



CBDI

Confederação Brasileira de Desportos para Deficientes Intelectuais

Provas e índices mínimos para a Categoria Síndrome de Down: Índices A

Provas	Masc. A	Fem. A
100m	18''00	24''50
200m	39''00	1'05''00
400m	1'50''00	2'50''00
800m	4'30''00	6'00''
1.500m	10'30	14'30
Salto em Distancia	2.40	1.50
Arremesso de Peso	(4 kg) 5.30	(3 kg) 2.80
Lançamento de Disco	1(kg) 13.00m	(0,75 kg) 8.00m
Lançamento de Dardo	(600gr) 13.50	(400gr) 8.00m
Revezamento - 4 x 100m	1 por equipe	1 por equipe
Revezamento - 4 x 400m	1 por equipe	1 por equipe

Provas e índices mínimos para a Categoria Aberta: Índices A

Provas	Masc. A	Fem. A
100m	12'30	16''00
200m	26'00	33''80
400m	1'00	1'22
800m	2'22	3'00
1500m	4'50	7'00
3000m	-----	15'00
5000m	19'30	-----
5000m Marcha Atlética	40'00	46'00
110m c/ Barreira	21'00	-----
Salto em Altura	1,40m	1,10m
Salto em Distância	5,20m	3,60m
Salto Triplo	9,50m	6,00m
Arremesso de Peso	8,50m (7, 260 kg)	6,30m (4,00Kg)
Lançamento do Disco	17,00m (2,00Kg)	15,00m (1,0Kg)
Lançamento do Dardo	25.60m (800g)	15,00m (600g)
4 X 100 metros	1 por equipe	1 por equipe
4 X 400 metros	1 por equipe	1 por equipe