1	21 m 40 s	20,2	20,2	20,2	20,2	20 m 40 s	24,3	24,3	24,3	24,3
22 m 39 s	16,2	16,2	16,2	16,2	21 m 39 s	20,3	20,3	20,3	20,3	20 m 39 s	24,4	24,4	24,4	24,4
22 m 38 s	16,3	16,3	16,3	16,3	21 m 38 s	20,4	20,4	20,4	20,4	20 m 38 s	24,5	24,5	24,5	24,5
22 m 37 s	16,3	16,3	16,3	16,3	21 m 37 s	20,4	20,4	20,4	20,4	20 m 37 s	24,5	24,5	24,5	24,5

Continuação do Anexo 5

TABELA C – EAOF – CAMAR – CADAR – CAFAR - EAOEAR - EAOT – FEMININO

TEM PO		CORRIDA												
		13-19	20-29	30-42	>42	TEM PO	13-19	20-29	30-42	>42	TEM PO	13-19	20-29	30-42
20 m 36 s	24,6	24,6	24,6	24,6	19 m 36 s	30,9	32,1	38,1	51,3	18 m 36 s	37,5	40,1	51,1	56,6
20 m 35 s	24,7	24,7	24,7	24,7	19 m 35 s	31,0	32,3	38,3	51,3	18 m 35 s	37,6	40,2	51,2	56,7
20 m 34 s	24,7	24,7	24,7	24,7	19 m 34 s	31,1	32,4	38,6	51,4	18 m 34 s	37,7	40,3	51,3	56,8
20 m 33 s	24,8	24,8	24,8	24,8	19 m 33 s	31,3	32,5	38,8	51,5	18 m 33 s	37,8	40,5	51,3	56,9
20 m 32 s	24,9	24,9	24,9	24,9	19 m 32 s	31,4	32,7	39,1	51,6	18 m 32 s	37,9	40,6	51,4	57,0
20 m 31 s	24,9	24,9	24,9	24,9	19 m 31 s	31,5	32,8	39,3	51,7	18 m 31 s	38,0	40,7	51,5	57,1
20 m 30 s	25,0	25,0	25,0	25,0	19 m 30 s	31,6	32,9	39,6	51,8	18 m 30 s	38,2	40,9	51,6	57,1
20 m 29 s	25,1	25,1	25,2	25,6	19 m 29 s	31,7	33,1	39,8	51,9	18 m 29 s	38,3	41,0	51,7	57,2
20 m 28 s	25,2	25,3	25,5	26,3	19 m 28 s	31,8	33,2	40,0	52,0	18 m 28 s	38,4	41,1	51,8	57,3
20 m 27 s	25,3	25,4	25,7	26,9	19 m 27 s	31,9	33,3	40,3	52,1	18 m 27 s	38,5	41,3	51,9	57,4
20 m 26 s	25,4	25,5	26,0	27,5	19 m 26 s	32,0	33,5	40,5	52,1	18 m 26 s	38,6	41,4	52,0	57,5
20 m 25 s	25,5	25,7	26,2	28,1	19 m 25 s	32,1	33,6	40,8	52,2	18 m 25 s	38,7	41,5	52,1	57,6
20 m 24 s	25,7	25,8	26,5	28,8	19 m 24 s	32,2	33,7	41,0	52,3	18 m 24 s	38,8	41,7	52,2	57,7
20 m 23 s	25,8	25,9	26,7	29,4	19 m 23 s	32,3	33,9	41,3	52,4	18 m 23 s	38,9	41,8	52,3	57,8
20 m 22 s	25,9	26,1	26,9	30,0	19 m 22 s	32,5	34,0	41,5	52,5	18 m 22 s	39,0	41,9	52,4	57,9
20 m 21 s	26,0	26,2	27,2	30,6	19 m 21 s	32,6	34,1	41,7	52,6	18 m 21 s	39,1	42,1	52,5	57,9
20 m 20 s	26,1	26,3	27,4	31,3	19 m 20 s	32,7	34,3	42,0	52,7	18 m 20 s	39,3	42,2	52,6	58,0
20 m 19 s	26,2	26,5	27,7	31,9	19 m 19 s	32,8	34,4	42,2	52,8	18 m 19 s	39,4	42,3	52,7	58,1
20 m 18 s	26,3	26,6	27,9	32,5	19 m 18 s	32,9	34,5	42,5	52,9	18 m 18 s	39,5	42,5	52,8	58,2
20 m 17 s	26,4	26,7	28,2	33,1	19 m 17 s	33,0	34,7	42,7	52,9	18 m 17 s	39,6	42,6	52,9	58,3
20 m 16 s	26,5	26,9	28,4	33,8	19 m 16 s	33,1	34,8	43,0	53,0	18 m 16 s	39,7	42,7	53,0	58,4
20 m 15 s	26,6	27,0	28,6	34,4	19 m 15 s	33,2	34,9	43,2	53,1	18 m 15 s	39,8	42,9	53,1	58,5
20 m 14 s	26,8	27,1	28,9	35,0	19 m 14 s	33,3	35,1	43,4	53,2	18 m 14 s	39,9	43,0	53,2	58,6
20 m 13 s	26,9	27,2	29,1	35,6	19 m 13 s	33,4	35,2	43,7	53,3	18 m 13 s	40,0	43,1	53,3	58,7
20 m 12 s	27,0	27,4	29,4	36,3	19 m 12 s	33,6	35,3	43,9	53,4	18 m 12 s	40,1	43,3	53,4	58,8
20 m 11 s	27,1	27,5	29,6	36,9	19 m 11 s	33,7	35,4	44,2	53,5	18 m 11 s	40,2	43,4	53,5	58,8
20 m 10 s	27,2	27,6	29,9	37,5	19 m 10 s	33,8	35,6	44,4	53,6	18 m 10 s	40,4	43,5	53,6	58,9
20 m 09 s	27,3	27,8	30,1	38,1	19 m 09 s	33,9	35,7	44,7	53,7	18 m 09 s	40,5	43,7	53,7	59,0
20 m 08 s	27,4	27,9	30,3	38,8	19 m 08 s	34,0	35,8	44,9	53,8	18 m 08 s	40,6	43,8	53,8	59,1
20 m 07 s	27,5	28,0	30,6	39,4	19 m 07 s	34,1	36,0	45,1	53,8	18 m 07 s	40,7	43,9	53,8	59,2
20 m 06 s	27,6	28,2	30,8	40,0	19 m 06 s	34,2	36,1	45,4	53,9	18 m 06 s	40,8	44,0	53,9	59,3
20 m 05 s	27,7	28,3	31,1	40,6	19 m 05 s	34,3	36,2	45,6	54,0	18 m 05 s	40,9	44,2	54,0	59,4
20 m 04 s	27,9	28,4	31,3	41,3	19 m 04 s	34,4	36,4	45,9	54,1	18 m 04 s	41,0	44,3	54,1	59,5
20 m 03 s	28,0	28,6	31,6	41,9	19 m 03 s	34,5	36,5	46,1	54,2	18 m 03 s	41,1	44,4	54,2	59,6
20 m 02 s	28,1	28,7	31,8	42,5	19 m 02 s	34,6	36,6	46,4	54,3	18 m 02 s	41,2	44,6	54,3	59,6
20 m 01 s	28,2	28,8	32,0	43,1	19 m 01 s	34,8	36,8	46,6	54,4	18 m 01 s	41,3	44,7	54,4	59,7
20 m 00 s	28,3	29,0	32,3	43,8	19 m 00 s	34,9	36,9	46,8	54,5	18 m 00 s	41,4	44,8	54,5	59,8
19 m 59 s	28,4	29,1	32,5	44,4	18 m 59 s	35,0	37,0	47,1	54,6	17 m 59 s	41,6	45,0	54,6	59,9
19 m 58 s	28,5	29,2	32,8	45,0	18 m 58 s	35,1	37,2	47,3	54,6	17 m 58 s	41,7	45,1	54,7	60,0
19 m 57 s	28,6	29,4	33,0	45,6	18 m 57 s	35,2	37,3	47,6	54,7	17 m 57 s	41,8	45,2	54,8	60,1
19 m 56 s	28,7	29,5	33,3	46,3	18 m 56 s	35,3	37,4	47,8	54,8	17 m 56 s	41,9	45,4	54,9	60,2
19 m 55 s	28,8	29,6	33,5	46,9	18 m 55 s	35,4	37,6	48,1	54,9	17 m 55 s	42,0	45,5	55,0	60,3
19 m 54 s	28,9	29,8	33,7	47,5	18 m 54 s	35,5	37,7	48,3	55,0	17 m 54 s	42,1	45,6	55,1	60,4
19 m 53 s	29,1	29,9	34,0	48,1	18 m 53 s	35,6	37,8	48,5	55,1	17 m 53 s	42,2	45,8	55,2	60,4
19 m 52 s	29,2	30,0	34,2	48,8	18 m 52 s	35,7	38,0	48,8	55,2	17 m 52 s	42,3	45,9	55,3	60,5
19 m 51 s	29,3	30,2	34,5	49,4	18 m 51 s	35,9	38,1	49,0	55,3	17 m 51 s	42,4	46,0	55,4	60,6
19 m 50 s	29,4	30,3	34,7	50,0	18 m 50 s	36,0	38,2	49,3	55,4	17 m 50 s	42,5	46,2	55,5	60,7
19 m 49 s	29,5	30,4	35,0	50,1	18 m 49 s	36,1	38,4	49,5	55,4	17 m 49 s	42,7	46,3	55,6	60,8
19 m 48 s	29,6	30,6	35,2	50,2	18 m 48 s	36,2	38,5	49,8	55,5	17 m 48 s	42,8	46,4	55,7	60,9
19 m 47 s	29,7	30,7	35,4	50,3	18 m 47 s	36,3	38,6	50,0	55,6	17 m 47 s	42,9	46,6	55,8	61,0
19 m 46 s	29,8	30,8	35,7	50,4	18 m 46 s	36,4	38,8	50,1	55,7	17 m 46 s	43,0	46,7	55,9	61,1
19 m 45 s	29,9	31,0	35,9	50,4	18 m 45 s	36,5	38,9	50,2	55,8	17 m 45 s	43,1	46,8	56,0	61,2
19 m 44 s	30,0	31,1	36,2	50,5	18 m 44 s	36,6	39,0	50,3	55,9	17 m 44 s	43,2	47,0	56,1	61,3
19 m 43 s	30,2	31,2	36,4	50,6	18 m 43 s	36,7	39,2	50,4	56,0	17 m 43 s	43,3	47,1	56,2	61,3
19 m 42 s	30,3	31,3	36,7	50,7	18 m 42 s	36,8	39,3	50,5	56,1	17 m 42 s	43,4	47,2	56,3	61,4
19 m 41 s	30,4	31,5	36,9	50,8	18 m 41 s	37,0	39,4	50,6	56,2	17 m 41 s	43,5	47,4	56,3	61,5
19 m 40 s	30,5	31,6	37,1	50,9	18 m 40 s	37,1	39,6	50,7	56,3	17 m 40 s	43,6	47,5	56,4	61,6
19 m 39 s	30,6	31,7	37,4	51,0	18 m 39 s	37,2	39,7	50,8	56,3	17 m 39 s	43,8	47,6	56,5	61,7
19 m 38 s	30,7	31,9	37,6	51,1	18 m 38 s	37,3	39,8	50,9	56,4	17 m 38 s	43,9	47,8	56,6	61,8
19 m 37 s	30,8	32,0	37,9	51,2	18 m 37 s	37,4	39,9	51,0	56,5	17 m 37 s	44,0	47,9	56,7	61,9

Continuação do Anexo 5

TABELA C – EAOF – CAMAR – CADAR – CAFAR - EAOEAR - EAOT – FEMININO

		CORRIDA															
TEM	PO	13-19	20-29	30-42	>42	TEM	PO	13-19	20-29	30-42	>42	TEM	PO	13-19	20-29	30-42	>42
17 m	36 s	44,1	48,0	56,8	62,0	16 m	36 s	50,7	55,1	63,0	70,9	15 m	36 s	57,6	61,9	72,6	80,9
17 m	35 s	44,2	48,1	56,9	62,1	16 m	35 s	50,8	55,2	63,2	71,0	15 m	35 s	57,7	62,1	72,8	81,1
17 m	34 s	44,3	48,3	57,0	62,2	16 m	34 s	50,9	55,3	63,3	71,2	15 m	34 s	57,8	62,3	72,9	81,3
17 m	33 s	44,4	48,4	57,1	62,4	16 m	33 s	51,0	55,5	63,5	71,3	15 m	33 s	57,9	62,5	73,1	81,5
17 m	32 s	44,5	48,5	57,2	62,5	16 m	32 s	51,1	55,6	63,6	71,5	15 m	32 s	58,0	62,6	73,3	81,8
17 m	31 s	44,6	48,7	57,3	62,7	16 m	31 s	51,3	55,7	63,8	71,6	15 m	31 s	58,1	62,8	73,4	82,0
17 m	30 s	44,7	48,8	57,4	62,8	16 m	30 s	51,4	55,8	64,0	71,8	15 m	30 s	58,2	63,0	73,6	82,2
17 m	29 s	44,8	48,9	57,5	63,0	16 m	29 s	51,5	55,9	64,1	71,9	15 m	29 s	58,4	63,2	73,7	82,4
17 m	28 s	45,0	49,1	57,6	63,1	16 m	28 s	51,6	56,0	64,3	72,1	15 m	28 s	58,5	63,4	73,9	82,6
17 m	27 s	45,1	49,2	57,7	63,3	16 m	27 s	51,7	56,1	64,4	72,2	15 m	27 s	58,6	63,6	74,1	82,8
17 m	26 s	45,2	49,3	57,8	63,4	16 m	26 s	51,8	56,2	64,6	72,4	15 m	26 s	58,7	63,8	74,2	83,0
17 m	25 s	45,3	49,5	57,9	63,6	16 m	25 s	51,9	56,4	64,8	72,5	15 m	25 s	58,8	64,0	74,4	83,2
17 m	24 s	45,4	49,6	58,0	63,7	16 m	24 s	52,1	56,5	64,9	72,7	15 m	24 s	58,9	64,2	74,5	83,4
17 m	23 s	45,5	49,7	58,1	63,9	16 m	23 s	52,2	56,6	65,1	72,8	15 m	23 s	59,0	64,3	74,7	83,6
17 m	22 s	45,6	49,9	58,2	64,0	16 m	22 s	52,3	56,7	65,2	73,0	15 m	22 s	59,2	64,5	74,9	83,8
17 m	21 s	45,7	50,0	58,3	64,2	16 m	21 s	52,4	56,8	65,4	73,1	15 m	21 s	59,3	64,7	75,0	84,0
17 m	20 s	45,8	50,1	58,4	64,3	16 m	20 s	52,5	56,9	65,6	73,3	15 m	20 s	59,4	64,9	75,2	84,3
17 m	19 s	45,9	50,2	58,5	64,5	16 m	19 s	52,6	57,0	65,7	73,4	15 m	19 s	59,5	65,1	75,3	84,5
17 m	18 s	46,1	50,3	58,6	64,6	16 m	18 s	52,7	57,2	65,9	73,5	15 m	18 s	59,6	65,3	75,5	84,7
17 m	17 s	46,2	50,5	58,7	64,8	16 m	17 s	52,9	57,3	66,0	73,7	15 m	17 s	59,7	65,5	75,7	84,9
17 m	16 s	46,3	50,6	58,8	64,9	16 m	16 s	53,0	57,4	66,2	73,8	15 m	16 s	59,8	65,7	75,8	85,1
17 m	15 s	46,4	50,7	58,8	65,1	16 m	15 s	53,1	57,5	66,4	74,0	15 m	15 s	60,0	65,9	76,0	85,3
17 m	14 s	46,5	50,8	58,9	65,2	16 m	14 s	53,2	57,6	66,5	74,1	15 m	14 s	60,1	66,1	76,1	85,5
17 m	13 s	46,6	50,9	59,0	65,4	16 m	13 s	53,3	57,7	66,7	74,3	15 m	13 s	60,2	66,2	76,3	85,7
17 m	12 s	46,7	51,0	59,1	65,5	16 m	12 s	53,4	57,8	66,8	74,4	15 m	12 s	60,3	66,4	76,5	85,9
17 m	11 s	46,8	51,1	59,2	65,7	16 m	11 s	53,5	58,0	67,0	74,6	15 m	11 s	60,4	66,6	76,6	86,1
17 m	10 s	46,9	51,3	59,3	65,8	16 m	10 s	53,7	58,1	67,2	74,7	15 m	10 s	60,5	66,8	76,8	86,3
17 m	09 s	47,0	51,4	59,4	66,0	16 m	09 s	53,8	58,2	67,3	74,9	15 m	09 s	60,6	67,0	76,9	86,5
17 m	08 s	47,1	51,5	59,5	66,1	16 m	08 s	53,9	58,3	67,5	75,0	15 m	08 s	60,8	67,2	77,1	86,8
17 m	07 s	47,3	51,6	59,6	66,3	16 m	07 s	54,0	58,4	67,6	75,2	15 m	07 s	60,9	67,4	77,4	87,0
17 m	06 s	47,4	51,7	59,7	66,4	16 m	06 s	54,1	58,5	67,8	75,3	15 m	06 s	61,0	67,6	77,6	87,2
17 m	05 s	47,5	51,8	59,8	66,6	16 m	05 s	54,2	58,6	68,0	75,5	15 m	05 s	61,1	67,8	77,8	87,4
17 m	04 s	47,6	51,9	59,9	66,7	16 m	04 s	54,4	58,8	68,1	75,6	15 m	04 s	61,2	67,9	78,0	87,6
17 m	03 s	47,7	52,0	60,0	66,9	16 m	03 s	54,5	58,9	68,3	75,8	15 m	03 s	61,3	68,1	78,3	87,8
17 m	02 s	47,8	52,2	60,1	67,0	16 m	02 s	54,6	59,0	68,4	75,9	15 m	02 s	61,5	68,3	78,5	88,0
17 m	01 s	47,9	52,3	60,2	67,1	16 m	01 s	54,7	59,1	68,6	76,1	15 m	01 s	61,6	68,5	78,7	88,2
17 m	00 s	48,0	52,4	60,3	67,3	16 m	00 s	54,8	59,2	68,8	76,2	15 m	00 s	61,7	68,7	78,9	88,4
16 m	59 s	48,1	52,5	60,4	67,4	15 m	59 s	54,9	59,3	68,9	76,4	14 m	59 s	61,8	68,9	79,2	88,6
16 m	58 s	48,2	52,6	60,5	67,6	15 m	58 s	55,0	59,4	69,1	76,5	14 m	58 s	61,9	69,1	79,4	88,8
16 m	57 s	48,4	52,7	60,6	67,7	15 m	57 s	55,2	59,5	69,2	76,7	14 m	57 s	62,0	69,3	79,6	89,0
16 m	56 s	48,5	52,8	60,7	67,9	15 m	56 s	55,3	59,7	69,4	76,8	14 m	56 s	62,2	69,5	79,8	89,3
16 m	55 s	48,6	53,0	60,8	68,0	15 m	55 s	55,4	59,8	69,6	77,0	14 m	55 s	62,4	69,7	80,1	89,5
16 m	54 s	48,7	53,1	60,9	68,2	15 m	54 s	55,5	59,9	69,7	77,2	14 m	54 s	62,6	69,8	80,3	89,7
16 m	53 s	48,8	53,2	61,0	68,3	15 m	53 s	55,6	60,0	69,9	77,4	14 m	53 s	62,8	70,0	80,5	89,9
16 m	52 s	48,9	53,3	61,1	68,5	15 m	52 s	55,7	60,1	70,0	77,6	14 m	52 s	63,0	70,2	80,7	90,1
16 m	51 s	49,0	53,4	61,2	68,6	15 m	51 s	55,8	60,2	70,2	77,8	14 m	51 s	63,2	70,4	80,9	90,3
16 m	50 s	49,1	53,5	61,3	68,8	15 m	50 s	56,0	60,3	70,4	78,0	14 m	50 s	63,4	70,6	81,2	90,5
16 m	49 s	49,2	53,6	61,3	68,9	15 m	49 s	56,1	60,5	70,5	78,2	14 m	49 s	63,6	70,8	81,4	90,7
16 m	48 s	49,3	53,8	61,4	69,1	15 m	48 s	56,2	60,6	70,7	78,4	14 m	48 s	63,8	71,0	81,6	90,9
16 m	47 s	49,5	53,9	61,5	69,2	15 m	47 s	56,3	60,7	70,8	78,6	14 m	47 s	63,9	71,2	81,8	91,2
16 m	46 s	49,6	54,0	61,6	69,4	15 m	46 s	56,4	60,8	71,0	78,8	14 m	46 s	64,1	71,4	82,1	91,4
16 m	45 s	49,7	54,1	61,7	69,5	15 m	45 s	56,5	60,9	71,2	79,0	14 m	45 s	64,3	71,5	82,3	91,7
16 m	44 s	49,8	54,2	61,8	69,7	15 m	44 s	56,6	61,0	71,3	79,3	14 m	44 s	64,5	71,7	82,5	92,0
16 m	43 s	49,9	54,3	61,9	69,8	15 m	43 s	56,8	61,1	71,5	79,5	14 m	43 s	64,7	71,9	82,7	92,2
16 m	42 s	50,0	54,4	62,0	70,0	15 m	42 s	56,9	61,3	71,6	79,7	14 m	42 s	64,9	72,1	83,0	92,5
16 m	41 s	50,1	54,5	62,2	70,1	15 m	41 s	57,0	61,4	71,8	79,9	14 m	41 s	65,1	72,3	83,2	92,8
16 m	40 s	50,2	54,7	62,4	70,3	15 m	40 s	57,1	61,5	72,0	80,1	14 m	40 s	65,3	72,5	83,4	93,0
16 m	39 s	50,3	54,8	62,5	70,4	15 m	39 s	57,2	61,6	72,1	80,3	14 m	39 s	65,5	72,7	83,6	93,3
16 m	38 s	50,5	54,9	62,7	70,6	15 m	38 s	57,3	61,7	72,3	80,5	14 m	38 s	65,7	72,9	83,9	93,6
16 m	37 s	50,6	55,0	62,8	70,7	15 m	37 s	57,4	61,8	72,4	80,7	14 m	37 s	65,9	73,1	84,1	93,8

