

Escalões	Género	Distância de Transposição	Parciais Transposição	Altura de Barreira
			Dist. Ataque / Dist. Recepção	
Benj B	Fem.	2.0	1.20 / 0.80	0.60
	Masc.	2.0	1.20 / 0.80	0.60
Inf.	Fem.	2.50 - 2.60	1.60 / 1.0	0.76
	Masc.	2.60 - 2.70	1.70 / 1.0	0.76
Ini.	Fem.	2.70 - 2.80	1.80 / 1.0	0.76
	Masc.	2.80-2.90	1.90 / 1.0	0.84
Juv.	Fem.	3.0m	2.0 / 1.0	0.76
	Masc.	3.10	2.05 / 1.05	0.91
Jun.	Fem.	3.0-3.50	2-2.0 / 1-1.30	0.84
	Masc.	3.50-3.70	2.20-2.30 / 1.30-1.40	1.0
Sen.	Fem.	3.0-3.50	2-2.0 / 1-1.30	0.84
	Masc.	3.50-3.70	2.20-2.30 / 1.30-1.40	1.06

Escalões	Género	Distância de Transposição	Parciais Transposição	Altura de Barreira
			Dist. Ataque / Dist. Recepção	
Inf.	Fem.	2.50 - 2.60	1.60 / 1.0	0.76
	Masc.	2.60 - 2.70	1.70 / 1.0	0.76
Ini.	Fem.	2.70 - 2.80	1.80 / 1.0	0.76
	Masc.	2.80-2.90	1.90 / 1.0	0.84
Juv.	Fem.	3.0m	2.0 / 1.0	0.76
	Masc.	3.10	2.05 / 1.05	0.91
Jun.	Fem.	3.0-3.50	2-2.0 / 1-1.30	0.84
	Masc.	3.50-3.70	2.20-2.30 / 1.30-1.40	1.0
Sen.	Fem.	3.0-3.50	2-2.0 / 1-1.30	0.84
	Masc.	3.50-3.70	2.20-2.30 / 1.30-1.40	1.06

<b>Distância entre Barreiras</b>	<b>Distância a percorrer</b>	<b>Amplitude de Passo</b>	<b>Amplitude de 3 Passos</b>
6.0	4.0	1.30 - 1.35	3.90 - 4.05
6.0	4.0	1.30 - 1.35	3.90 - 4.05
7.0	4.40	1.40 - 1.45	4.20 - 4.40
7.50	4.80	1.60	4.80
8.0	5.20	1.70 - 1.75	5.10 - 5.25
8.50	5.60	1.85 - 1.90	5.55 - 5.70
8.50	5.50	1.80 - 1.85	5.40 - 5.55
9.14	6.04	2.0	6.0
8.50	5.50	1.83	5.50
9.14	5.64	1.85 - 1.90	5.55 - 5.70
8.50	5.50	1.83	5.50
9.14	5.64	1.85 - 1.90	5.55 - 5.70

<b>Distância entre Barreiras</b>	<b>Distância a percorrer</b>	<b>Amplitude de Passo</b>	<b>Amplitude de 3 Passos</b>
7.0	4.40	1.40 - 1.45	4.20 - 4.40
7.50	4.80	1.60	4.80
8.0	5.20	1.70 - 1.75	5.10 - 5.25
8.50	5.60	1.85 - 1.90	5.55 - 5.70
8.50	5.50	1.80 - 1.85	5.40 - 5.55
9.14	6.04	2.0	6.0
8.50	5.50	1.83	5.50
9.14	5.64	1.85 - 1.90	5.55 - 5.70
8.50	5.50	1.83	5.50
9.14	5.64	1.85 - 1.90	5.55 - 5.70