



# Campeonato Nacional de Clubes - Fase de apuramento

FPA **COMPETIÇÕES**

Vário Locais - (22/05/2021 - 23/05/2021)

## Martelo 4kg | JUV a VET - F | Dia 1

### Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Ángela Silva	2000	SUB-23		G DESP ESTREITO	49.26	41.59	49.26	X	47.42
2	Inês Florêncio	2003	JUN		JUV VIDIGALENSE	48.70	43.12	45.80	45.70	48.70
3	Catarina Flor	2005	JUV		C ATLETISMO DO PORTO	47.50	X	35.32	42.42	47.50
4	Ana Granja	1999	SUB-23		A D R ÁGUA DE PENA	42.68	X	41.25	37.91	42.68
5	Milene Jesus	1999	SUB-23		A C D JARDIM SERRA	42.37	39.93	X	42.37	X
6	Eva Gonçalves	2002	JUN		N A DE CUCUJÃES	42.34	X	38.04	42.34	X
7	Sandra Santos	1984	VET 35		CASA BENFICA FARO	41.06	39.72	41.06	X	40.35
8	Susana Flores	1981	VET 35		GRECAS - VAGOS	36.82	X	33.88	X	36.82
9	Luciana Carvalho	2001	SUB-23		A C R SRA DESTERRO	35.35	34.62	35.35	34.44	X
10	Eliana Pereira	2003	JUN		MAIA A C	34.76	X	30.23	X	34.76
11	Andreia Teixeira	1992	SEN		GRUPO REC EIRENSE	34.61	31.84	34.41	34.61	34.42
12	Inês Rodrigues	2000	SUB-23		S CLUBE DE BRAGA	34.24	33.96	X	34.24	30.83
13	Ivanilda Lopes	2000	SUB-23		S L BENFICA	33.81	X	32.48	33.81	33.46
14	Mariana Pinto	1994	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	33.31	33.31	X	X	30.89
15	Madalena Perpétuo	2004	JUV		JUVENTUDE ILHA VERDE	32.50	21.68	29.71	28.26	32.50
16	Ana Paula Pinto	1995	SEN		A D C J CLARK	31.93	X	X	X	31.93
17	Micaela Sereno	2000	SUB-23		ATLÉTICO C BATALHA	31.45	28.69	30.78	29.22	31.45
18	Sónia Grácio	1974	VET 45		G ATLETISMO FÁTIMA	30.70	X	X	30.70	X
19	Sofia Marques	1999	SUB-23		C DESP C+S LAVRA	30.66	30.66	X	25.85	X
20	Nádia Delgado	2004	JUV	STP	G DESP CAVADAS	30.29	X	26.56	26.60	30.29
21	Bruna Rodrigues	2005	JUV		C T M V POUCA AGUIAR	29.91	X	28.46	X	29.91
22	Joana Silva	1984	VET 35		CLUBE DESP DA PÓVOA	29.47	29.47	29.34	X	27.94
23	Beatriz Nascimento	2004	JUV		C D R RIBEIRINHO	29.41	X	X	26.22	29.41
24	Aline Pontieri	1996	SEN		C SPIRIDON DE GAIA	28.58	26.22	X	28.58	X
25	Catarina Pinho	2001	SUB-23		C F OLIVEIRA DOURO	28.54	22.51	27.85	X	28.54
26	Sofia Santos	2003	JUN		E ATLETISMO TROFA	28.01	23.14	23.45	23.19	28.01
27	Taísa Silva	2004	JUV		C S MARÍTIMO	27.12	27.12	25.06	X	X
28	Rita Martins	2003	JUN		ESCOLA DO MOVIMENTO	24.95	24.95	X	24.91	X
29	Alexandra Aleixo	1999	SUB-23		U F C TOMAR	24.41	23.14	23.65	22.56	24.41
30	Tania Silva	2001	SUB-23	CPV	J O MONTE ABRAÃO	22.18	22.18	20.60	X	21.93
31	Jéssica Gonçalves	2004	JUV		C D AREIAS S. JOÃO	19.47	19.47	19.37	18.13	19.30
32	Luana Almeida	2005	JUV		G D R DA VERDERENA	19.30	19.30	15.39	17.99	15.13
33	Carina Castro	1994	SEN		LEIXÕES SPORT CLUB	8.79	8.79	-	-	-
9999	Constança Junqueira	2004	JUV		GRUPO DESP DIANA	x	X	X	-	-

## Salto em Comprimento | JUV a VET - F | Dia 1

### Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Agate Sousa	2000	SUB-23	STP	G ATLETISMO FÁTIMA	6.41	6.24	+1.5	6.41	+2.5	X		6.20	+1.5
2	Lucinda Gomes	1995	SEN		G DESP ESTREITO	5.85	5.74	0.60	5.85	1.30	5.78	-0.9	X	
3	Mariana Novo	2000	SUB-23		A C PÓVOA DE VARZIM	5.66	X		5.49	1.00	X		5.66	0.60
4	Teresa Abade	2004	JUV		A ESC ATLET CARTAXO	5.63	X		5.63	+3.6	5.08	+2.0	5.13	+1.7
5	Raquel Ter Haar	1999	SUB-23		GRUPO DESP DIANA	5.59	5.32	+1.7	5.59	+3.6	5.50	+3.9	5.37	+1.6
5	Lurdes Oliveira	2004	JUV		GRUPO REC EIRENSE	5.59	5.59	3.90	3.99	2.70	3.66	1.50	5.51	2.50
7	Ana Rita Silva	2000	SUB-23		MAIA A C	5.58	5.47	1.50	5.58	1.20	5.42	1.80	5.45	1.70
8	Elin Barros	2005	JUV		G DESP CAVADAS	5.53	5.02	+1.9	5.34	+2.8	5.41	+3.3	5.53	+2.6
9	Vera Monteiro	2002	JUN		C F OLIVEIRA DOURO	5.38	5.22	2.00	5.38	1.30	5.08	-0.4	X	
10	Inês Vicente	2004	JUV		S L BENFICA	5.37	5.36	+0.8	X		5.37	+2.8	X	
11	Rita Barbosa	2005	JUV		ESCOLA DO MOVIMENTO	5.36	5.05	0.10	5.11	-0.8	5.36	0.30	5.21	0.60
12	Joana Gameiro	2004	JUV		JUV VIDIGALENSE	5.34	X		5.15	2.40	5.34	3.20	X	
13	Lara Rego	2004	JUV		C A MAZAREFES	5.29	5.05	-0.7	5.29	1.70	5.09		5.13	1.20
14	Mariana Costa	2001	SUB-23		S CLUBE DE BRAGA	5.28	5.04	0.60	5.28		5.15	0.50	5.17	1.20
15	Cláudia Santos	1989	SEN		J O MONTE ABRAÃO	5.26	4.85	+2.0	5.26	+3.8	5.11	+3.8	4.96	+1.6



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO

100 ANOS  
1921 - 2021

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
16	Alexandra Silva	2001	SUB-23		C S MARÍTIMO	5.23	X		X		5.22	1.20	5.23	-0.2
17	Joana Melo	1993	SEN		C D AREIAS S. JOÃO	5.14	5.07	3.40	5.14	4.20	5.14	4.80	5.11	3.60
18	Ana Carrasqueira	1999	SUB-23		CASA BENFICA FARO	5.06	5.06	4.10	X		-		4.69	4.10
18	Palmira Martins	1998	SEN		A C R SRA DESTERRO	5.06	4.89	3.70	5.06	3.00	X		5.04	1.80
20	Melissa Sereno	2005	JUV		C ATLETISMO DO PORTO	5.04	4.79	0.80	4.89	0.10	5.04	-0.3	4.73	1.40
20	Scarlett Saleiro	1998	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	5.04	X		X		5.04	1.20	4.88	1.10
22	Beatriz Marques	2002	JUN		U F C TOMAR	5.03	4.63	+2.5	4.92	+2.7	5.03	+3.9	X	
23	Cláudia Fernandes	1997	SEN		A C D JARDIM SERRA	4.95	4.94	-0.3	4.70	-1.9	4.95	0.50	4.82	-1.7
24	Georgete Silva	1999	SUB-23		C D R RIBEIRINHO	4.91	4.74	+2.9	4.79	+3.2	4.86	+2.1	4.91	+3.3
25	Jennifer Gomes	1995	SEN		GRECAS - VAGOS	4.88	4.78	2.10	4.88	4.30	4.72	2.40	4.65	4.30
26	Mariana Gomes	2003	JUN		ATLETAS FIM SEMANA	4.83	4.68	4.60	4.73	4.30	4.83	3.20	4.70	2.60
27	Inês Marques	2003	JUN		G C A DONAS	4.74	4.74	3.40	4.59	3.30	4.25	1.60	X	
28	Mónica Rodrigues	2001	SUB-23		E ATLETISMO TROFA	4.73	4.62	0.30	4.46	0.60	4.67	1.60	4.73	1.40
29	Laura Salgueiro	2005	JUV		C T M V POUÇA AGUIAR	4.70	X		4.57	1.60	X		4.70	1.30
30	Beatriz Melo	2001	SUB-23		N A DE CUCUJÃES	4.67	X		4.38	4.10	X		4.67	5.00
31	Joana Santos	1997	SEN		S C BEIRA-MAR	4.65	4.65	1.90	3.43	2.80	4.44	4.00	4.42	3.80
32	Catarina Soares	2005	JUV		JUVENTUDE ILHA VERDE	4.59	4.59	1.30	X		4.58	2.40	4.26	1.50
33	Erica Guedes	2003	JUN		ATLÉTICO C BATALHA	4.48	4.13	3.70	X		4.04	3.60	4.48	4.10
34	Marcia Barbosa	2003	JUN	CPV	A ACAD BELA VISTA	4.46	3.98	4.60	4.46	3.60	4.14	4.70	4.35	3.40
35	Ana Teixeira	2001	SUB-23		LEIXÕES SPORT CLUB	4.30	4.27	2.20	X		4.26	0.10	4.30	0.40
36	Ana Andrade	2005	JUV		C DESP QUARTEIRA	4.20	X		X		4.02	6.00	4.20	5.80
37	Ana Leal	1992	SEN		CLUBE DESP DA PÓVOA	3.91	3.91	1.40	3.86	2.70	X		3.90	1.10
38	Sara Gomes	2005	JUV		G D R DA VERDERENA	3.72	X		3.72	+2.3	3.67	+4.9	3.56	+1.7
39	Helena Rodrigues	2005	JUV		A D C C J CLARK	3.41	3.41	2.80	3.41	3.90	3.23	1.90	3.39	3.90

**100 metros | JUV a VET - M | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	André Costa	1992	SEN		CASA BENFICA FARO	10.46
2	Dorian Keletela	1999	SUB-23	CGO	SPORTING C P	10.55
3	Gil Manuel	1994	SEN		JUV VIDIGALENSE	10.74
4	Guilherme Santos	2000	SUB-23		ESCOLA DO MOVIMENTO	10.87
5	Wilson Pedro	1998	SEN		C A BAIXA BANHEIRA	10.88
6	João Guerreiro	1998	SEN		C D AREIAS S. JOÃO	10.90
7	Rodrigo Rito	2000	SUB-23		G DESP ESTREITO	10.97
8	Tiago Rocha	2001	SUB-23		C ATLETISMO DE SEIA	10.99
8	Edi Sousa	1989	SEN		S CLUBE DE BRAGA	10.99
10	João Djibo	1994	SEN	GBS	C S S JOÃO MADEIRA	11.02
11	Lucas Reis	2002	JUN	BRA	A C PÓVOA DE VARZIM	11.08
12	Hugo Duarte	1999	SUB-23		GRECAS - VAGOS	11.09
13	Ailton Silva	1994	SEN	ANG	C ATLETISMO SINTRA	11.13
14	Pedro Fernandes	2002	JUN		C A MARINHA GRANDE	11.19
15	Sandro Henriques	2001	SUB-23		C P T SOBRAL CEIRA	11.20
15	José Baião	2002	JUN		C ATLETISMO TUNES	11.20
17	Fábio Cunha	1994	SEN		A C R SRA DESTERRO	11.22
17	Osvaldo Barbosa	2003	JUN		G DESP CAVADAS	11.22
19	Válter Pinto	1993	SEN		C F OS BELENENSES	11.24
20	Martim Estanislau	2004	JUV		VITÓRIA F C	11.27
21	João Ferreira	1998	SEN		N A DE CUCUJÃES	11.34
21	Pedro Da Silva	1994	SEN		MAIA A C	11.34
23	Gabriel Gonçalves	2005	JUV		GIRA SOL	11.37
24	Tomás Areias	2004	JUV		ATLÉTICO C BATALHA	11.44
25	Gustavo Rodrigo	2002	JUN		U F C TOMAR	11.46
26	Diogo Godinho	2003	JUN		C DESP QUARTEIRA	11.51
27	Diogo Costa	2001	SUB-23		CLUBE DESP DA PÓVOA	11.52
28	André Sousa	2002	JUN		VITÓRIA S C	11.53
29	André Silva	1999	SUB-23		LUSITÂNIA LOUROSA FC	11.61
30	Luiz Silva	2003	JUN	BRA	A ESC ATLET CARTAXO	11.63
31	Diogo Saldanha	2001	SUB-23		C F OLIVEIRA DOURO	11.72
32	Duarte Ferreira	2003	JUN		C A MAZAREFES	11.79



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
33	Rodrigo Almeida	2004	JUV		ATLETAS FIM SEMANA	11.86
34	Mário Neves	2000	SUB-23		GRUPO REC EIRENSE	11.93
35	Tomás Alves	2004	JUV		JUVENTUDE ILHA VERDE	12.03
35	Fábio Barata	1993	SEN		G C A DONAS	12.03
37	Miguel Azevedo	2003	JUN		A D R ÁGUA DE PENA	12.04
38	João Zamith	2004	JUV		C DESP C+S LAVRA	12.05
39	João Esteves	1998	SEN		A C D JARDIM SERRA	12.14
40	João Lopes	2003	JUN		C BENFICA T VEDRAS	12.17
41	Igor Silva	2000	SUB-23		C S MARÍTIMO	12.20
42	Kelton Almeida	1998	SEN		CASA POVO ALCANENA	12.32
43	Nuno Ribeiro	2000	SUB-23		A C VALE S MARTINHO	12.34
44	Hélder Lima	2002	JUN		C D C NAVAIS	12.43
45	Jorge Pinto	2002	JUN		C T M V POUCA AGUIAR	12.48
46	Leonardo Teixeira	2003	JUN		E ATLETISMO TROFA	12.53
47	Guilherme Gonçalves	2005	JUV		PENTA CLUBE COVILHÃ	12.66
48	Tiago Teixeira	2000	SUB-23		C SPIRIDON DE GAIA	12.76
49	Francisco Campos	2003	JUN		LEIXÕES SPORT CLUB	12.81
50	Micael Alves	2004	JUV		A C D ÍLHAVOS	13.37
51	Jorge Campos	1975	VET 45		C D S SALVADOR CAMPO	14.32
9999	David Silva	2004	JUV		C ATLETISMO DO PORTO	x

**100 metros | JUV a VET - F | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Tamiris De Liz	1995	SEN	BRA	J O MONTE ABRAÃO	11.59
2	Patrícia Rodrigues	1999	SUB-23		G ATLETISMO FÁTIMA	12.01
3	Catarina Lourenço	2000	SUB-23		S L BENFICA	12.08
4	Sofia Duarte	1996	SEN		G DESP ESTREITO	12.24
5	Mariana Videira	2003	JUN		JUV VIDIGALENSE	12.25
6	Beatriz Matias	2000	SUB-23		A C D JARDIM SERRA	12.38
7	Daniela Amaro	2001	SUB-23		G DESP CAVADAS	12.44
8	Mariana Marques	2003	JUN		VITÓRIA S C	12.45
9	Maria Santos	2002	JUN		C F OLIVEIRA DOURO	12.47
10	Patricia Alminhas	2000	SUB-23		C S MARÍTIMO	12.50
11	Rita Fernandes	2005	JUV		MAIA A C	12.64
11	Marta Serra	2002	JUN		GRUPO REC EIRENSE	12.64
13	Rita Santos	1999	SUB-23		GRECAS - VAGOS	12.82
14	Carolina Pinheiro	2004	JUV		C DESP QUARTEIRA	12.83
15	Alice Finisterra	2004	JUV		S C BEIRA-MAR	12.85
16	Ana Sofia Alves	2002	JUN		A ESC ATLET CARTAXO	12.87
17	Sofia Ramos	2000	SUB-23		A C PÓVOA DE VARZIM	12.89
18	Ana Rita Lopes	2004	JUV		PENTA CLUBE COVILHÃ	12.90
19	Diana Afonso	1998	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	12.92
20	Ana Mendes	1998	SEN		S CLUBE DE BRAGA	13.00
21	Rute Limpo	1990	SEN		VITÓRIA F C	13.01
22	Mariana Alves	2001	SUB-23		ESCOLA DO MOVIMENTO	13.05
22	Ana Teixeira	2001	SUB-23		LEIXÕES SPORT CLUB	13.05
24	Bruna Seborro	2003	JUN		G C A DONAS	13.07
25	Mariana Pereira	2002	JUN		C D R RIBEIRINHO	13.10
26	Daniela Cruz	1993	SEN		C SPIRIDON DE GAIA	13.17
27	Ana Carrasqueira	1999	SUB-23		CASA BENFICA FARO	13.25
28	Mónica Rodrigues	2001	SUB-23		E ATLETISMO TROFA	13.28
29	Sofia Martins	2004	JUV		C T M V POUCA AGUIAR	13.29
30	Lara Castro	2005	JUV		C D AREIAS S. JOÃO	13.33
31	Filipa Rego	2005	JUV		C A MAZAREFES	13.35
32	Beatriz Bastos	2003	JUN		CLUBE DESP DA PÓVOA	13.38
33	Inês Dolgova	2005	JUV		A ACAD BELA VISTA	13.57
34	Filipa Maravalhas	2005	JUV		C DESP C+S LAVRA	13.61
35	Ana Franco	2002	JUN		ATLETAS FIM SEMANA	13.64
36	Joana Medeiros	2005	JUV		JUVENTUDE ILHA VERDE	13.69



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
37	Vera Duque	2003	JUN		ATLÉTICO C BATALHA	13.71
38	Jacinta Santos	2003	JUN		C A MARINHA GRANDE	13.78
39	Marisa Nunes	2005	JUV		U F C TOMAR	13.82
40	Maria Heloísa Santos	2005	JUV		G D R DA VERDERENA	13.91
41	Patricia Martins	2003	JUN		GRUPO DESP DIANA	13.97
42	Íris Marques	2005	JUV		C ATLETISMO DO PORTO	14.18
43	Fátima Barbosa	2003	JUN		A D C C J CLARK	14.31
9999	Ana Moreira	1998	SEN		A C R SRA DESTERRO	x

### Salto em Altura | JUV a VET - F | Dia 1

#### Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1.25	1.30	1.35	1.40	1.44	1.48	1.52	1.55	1.58	1.61	1.63	1.65	1.67	1.69	1.71	1.73	1.75	1.77
1	Thais Beranger	2005	JUV	FRA	C F OLIVEIRA DOURO	1.75	-	-	-	-	-	-	O	O	O	O	O	O	O	O	O	O	XXO	XXX
2	Lecabela Quaresma	1989	SEN		J O MONTE ABRAÃO	1.67	-	-	-	-	-	-	O	O	O	O	O	XO	XO	-	XXX			
2	Ana Silva	1996	SEN		MAIA A C	1.67	-	-	-	-	-	O	O	O	O	XO	XO	O	XO	XXX				
4	Ana Oliveira	1995	SEN		G ATLETISMO FÁTIMA	1.65	-	-	-	-	-	-	XO	O	O	O	O	XO	XXX					
5	Gabriela Gorencó	2005	JUV		S L BENFICA	1.63	-	-	-	-	-	-	O	O	O	XO	O	XXX						
6	Milena Lucena	2002	JUN		G DESP ESTREITO	1.61	-	-	-	-	-	-	O	O	O	XO	XXX							
7	Carolina Ribeiro	2000	SUB-23		PENTA CLUBE COVILHÃ	1.58	-	-	-	-	O	O	XO	O	XO	XXX								
7	Lara Duarte	2004	JUV		JUV VIDIGALENSE	1.58	-	-	-	O	O	O	O	XO	O	XXX								
7	Cláudia Rodrigues	1989	SEN		A D R ÁGUA DE PENHA	1.58	-	-	-	-	O	-	O	O	XO	-	-	-	-	-	-	-	-	-
7	Margarida Mota	2002	JUN		U F C TOMAR	1.58	-	-	-	O	-	O	O	XO	XO	XXX								
11	Ana Leite	2001	SUB-23		A C D JARDIM SERRA	1.55	-	-	-	-	-	O	O	O	XXX									
11	Kidline Gomes	1998	SEN	CPV	C S MARÍTIMO	1.55	-	-	-	-	O	XXO	XXO	XXO	XXX									
13	Rosa Djombate	2002	JUN		S CLUBE DE BRAGA	1.52	O	O	O	XO	O	O	O	XXX										
13	Miriam Tavares	2000	SUB-23		ATLETAS FIM SEMANA	1.52	-	-	XO	O	O	O	XXO	XXX										
15	Rafaela Santos	2005	JUV		A C PÓVOA DE VARZIM	1.48	-	-	-	XO	O	XXO	XXX											
15	Elsa Gomes	1996	SEN		A C R SRA DESTERRO	1.48	-	-	O	O	O	XXO	XXX											
15	Matilde Silva	2004	JUV		GRECAS - VAGOS	1.48	-	-	O	O	O	O	XXX											
18	Beatriz Santos	2002	JUN		S C BEIRA-MAR	1.44	-	O	O	O	XXO	XXX												
18	Inês Pires	2002	JUN		G C A DONAS	1.44	-	-	-	O	O	XXX												
20	Tatiana Melo	2000	SUB-23		JUVENTUDE ILHA VERDE	1.40	O	O	O	O	XXX													
20	Genilza Trindade	2005	JUV		C DESP QUARTEIRA	1.40	-	-	-	XO	XXX													
20	Samaritana Cabral	1996	SEN		CASA BENFICA FARO	1.40	-	-	O	XXO	XXX													
20	Andreia Eliseu	2001	SUB-23		GRUPO REC EIRENSE	1.40	O	O	O	O	XXX													
24	Beatriz Pardal	2004	JUV		GRUPO DESP DIANA	1.35	-	O	XXO	XXX														
25	Mariana Sanches	2003	JUN		C T M V POUCA AGUIAR	1.30	O	XXO	XXX															
25	Rafaela Gonçalves	2005	JUV		C DESP C+S LAVRA	1.30	-	O	XXX															
25	Sofia Araújo	2004	JUV		C SPIRIDON DE GAIA	1.30	-	XO	XXX															
25	Angelica Daperno	2004	JUV	ITA	C ATLETISMO DO PORTO	1.30	O	XXO	XXX															
DNS	Isabel Ferreira	1968	VET 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	SM																		



Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Ilírio Nazaré	2000	SUB-23		SPORTING C P	62.92	60.79	62.92	X	60.77
2	Mário Marques	1993	SEN		S CLUBE DE BRAGA	62.23	59.13	58.80	60.14	62.23
3	Francisco Fernandes	1996	SEN		CASA BENFICA FARO	61.30	58.93	60.65	57.01	61.30
4	Rúben Ventura	1989	SEN		JUVENTUDE ILHA VERDE	54.69	53.06	53.38	54.69	53.63
5	Bruno Mineiro	1992	SEN		C ATLETISMO DE SEIA	50.94	47.25	50.94	50.89	50.11
5	Daniel Coelho	1996	SEN		G DESP CAVADAS	50.94	49.22	50.94	50.19	50.51
7	José Gonçalves	1995	SEN		MAIA A C	50.69	47.55	49.61	47.53	50.69
8	Moisés Faria	2002	JUN		G DESP ESTREITO	50.17	X	49.71	47.20	50.17
9	Pedro Moura	1999	SUB-23		A ESC ATLET CARTAXO	49.59	X	47.68	48.26	49.59
10	Roque Semedo	1990	SEN	CPV	A D R ÁGUA DE PENA	48.67	X	42.50	X	48.67
11	Carlos Bornes	1994	SEN		GIRA SOL	47.14	42.65	47.14	43.48	-
12	Hugo Silva	1990	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	46.81	44.50	46.81	45.50	41.80
13	Tony Almeida	1997	SEN		C S S JOÃO MADEIRA	45.98	X	X	45.98	45.14
14	Rafael Costa	2003	JUN		JUV VIDIGALENSE	45.85	X	40.87	45.58	45.85
15	Vítor Viveiros	1984	VET 35		A C D JARDIM SERRA	45.70	36.76	45.70	42.25	-
16	Tiago Boucela	1992	SEN		GRECAS - VAGOS	43.92	42.75	39.91	X	43.92
17	Pedro Sousa	2001	SUB-23		C ATLETISMO DO PORTO	43.57	43.57	38.75	41.15	42.38
18	Alexandre Moreira	1999	SUB-23		ESCOLA DO MOVIMENTO	43.44	40.84	43.44	-	-
19	João Santiago	1996	SEN		ATLÉTICO C BATALHA	43.18	43.18	41.58	X	X
20	Miguel Almeida	1995	SEN		A C R SRA DESTERRO	42.98	39.93	42.30	42.98	42.70
21	João Ferreira	1994	SEN		C A MAZAREFES	41.90	41.90	-	39.68	-
22	Leandro Matos	2003	JUN		CASA POVO ALCANENA	41.82	40.71	40.68	X	41.82
23	Aristides Pestana	1971	VET 45		C A BAIXA BANHEIRA	40.61	39.26	37.83	40.61	37.58
24	Ernesto Santos	1983	VET 35		C A MARINHA GRANDE	40.17	40.17	X	X	-
25	Nuno Barros	1999	SUB-23		C DESP QUARTEIRA	39.58	21.67	39.58	36.55	39.41
26	Bruno Abreu	1982	VET 35		C F OS BELENENSES	39.56	38.76	39.56	38.63	38.92
27	Luís Silva	2001	SUB-23		VITÓRIA S C	39.32	X	36.99	36.08	39.32
28	Diogo Vairinhos	2001	SUB-23		C ATLETISMO TUNES	38.06	X	37.06	36.48	38.06
29	Francisco Fachada	1977	VET 40		GRUPO REC EIRENSE	37.92	36.99	37.92	X	X
30	Rúben Silva	2002	JUN		C P T SOBRAL CEIRA	37.62	35.87	37.62	32.13	X
31	Tiago Costa	2005	JUV		U F C TOMAR	33.47	33.47	X	-	33.17
32	Diogo Gomes	2005	JUV		C SPIRIDON DE GAIA	33.37	33.37	30.63	X	29.30
33	Hugo Duro	2005	JUV		C T M V POUCA AGUIAR	33.01	33.01	X	X	31.65
34	Manuel Azevedo	1999	SUB-23		C DESP C+S LAVRA	32.62	30.37	32.62	31.24	X
35	Diogo Gonçalves	2004	JUV		CLUBE DESP DA PÓVOA	31.61	29.71	28.25	31.61	26.67
36	André Assunção	1977	VET 40		C F OLIVEIRA DOURO	30.36	30.10	28.84	29.86	30.36
37	Vasco De Jesus	2000	SUB-23		A ACAD BELA VISTA	28.52	25.76	27.22	27.16	28.52
38	Rodrigo Pereira	2004	JUV		C S MARÍTIMO	27.86	27.86	23.94	24.97	27.84
39	José Alberto Silva	1978	VET 40		C D C NAVAIS	26.80	26.80	-	-	-
40	Isidro Simões	1975	VET 45		C ATLETISMO SINTRA	26.64	21.98	X	23.92	26.64
41	Rúben Pinto	2004	JUV		E ATLETISMO TROFA	21.75	21.62	X	X	21.75
42	António Leite	1969	VET 50		N A DE CUCUJÃES	21.07	20.84	21.07	X	X
43	Nuno Carrasqueiro	1975	VET 45		C BENFICA T VEDRAS	20.94	18.66	16.81	18.90	20.94
44	Nélson Trindade	1975	VET 45		C D AREIAS S. JOÃO	14.06	X	14.06	X	X
45	Hélder Araújo	2001	SUB-23		LEIXÕES SPORT CLUB	8.46	6.46	8.46	7.10	7.60
9999	Zeferino Neto	1969	VET 50		C D S SALVADOR CAMPO	x	x	x	x	x
9999	Guilherme Ferreira	2005	JUV		ATLETAS FIM SEMANA	x	x	x	x	x

Salto com Vara | JUV a VET - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	2.35	2.50	2.65	2.80	2.95	3.10	3.25	3.40	3.55	3.70	3.82	3.94	4.06	4.18	4.30	4.40	4.50	4.60	4.7	
1	Pedro Buaró	2001	SUB-23		G DESP ESTREITO	5.25	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	C
2	Carlos Pitra	2000	SUB-23		SPORTING C P	5.00	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	-	-	-
2	Rubem Miranda	1993	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	5.00	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	-	-	-
4	Rui Marques	1998	SEN		S CLUBE DE BRAGA	4.50	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	-	-	-



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	2.35	2.50	2.65	2.80	2.95	3.10	3.25	3.40	3.55	3.70	3.82	3.94	4.06	4.18	4.30	4.40	4.50	4.60	4.70
5	João Araújo	2001	SUB-23		MAIA A C	4.30	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	O	-	XXO	XXO	X-	XX		
5	Celso Almeida	1993	SEN		GRECAS - VAGOS	4.30	-	-	-	-	-	-	-	-	O	-	-	XO	O	O	XXO	XXX			
7	Diogo Martins	2003	JUN		A C D JARDIM SERRA	4.18	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	O	-	O	XXO	XXX				
7	Diogo Meneses	2002	JUN		JUV VIDIGALENSE	4.18	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	XO	-	O	XO	XXX				
9	Pedro Fernandes	2002	JUN		C A MARINHA GRANDE	3.94	-	-	-	-	-	-	-	-	XXO	O	XXO	XO	XXX						
10	André Silva	1991	SEN		CASA BENFICA FARO	3.82	-	-	-	-	-	-	-	O	O	O	XXO	XXX							
10	Rafael Lopes	1988	SEN		C F OS BELENENSES	3.82	-	-	-	-	-	O	-	-	O	XO	XXO								
10	Gilberto Carvalho	1993	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	3.82	-	-	-	-	-	-	-	-	O	XO	XXO	XXX							
13	Samuel Leal	1992	SEN		N A DE CUCUJÁES	3.70	-	-	-	-	-	-	O	-	O	XXO	XXX								
14	George Silva	1976	VET 45		GRUPO REC EIRENSE	3.55	-	-	-	-	-	-	-	XO	XXO	XXX									
15	Vicente Gonçalves	2003	JUN		ESCOLA DO MOVIMENTO	3.40	-	-	-	-	-	-	XO	XO	XXX										
15	Afonso Santos	2003	JUN		U F C TOMAR	3.40	-	-	-	-	O	-	O	O	XXX										
17	Leandro Santos	1998	SEN		A C D ÍLHAVOS	3.25	-	-	-	-	-	O	O	XXX											
17	Rúben Ventura	1989	SEN		JUVENTUDE ILHA VERDE	3.25	-	-	-	-	O	O	O												
17	Gonçalo Lopes	1988	SEN		C ATLETISMO DE SEIA	3.25	-	-	-	-	-	-	O	-	XXX										
20	Maryan Tereshkevych	1994	SEN		CASA POVO ALCANENA	3.10	-	-	O	XO	XXO	XXO	XXX												
21	Jorge Parrulas	1969	VET 50		VITÓRIA F C	2.95	-	-	-	O	O	XXX													
21	Gonçalo Rocchi	1999	SUB-23		C ATLETISMO DO PORTO	2.95	-	-	O	O	O	XXX													
21	José Passo	2005	JUV		C DESP C+S LAVRA	2.95	-	O	O	O	O	XXX													
21	Carlos Eusébio	1972	VET 45		C D C NAVAIS	2.95	-	-	O	O	XXO	XXX													
25	Sérgio F Silva	1985	VET 35		A C R SRA DESTERRO	2.80	-	-	-	O	-	XXX													
25	Rodrigo Duarte	2003	JUN		ATLÉTICO C BATALHA	2.80	-	-	O	O	-	XXX													
25	Helder Coutinho	1990	SEN		C A MAZAREFES	2.80	-	-	O	O	XXX														
28	Tomás Silva	2005	JUV		G C A DONAS	2.35	O	XXX																	
SM	Rodrigo Silva	2005	JUV		C P T SOBRAL CEIRA	SM	-	-	-	-	XXX														
SM	João Pombal	2000	SUB-23		C S S JOÃO MADEIRA	SM	-	XXX																	
NM	Guilherme Alves	2003	JUN		C ATLETISMO TUNES	SM	XXX																		
NM	Rafael Costa	1989	SEN		C T M V POUCA AGUIAR	SM	-	-	XXX																

### 1.500 metros | JUV a VET - M | Dia 1

#### Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Miguel Mascarenhas	1998	SEN		G DESP ESTREITO	3:53.97
2	João Cruz	1994	SEN		MAIA A C	3:55.86
3	João Alves Lopes	1998	SEN		S CLUBE DE BRAGA	3:56.41
4	Luís Monteiro	1998	SEN		SPORTING C P	3:56.95
5	Samuel Rios	2001	SUB-23		A D R ÁGUA DE PENA	3:57.02
6	André Regufe	2002	JUN		A C PÓVOA DE VARZIM	3:58.11
7	Rogério Amaral	2001	SUB-23		C P T SOBRAL CEIRA	3:58.82
8	Miguel Ribeiro	2000	SUB-23		A C R SRA DESTERRO	3:59.47
9	João Valente	1993	SEN		U F C TOMAR	3:59.48



Posição	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
10	David Azevedo	2000	SUB-23		JUV VIDIGALENSE	4:00.08
11	Gonçalo Casimiro	1995	SEN		CASA BENFICA FARO	4:01.01
12	João Ferreira	1999	SUB-23		GRECAS - VAGOS	4:01.60
13	Tiago Silva	2000	SUB-23		C ATLETISMO DO PORTO	4:02.96
14	João Paulo Fontão	1996	SEN		N ATLETISMO TAIPAS	4:03.72
15	João Pedro	2000	SUB-23		GIRA SOL	4:05.80
16	João Pais	2002	JUN		C ATLETISMO DE SEIA	4:06.20
17	Isaias Gomes	1994	SEN	CPV	C F OS BELENENSES	4:06.57
18	Afonso Simão	1998	SEN		C A BAIXA BANHEIRA	4:08.92
19	Diogo Fernandes	1997	SEN		GRUPO DESP DIANA	4:09.30
20	Daniel Martins	1995	SEN		C D AREIAS S. JOÃO	4:09.87
21	Lourenço Rodrigues	2004	JUV		JUVENTUDE ILHA VERDE	4:10.18
22	Eduardo Pestana	2002	JUN		A C D JARDIM SERRA	4:11.80
23	Tony Calvo	1981	VET 35		CLUBE DESP DA PÓVOA	4:12.28
24	Fábio Abrantes	1990	SEN		GRUPO REC EIRENSE	4:14.21
25	Tiago Dias	1992	SEN		C ATLETISMO SINTRA	4:15.20
26	Nuno Costa	1995	SEN		C D S SALVADOR CAMPO	4:15.83
27	Sandro Nogueira	1999	SUB-23		C S S JOÃO MADEIRA	4:18.21
28	João Serrano	2004	JUV		G DESP CAVADAS	4:18.36
29	Igor Varela	2003	JUN		C DESP QUARTEIRA	4:19.01
30	Duarte Monteiro	2005	JUV		LEIXÕES SPORT CLUB	4:22.15
31	Diogo Salgado	2001	SUB-23		PENTA CLUBE COVILHÃ	4:23.17
32	Vitor Santos	1984	VET 35		ATLETAS FIM SEMANA	4:24.65
33	Átila Ambrus	2004	JUV		C F OLIVEIRA DOURO	4:27.96
34	Edgar Maciel	2004	JUV		C A MAZAREFES	4:30.15
35	João Santos	2004	JUV		C ATLETISMO TUNES	4:33.43
36	Nuno Tavares	2003	JUN		C DESP C+S LAVRA	4:35.93
37	Eduardo Feiteira	2001	SUB-23		LUSITÂNIA LOUROSA FC	4:36.03
38	Paulo Lopes	1983	VET 35		TEAM EL COMANDANTE	4:38.62
39	Duarte F Rodrigues	2004	JUV		ATLÉTICO C BATALHA	4:39.57
40	Sérgio Pereira	1997	SEN		C SPIRIDON DE GAIA	4:40.39
41	Alexandre Pires	2004	JUV		A ESC ATLET CARTAXO	4:41.65
42	Hugo Santos	1991	SEN		CASA POVO ALCANENA	4:47.25
43	Lourenço Frazão	2005	JUV		C BENFICA T VEDRAS	4:47.44
44	Rui Araújo	2001	SUB-23		A C VALE S MARTINHO	4:48.31
45	António Campos	1975	VET 45		C T M V POUCA AGUIAR	4:51.20
46	João Correia	1987	SEN		P NOVAS DESCOBERTAS	4:53.04
47	Ruben Vasques	2003	JUN		C D C NAVAIS	4:53.19
48	Francisco Carvalho	2002	JUN		ESCOLA DO MOVIMENTO	4:53.31
49	Simão Fernandes	2004	JUV		G C A DONAS	5:08.60
9999	Vicente Correia	2001	SUB-23		VITÓRIA S C	x
9999	Admilton Borges	1999	SUB-23		A ACAD BELA VISTA	x

**1.500 metros | JUV a VET - F | Dia 1**

**Série 1**

Posição	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Carla Mendes	1994	SEN		J O MONTE ABRAÃO	4:25.71
2	Susana Francisco	1991	SEN		S CLUBE DE BRAGA	4:32.46
3	Patrícia Silva	1999	SUB-23		G DESP ESTREITO	4:33.36
4	Margarida Silva	2000	SUB-23		A C D JARDIM SERRA	4:34.54
5	Camila Gomes	2002	JUN		S L BENFICA	4:36.78
6	Patrícia Oliveira	1994	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	4:37.01
7	Sara Inácio	1995	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	4:37.19
8	Francisca Cantante	1999	SUB-23		GRUPO REC EIRENSE	4:37.27
9	Beatriz Cruz	2001	SUB-23		G ATLETISMO FÁTIMA	4:39.33
10	Mariana Regalo	2001	SUB-23		MAIA A C	4:43.00
11	Lília Martins	1997	SEN		JUV VIDIGALENSE	4:43.23
12	Carolina Ribeiro	2003	JUN		S C BEIRA-MAR	4:51.51
13	Alice Oliveira	2000	SUB-23		E ATLETISMO TROFA	4:55.09
14	Laura Regalado	1998	SEN		GRECAS - VAGOS	4:57.70



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
15	Joana Bagagem	2002	JUN		ATLÉTICO C BATALHA	5:00.89
16	Soraia Tavares	1999	SUB-23		CASA BENFICA FARO	5:00.95
17	Luísa Machado	2005	JUV		GRUPO DESP DIANA	5:05.25
18	Gabriela Almeida	2004	JUV		C F OLIVEIRA DOURO	5:08.37
19	Liliana Veríssimo	1986	SEN		C D AREIAS S. JOÃO	5:14.99
20	Inês Cunha	1999	SUB-23		C S MARÍTIMO	5:16.47
21	Ana Pereira	2004	JUV		A D C C J CLARK	5:17.19
22	Tânia Fernandes	1985	VET 35		LEIXÕES SPORT CLUB	5:19.72
23	Margarida Garcia	2003	JUN		JUVENTUDE ILHA VERDE	5:23.56
24	Vanda Ribeiro	1975	VET 45		A C R SRA DESTERRO	5:24.63
25	Gersilene Sousa	2005	JUV		G DESP CAVADAS	5:27.58
26	Cátia Mendes	2002	JUN		C D R RIBEIRINHO	5:29.13
27	Isa Parreira	1982	VET 35		A ACAD BELA VISTA	5:37.11
28	Matilde Marcelino	2004	JUV		G C A DONAS	5:37.19
29	Leonor Carreira	2005	JUV		PENTA CLUBE COVILHÃ	5:38.02
30	Nadine Laranjeira	1996	SEN		CLUBE DESP DA PÓVOA	5:43.99
31	Leonor Tolda	2004	JUV		U F C TOMAR	5:51.23
32	Catarina Arieira	2004	JUV		C A MAZAREFES	5:56.81
33	Nádia Gomes	2005	JUV		G D R DA VERDERENA	6:20.96
34	Mariana Tavares	2003	JUN		C SPIRIDON DE GAIA	6:26.47
35	Dulce Costa	1985	VET 35		N A DE CUCUJÃES	6:56.66
36	Constança Silva	2002	JUN		C ATLETISMO DO PORTO	7:21.54
9999	Ana Machado	2005	JUV		C T M V POUCA AGUIAR	x
9999	Beatriz Gama	2003	JUN		ATLETAS FIM SEMANA	x

**Peso 7.26kg | JUN a VET - M | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Daniel Santiago	1996	SEN		SPORTING C P	16.41	16.41	16.38	16.22	X
2	Mykyta Sudashov	1998	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	15.28	14.49	X	14.76	15.28
3	Adriano Lopes	1991	SEN		S CLUBE DE BRAGA	14.84	14.27	X	14.79	14.84
4	Heredio Costa	1971	VET 45		C F OS BELENENSES	14.30	14.06	X	14.30	14.20
5	José Pinho	1995	SEN		N A DE CUCUJÃES	13.95	10.70	X	13.56	13.95
6	Rémi Lima	1992	SEN		C A MAZAREFES	13.85	X	13.11	13.46	13.85
7	Vítor Rodrigues	1984	VET 35		C ATLETISMO DE SEIA	13.61	12.41	X	13.61	13.30
8	Nuno Serra	1974	VET 45		C P T SOBRAL CEIRA	13.44	13.44	X	13.10	12.88
9	Francisco Fernandes	1996	SEN		CASA BENFICA FARO	13.39	13.07	11.21	13.34	13.39
10	Bruno Melo	1991	SEN		JUVENTUDE ILHA VERDE	13.25	12.17	12.02	13.25	12.66
11	Ricardo Varela	2000	SUB-23		JUV VIDIGALENSE	13.23	12.79	12.99	X	13.23
12	André Gonçalves	1986	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	13.18	13.10	13.18	X	12.65
13	Luís Silva	2002	JUN		A C D JARDIM SERRA	13.16	X	12.43	13.16	12.97
14	Pedro Veloso	1977	VET 40		GRECAS - VAGOS	12.76	11.90	X	12.44	12.76
15	Manuel Dias	1999	SUB-23		U F C TOMAR	12.34	12.31	X	12.34	X
16	Bruno Martins	1982	VET 35		A C R SRA DESTERRO	12.22	12.09	12.16	12.06	12.22
17	Moisés Faria	2002	JUN		G DESP ESTREITO	11.88	10.46	11.84	11.88	11.48
18	José Gonçalves	1995	SEN		MAIA A C	11.59	11.59	-	-	11.36
19	Carlos Bornes	1994	SEN		GIRA SOL	11.49	11.44	11.49	11.29	X
20	Bernardo Oliveira	1999	SUB-23		C A BAIXA BANHEIRA	11.30	9.64	11.20	11.30	X
21	José Alberto Silva	1978	VET 40		C D C NAVAIS	11.01	9.42	10.33	11.01	X
22	Gaspar Lopes	2002	JUN		VITÓRIA S C	10.92	X	X	10.92	10.36
23	Luís Assunção	1978	VET 40		GRUPO REC EIRENSE	10.85	X	10.52	10.85	10.37
24	Nelson Mateus	1996	SEN		C S S JOÃO MADEIRA	10.83	9.75	10.80	10.83	9.86
25	Jorge Lima	1997	SEN		A ACAD BELA VISTA	10.75	X	9.90	9.58	10.75
26	Luís Filipe Silva	1980	VET 40		ATLETAS FIM SEMANA	10.69	10.25	X	10.69	X
27	Carlos Lopes	1980	VET 40		C DESP QUARTEIRA	10.67	10.16	9.81	10.41	10.67
28	Marco Paredes	2002	JUN		C SPIRIDON DE GAIA	10.64	10.64	10.43	X	9.96
29	Daniel Rodrigues	2001	SUB-23		LUSITÂNIA LOUROSA FC	9.64	9.38	X	X	9.64
30	Manuel Azevedo	1999	SUB-23		C DESP C+S LAVRA	9.62	7.75	9.50	9.62	8.98
31	João Pereira	1993	SEN		C A MARINHA GRANDE	9.59	9.59	9.22	X	8.88
32	Emil Veloso	1989	SEN		C ATLETISMO SINTRA	9.56	7.22	9.56	9.31	7.98





Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
33	António Ribeiro	1981	VET 40		C F OLIVEIRA DOURO	9.34	9.04	9.34	X	8.88
33	Gonçalo Rocchi	1999	SUB-23		C ATLETISMO DO PORTO	9.34	9.32	8.72	9.34	9.29
35	Pedro Faria	1994	SEN		CLUBE DESP DA PÓVOA	9.28	8.86	X	9.08	9.28
36	Marco Pinto	1983	VET 35		C T M V POUCA AGUIAR	8.93	8.93	X	7.50	X
37	Casimiro Gomes	1977	VET 40		ATLÉTICO C BATALHA	8.89	8.35	8.49	8.89	8.49
38	Leonardo Modesto	1995	SEN		CASA POVO ALCANENA	8.54	7.97	8.21	8.38	8.54
39	Nélson Trindade	1975	VET 45		C D AREIAS S. JOÃO	7.84	7.74	7.84	7.76	-
40	Eduardo Pata	2001	SUB-23		A C D ÍLHAVOS	7.59	7.58	7.41	7.46	7.59
41	Hélder Bacalhau	1965	VET 55		C ATLETISMO TUNES	5.95	5.70	X	5.84	5.95
42	Mário Teixeira	1980	VET 40		LEIXÕES SPORT CLUB	5.39	5.23	5.39	4.88	4.81
43	Quirino Caetano	1974	VET 45		C BENFICA T VEDRAS	5.33	5.33	5.04	4.89	X
44	Hélder Ferreira	1977	VET 40		C D S SALVADOR CAMPO	5.30	X	5.30	X	5.26

**400 metros | JUV a VET - M | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Omar Elkhatib	2001	SUB-23	STP	SPORTING C P	48.67
2	Mauro Pereira	1998	SEN		C P T SOBRAL CEIRA	48.68
3	Bernardo Pereira	1997	SEN		JUV VIDIGALENSE	48.97
4	Ericsson Tavares	2001	SUB-23		C ATLETISMO DE SEIA	49.34
5	Adíven Lopes	1996	SEN	CPV	C F OS BELENENSES	49.49
6	Pedro Mirassol	1999	SUB-23		GRECAS - VAGOS	50.17
7	Hugo Silva	1999	SUB-23		A C PÓVOA DE VARZIM	50.30
8	Rodrigo Belo	1995	SEN		CASA BENFICA FARO	50.73
9	Ricardo Reis	1998	SEN		MAIA A C	50.80
10	José Tavares	1994	SEN		S CLUBE DE BRAGA	50.82
11	António Moura	1999	SUB-23		C S S JOÃO MADEIRA	50.88
12	Alexandre Gameiro	1992	SEN		CASA POVO ALCANENA	50.97
13	Manuel Vieira	2003	JUN		A D R ÁGUA DE PENA	51.06
14	Edgar Remédios	1994	SEN		G DESP ESTREITO	51.37
15	Ángelo Marques	1995	SEN		VITÓRIA F C	51.47
16	Bernardo Moreira	2001	SUB-23		C ATLETISMO DO PORTO	51.61
17	José Mestre	1999	SUB-23		A C D JARDIM SERRA	51.77
18	Miguel Silva	2001	SUB-23		VITÓRIA S C	52.01
19	Sandro Baessa	1999	SUB-23		C F OLIVEIRA DOURO	52.12
20	Gabriel Ludwick	2002	JUN		P NOVAS DESCOBERTAS	52.22
21	Milton Hassany	1990	SEN	ANG	C ATLETISMO SINTRA	52.35
22	João Varão	2000	SUB-23		A C R SRA DESTERRO	52.58
23	Ivo Barros	1999	SUB-23		LUSITÂNIA LOUROSA FC	52.63
24	Vasco Rosa	1993	SEN		U F C TOMAR	52.77
25	Afonso Godinho	2004	JUV		C DESP QUARTEIRA	53.06
26	Diogo Bastos	2004	JUV		A C D ÍLHAVOS	53.14
27	António Silva	2000	SUB-23		C D AREIAS S. JOÃO	53.24
28	Pedro Sario	2002	JUN		G C A DONAS	53.26
29	Marco Nobre	2004	JUV		A ACAD BELA VISTA	53.38
30	Timóteo Patience	2003	JUN		G DESP CAVADAS	53.40
31	Sérgio Carmo	1990	SEN		C A MAZAREFES	53.43
32	João Francisco	2003	JUN		GRUPO REC EIRENSE	53.49
33	André Rodrigues	1997	SEN		JUVENTUDE ILHA VERDE	53.79
34	José Lobo	2002	JUN		C DESP C+S LAVRA	53.89
35	Miguel Marques	2005	JUV		C A MARINHA GRANDE	54.05
36	Miguel Figueira	1995	SEN		GIRA SOL	54.54
37	Rafael Anunciação	2002	JUN		ATLÉTICO C BATALHA	54.63
38	Rafael Carvalho	2003	JUN		C T M V POUCA AGUIAR	54.98
39	Jorge Silva	2003	JUN		LEIXÕES SPORT CLUB	55.25
40	David Magalhães	1988	SEN		N A DE CUCUJÃES	55.76
41	Bernardo Frazão	2000	SUB-23		C BENFICA T VEDRAS	55.95
42	Eduardo Beça	2004	JUV		ATLETAS FIM SEMANA	56.66
43	Paulo Costa	1976	VET 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	57.40
44	Francisco Paredes	2003	JUN		E ATLETISMO TROFA	58.14



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
45	Gonçalo Vieira	2002	JUN		C A BAIXA BANHEIRA	58.45
46	Nuno Queiroz	1977	VET 40		C D S SALVADOR CAMPO	62.04
47	João Pedro Saldanha	1993	SEN		TEAM EL COMANDANTE	62.07
48	Guilherme Alves	2003	JUN		C ATLETISMO TUNES	63.00
49	Ricardo Ferreira	2002	JUN		C SPIRIDON DE GAIA	63.03
50	Agostinho Figueiredo	1979	VET 40		A FIGUEIREDO RUNNERS	66.05
51	Nuno Silva	1998	SEN		C D C NAVAIS	67.36

**400 metros | JUV a VET - F | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Gorete Semedo	1996	SEN	STP	G ATLETISMO FÁTIMA	54.76
2	Filipa Martins	1992	SEN		A C D JARDIM SERRA	55.57
3	Carina Vanessa	1998	SEN		S CLUBE DE BRAGA	56.46
4	Sofia Lavreshina	2003	JUN		JUV VIDIGALENSE	58.11
5	Bárbara Medeiros	2001	SUB-23		LEIXÕES SPORT CLUB	58.32
6	Cristina Ferreira	2002	JUN		G DESP ESTREITO	58.81
7	Diana Afonso	1998	SEN		A D R ÁGUA DE PENNA	58.93
8	Sandra Sá	2001	SUB-23		E ATLETISMO TROFA	59.57
9	Vera Lima	1989	SEN		GRECAS - VAGOS	59.75
10	Inês Ávila	2005	JUV		JUVENTUDE ILHA VERDE	60.24
11	Mariana Truta	2002	JUN		C F OLIVEIRA DOURO	60.75
12	Viviana Parrulas	2005	JUV		VITÓRIA F C	60.77
13	Miriam Tavares	1991	SEN		C S MARÍTIMO	60.98
14	Flávia Silva	2004	JUV		MAIA A C	61.49
15	Luísa Pereira	1997	SEN		GRUPO REC EIRENSE	61.73
16	Marta Lobo	2004	JUV		C DESP C+S LAVRA	61.85
17	Jéssica Varela	2004	JUV		C D AREIAS S. JOÃO	62.38
18	Marta Marques	2004	JUV		A C PÓVOA DE VARZIM	62.74
19	Joana Palma	2001	SUB-23		CASA BENFICA FARO	63.31
20	Nádia Almeida	2002	JUN		G DESP CAVADAS	64.31
21	Beatriz Guilherme	2001	SUB-23		U F C TOMAR	64.33
22	Marília Valentão	2004	JUV		C D R RIBEIRINHO	64.74
23	Carolina Fonseca	2005	JUV		A C R SRA DESTERRO	65.31
24	Daniela Silva	2002	JUN		G C A DONAS	65.52
25	Micaela Nascimento	2001	SUB-23		S C BEIRA-MAR	65.54
26	Sara Divengle	1999	SUB-23		A ACAD BELA VISTA	65.76
27	Bruna Borges	2002	JUN		ESCOLA DO MOVIMENTO	66.35
28	Ana Azevedo	2002	JUN		VITÓRIA S C	70.61
29	Adriana Pereira	2003	JUN		C T M V POUCA AGUIAR	70.88
30	Diana Nascimento	2003	JUN		GRUPO DESP DIANA	71.17
31	Fabiana Silva	2003	JUN		G D R DA VERDERENA	71.52
32	Mariana Gomes	2002	JUN		ATLETAS FIM SEMANA	72.22
33	Matilde Almeida	2004	JUV		C ATLETISMO DO PORTO	72.90
34	Andreia Carvalho	2002	JUN		J O MONTE ABRAÃO	75.61
35	Adriana Costa	1997	SEN		C SPIRIDON DE GAIA	76.99
36	Adélia Tavares	1967	VET 50		A D C C J CLARK	77.76
37	Marta Borrego Lopez	2005	JUV	ESP	C DESP QUARTEIRA	80.93
38	Marisa Gonçalves	1982	VET 35		N A DE CUCUJÁES	95.65
DNF	Ana Catarina Ramos	1989	SEN		CLUBE DESP DA PÓVOA	x
DNF	Maria Leonor Ribas	2004	JUV		PENTA CLUBE COVLHÃ	x
DNF	Fátima Coutinho	1999	SUB-23		C A MAZAREFES	x
DNF	Rivinilda Mentai	1994	SEN		S L BENFICA	x

**Salto em Comprimento | JUV a VET - M | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	André Pimenta	2001	SUB-23		JUV VIDIGALENSE	7.59	7.59	3.40	7.51	4.10	7.48	2.60	7.17	4.90
2	Carlos Veiga	1989	SEN		S CLUBE DE BRAGA	7.38	7.34	+1.5	X		7.38	+2.7	X	



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
3	Danilo Almeida	1996	SEN		CASA BENFICA FARO	7.24	6.94	2.60	X		7.24	4.50	7.21	3.70
4	Simão Alexandre	2003	JUN		A ESC ATLET CARTAXO	7.19	7.08	+4.8	7.19	+3.5	7.01	+2.7	X	
5	Tomás Dinis	2000	SUB-23		SPORTING C P	7.03	6.67	0.80	7.03	2.10	6.93	1.50	6.65	0.10
6	Rodrigo Agostinho	2001	SUB-23		C A MARINHA GRANDE	6.96	6.76	2.40	X		6.96	2.50	X	
7	Carlos Prino	1997	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	6.93	6.73	+1.3	6.75	+4.2	6.57	+1.6	6.93	+2.2
7	Válter Pinto	1993	SEN		C F OS BELENENSES	6.93	6.70	+4.7	6.92	+4.5	6.93	+1.9	6.93	+2.2
9	Francisco Cordoeiro	1992	SEN		A C D JARDIM SERRA	6.86	6.86	1.00	X		6.83	0.60	X	
10	Eduardo Oliveira	2003	JUN		U F C TOMAR	6.76	6.43	+4.1	6.76	+4.7	X		-	
11	Gui Boissy	1989	SEN	SEN	C ATLETISMO SINTRA	6.67	X		6.67	+5.9	-		-	
12	André Silva	1994	SEN		GRECAS - VAGOS	6.56	X		X		6.56	1.60	X	
13	Fernando Vicente	2004	JUV		GRUPO REC EIRENSE	6.53	6.53	2.70	X		6.38	3.20	6.26	2.60
13	Marcos Caldeira	1988	SEN		MAIA A C	6.53	6.47	1.10	X		6.53		-	
15	Xavier Outeiro	2003	JUN		ESCOLA DO MOVIMENTO	6.50	6.12	-1	6.13	-0.8	6.50	1.10	6.21	-1
16	Tiago Imbunto	2001	SUB-23		G DESP CAVADAS	6.39	6.31	+3.1	6.18	+4.4	6.39	+2.1	6.35	+6.1
17	Guilherme Baião	2002	JUN		C ATLETISMO TUNES	6.36	6.12	4.20	6.36	5.60	X		6.08	4.60
18	Diogo Parreira	2003	JUN		A ACAD BELA VISTA	6.34	6.17	6.20	6.34	4.20	6.23	6.30	5.95	4.20
19	Sérgio F Silva	1985	VET 35		A C R SRA DESTERRO	6.33	6.09	2.40	6.33	3.50	6.20	2.20	4.15	2.20
20	Gaspar Araújo	1981	VET 35		N A DE CUCUJÃES	6.30	6.10	3.80	6.30	5.40	6.12	3.00	4.15	
20	David Neves	2002	JUN		C P T SOBRAL CEIRA	6.30	6.03	2.10	X		6.23	2.80	6.30	1.60
22	Simão Branco	2003	JUN		VITÓRIA F C	6.27	6.16	+2.7	5.16	+4.2	6.27	+6.3	6.25	+5.1
23	Denil Baía	1998	SEN		C S S JOÃO MADEIRA	6.21	5.68	3.00	6.14	2.40	6.21	2.50	6.21	2.40
24	Rafael Jesus	2004	JUV		C DESP C+S LAVRA	6.19	X		6.19	1.10	5.74		5.54	1.90
25	Nuno Sénica	2000	SUB-23		C ATLETISMO DE SEIA	6.17	6.04	4.00	6.17	2.80	6.02	1.40	6.08	4.10
26	Bruno Leite Da Costa	1992	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	6.13	5.64	1.80	6.13	1.00	-		-	
27	João Fernandes	2003	JUN		C A MAZAREFES	6.11	6.11	0.90	5.77	-0.4	X		6.07	-1.3
28	Lenine Cunha	1982	VET 35		C F OLIVEIRA DOURO	6.03	6.03	0.60	5.93	0.40	-		-	
29	Bruno Pita	2003	JUN		G DESP ESTREITO	5.98	5.60	-1.6	5.98	0.30	5.98	1.80	5.86	-1.7
30	Joaquim Moreira	1993	SEN		CLUBE DESP DA PÓVOA	5.95	5.95	1.70	5.94	2.60	5.70	-0.5	5.57	1.40
31	Bernardo Raimundo	2005	JUV		JUVENTUDE ILHA VERDE	5.88	X		5.45	1.50	5.88	0.30		
32	Bruno Marques	2000	SUB-23		LEIXÕES SPORT CLUB	5.84	5.74	1.80	5.57	-2.3	5.55	-1.2	5.84	0.30
33	Diogo Vaz	2005	JUV		VITÓRIA S C	5.82	5.82	0.20	3.72	1.50	X		-	
34	Rafael Silva	1996	SEN		GIRA SOL	5.80	X		X		X		5.80	2.40
35	Guilherme Pais	2004	JUV		G C A DONAS	5.79	5.21	2.50	5.64	3.20	5.51	1.30	5.79	3.30
36	Rui Vilas Boas	2003	JUN		C D C NAVAIS	5.77	5.47	-0.7	5.63	0.10	5.35	-0.9	5.77	2.00
37	Tiago Maniés	2004	JUV		C BENFICA T VEDRAS	5.66	5.35	+4.8	5.39	+4.3	5.56	+2.4	5.66	+3.5
38	Diogo Vitorino	2005	JUV		CASA POVO ALCANENA	5.53	5.43	+4.2	5.41	+2.3	5.53	+4.4	5.44	+4.0
39	Ricardo Silva	2005	JUV		ATLETAS FIM SEMANA	5.44	5.35	2.40	5.42	3.00	5.41	2.50	5.44	2.20
39	Bruno Viveiros	1998	SEN		C S MARÍTIMO	5.44	4.29	-2.4	5.16	-1.7	5.44	-2	4.96	-1.5
41	Rúben Barros	1999	SUB-23		LUSITÂNIA LOUROSA FC	5.42	5.42	2.80	5.42	2.20	5.31	2.20	5.05	1.50
42	Pedro Ribeiro	2005	JUV		C T M V POUCA AGUIAR	5.31	5.09	-1.1	5.21	1.10	5.31	0.70	5.29	-0.2
43	Guilherme Barros	2005	JUV		C ATLETISMO DO PORTO	5.21	X		X		X		5.21	0.20
44	Emanuel Fortunato	1999	SUB-23		C A BAIXA BANHEIRA	5.19	5.19	+2.0	X		4.16	+1.4	-	
45	David Guedes	2005	JUV		C DESP QUARTEIRA	4.72	4.63	5.60	4.45	6.10	4.72	6.80	4.19	3.40
46	Rafael Verdade	2004	JUV		A C D ÍLHAVOS	4.44	4.44	3.40	3.98	1.70	4.44	2.50	4.20	2.90
47	Filipe Fonseca	2005	JUV		C D AREIAS S. JOÃO	4.23	4.20	4.70	4.16	3.90	X		4.23	6.70
48	António Costa	1969	VET 50		C D S SALVADOR CAMPO	4.08	4.08	1.90	3.98	-0.2	X		-	

### 5.000 metros Marcha | JUV a VET - M | Dia 1

#### Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Rui Coelho	1994	SEN		C ATLETISMO DE SEIA	21:12.69
2	Manuel Marques	1978	VET 40		A C PÓVOA DE VARZIM	21:41.08
3	Paulo Martins	1999	SUB-23		SPORTING C P	21:44.95
4	Tiago Ramos	2003	JUN		C ATLETISMO TUNES	22:35.26 (~<)
5	Amaro Teixeira	1989	SEN		CASA BENFICA FARO	22:44.60
6	Pedro Santos	1986	SEN		JUV VIDIGALENSE	22:52.18
7	Luís Gil	1975	VET 45		G DESP ESTREITO	23:22.58
8	Pedro Martins	1968	VET 50		A C R SRA DESTERRO	23:51.60
9	João Pedro Vieira	1999	SUB-23		C P T SOBRAL CEIRA	23:54.95
10	João Afonso Olim	2000	SUB-23		A D R ÁGUA DE PENA	23:57.69



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO

100 ANOS  
1921 - 2021

Posição	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
11	Paulo Cunha	1969	VET 50		C S S JOÃO MADEIRA	24:07.74
12	Diogo E. Fernandes	2001	SUB-23		A C D JARDIM SERRA	24:22.02
13	José Silva	1985	VET 35		N A DE CUCUJÃES	24:34.82
14	Jaime Santos	1972	VET 45		GRECAS - VAGOS	24:42.18
15	João Pinel	2001	SUB-23		C A BAIXA BANHEIRA	25:13.41
16	Filipe Loureiro	2003	JUN		S CLUBE DE BRAGA	25:19.44
17	Ricardo Santos	1975	VET 45		C REC DO PENTEADO	25:20.55
18	Gustavo Gomes	2003	JUN		C A MARINHA GRANDE	25:58.69
19	Hélder Ribeiro	1976	VET 40		C F OLIVEIRA DOURO	26:02.57
20	Tiago Sucena	2004	JUV		G C A DONAS	26:33.33
21	Marco Amaral	1993	SEN		JUVENTUDE ILHA VERDE	26:35.86
22	João Sustelo	1998	SEN		C D AREIAS S. JOÃO	27:02.02 (<)
23	Henrique Santos	1965	VET 55		GRUPO DESP DIANA	27:26.48
24	Eduardo Cardoso	1992	SEN		C SPIRIDON DE GAIA	27:53.95
25	Afonso Roll	1992	SEN		ESCOLA DO MOVIMENTO	28:03.02
26	Paulo Rigor	1987	SEN		C A MAZAREFES	29:51.55
27	Gonçalo Duarte	2002	JUN		A ACAD BELA VISTA	30:47.23
9999	André Antunes	1997	SEN		C F OS BELENENSES	x
9999	Paulo Brito	1971	VET 50		C ATLETISMO SINTRA	x
9999	Paulo Constantino	1964	VET 55		CASA POVO ALCANENA	x
9999	João Sousa	2005	JUV		LUSITÂNIA LOUROSA FC	x
9999	Francisco Oliveira	1999	SUB-23		C DESP C+S LAVRA	x

### 3.000 metros Marcha | JUV a VET - F | Dia 1

#### Série 1

Posição	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Vitória Oliveira	1992	SEN		S CLUBE DE BRAGA	13:13.64
2	Adriana Viveiros	2002	JUN		A D R ÁGUA DE PENA	13:35:88 (-)
3	Ana Monteiro	1998	SEN		G DESP ESTREITO	14:21.76
4	Bruna Marques	2002	JUN		JUV VIDIGALENSE	14:27.62
5	Raquel Pimentel	2001	SUB-23		C F OLIVEIRA DOURO	14:37.95
6	Mara Ribeiro	1995	SEN		S L BENFICA	14:42.55
7	Vera Portela	1995	SEN		C S MARÍTIMO	14:46.69
8	Sandra Silva	1975	VET 45		A C PÓVOA DE VARZIM	14:51.50
9	Alexandra Lamas	1972	VET 45		A C R SRA DESTERRO	15:33.65
10	Margarida Sá	2002	JUN		G ATLETISMO FÁTIMA	15:43.99
11	Ana Leonor	1998	SEN		G D R DA VERDERENA	15:55.29
12	Carina Ferreira	2004	JUV		A D C C J CLARK	15:59.16
13	Andreia Freitas	1983	VET 35		A C D JARDIM SERRA	16:08.74
14	Marisa Pereira	1980	VET 40		CLUBE DESP DA PÓVOA	16:13.06
15	Fátima Pereira	1995	SEN		C A MAZAREFES	16:23.83
16	Mariana Serrão	2003	JUN		GRECAS - VAGOS	16:41.02
17	Oriana Sousa	2005	JUV		C DESP QUARTEIRA	17:03.12
18	Ana Cruz	1999	SUB-23		MAIA A C	17:06.97
19	Catarina Costa	2002	JUN		J O MONTE ABRAÃO	17:09.61
20	Jéssica Bettencourt	2001	SUB-23		C D R RIBEIRINHO	17:40.58
21	Mariana Pereira	2002	JUN		LEIXÕES SPORT CLUB	17:41.24
22	Lídia Pereira	1967	VET 50		GRUPO REC EIRENSE	17:51.49
23	Aida Janeiro	2004	JUV		JUVENTUDE ILHA VERDE	18:23.38
24	Rita Silva	2005	JUV		U F C TOMAR	18:58.00
25	Júlia Sousa	1969	VET 50		E ATLETISMO TROFA	19:30.74
26	Ana Ludovino	2002	JUN		GRUPO DESP DIANA	19:39.61
27	Inês Vicente	2004	JUV		G C A DONAS	20:03.63
28	Cecília Sá	1964	VET 55		C ATLETISMO DO PORTO	22:20.98
9999	Elisabete Pinho	1995	SEN		C SPIRIDON DE GAIA	x
9999	Ana Vieira	2000	SUB-23		C DESP C+S LAVRA	x



## Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Ivanilda Lopes	2000	SUB-23		S L BENFICA	48.38	48.38	47.52	48.01	X
2	Mariana Pestana	2001	SUB-23		G DESP ESTREITO	42.76	42.76	38.73	X	40.31
3	Enya O Driscoll	2000	SUB-23		J O MONTE ABRAÃO	42.66	37.77	42.66	X	41.56
4	Eva Gonçalves	2002	JUN		N A DE CUCUJÃES	42.56	41.66	42.52	40.14	42.56
5	Raquel Gomes	2003	JUN		JUV VIDIGALENSE	41.56	37.21	37.44	41.56	36.38
6	Fernanda Angélica	1975	VET 45		A C PÓVOA DE VARZIM	39.66	34.48	37.62	39.66	38.23
7	Ana Beatriz Gomes	2000	SUB-23		C S MARÍTIMO	38.80	36.41	X	38.80	35.61
8	Susana Flores	1981	VET 35		GRECAS - VAGOS	38.29	36.53	X	38.29	35.90
9	Francislaine Serra	1994	SEN		S CLUBE DE BRAGA	36.44	X	36.44	X	X
10	Micaela Sereno	2000	SUB-23		ATLÉTICO C BATALHA	36.39	X	31.97	30.62	36.39
11	Inês Abreu	2003	JUN		A C D JARDIM SERRA	36.13	35.40	X	X	36.13
12	Ana Júlia Ferreira	2003	JUN		C ATLETISMO DO PORTO	35.40	32.56	X	X	35.40
13	Sandra Leitão	1982	VET 35		C D R RIBEIRINHO	34.20	34.20	25.97	33.90	32.32
14	Eliana Pereira	2003	JUN		MAIA A C	34.11	31.13	31.53	32.12	34.11
15	Letícia Lopes	2004	JUV		C DESP QUARTEIRA	33.72	X	32.16	X	33.72
16	Mariana Bento	1998	SEN		GRUPO REC EIRENSE	31.69	27.68	31.69	X	31.06
17	Mónica Silva	1991	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	30.84	25.93	28.70	28.40	30.84
18	Diana Rodrigues	2000	SUB-23		C A MAZAREFES	30.33	28.92	30.33	X	29.99
19	Carla Gonçalves	1995	SEN		C DESP C+S LAVRA	28.32	27.50	27.39	28.07	28.32
20	Camélia Terentiy	2004	JUV		C A MARINHA GRANDE	28.06	25.01	27.96	28.06	27.18
21	Sónia Grácio	1974	VET 45		G ATLETISMO FÁTIMA	27.45	X	25.91	27.45	X
22	Bárbara Bica	2001	SUB-23		C SPIRIDON DE GAIA	27.34	X	X	26.43	27.34
23	Ana Monteiro	2002	JUN		C T M V POUCA AGUIAR	26.91	23.90	X	X	26.91
24	Sabrina Moniz	2001	SUB-23		JUVENTUDE ILHA VERDE	26.71	25.83	25.10	X	26.71
25	Patrícia Duarte	2005	JUV		A ESC ATLET CARTAXO	25.20	X	23.67	18.63	25.20
26	Ana Santos	2003	JUN		ATLETAS FIM SEMANA	24.68	24.68	19.27	23.70	24.11
27	Maria Carmo Andrade	2003	JUN		G DESP CAVADAS	23.93	X	23.86	X	23.93
28	Ana Paula Pinto	1995	SEN		A D C C J CLARK	23.91	22.05	21.89	23.91	18.85
29	Mariana Camara	2005	JUV		C F OLIVEIRA DOURO	23.29	22.97	23.29	X	X
30	Marta Batalha	1998	SEN		GRUPO DESP DIANA	22.73	19.13	22.58	22.73	19.72
31	Sandra Santos	1984	VET 35		CASA BENFICA FARO	22.13	X	18.70	22.13	21.64
32	Vânia Sousa	2005	JUV		E ATLETISMO TROFA	21.71	X	19.03	X	21.71
33	Alexandra Aleixo	1999	SUB-23		U F C TOMAR	17.75	13.70	X	X	17.75
34	Rita Rodrigues	1997	SEN		ESCOLA DO MOVIMENTO	17.16	X	17.13	13.68	17.16
35	Joana Silva	1984	VET 35		CLUBE DESP DA PÓVOA	16.97	16.97	16.58	14.90	X
36	Daniela Barata	2001	SUB-23		G C A DONAS	13.75	X	X	13.75	X
37	Cristina Duarte	1967	VET 50		G D R DA VERDERENA	9.95	X	X	9.95	X
38	Diana Machado	2002	JUN		LEIXÕES SPORT CLUB	8.04	8.04	-	-	-

## 3.000 metros Obstáculos | JUN a VET - F | Dia 1

## Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Joana Soares	1993	SEN		A C D JARDIM SERRA	9:59.20
2	Clarisse Cruz	1978	VET 40		GRECAS - VAGOS	10:25.99
3	Lara Glória	1998	SEN		C S MARÍTIMO	11:03.60
4	Carla Reis	1997	SEN		S CLUBE DE BRAGA	11:10.56
5	Daria Melnyk	2000	SUB-23	RUS	JUV VIDIGALENSE	11:17.38
6	D Jamila Tavares	1994	SEN	STP	A D R ÁGUA DE PENA	11:26.01
7	Daniela Sousa	1993	SEN		G DESP ESTREITO	11:35.40
8	Mara Resende	2000	SUB-23		MAIA A C	11:41.46
9	Rita Coelho	2000	SUB-23		CASA BENFICA FARO	11:43.56
10	Raquel Cantante	1996	SEN		GRUPO REC EIRENSE	11:55.89
11	Eva Fernandes	2000	SUB-23		A C R SRA DESTERRO	12:02.24
12	Vânia Pinhal	2003	JUN		S C BEIRA-MAR	12:11.32
13	Maria José Pinto	1981	VET 40		U F C TOMAR	12:13.49
14	Anita Alves	2002	JUN		C F OLIVEIRA DOURO	12:36.62
15	Sara Sousa	2003	JUN		A D C C J CLARK	12:49.12



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
16	Marta Ferreira	2002	JUN		G ATLETISMO FÁTIMA	12:53.28
17	Ana Martins	1989	SEN		GRUPO DESP DIANA	12:54.77
18	Deolinda Oliveira	1968	VET 50		E ATLETISMO TROFA	13:07.62
19	Conceição Santos	1977	VET 40		CLUBE DESP DA PÓVOA	14:11.58
20	Catarina Anastácio	1997	SEN		C D R RIBEIRINHO	14:20.81
21	Laura Martins	2003	JUN		G D R DA VERDERENA	14:25.38
22	Inês Gonzaga	2000	SUB-23		JUVENTUDE ILHA VERDE	14:38.62
23	Susana Ribeiro	1995	SEN		N A DE CUCUJÃES	15:02.31
24	Mafalda Portela	2001	SUB-23		A ACAD BELA VISTA	15:45.89
DNF	Joana Silva	2001	SUB-23		A C PÓVOA DE VARZIM	x

### 4x100 metros | JUV a VET - M | Dia 1

#### Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	SELEÇÃO NACIONAL	None		POR		40.47	Rafael Jorge-1477	Delvis Santos-1476	Frederico Curvelo-1475	Diogo Antunes-1474
2	SPORTING C P	None		SPORTING C P		42.30	Fábio Sanhá-1364	Tomás Gonçalves-1362	Dorian Keletela-1352	Guilherme Mendo-1369
3	JUV VIDIGALENSE	None		JUV VIDIGALENSE		42.52	Eduardo Oliveira-951	João Calhau-940	João Pinto-936	Gil Manuel-960
4	MAIA A C	None		MAIA A C		42.56	Pedro Da Silva-460	Diogo Guerra-461	Ricardo Reis-465	Daniel Silva-466
5	G DESP ESTREITO	None		G DESP ESTREITO		43.26	Bruno Pita-1833	Micael Franco-1809	Rodrigo Rito-1820	Abdel Larrinaga-1845
6	C F OS BELENENSES	None		C F OS BELENENSES		43.30	Rúben Bari-1200	Bruno Magalhães-1208	Carlos Fernandes-1205	Daniel Couto-1204
7	A C PÓVOA DE VARZIM	None		A C PÓVOA DE VARZIM		43.35	Pedro Machado-21	Hugo Silva-42	Martim Faustino-41	Lucas Reis-11
8	CASA BENFICA FARO	None		CASA BENFICA FARO		43.54	Rodrigo Rosa-1620	André Costa-1585	Sérgio Alves-1607	Maxime Domingos-1624
9	A C D JARDIM SERRA	None		A C D JARDIM SERRA		43.80	Tiago Camacho-79	Paulo Neto-84	Francisco Cordoeiro-76	José Mestre-85
10	ESCOLA DO MOVIMENTO	None		ESCOLA DO MOVIMENTO		43.85	Vicente Gonçalves-377	Guilherme Santos-364	Francisco Ponces-365	Xavier Outeiro-368
11	LUSITÂNIA LOUROSA FC	None		LUSITÂNIA LOUROSA FC		43.99	Rúben Barros-971	André Silva-976	Alexandre Silva-977	Ivo Barros-970
12	VITÓRIA S C	None		VITÓRIA S C		44.65	Miguel Silva-559	Diogo Vaz-554	Leonardo Costa-558	André Sousa-553
13	S CLUBE DE BRAGA	None		S CLUBE DE BRAGA		44.89	João P Ferreira-526	André Pinto-514	Miguel Gonçalves-539	Luís M F Machado-528
14	C ATLETISMO DE SEIA	None		C ATLETISMO DE SEIA		44.94	Hélio Vaz-737	Tiago Rocha-746	Daniel Moreira-739	David Sénica-744
15	C D AREIAS S. JOÃO	None		C D AREIAS S. JOÃO		45.04	Francisco Correia-1546	António Silva-1551	José Silva-1552	João Guerreiro-1543
16	G DESP CAVADAS	None		G DESP CAVADAS		45.24	Tiago Imbunto-1269	Élvio Almeida-1270	Timóteo Patience-1267	Oswaldo Barbosa-1271
17	C S S JOÃO MADEIRA	None		C S S JOÃO MADEIRA		45.32	Henrique Santos-768	Miguel Roque-755	João Pombal-766	João Djibo-751
18	C P T SOBRAL CEIRA	None		C P T SOBRAL CEIRA		45.88	António Cunha-779	David Neves-782	Afonso Oliveira-784	Sandro Henriques-781
19	C F OLIVEIRA DOURO	None		C F OLIVEIRA DOURO		45.98	António Morais-238	Francisco Lemos-246	André Assunção-233	Diogo Saldanha-248
20	C ATLETISMO SINTRA	None		C ATLETISMO SINTRA		45.99	Mateus Fortunato-1154	Ricardo Fernandes-1148	Ailton Silva-1136	Fábio Gonçalves-1149
21	C A BAIXA BANHEIRA	None		C A BAIXA BANHEIRA		46.09	Emanuel Fortunato-1129	Tiago Mina-1126	Gonçalo Vieira-1132	Wilson Pedro-1131
21	JUVENTUDE ILHA VERDE	None		JUVENTUDE ILHA VERDE		46.09				
23	GIRA SOL	None		GIRA SOL		46.37	Tiago Buco-912	Diogo Da Luísa-905	Rafael Silva-900	Miguel Cabral-906
24	C A MAZAREFES	None		C A MAZAREFES		46.60	Renildo Furtado-138	Eduardo Silva-131	João Fernandes-113	Duarte Ferreira-125
25	GRUPO REC EIRENSE	None		GRUPO REC EIRENSE		46.69	Rafael Sacramento-855	Bruno Rodrigues-852	João Pedro Ferreira-843	Mário Neves-842
26	C ATLETISMO DO PORTO	None		C ATLETISMO DO PORTO		46.91	Pedro Sousa-146	Bernardo Moreira-150	Sérgio Almeida-173	Afonso Gonçalves-160
27	C ATLETISMO TUNES	None		C ATLETISMO TUNES		47.21	Guilherme Baião-1568	Bernardo Freitas-1562	Diogo Vairinhos-1565	José Baião-1563
28	C DESP QUARTEIRA	None		C DESP QUARTEIRA		47.26	Rafael Pereira-1651	Rodrigo Diniz-1652	Bruno Cruz-1657	Diogo Godinho-1654



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
29	CASA POVO ALCANENA		None		CASA POVO ALCANENA	47.42	Hélio Tavares-1211	Alexandre Gameiro-1216	Leandro Matos-1223	Maryan Tereshkevych-1225
30	C SPIRIDON DE GAIA		None		C SPIRIDON DE GAIA	47.67	Luís Leite-282	Tiago Teixeira-285	Ricardo Ferreira-289	Wilson Vidal-291
31	N A DE CUCUJÃES		None		N A DE CUCUJÃES	47.89	João Ferreira-1002	Cláudio Resende-991	Samuel Leal-994	Gaspar Araújo-986
32	A ACAD BELA VISTA		None		A ACAD BELA VISTA	48.34	Gil Jorge-1514	Diogo Parreira-1516	João Rodrigues-1515	Ussumani-1510
33	C T M V POUCA AGUIAR		None		C T M V POUCA AGUIAR	48.40	Sérgio Ribeiro-298	Jorge Pinto-312	Rafael Silva-300	Rafael Carvalho-311
34	G C A DONAS		None		G C A DONAS	48.85	Guilherme Tavares-809	Fábio Barata-789	António Curto-791	Joel Sardinha-797
35	ATLÉTICO C BATALHA		None		ATLÉTICO C BATALHA	49.90	Edson Dias-600	Gabriel Borges-627	Tiago Gomes-618	Rafael Anunciação-612
36	E ATLETISMO TROFA		None		E ATLETISMO TROFA	50.08	Leonardo Teixeira-319	Ludgero Moreira-317	João Abreu-334	Francisco Paredes-335
37	C D C NAVAIS		None		C D C NAVAIS	50.79	Carlos Silva-179	Tiago Alves-185	Nuno Silva-181	André Leite-184
38	LEIXÕES SPORT CLUB		None		LEIXÕES SPORT CLUB	51.41	Francisco Campos-438	António Pinto-434	Hélder Araújo-441	Gonçalo Cunha-428
39	A C D ÍLHAVOS		None		A C D ÍLHAVOS	51.80	Leandro Santos-631	Tiago Novo-639	João Rei-634	Rodrigo Marques-636
40	C DESP C+S LAVRA		None		C DESP C+S LAVRA	55.06	Gonçalo Pinto-413	José Lobo-393	Vasco Moura-417	Tiago Azevedo-402
41	C D S SALVADOR CAMPO		None		C D S SALVADOR CAMPO	55.16	Jorge Campos-222	Nuno Queiroz-226	António Costa-220	Pedro Maravilhas-224
FS	A D R ÁGUA DE PENA		None		A D R ÁGUA DE PENA	x	Miguel Azevedo-1720	Ulisses Tavares-1734	Manuel Vieira-1721	Tiago Martins-1725
DSQ	GRECAS - VAGOS		None		GRECAS - VAGOS	99:99:99.99 (24.7)	Bruno Lemos-883	Henrique Eugénio-894	Diogo Oliveira-890	Hugo Duarte-895
DNF	U F C TOMAR		None		U F C TOMAR	x	Ricardo Galvão-1443	Eduardo Oliveira-1448	Gustavo Rodrigo-1441	Manuel Dias-1424
DNF	A C R SRA DESTERRO		None		A C R SRA DESTERRO	x	Filipe Grilate-652	Fábio Cunha-659	Renato Miranda-654	Manuel Sissé-658

**4x100 metros | JUV a VET - F | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	SELEÇÃO NACIONAL		None		POR	45.78	Patrícia Rodrigues	Rosalina Santos	Catarina Lourenço	Lorene Bazolo
2	S L BENFICA		None		S L BENFICA	47.74				
3	C F OLIVEIRA DOURO		None		C F OLIVEIRA DOURO	48.72				
4	J O MONTE ABRAÃO		None		J O MONTE ABRAÃO	48.78				
5	A C D JARDIM SERRA		None		A C D JARDIM SERRA	49.24				
6	G DESP ESTREITO		None		G DESP ESTREITO	49.34				
7	G ATLETISMO FÁTIMA		None		G ATLETISMO FÁTIMA	49.60				
8	S CLUBE DE BRAGA		None		S CLUBE DE BRAGA	50.10				
9	A C PÓVOA DE VARZIM		None		A C PÓVOA DE VARZIM	51.10				
10	C S MARÍTIMO		None		C S MARÍTIMO	51.30				
11	ESCOLA DO MOVIMENTO		None		ESCOLA DO MOVIMENTO	51.38				
12	A D R ÁGUA DE PENA		None		A D R ÁGUA DE PENA	51.56				
13	MAIA A C		None		MAIA A C	51.77				
14	GRECAS - VAGOS		None		GRECAS - VAGOS	51.83				
15	C D AREIAS S. JOÃO		None		C D AREIAS S. JOÃO	52.61	Zeila Sousa-1557	Anastasiya Braha-1555	Joana Reigado-1548	Joana Melo-1541
16	C D R RIBEIRINHO		None		C D R RIBEIRINHO	52.90				
17	CASA BENFICA FARO		None		CASA BENFICA FARO	52.93	Margarida Mascarenha-1605	Axelle Van Hauwaert-1628	Liliane Soares-1582	Joana Palma-1603
18	G C A DONAS		None		G C A DONAS	53.07				
19	VFC		None		VITÓRIA F C	53.15				
20	E ATLETISMO TROFA		None		E ATLETISMO TROFA	53.45				
21	LEIXÕES SPORT CLUB		None		LEIXÕES SPORT CLUB	53.58				
22	U F C TOMAR		None		U F C TOMAR	53.85				
23	A C R SRA DESTERRO		None		A C R SRA DESTERRO	54.07				
24	A ACAD BELA VISTA		None		A ACAD BELA VISTA	55.52	Renata Rodrigues-1513	Marcia Barbosa-1501	Núrea Barbosa-1500	Sara Divengle-1504
25	ATLETAS FIM SEMANA		None		ATLETAS FIM SEMANA	55.71				
26	ATLÉTICO C BATALHA		None		ATLÉTICO C BATALHA	55.81				



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
27	JUVENTUDE ILHA VERDE		None		JUVENTUDE ILHA VERDE	56.23				
28	C ATLETISMO DO PORTO		None		C ATLETISMO DO PORTO	56.71				
29	C DESP C+S LAVRA		None		C DESP C+S LAVRA	56.83				
30	C A MAZAREFES		None		C A MAZAREFES	56.97				
31	GRUPO REC EIRENSE		None		GRUPO REC EIRENSE	57.13				
32	C T M V POUCA AGUIAR		None		C T M V POUCA AGUIAR	57.86				
33	C SPIRIDON DE GAIA		None		C SPIRIDON DE GAIA	58.99				
34	A D C C J CLARK		None		A D C C J CLARK	63.72				
35	N A DE CUCUJÃES		None		N A DE CUCUJÃES	65.52				
9999	JUV VIDIGALENSE		None		JUV VIDIGALENSE	x				

**5.000 metros | JUN a VET - M | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Miguel Marques	1995	SEN		SPORTING C P	14:11.86
2	Hugo Correia	1991	SEN		G DESP ESTREITO	14:27.27
3	Paulo Barbosa	1994	SEN		MAIA A C	14:37.33
4	Ricardo Pereira	1990	SEN		A C D JARDIM SERRA	14:37.52
5	Tiago Costa	1988	SEN		S CLUBE DE BRAGA	14:38.09
6	Bernardo Rocha	2000	SUB-23		LEIXÕES SPORT CLUB	14:44.71
7	Bruno Moniz	1991	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	14:49.48
8	Pedro Amaro	2002	JUN		A C PÓVOA DE VARZIM	15:03.85
9	Carlos Costa	1986	SEN		C D S SALVADOR CAMPO	15:13.50
10	Luís Oliveira	1999	SUB-23		C S S JOÃO MADEIRA	15:21.53
11	Leonardo Coelho	1995	SEN		C ATLETISMO SINTRA	15:23.37
12	Alexandre Venâncio	1998	SEN		C ATLETISMO DE SEIA	15:24.94
13	Cristiano Borges	1999	SUB-23		CASA BENFICA FARO	15:27.50
14	Gonçalo Varela	1997	SEN		JUV VIDIGALENSE	15:31.51
15	Adelino Oliveira	1991	SEN		GRECAS - VAGOS	15:36.16
16	Marco Marques	1983	VET 35		A C R SRA DESTERRO	15:36.48
17	David Pedrosa	1999	SUB-23		GIRA SOL	15:43.93
18	Filipe Lopes	2000	SUB-23		C F OS BELENENSES	15:51.50
19	Henrique Pires	1993	SEN		N ATLETISMO TAIPAS	15:53.95
20	João Costa	1993	SEN		VITÓRIA S C	15:54.31
21	Rúben Fortunato	2002	JUN		C P T SOBRAL CEIRA	15:54.98
22	António Pires	1990	SEN		CLUBE DESP DA PÓVOA	15:56.20
23	Joao Oliveira	1999	SUB-23		C F OLIVEIRA DOURO	15:58.42
24	Ricardo Fonseca	1997	SEN		U F C TOMAR	16:00.19
25	João Saldanha	1996	SEN		CASA POVO ALCANENA	16:00.49
26	Fábio Reis	1993	SEN		P NOVAS DESCOBERTAS	16:01.51
27	João Pereira	1979	VET 40		GRUPO REC EIRENSE	16:06.61
28	Francisco Laranjeira	1998	SEN		GRUPO DESP DIANA	16:11.05
29	Paulo Soares	1975	VET 45		C D AREIAS S. JOÃO	16:21.72
30	Bruno Gonçalves	1987	SEN		C A MARINHA GRANDE	16:48.16
31	Fernando Matos	1966	VET 50		G C A DONAS	16:58.57
32	Ricardo Sousa	1997	SEN		PENTA CLUBE COVILHÃ	17:00.19
33	João Alves	1977	VET 40		N A DE CUCUJÃES	17:11.29
34	Rodrigo Gomes	2003	JUN		C A BAIXA BANHEIRA	17:13.80
35	Gonçalo Furtado	2000	SUB-23		JUVENTUDE ILHA VERDE	17:22.22
36	João Pereira	1961	VET 55		ATLETAS FIM SEMANA	17:53.29
37	Tiago Faria	1994	SEN		C SPIRIDON DE GAIA	17:55.61
38	Joaquim Frazão	1975	VET 45		C BENFICA T VEDRAS	17:58.79
39	Luís Massapina	1979	VET 40		C DESP QUARTEIRA	18:30.21
40	Luís Gomes	2003	JUN		C S MARÍTIMO	18:46.46
41	Rui Cardoso	1975	VET 45		TEAM EL COMANDANTE	18:50.48
42	João Paulo Ramalho	2002	JUN		A C D ÍLHAVOS	19:03.21
43	Gustavo Ganhão	2003	JUN		A ACAD BELA VISTA	19:09.77
44	Rui Carneiro	1992	SEN		A C VALE S MARTINHO	19:53.10
45	Fernando Silva	1965	VET 55		C D C NAVAIS	20:04.95
46	Paulo Vilaça	1963	VET 55		C ATLETISMO DO PORTO	20:43.81





Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
9999	Artur Baran	2001	SUB-23		C ATLETISMO TUNES	x
9999	Davide Figueiredo	1971	VET 50		A FIGUEIREDO RUNNERS	x

**5.000 metros | JUN a VET - F | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Lia Lemos	2001	SUB-23		MAIA A C	17:18.03
2	Cátia Santos	1992	SEN		G DESP ESTREITO	17:28.94
3	Vanessa Carvalho	1991	SEN		S CLUBE DE BRAGA	17:33.00
4	Marta Lourenço	2001	SUB-23		A C PÓVOA DE VARZIM	17:33.58
5	Joana Ferreira	1997	SEN		JUV VIDIGALENSE	17:38.17
6	Alexandra Oliveira	1993	SEN		C S MARÍTIMO	18:17.46
7	Manuela Martins	1998	SEN		S L BENFICA	18:22.84
8	Inês Pinto	1992	SEN		GRECAS - VAGOS	18:32.42
9	Daniela Gregório	1994	SEN		E ATLETISMO TROFA	19:18.71
10	Sabina Neca	1976	VET 45		A C R SRA DESTERRO	19:35.10
11	Carolina Escada	2000	SUB-23		GRUPO DESP DIANA	19:39.90
12	Luísa Viveiros	1980	VET 40		A D R ÁGUA DE PENA	19:57.90
13	Filomena Costa	1985	VET 35		A C D JARDIM SERRA	20:01.85
14	Fátima Silva	1970	VET 50		CLUBE DESP DA PÓVOA	20:13.01
15	Marta Freitas	2003	JUN		C F OLIVEIRA DOURO	20:16.77
16	Filipa Godinho	1999	SUB-23		CASA BENFICA FARO	20:41.50
17	Rita Mestre	1998	SEN		PENTA CLUBE COVILHÃ	20:46.33
18	Carina Correia	1977	VET 40		C D AREIAS S. JOÃO	20:55.14
19	Regina Gilvaz	1973	VET 45		N A DE CUCUJÃES	20:56.77
20	Fiona Gonçalves	1961	VET 60		C DESP QUARTEIRA	21:00.83
21	Florinda Fernandes	1969	VET 50		C A MAZAREFES	21:10.11
22	Micaela Medeiros	2003	JUN		JUVENTUDE ILHA VERDE	21:36.16
23	Joana Prazeres	1990	SEN		J O MONTE ABRAÃO	21:46.59
24	Raquel Vasconcelos	1978	VET 40		LEIXÕES SPORT CLUB	21:56.67
25	Joana Fortuna	1991	SEN		C SPIRIDON DE GAIA	22:01.87
26	Fátima Geraldes	1969	VET 50		C ATLETISMO DO PORTO	22:15.48
27	Maria Nunes	1985	VET 35		A D C C J CLARK	22:24.08
28	Olga Araújo	1979	VET 40		G D R DA VERDERENA	23:29.02
29	Deolinda Lopes	1966	VET 50		A ACAD BELA VISTA	23:59.43
30	Rute Lopes	1992	SEN		GRUPO REC EIRENSE	24:55.54
31	Maria Silva	1985	VET 35		C DESP C+S LAVRA	25:41.95
32	Dalila Ramos	1979	VET 40		C T M V POUÇA AGUIAR	26:27.18
DNF	Rita Miranda	2001	SUB-23		G ATLETISMO FÁTIMA	x

**Martelo 7.26kg | JUN a VET - M | Dia 2**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Miguel Carreira	1996	SEN		JUV VIDIGALENSE	63.40	62.77	X	63.40	62.64
2	Rúben Antunes	1999	SUB-23		SPORTING C P	61.13	61.13	57.47	-	-
3	Diogo Freitas	2002	JUN		G DESP ESTREITO	55.40	52.85	52.64	55.40	X
4	Bernardo Oliveira	1999	SUB-23		C A BAIXA BANHEIRA	51.03	51.03	X	47.99	49.49
5	Nuno Rocha	1984	VET 35		MAIA A C	49.88	45.24	49.69	49.88	X
6	Bruno Faria	2003	JUN		A C D JARDIM SERRA	49.46	X	46.70	X	49.46
7	João Venade	1988	SEN		S CLUBE DE BRAGA	46.80	46.80	-	-	-
8	Pedro Capela	1991	SEN		C S S JOÃO MADEIRA	45.59	45.59	X	X	X
9	Leandro Gonçalves	1996	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	45.42	44.50	45.42	44.38	X
10	João Ferreira	1994	SEN		C A MAZAREFES	44.02	X	X	44.02	X
11	Vasco Alves	1999	SUB-23		CLUBE DESP DA PÓVOA	43.92	40.69	42.92	43.92	X
12	Marco Paredes	2002	JUN		C SPIRIDON DE GAIA	43.79	42.67	X	43.79	40.12
13	Bruno Melo	1991	SEN		JUVENTUDE ILHA VERDE	43.10	40.95	40.96	41.02	43.10
14	Luís Assunção	1978	VET 40		GRUPO REC EIRENSE	43.08	42.33	42.26	40.98	43.08
15	Luís Cardoso	1995	SEN		C ATLETISMO DE SEIA	41.75	35.10	40.01	41.75	X
16	Bruno Martins	1982	VET 35		A C R SRA DESTERRO	41.74	X	X	41.74	X



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
17	Francisco Costa	1997	SEN		ESCOLA DO MOVIMENTO	40.07	X	40.07	X	36.73
18	Sérgio Carvalho	1993	SEN		C D C NAVAIS	39.77	37.40	37.09	39.77	36.61
19	Augusto Cavaleiro	1961	VET 60		C P T SOBRAL CEIRA	38.34	X	38.34	X	35.88
20	Rodrigo Santos	1990	SEN		GRECAS - VAGOS	38.16	36.37	37.64	38.16	X
21	Tiago Pereira	1993	SEN		CASA BENFICA FARO	37.19	34.55	37.19	34.44	37.06
22	Luís Dias	1970	VET 50		C F OS BELENENSES	35.04	31.83	32.02	35.04	X
23	André Santos	1998	SEN		ATLÉTICO C BATALHA	33.69	X	33.39	33.69	X
24	Jorge Lima	1997	SEN		A ACAD BELA VISTA	23.72	X	X	23.72	23.46
25	Tiago Maia	2003	JUN		C DESP C+S LAVRA	23.53	X	X	23.53	X
26	Gabriel Ramos	1980	VET 40		C D AREIAS S. JOÃO	20.51	18.70	X	19.06	20.51
27	Filipe Soares	1982	VET 35		CASA POVO ALCANENA	16.13	16.13	15.68	13.53	14.93
28	Carlos Ribeiro	1992	SEN		C T M V POUCA AGUIAR	15.34	X	X	15.08	15.34
29	Rodrigo Graça	2003	JUN		U F C TOMAR	12.89	12.89	12.43	12.39	12.89
30	Hélder Bacalhau	1965	VET 55		C ATLETISMO TUNES	9.79	9.57	8.41	9.79	9.44
9999	Hélder Araújo	2001	SUB-23		LEIXÕES SPORT CLUB		x			
9999	António Beça	1957	VET 60		ATLETAS FIM SEMANA		x	X	-	-

### 3.000 metros Obstáculos | JUN a VET - M | Dia 2

#### Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Miguel Mascarenhas	1998	SEN		G DESP ESTREITO	9:05.41
2	Simão Bastos	1999	SUB-23		A C PÓVOA DE VARZIM	9:05.84
3	Ricardo Barbosa	1995	SEN		MAIA A C	9:08.72
4	Ricardo Ferreira	1998	SEN		SPORTING C P	9:17.49
5	Davide Silva	1995	SEN		S CLUBE DE BRAGA	9:25.56
6	Samuel Rios	2001	SUB-23		A D R ÁGUA DE PENA	9:31.88
7	Afonso Simão	1998	SEN		C A BAIXA BANHEIRA	9:33.84
8	Alexandre Venâncio	1998	SEN		C ATLETISMO DE SEIA	9:36.61
9	Décio Abreu	1985	VET 35		A C D JARDIM SERRA	9:37.86
10	Cristiano Borges	1999	SUB-23		CASA BENFICA FARO	9:40.18
11	João Bernardo	1993	SEN		JUV VIDIGALENSE	9:44.38
12	Leonardo Coelho	1995	SEN		C ATLETISMO SINTRA	9:45.32
13	Adrião Rodrigues	1993	SEN		C S S JOÃO MADEIRA	9:45.51
14	Leandro Monteiro	2003	JUN		G DESP CAVADAS	9:45.60
15	Adelino Oliveira	1991	SEN		GRECAS - VAGOS	9:51.23
16	David Pedrosa	1999	SUB-23		GIRA SOL	10:06.13
17	Gelson Furtado	1999	SUB-23		C P T SOBRAL CEIRA	10:06.28
18	Jorge Silva	2003	JUN		LEIXÕES SPORT CLUB	10:09.57
19	Luís Martins	1989	SEN		C D AREIAS S. JOÃO	10:13.44
20	Duarte Rodrigues	1987	SEN		C A MAZAREFES	10:17.52
21	João Saldanha	1996	SEN		CASA POVO ALCANENA	10:18.37
22	Américo Moreira	1989	SEN		CLUBE DESP DA PÓVOA	10:20.37
23	Ricardo Opinião	1999	SUB-23		A C R SRA DESTERRO	10:30.35
24	Admilton Borges	1999	SUB-23		A ACAD BELA VISTA	10:33.37
25	Gonçalo Rompante	2003	JUN		C ATLETISMO DO PORTO	10:34.33
26	Tiago Nuno	1983	VET 35		U F C TOMAR	10:39.43
27	Gonçalo Furtado	2000	SUB-23		JUVENTUDE ILHA VERDE	10:42.78
28	Diogo Matias	1997	SEN		GRUPO DESP DIANA	10:52.04
29	Nelson Barbosa	2003	JUN		C F OLIVEIRA DOURO	10:53.12
30	Nuno Pereira	1986	SEN		C F OS BELENENSES	10:53.58
31	Ricardo Sousa	1997	SEN		PENTA CLUBE COVILHÃ	11:02.39
32	Cristiano Ribeiro	1988	SEN		C D S SALVADOR CAMPO	11:08.26
33	Aléxis Martins	1997	SEN		C BENFICA T VEDRAS	11:10.48
34	Nuno Pereira	1978	VET 40		TEAM EL COMANDANTE	12:08.01
35	Fernando Silva	1965	VET 55		C D C NAVAIS	12:39.24
36	Daniel Cabrita	1973	VET 45		C ATLETISMO TUNES	14:41.93



Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Ana Oliveira	1995	SEN		G ATLETISMO FÁTIMA	13.03	12.37	+3.7	X		13.01	+5.5	13.03	+2.9
2	Lecabela Quaresma	1989	SEN		J O MONTE ABRAÃO	13.01	12.84	+4.8	12.93	+3.2	X		13.01	+2.0
3	Catarina Queirós	1998	SEN		A C D JARDIM SERRA	12.69	X		12.42	-0.2	X		12.69	-1.1
4	Shaina Mags	1992	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	12.61	12.61	-0.4	X		12.58	0.90	X	
5	Rosa Djombate	2002	JUN		S CLUBE DE BRAGA	12.47	X		12.03	+1.9	12.47	+5.5	12.24	+4.8
5	Mariana Novo	2000	SUB-23		A C PÓVOA DE VARZIM	12.47	X		X		12.17	0.90	12.47	0.30
7	Lucinda Gomes	1995	SEN		G DESP ESTREITO	12.06	12.00	0.10	12.06	-1	-		X	
8	Suzana Cruz	1998	SEN		GRUPO REC EIRENSE	11.88	11.33	3.00	11.88	2.10	11.78	1.40	11.66	3.00
9	Eduarda Ferreira	2001	SUB-23		JUV VIDIGALENSE	11.80	11.31	1.60	11.67	2.00	11.80	2.30	X	
10	Inês Santos	2005	JUV		C F OLIVEIRA DOURO	11.75	11.75	0.30	11.60	0.30	9.66	2.30	11.60	-1
11	Ana Rita Silva	2000	SUB-23		MAIA A C	11.48	11.48	-0.3	X		X		X	
12	Teresa Abade	2004	JUV		A ESC ATLET CARTAXO	11.34	11.26	+2.8	11.34	+2.1	11.15	+4.6	10.93	+5.0
13	Maria Esteves	2001	SUB-23		C S MARÍTIMO	11.22	11.16	-1.3	11.22	-2	X		11.09	0.40
14	Inês Vicente	2004	JUV		S L BENFICA	10.92	10.83	+2.1	10.41	+2.9	-		10.92	+4.0
15	Palmira Martins	1998	SEN		A C R SRA DESTERRO	10.84	10.49	3.20	10.71	3.60	10.60	1.90	10.84	3.10
16	Joana Melo	1993	SEN		C D AREIAS S. JOÃO	10.82	10.09	2.50	10.26	5.30	10.42	3.60	10.82	4.60
17	Helena Safta	2005	JUV		G C A DONAS	10.76	10.76	2.70	10.04	1.00	9.42	2.90	10.51	1.50
18	Beatriz Santos	2002	JUN		S C BEIRA-MAR	10.73	X		10.65	2.40	10.15		10.73	1.60
19	Marisa Nunes	2005	JUV		U F C TOMAR	10.72	10.72	+3.2	9.96	+3.1	10.03	+3.0	10.12	+5.3
20	Samaritana Cabral	1996	SEN		CASA BENFICA FARO	10.45	10.45	5.00	10.25	4.90	10.24	3.10	10.29	1.70
21	Beatriz Melo	2001	SUB-23		N A DE CUCUJÃES	10.41	10.12	1.50	10.26	1.10	10.17	1.00	10.41	3.20
22	Mariana Conde	1997	SEN		GRECAS - VAGOS	10.35	10.29	2.20	10.35	2.70	10.32	2.00	X	
23	Mariana Gomes	2003	JUN		ATLETAS FIM SEMANA	10.23	X		10.23	1.80	10.14	2.50	X	
24	Georgete Silva	1999	SUB-23		C D R RIBEIRINHO	10.14	9.87	+2.0	10.14	+1.7	9.96	+3.6	10.02	+2.8
25	Joana Pimenta	2004	JUV		C ATLETISMO DO PORTO	9.97	9.72	-0.5	9.19		9.97	0.30	9.71	-1
26	Laura Salgueiro	2005	JUV		C T M V POUCA AGUIAR	9.94	9.75		X		9.86	0.80	9.94	0.30
27	Mariana Campos	2004	JUV		JUVENTUDE ILHA VERDE	9.90	9.59	-1.6	9.81	-0.1	9.90	-1.8	9.68	-0.1
28	Sofia Queirós	2004	JUV		C A MAZAREFES	9.80	X		9.80	-0.4	X		X	
29	Erica Guedes	2003	JUN		ATLÉTICO C BATALHA	9.47	9.27	2.00	9.45	3.90	X		9.47	3.00

3.000 metros | JUV a VET - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Rúben Amaral	2001	SUB-23		SPORTING C P	8:16.81
2	Francisco Rodrigues	1995	SEN		S CLUBE DE BRAGA	8:18.96
3	João Cruz	1994	SEN		MAIA A C	8:26.41
4	Bruno Moniz	1991	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	8:27.15
5	Ricardo Pereira	1990	SEN		A C D JARDIM SERRA	8:27.22
6	João Amaro	2002	JUN		A C PÓVOA DE VARZIM	8:27.32
7	André Barbosa	2005	JUV		LEIXÕES SPORT CLUB	8:28.47
8	Rogério Amaral	2001	SUB-23		C P T SOBRAL CEIRA	8:29.86
9	João Valente	1993	SEN		U F C TOMAR	8:31.66
10	Miguel Ribeiro	2000	SUB-23		A C R SRA DESTERRO	8:31.73
11	Hugo Correia	1991	SEN		G DESP ESTREITO	8:37.00
12	Luís Oliveira	1999	SUB-23		C S S JOÃO MADEIRA	8:43.68
13	João Fernandes	1993	SEN		CASA BENFICA FARO	8:47.90
14	Ricardo Figueiredo	1989	SEN		C ATLETISMO DE SEIA	8:53.15
15	Isaias Gomes	1994	SEN	CPV	C F OS BELENENSES	8:54.12
16	Daniel Pinheiro	1983	VET 35		C D S SALVADOR CAMPO	8:57.03
17	João Pedro	2000	SUB-23		GIRA SOL	8:58.88
18	Pedro Nadais	1998	SEN		GRECAS - VAGOS	9:01.76
19	Lourenço Rodrigues	2004	JUV		JUVENTUDE ILHA VERDE	9:04.48
20	Fábio Abrantes	1990	SEN		GRUPO REC EIRENSE	9:05.64
21	Jorge Varela	1980	VET 40		C D AREIAS S. JOÃO	9:12.52
22	João Figueiredo	1993	SEN		A FIGUEIREDO RUNNERS	9:15.19
23	Joao Oliveira	1999	SUB-23		C F OLIVEIRA DOURO	9:16.95
24	João Paulo Alves	1988	SEN		VITÓRIA S C	9:19.85



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
25	Henrique Pires	1993	SEN		N ATLETISMO TAIPAS	9:20.73
26	Edgar Jacinto	1986	SEN		C ATLETISMO SINTRA	9:21.32
27	António Pires	1990	SEN		CLUBE DESP DA PÓVOA	9:21.37
28	Emmanuel Cardoso	1990	SEN		C A MARINHA GRANDE	9:25.35
29	Domingos Barros	1967	VET 50		C A MAZAREFES	9:28.15
30	Tiago Godinho	1992	SEN		JUV VIDIGALENSE	9:28.62
31	Pedro Sá	2002	JUN		G DESP CAVADAS	9:33.08
32	António Curto	1998	SEN		G C A DONAS	9:34.17
33	Diogo Salvado	2001	SUB-23		PENTA CLUBE COVILHÃ	9:42.81
34	Hélder Costa	1978	VET 40		TEAM EL COMANDANTE	9:43.02
35	Tomás Bartolomeu	2004	JUV		S C BEIRA-MAR	9:43.43
36	André Franco	2002	JUN		C BENFICA T VEDRAS	9:49.37
37	João Santos	2004	JUV		C ATLETISMO TUNES	10:06.31
38	João Pereira	1961	VET 55		ATLETAS FIM SEMANA	10:18.04
39	Rodrigo Diniz	2004	JUV		C DESP QUARTEIRA	10:20.52
40	António Campos	1975	VET 45		C T M V POUCA AGUIAR	10:28.62
41	João Dias	1980	VET 40		N A DE CUCUJÃES	10:49.47
42	David Leite	1967	VET 50		C SPIRIDON DE GAIA	10:49.64
43	Luís Gomes	2003	JUN		C S MARÍTIMO	10:57.00
44	Vítor Hugo Candeias	1983	VET 35		C REC DO PENTEADO	10:58.47
45	Gustavo Ganhão	2003	JUN		A ACAD BELA VISTA	11:04.97
46	Roberto Machado	1984	VET 35		A C VALE S MARTINHO	11:08.14
47	Fernando Capitão	1970	VET 50		ATLÉTICO C BATALHA	11:36.24
48	Manuel Sá	1959	VET 60		C ATLETISMO DO PORTO	13:08.45
9999	Ricardo Fernandes	1986	SEN		LUSITÂNIA LOUROSA FC	x

### 3.000 metros | JUV a VET - F | Dia 2

#### Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Joana Soares	1993	SEN		A C D JARDIM SERRA	9:18.62
2	Clarisse Cruz	1978	VET 40		GRECAS - VAGOS	9:33.88
3	Susana Francisco	1991	SEN		S CLUBE DE BRAGA	9:44.00
4	Ana Silva	2003	JUN		MAIA A C	9:50.03
5	Cátia Santos	1992	SEN		G DESP ESTREITO	9:58.11
6	Lília Martins	1997	SEN		JUV VIDIGALENSE	9:59.40
7	Patrícia Oliveira	1994	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	10:08.44
8	Rita Costa	2004	JUV		S L BENFICA	10:25.05
9	Alice Oliveira	2000	SUB-23		E ATLETISMO TROFA	10:27.36
10	Marta Pereira	1998	SEN		G ATLETISMO FÁTIMA	10:27.47
11	Lara Glória	1998	SEN		C S MARÍTIMO	10:30.69
12	Liliana Veríssimo	1986	SEN		C D AREIAS S. JOÃO	10:44.60
13	Maria Carvalho	1999	SUB-23		A D R ÁGUA DE PENHA	10:49.88
14	Soraia Tavares	1999	SUB-23		CASA BENFICA FARO	10:55.55
15	Catarina Ferreira	2004	JUV		C A MARINHA GRANDE	10:55.66
16	Anita Alves	2002	JUN		C F OLIVEIRA DOURO	11:01.67
17	Carolina Escada	2000	SUB-23		GRUPO DESP DIANA	11:03.86
18	Maria José Pinto	1981	VET 40		U F C TOMAR	11:04.60
19	Inês Dias	2003	JUN		C D R RIBEIRINHO	11:08.72
20	Raquel Cantante	1996	SEN		GRUPO REC EIRENSE	11:11.85
21	Eva Fernandes	2000	SUB-23		A C R SRA DESTERRO	11:20.91
22	Sara Sousa	2003	JUN		A D C C J CLARK	11:35.42
23	Matilde Marcelino	2004	JUV		G C A DONAS	11:59.39
24	Maria Lavos	2004	JUV		C REC DO PENTEADO	12:18.42
25	Leonor Carreira	2005	JUV		PENTA CLUBE COVILHÃ	12:32.06
26	Ana Neves	1975	VET 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	12:34.54
27	Regina Gilvaz	1973	VET 45		N A DE CUCUJÃES	12:38.01
28	Micaela Medeiros	2003	JUN		JUVENTUDE ILHA VERDE	12:38.04
29	Joana Barros	1991	SEN		C A MAZAREFES	12:41.76
30	Raquel Vasconcelos	1978	VET 40		LEIXÕES SPORT CLUB	12:59.34
31	Sofia Peixoto	1984	VET 35		TEAM EL COMANDANTE	13:35.05



Posição	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
32	Deolinda Lopes	1966	VET 50		A ACAD BELA VISTA	13:48.34
33	Sandra Martins	1972	VET 45		G D R DA VERDERENA	13:51.31
34	Catarina Ribeiro	1997	SEN		ESCOLA DO MOVIMENTO	14:03.43
35	Lisa Vieira	1985	VET 35		C DESP QUARTEIRA	15:00.18
36	Ana Rita Valente	1990	SEN		C DESP C+S LAVRA	16:24.30
9999	Joana Prazeres	1990	SEN		J O MONTE ABRAÃO	x
9999	Conceição Leite	1974	VET 45		C SPIRIDON DE GAIA	x

**110 metros barreiras 1.067 | JUV a VET - M | Dia 2**

**Série 1**

Posição	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Abdel Larrinaga	1994	SEN		G DESP ESTREITO	14.04
2	Paulo Neto	1997	SEN		A C D JARDIM SERRA	14.62
3	Rafael Correia	1993	SEN		JUV VIDIGALENSE	14.64
4	Hélio Vaz	1991	SEN		C ATLETISMO DE SEIA	14.71
5	Diogo Guerra	1999	SUB-23		MAIA A C	14.73
6	Luciano Lima	1996	SEN		CASA BENFICA FARO	14.87
7	Pedro Matos	2001	SUB-23		SPORTING C P	14.88
8	Carlos Fernandes	2003	JUN		C F OS BELENENSES	15.14
9	Martim Faustino	2000	SUB-23		A C PÓVOA DE VARZIM	15.29
10	Gustavo Rodrigo	2002	JUN		U F C TOMAR	15.50
11	David Neves	2002	JUN		C P T SOBRAL CEIRA	15.76
12	Tiago Santos	2000	SUB-23		GRECAS - VAGOS	15.87
13	Ulisses Tavares	1992	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	15.91
14	João Pedro Ferreira	2001	SUB-23		GRUPO REC EIRENSE	16.23
15	Nicolas Silva	1997	SEN		C REC DO PENTEADO	16.86
16	Manuel Sissé	2002	JUN		A C R SRA DESTERRO	16.96
17	Joaquim Moreira	1993	SEN		CLUBE DESP DA PÓVOA	17.07
18	João Zamith	2004	JUV		C DESP C+S LAVRA	17.39
19	Rafael Vilas Boas	1995	SEN		S CLUBE DE BRAGA	17.44
20	Tiago Mina	2000	SUB-23		C A BAIXA BANHEIRA	17.88
21	Bernardo Raimundo	2005	JUV		JUVENTUDE ILHA VERDE	17.92
22	Afonso Milheiro	2003	JUN		C S S JOÃO MADEIRA	18.56
23	André Leite	1999	SUB-23		C D C NAVAIS	18.69
24	Leandro Santos	1998	SEN		A C D ÍLHAVOS	18.93
25	Hélio Tavares	2003	JUN	CPV	CASA POVO ALCANENA	19.83
26	Guilherme Gaspar	2004	JUV		VITÓRIA F C	20.87
27	Eduardo Silva	2002	JUN		C A MAZAREFES	21.28
9999	Francisco Lemos	2002	JUN		C F OLIVEIRA DOURO	x
9999	Gabriel Borges	2003	JUN		ATLÉTICO C BATALHA	x
9999	Diogo Vairinhos	2001	SUB-23		C ATLETISMO TUNES	x

**100 metros barreiras 0.84 | JUV a VET - F | Dia 2**

**Série 1**

Posição	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Fatumata Balde	2000	SUB-23		S L BENFICA	13.81
2	Catarina Queirós	1998	SEN		A C D JARDIM SERRA	13.92
3	Catarina Karas	2000	SUB-23		S CLUBE DE BRAGA	14.01
4	Raquel Lourenço	1996	SEN		JUV VIDIGALENSE	14.34
5	Maria Santos	2002	JUN		C F OLIVEIRA DOURO	14.42
6	Shaina Mags	1992	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	14.76
7	Maria Pedro	2003	JUN		J O MONTE ABRAÃO	15.03
8	Tatiana Silva	2000	SUB-23		G DESP ESTREITO	15.33
8	Sofia Castanhas	2000	SUB-23		A C R SRA DESTERRO	15.33
10	Jennifer Gomes	1995	SEN		GRECAS - VAGOS	15.39
11	Melissa Sereno	2005	JUV		C ATLETISMO DO PORTO	15.47
12	Raquel Ter Haar	1999	SUB-23		GRUPO DESP DIANA	15.55
13	Carolina Neves	2001	SUB-23		G ATLETISMO FÁTIMA	15.98
14	Ana Patrícia Moreira	2000	SUB-23		A C PÓVOA DE VARZIM	16.11



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
15	Inês Pires	2002	JUN		G C A DONAS	16.12
16	Patricia Alminhas	2000	SUB-23		C S MARÍTIMO	16.46
17	Erica Ribeiro	2002	JUN		MAIA A C	16.75
18	Axelle Van Hauwaert	1995	SEN	BEL	CASA BENFICA FARO	16.89
19	Berenice Vila	1999	SUB-23		ESCOLA DO MOVIMENTO	16.97
20	Matilde Lobo	2004	JUV		C DESP C+S LAVRA	17.11
21	Carina Silvestre	2000	SUB-23	ANG	C D R RIBEIRINHO	17.12
22	Constança Anunciação	2005	JUV		ATLÉTICO C BATALHA	17.65
23	Sofia Rêma	1999	SUB-23		C SPIRIDON DE GAIA	17.82
24	Sofia Santos	2003	JUN		E ATLETISMO TROFA	18.15
25	Daniela Alves	2005	JUV		VITÓRIA F C	18.48
26	Sofia Rodrigo	1998	SEN		U F C TOMAR	19.10
27	Francisca Catarino	2001	SUB-23		LEIXÕES SPORT CLUB	19.31
28	Bruna Tavares	2004	JUV		ATLETAS FIM SEMANA	19.40
29	Melissa Sena	1998	SEN	BRA	C DESP QUARTEIRA	19.77
30	Beatriz Monteiro	2001	SUB-23		N A DE CUCUJÃES	20.07
31	Maria Heloísa Santos	2005	JUV		G D R DA VERDERENA	24.28
DSQ	Lurdes Oliveira	2004	JUV		GRUPO REC EIRENSE	99:99:99:99 (22.6.2)
DNF	Carolina Ribeiro	2000	SUB-23		PENTA CLUBE COVILHÃ	x
DNF	Francisca Cabral	2003	JUN		JUVENTUDE ILHA VERDE	x

### Salto com Vara | JUV a VET - F | Dia 2

#### Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1.85	2.00	2.15	2.30	2.45	2.57	2.69	2.81	2.93	3.03	3.13	3.23	3.33	3.43	3.53	3.58	3.63	3.68
1	Sofia Carneiro	1998	SEN		MAIA A C	3.53	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	XO	-	XXO	XO	-	-	XXX
2	Sara Pereira	2004	JUV		A C D JARDIM SERRA	3.43	-	-	-	-	-	-	-	-	O	O	O	O	XXO	O	XXX			
2	Raquel Marques	1999	SUB-23		G ATLETISMO FATIMA	3.43	-	-	-	-	-	-	-	-	-	O	O	O	XXO	O	XXX			
4	Tânia António	1987	SEN		GRECAS - VAGOS	3.13	-	-	-	-	-	-	O	O	O	O	XXO	XXX						
4	Carla Macedo	1990	SEN		A D R ÁGUA DE PENHA	3.13	-	-	-	-	-	-	-	-	XO	O	XO	XXX						
6	Axelle Van Hauwaert	1995	SEN	BEL	CASA BENFICA FARO	3.03	-	-	-	-	O	O	O	O	XXO	O	XXX							
6	Diana Andrade	2001	SUB-23		G DESP ESTREITO	3.03	-	-	-	-	-	-	O	O	XXO	XO	XXX							
6	Sofia Marques	2003	JUN		S L BENFICA	3.03	-	-	-	-	-	XO	-	XO	O	XO	XXX							
9	Leonor Suzano	2001	SUB-23		S CLUBE DE BRAGA	2.93	-	-	-	-	-	O	O	XO	O	XXX								
10	Carlota Goncalves	2001	SUB-23		U F C TOMAR	2.81	-	-	-	XO	O	O	O	O	XXX									
10	Joana Rocha	2004	JUV		C SPIRIDON DE GAIA	2.81	-	-	-	-	-	O	XXO	XO	XXX									
12	Maria Chambel	2005	JUV		J O MONTE ABRAÃO	2.69	-	-	-	-	O	-	XO	XXX										
13	Liliana Manhente	1985	VET-35		A C R SRA DESTERRO	2.57	-	-	-	O	O	XXO	XXX											
13	Catarina Rosa	1998	SEN		C S MARÍTIMO	2.57	-	-	-	-	O	XO	XXX											
15	Ema Paulo	2003	JUN		C A MARINHA GRANDE	2.45	-	-	-	O	XO	XXX												
15	Filipa Dinis	2005	JUV		JUV VIDIGALENSE	2.45	-	-	-	-	O	XXX												
15	Beatriz Soares	2003	JUN		ESCOLA DO MOVIMENTO	2.45	-	-	O	O	O	XXX												
18	Sara Mota	1997	SEN		GRUPO REC EIRENSE	2.30	-	-	-	O	XXX													
18	Daniela Pereira	2003	JUN		C D R RIBEIRINHO	2.30	-	O	XO	O	XXX													
18	Miriam Tavares	2000	SUB-23		ATLETAS FIM SEMANA	2.30	-	-	O	O	XXX													
21	Margarida Pereira	1992	SEN		N A DE CUCUJÃES	2.15	-	O	O	XXX														



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1.85	2.00	2.15	2.30	2.45	2.57	2.69	2.81	2.93	3.03	3.13	3.23	3.33	3.43	3.53	3.58	3.63	3.68
21	Fabiana Lucart	2004	JUV		C F OLIVEIRA DOURO	2.15	O	O	O	XXX														
23	Cláudia Teixeira	2000	SUB-23		C A MAZAREFES	2.00	O	O	XXX															
NM	Madalena Perpétuo	2004	JUV		JUVENTUDE ILHA VERDE	SM	XXX																	
NM	Beatriz Adão	2005	JUV		C DESP C+S LAVRA	SM	X-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

**Salto em Altura | JUV a VET - M | Dia 2**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1.50	1.55	1.60	1.65	1.70	1.75	1.80	1.84	1.88	1.92	1.95	1.98	2.01	2.03	2.05	2.07	2.09	2.11	2.13
1	Tiago Luís Pereira	1993	SEN		SPORTING CP	2.11	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	O	-	-	-	-	XXO	-
2	Abdel Larrinaga	1994	SEN		G DESP ESTREITO	2.07	-	-	-	-	-	-	-	-	O	-	XO	-	XO	O	O	O	O	XXX	
3	Nelson Pinto	1998	SEN		A C D JARDIM SERRA	1.98	-	-	-	-	-	-	-	O	O	O	O	O	-	XXX					
3	João Duarte	1996	SEN		MAIA A C	1.98	-	-	-	-	-	-	-	O	-	O	-	XO	-	XXX					
5	Diogo Oliveira	2001	SUB-23		GRECAS - VAGOS	1.95	-	-	-	-	-	-	-	O	O	O	O	XXX							
6	Paulo Varela	1998	SEN		C ATLETISMO SINTRA	1.92	-	-	-	-	-	O	O	O	O	XO	XXX								
6	Francisco Barreto	1996	SEN		S CLUBE DE BRAGA	1.92	-	-	-	-	-	-	-	O	-	XO	XXX								
6	Simão Pereira	2000	SUB-23		JUV VIDIGALENSE	1.92	-	-	-	-	-	-	O	O	XXO	O	XXX								
9	Roman Guliy	1979	VET 40		C F OS BELENENSES	1.88	-	-	-	-	O	O	O	XO	XXO	XXX									
9	Tiago Martins	1997	SEN		A D R ÁGUA DE PENHA	1.88	-	-	-	-	O	-	O	O	O	XXX									
11	Rafael Jesus	2004	JUV		C DESP C+S LAVRA	1.84	-	-	-	-	O	O	XXO	XO	XXX										
11	Gonçalo Cardoso	2003	JUN		C ATLETISMO DE SEIA	1.84	-	-	-	-	O	O	XO	XO	XXX										
11	João Pombal	2000	SUB-23		C S S JOÃO MADEIRA	1.84	-	-	-	-	-	O	O	XO	XXX										
14	Rui Vilas Boas	2003	JUN		C D C NAVAIS	1.80	-	-	-	O	O	O	XXO	XXX											
14	Filipe Grilate	1991	SEN		A C R SRA DESTERRO	1.80	-	-	-	-	O	O	XO	XXX											
14	Danilo Almeida	1996	SEN		CASA BENFICA FARO	1.80	-	-	-	-	O	O	O	XXX											
14	Guilherme Baião	2002	JUN		C ATLETISMO TUNES	1.80	-	-	-	-	O	XO	XO	XXX											
14	André Espinhosa	2001	SUB-23		A C PÓVOA DE VARZIM	1.80	-	-	-	-	O	XO	O	XXX											
19	Alexandre Lucas	1995	SEN		C A MARINHA GRANDE	1.75	-	-	-	O	O	XXO	XXX												
19	Rafael Sacramento	2001	SUB-23		GRUPO REC EIRENSE	1.75	-	-	-	-	XO	O	XXX												
19	Tiago Costa	2005	JUV		U F C TOMAR	1.75	-	-	O	O	O	XXO	XXX												
22	Pedro Rui Gomes	2005	JUV		C P T SOBRAL CEIRA	1.70	-	-	-	XXO	O	XXX													
22	Pedro Correia	2005	JUV		ATLETAS FIM SEMANA	1.70	-	O	O	O	XXO	XXX													
22	Guilherme Pais	2004	JUV		G C A DONAS	1.70	-	-	-	-	XO	XXX													
22	Rafael Silva	1996	SEN		GIRA SOL	1.70	-	-	O	-	O	XXX													
26	Gonçalo Nova	2003	JUN		C ATLETISMO DO PORTO	1.65	O	O	XO	O	XXX														
26	João Fernandes	2003	JUN		C A MAZAREFES	1.65	-	-	XXO	O	XXX														
9999	Rafael Verdade	2004	JUV		A C D ÍLHAVOS	SM	XXX																		
9999	Rafael Pereira	2003	JUN		C DESP QUARTEIRA	SM	XXX																		
9999	Manuel Soares	1978	VET 40		CLUBE DESP DA PÓVOA	SM	-	-	-	-	XXX														



Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Bárbara Bica	2001	SUB-23		C SPIRIDON DE GAIA	45.41	39.56	42.09	41.72	45.41
2	Flávia Costa	1994	SEN		JUV VIDIGALENSE	42.58	39.74	42.55	42.58	X
3	Cristina Ferreira	1979	VET 40		A C D JARDIM SERRA	41.94	41.28	41.92	41.94	36.76
4	Marlene Araújo	1993	SEN		S CLUBE DE BRAGA	41.21	41.21	40.29	39.55	39.62
5	Elisabete Silva	1992	SEN		JUVENTUDE ILHA VERDE	40.54	40.39	35.03	39.94	40.54
6	Marta Batalha	1998	SEN		GRUPO DESP DIANA	39.81	39.41	37.42	35.45	39.81
7	Aleida Mendes	2001	SUB-23		S L BENFICA	39.54	39.54	34.99	37.74	38.42
8	Marta Faria	2004	JUV		G DESP ESTREITO	37.57	37.57	X	34.59	35.85
9	Carla Macedo	1990	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	35.81	34.52	31.17	35.81	X
10	Tatiana Gonçalves	2001	SUB-23		G ATLETISMO FÁTIMA	34.47	26.40	34.47	31.83	X
11	Mariana Bento	1998	SEN		GRUPO REC EIRENSE	33.83	28.34	31.88	33.83	X
12	Inês Ferrinho	2004	JUV		J O MONTE ABRAÃO	33.58	33.58	X	27.88	32.43
13	Fabiana Ferreira	1995	SEN		GRECAS - VAGOS	33.25	31.19	32.92	32.75	33.25
14	Filipa Afonso	2003	JUN		A ESC ATLET CARTAXO	32.94	X	30.82	32.94	31.45
15	Inês Guerra	2003	JUN		MAIA A C	30.77	30.77	27.86	X	X
16	Fernanda Angélica	1975	VET 45		A C PÓVOA DE VARZIM	30.57	29.85	30.57	X	27.24
17	Joana Viveiros	2003	JUN		C S MARÍTIMO	30.53	28.83	30.53	29.50	28.72
18	Sofia Barros	2003	JUN		C DESP QUARTEIRA	30.32	30.32	X	X	X
19	Fátima Mendes	1991	SEN		C D AREIAS S. JOÃO	29.07	26.65	28.11	24.33	29.07
20	Sara Firmino	1998	SEN		CASA BENFICA FARO	28.15	28.00	28.15	27.19	27.57
21	Leonor Viamonte	2004	JUV		VITÓRIA S C	27.12	26.41	X	27.12	26.31
22	Inês Dalgova	2005	JUV		A ACAD BELA VISTA	26.38	X	X	X	26.38
23	Maria Leonor Silva	2005	JUV		VITÓRIA F C	26.36	X	19.92	26.36	24.95
24	Catarina Flor	2005	JUV		C ATLETISMO DO PORTO	25.68	21.60	25.68	23.58	25.50
25	Carina Pinto	1981	VET 35		C DESP C+S LAVRA	25.47	24.40	25.30	23.67	25.47
26	Liliana Manhente	1985	VET 35		A C R SRA DESTERRO	24.27	15.79	X	X	24.27
27	Marisa Vieira	1994	SEN		N A DE CUCUJÃES	23.60	23.60	21.69	23.58	22.92
28	Jéssica Duarte	2002	JUN		A D C C J CLARK	23.27	20.26	20.12	23.27	X
29	Carolina Félix	2004	JUV		U F C TOMAR	22.16	19.69	22.16	X	X
30	Sandra Borges	1983	VET 35		C F OLIVEIRA DOURO	21.57	X	21.57	21.49	X
31	Rita Rodrigues	1997	SEN		ESCOLA DO MOVIMENTO	20.27	20.27	16.57	16.20	17.94
32	Elisa Freitas	1994	SEN		ATLETAS FIM SEMANA	20.24	19.63	19.36	20.24	20.17
33	Amanda Salvado	2005	JUV		G C A DONAS	19.92	X	X	19.92	17.66
34	Beatriz Nascimento	2004	JUV		C D R RIBEIRINHO	19.50	19.50	14.60	X	19.43
35	Vânia Sousa	2005	JUV		E ATLETISMO TROFA	18.42	18.42	X	X	X
36	Cláudia Teixeira	2000	SUB-23		C A MAZAREFES	18.28	X	18.28	16.02	X
37	Bruna Rodrigues	2005	JUV		C T M V POUÇA AGUIAR	16.19	15.66	12.64	16.19	16.15
38	Olga Araújo	1979	VET 40		G D R DA VERDERENA	12.55	12.08	12.41	12.40	12.55
39	Maria Vinagre	2005	JUV		LEIXÕES SPORT CLUB	7.88	7.88	-	-	-

800 metros | JUV a VET - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	David Garcia	2003	JUN		SPORTING C P	1:53.42
2	Adíven Lopes	1996	SEN	CPV	C F OS BELENENSES	1:53.62
3	Miguel Moreira	2000	SUB-23		S CLUBE DE BRAGA	1:54.06
4	António Moura	1999	SUB-23		C S S JOÃO MADEIRA	1:54.30
5	David Azevedo	2000	SUB-23		JUV VIDIGALENSE	1:55.19
6	Filipe Rosa	1998	SEN		C ATLETISMO DE SEIA	1:55.41
7	João Ferreira	1999	SUB-23		GRECAS - VAGOS	1:56.52
8	Gonçalo Casimiro	1995	SEN		CASA BENFICA FARO	1:56.64
9	Bernardo Borges	2000	SUB-23		MAIA A C	1:57.27
10	Bernardo Rocha	2000	SUB-23		LEIXÕES SPORT CLUB	1:57.68
11	André Regufe	2002	JUN		A C PÓVOA DE VARZIM	1:58.54
12	Tiago Silva	2000	SUB-23		C ATLETISMO DO PORTO	1:59.46
13	João Varão	2000	SUB-23		A C R SRA DESTERRO	1:59.48
14	Ângelo Marques	1995	SEN		VITÓRIA F C	1:59.87





Posição	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
15	Roberto Reigado	1995	SEN		C D AREIAS S. JOÃO	2:00.06
16	João Serrano	2004	JUV		G DESP CAVADAS	2:00.89
17	Joel Sardinha	2001	SUB-23		G C A DONAS	2:01.30
17	Vasco Rosa	1993	SEN		U F C TOMAR	2:01.30
19	Alexandre Lucas	2005	JUV		C P T SOBRAL CEIRA	2:01.71
20	Daniel Costa	2000	SUB-23		C ATLETISMO SINTRA	2:01.90
21	Eduardo Pestana	2002	JUN		A C D JARDIM SERRA	2:01.92
22	Tony Calvo	1981	VET 35		CLUBE DESP DA PÓVOA	2:02.40
23	André Graça	2003	JUN		GIRA SOL	2:02.91
24	Ibrahim Da Gama	2001	SUB-23		A D R ÁGUA DE PENA	2:03.07
25	João Empadinhas	2003	JUN		GRUPO DESP DIANA	2:04.51
26	Átila Ambrus	2004	JUV		C F OLIVEIRA DOURO	2:04.52
27	Rodrigo Gomes	2003	JUN		C A BAIXA BANHEIRA	2:05.51
28	Bruno Cruz	2002	JUN		C DESP QUARTEIRA	2:05.57
29	Wilson Vidal	2001	SUB-23		C SPIRIDON DE GAIA	2:06.00
30	Max Taranov	2003	JUN		S C BEIRA-MAR	2:06.06
31	Pedro Maravilhas	1976	VET 40		C D S SALVADOR CAMPO	2:07.68
32	Elias Castela	2003	JUN		P NOVAS DESCOBERTAS	2:08.04
33	Vítor Santos	1984	VET 35		ATLETAS FIM SEMANA	2:08.48
34	Bernardo Frazão	2000	SUB-23		C BENFICA T VEDRAS	2:08.50
35	Edgar Maciel	2004	JUV		C A MAZAREFES	2:09.59
36	Eduardo Feiteira	2001	SUB-23		LUSITÂNIA LOUROSA FC	2:10.00
37	João Salgado	2003	JUN		GRUPO REC EIRENSE	2:10.28
38	João Figueiredo	1993	SEN		A FIGUEIREDO RUNNERS	2:11.57
39	Hélder Leite	1999	SUB-23		JUVENTUDE ILHA VERDE	2:12.86
40	Fernando Lima	1974	VET 45		N A DE CUCUJÃES	2:14.23
41	Jorge Batista	1991	SEN		G DESP ESTREITO	2:14.79
42	Sandro Candeias	2002	JUN		C REC DO PENTEADO	2:16.12
43	Jorge Fontes	1981	VET 35		C D C NAVAIS	2:17.26
44	Hugo Duro	2005	JUV		C T M V POUCA AGUIAR	2:17.71
45	Rafael Anunciação	2002	JUN		ATLÉTICO C BATALHA	2:18.56
46	João Ferreira	1996	SEN		TEAM EL COMANDANTE	2:19.03
47	João Abreu	2001	SUB-23		E ATLETISMO TROFA	2:20.48
48	André Santos	2002	JUN		A C D ÍLHAVOS	2:20.57
49	Gabriel Neves	2004	JUV		C ATLETISMO TUNES	2:23.09
50	Francisco Carvalho	2002	JUN		ESCOLA DO MOVIMENTO	2:30.77
51	Hélder Faria	1984	VET 35		A C VALE S MARTINHO	2:35.32
52	Manuel F Mendes	1971	VET 50		VITÓRIA S C	2:48.36
9999	Alexandre Pires	2004	JUV		A ESC ATLET CARTAXO	x

### 800 metros | JUV a VET - F | Dia 2

#### Série 1

Posição	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Francisca Cantante	1999	SUB-23		GRUPO REC EIRENSE	2:11.58
2	Carla Mendes	1994	SEN		J O MONTE ABRAÃO	2:13.22
3	Carla Rodrigues	2002	JUN		S L BENFICA	2:14.42
4	Beatriz Cruz	2001	SUB-23		G ATLETISMO FÁTIMA	2:14.46
5	Patrícia Silva	1999	SUB-23		G DESP ESTREITO	2:15.10
6	Margarida Silva	2000	SUB-23		A C D JARDIM SERRA	2:16.31
7	Beatriz Pereira	2004	JUV		MAIA A C	2:16.96
8	Andreia Pingueiro	1998	SEN		JUV VIDIGALENSE	2:17.70
9	Sara Inácio	1995	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	2:18.26
10	Carolina Ribeiro	2003	JUN		S C BEIRA-MAR	2:18.27
11	Rita Coelho	2000	SUB-23		CASA BENFICA FARO	2:21.82
12	Carla Reis	1997	SEN		S CLUBE DE BRAGA	2:22.94
13	Viviana Parrulas	2005	JUV		VITÓRIA F C	2:23.19
14	Alexandra Oliveira	1993	SEN		C S MARÍTIMO	2:24.53
15	Gabriela Almeida	2004	JUV		C F OLIVEIRA DOURO	2:26.14
16	Joana Leça Da Veiga	2001	SUB-23		A ESC ATLET CARTAXO	2:26.57
17	Raquel Batista	1998	SEN		G DESP CAVADAS	2:27.08



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
18	Ana Silva	1998	SEN		E ATLETISMO TROFA	2:27.21
19	Laura Regalado	1998	SEN		GRECAS - VAGOS	2:29.13
20	Margarida Garcia	2003	JUN		JUVENTUDE ILHA VERDE	2:30.99
21	Ana Pereira	2004	JUV		A D C C J CLARK	2:34.77
22	Rafaela Santos	2005	JUV		A C PÓVOA DE VARZIM	2:36.91
23	Carolina Fonseca	2005	JUV		A C R SRA DESTERRO	2:37.31
24	Joana Reigado	2002	JUN		C D AREIAS S. JOÃO	2:38.70
25	Cátia Mendes	2002	JUN		C D R RIBEIRINHO	2:39.68
26	Tânia Fernandes	1985	VET 35		LEIXÕES SPORT CLUB	2:40.20
27	Nadine Laranjeira	1996	SEN		CLUBE DESP DA PÓVOA	2:41.10
28	Renata Rodrigues	2005	JUV		A ACAD BELA VISTA	2:41.34
29	Sara Neiva	2001	SUB-23		C A MAZAREFES	2:42.05
30	Laura Pacheco	2002	JUN		ESCOLA DO MOVIMENTO	2:45.46
31	Lara Bernardo	2004	JUV		C DESP QUARTEIRA	2:49.78
32	Rita Mestre	1998	SEN		PENTA CLUBE COVILHÃ	2:52.46
33	Ana Catarina Costa	2002	JUN		ATLETAS FIM SEMANA	2:53.45
34	Sofia Martins	2004	JUV		C T M V POUCA AGUIAR	2:59.26
35	Joana Matos	1999	SUB-23		C SPIRIDON DE GAIA	3:11.54
36	Susana Ribeiro	1995	SEN		N A DE CUCUJÃES	3:15.23
37	Constança Silva	2002	JUN		C ATLETISMO DO PORTO	3:28.82
38	Sara Amaral	2003	JUN		G C A DONAS	99:99:99:99
9999	Ana Leonor	1998	SEN		G D R DA VERDERENA	x
9999	Luísa Machado	2005	JUV		GRUPO DESP DIANA	x
9999	Matilde Tavares	2003	JUN		C DESP C+S LAVRA	x
9999	Sara Camarão	2005	JUV		C REC DO PENTEADO	x
9999	Leonor Tolda	2004	JUV		U F C TOMAR	x

**Triplo Salto | JUV a VET - M | Dia 2**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Tiago Luís Pereira	1993	SEN		SPORTING C P	16.69	16.69	+4.0	X		X		15.85	+1.7
2	Carlos Veiga	1989	SEN		S CLUBE DE BRAGA	15.54	15.54	+3.4	X		X		-	
3	Oleks Lyashchenko	1997	SEN		JUV VIDIGALENSE	15.47	15.47	2.9	X		-		X	
4	Rineldo Sami	2000	SUB-23	GBS	CASA BENFICA FARO	15.19	13.14	5.10	14.57	3.30	13.22	5.80	15.19	7.20
5	Marcos Caldeira	1988	SEN		MAIA A C	14.73	14.04	1.40	14.39	1.80	-		14.73	0.90
6	Pedro Machado	1991	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	14.55	14.13	1.20	X		14.55	2.60	13.91	0.40
7	Hugo Duarte	1999	SUB-23		GRECAS - VAGOS	14.33	14.33	3.2	X		14.01	4.3	14.24	2.6
8	Nuno Sénica	2000	SUB-23		C ATLETISMO DE SEIA	14.13	14.13	2.9	X		13.96	2.4	X	
9	Xavier Outeiro	2003	JUN		ESCOLA DO MOVIMENTO	13.83	13.60	3.70	13.72	1.80	X		13.83	0.20
10	Denil Baía	1998	SEN		C S S JOÃO MADEIRA	13.75	13.05	3.2	13.04	1.4	13.75	2.7	-	
11	Elvio Almeida	2003	JUN		G DESP CAVADAS	13.67	13.67	+6.2	X		X		-	
12	Gui Boissy	1989	SEN	SEN	C ATLETISMO SINTRA	13.62	12.90	+3.6	13.62	+6.1	-		-	
13	Rafael Sacramento	2001	SUB-23		GRUPO REC EIRENSE	13.51	13.51	3.3	13.39	3.5	X		-	
14	João Alexandre	1990	SEN		G DESP ESTREITO	13.44	13.24	4.3	13.44	2.3	-		-	
15	André Rodrigues	2004	JUV		C A MARINHA GRANDE	13.43	X		13.22	1.4	X		13.43	2.8
16	Nelson Pinto	1998	SEN		A C D JARDIM SERRA	13.22	13.22	2.4	-		-		-	
17	Carlos Prino	1997	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	13.07	12.81	+4.5	13.07	+2.4	X		-	
18	Luiz Silva	2003	JUN	BRA	A ESC ATLET CARTAXO	13.01	13.01	+5.5	12.82	+4.1	12.80	+5.5	11.96	+0.4
19	Diogo Da Luísa	1994	SEN		GIRA SOL	12.82	12.82	3.4	12.74	2.1	-		-	
20	Tomás Alves	2004	JUV		JUVENTUDE ILHA VERDE	12.71	12.71	-0.5						
21	Helder Coutinho	1990	SEN		C A MAZAREFES	12.70	12.70	1.60	12.43	1.60	12.35	1.50	X	
22	Renato Miranda	1994	SEN		A C R SRA DESTERRO	12.66	12.42	2.8	12.59	4.1	12.51	3.2	12.66	2.3
23	André Leite	1999	SUB-23		C D C NAVAIS	12.62	11.25	-0.4	12.62	3.30	-		-	
24	Eduardo Oliveira	2003	JUN		U F C TOMAR	12.61	12.61	+3.7	11.55	+5.3	11.67	+3.1	X	
25	Gustavo Costa	2003	JUN		ATLETAS FIM SEMANA	12.48	12.48	3.5	X		12.39	5	12.45	3.2
26	José Passo	2005	JUV		C DESP C+S LAVRA	12.22	12.22	0.80	11.61	1.90	X		11.95	0.80
27	Iuri Santos	1985	VET 35		C A BAIXA BANHEIRA	12.18	X		12.18	+5.6	X		11.29	+3.5
28	Vasco Alves	1999	SUB-23		N A DE CUCUJÃES	12.17	11.8	2.5	11.78	1.3	11.99	2.5	12.17	4.4
29	Gabriel Borges	2003	JUN		ATLÉTICO C BATALHA	12.06	12.06	2.4	X		11.84	2.1	X	
30	Diogo Parreira	2003	JUN		A ACAD BELA VISTA	12.05	11.52	1.60	11.90	3.40	11.36	3.70	12.05	2.90



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
31	Selwin Wever	1974	VET 45		C F OS BELENESES	11.83	X		11.52	+3.9	11.83	+3.6	11.54	+2.9
32	Nicolas Silva	1997	SEN		C REC DO PENTEADO	11.66	11.65	+1.4	X		X		11.66	+2.6
33	Helio Tavares	2003	JUN	CPV	CASA POVO ALCANENA	11.63	11.51	+3.5	X		11.63	+8.5	X	
34	Filipe Silva	1999	SUB-23		LUSITANIA LOUROSA FC	11.56	X		X		X		11.56	3.6
35	António Morais	1980	VET 40		C F OLIVEIRA DOURO	11.55	X		11.55	2.00	X		-	
36	André Rodrigues	2001	SUB-23		C ATLETISMO DO PORTO	11.29	X		X		11.29	1.80	11.25	2.30
9999	João Figueiredo	2001	SUB-23		C P T SOBRAL CEIRA	x	X		X		X		X	
9999	Luís Leite	2003	JUN		C SPIRIDON DE GAIA	x	X		X		-		-	
9999	Pedro Ribeiro	2005	JUV		C T M V POUCA AGUIAR	x	X		X		X		X	
9999	Manuel Soares	1978	VET 40		CLUBE DESP DA PÓVOA	x	-		-		-		-	

**Peso 4kg | JUV a VET - F | Dia 2**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Eliana Bandeira	1996	SEN		S L BENFICA	16.48	14.80	15.97	16.48	X
2	Francislaine Serra	1994	SEN		S CLUBE DE BRAGA	16.16	14.28	16.16	X	X
3	Inês Carreira	2000	SUB-23		JUV VIDIGALENSE	12.62	12.62	12.12	12.36	12.38
4	Mariana Camara	2005	JUV		C F OLIVEIRA DOURO	11.76	10.91	11.27	10.60	11.76
5	Enya O Driscoll	2000	SUB-23		J O MONTE ABRAÃO	11.70	10.65	11.34	11.70	X
6	Letícia Lopes	2004	JUV		C DESP QUARTEIRA	11.55	X	11.35	11.11	11.55
7	Catarina Sousa	2004	JUV		CASA BENFICA FARO	11.41	10.95	11.41	11.20	10.60
8	Maria Fernandes	1983	VET 35		A C PÓVOA DE VARZIM	11.36	11.17	11.36	10.82	11.14
9	Mariana Pestana	2001	SUB-23		G DESP ESTREITO	11.13	11.12	11.13	X	10.80
10	Inês Abreu	2003	JUN		A C D JARDIM SERRA	10.85	10.85	10.67	9.60	9.99
11	Ana Monteiro	2002	JUN		C T M V POUCA AGUIAR	10.79	10.79	X	10.01	10.21
12	Ana Júlia Ferreira	2003	JUN		C ATLETISMO DO PORTO	10.71	9.74	9.86	10.01	10.71
13	Cláudia Rodrigues	1989	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	10.47	10.34	10.12	X	10.47
14	Tatiana Goncalves	2001	SUB-23		G ATLETISMO FÁTIMA	10.25	10.25	10.03	9.91	9.38
15	Maria Carmo Andrade	2003	JUN		G DESP CAVADAS	10.12	9.77	9.92	9.37	10.12
16	Pauline Dondasse	1995	SEN	FRA	MAIA A C	9.81	8.98	X	9.60	9.81
17	Ana Beatriz Gomes	2000	SUB-23		C S MARÍTIMO	9.72	8.91	9.72	X	9.31
18	Fabiana Ferreira	1995	SEN		GRECAS - VAGOS	9.65	9.21	9.39	9.65	8.87
19	Beatriz Santos	2000	SUB-23		GRUPO REC EIRENSE	9.64	9.41	9.64	6.89	6.93
20	Sabrina Moniz	2001	SUB-23		JUVENTUDE ILHA VERDE	9.47	8.60	8.49	8.70	9.47
21	Carla Gonçalves	1995	SEN		C DESP C+S LAVRA	9.22	8.12	8.42	8.99	9.22
22	Beatriz Monteiro	2001	SUB-23		N A DE CUCUJÃES	9.09	8.17	8.98	8.83	9.09
23	Patricia Duarte	2005	JUV		A ESC ATLET CARTAXO	8.77	8.77	8.02	8.77	8.71
24	Diana Rodrigues	2000	SUB-23		C A MAZAREFES	8.73	8.30	8.73	8.33	8.67
25	Lara Geirinhas	2005	JUV		G C A DONAS	8.48	7.63	7.94	8.48	6.95
26	Ana Santos	2003	JUN		ATLETAS FIM SEMANA	8.22	8.06	8.22	7.5	7.38
27	Ana Mota	2003	JUN		E ATLETISMO TROFA	8.21	7.74	8.20	8.21	7.74
28	Marcia Barbosa	2003	JUN	CPV	A ACAD BELA VISTA	8.17	8.17	7.51	7.87	6.76
29	Margarida Mota	2002	JUN		U F C TOMAR	8.02	8.02	7.12	7.98	7.71
30	Luana Almeida	2005	JUV		G D R DA VERDERENA	7.55	7.52	7.43	7.07	7.55
31	Mariana Macedo	2003	JUN		ATLÉTICO C BATALHA	7.45	7.08	X	7.45	7.38
32	Carina Castro	1994	SEN		LEIXÕES SPORT CLUB	7.43	7.17	6.83	6.53	7.43
33	Luciana Carvalho	2001	SUB-23		A C R SRA DESTERRO	7.28	7.16	6.98	7.28	7.26
34	Marta Rodrigues	1997	SEN		ESCOLA DO MOVIMENTO	7.16	7.11	7.16	6.93	7.11
35	Eva Bento	2000	SUB-23		C D AREIAS S. JOÃO	6.99	6.74	6.99	5.93	6.43
36	Aline Pontieri	1996	SEN		C SPIRIDON DE GAIA	6.95	5.89	6.93	6.80	6.95
37	Jéssica Duarte	2002	JUN		A D C C J CLARK	5.84	5.54	5.55	5.84	5.73
38	Carolina Oliveira	2004	JUV		GRUPO DESP DIANA	5.01	4.83	5.01	4.92	4.42

**400 metros barreiras 0.91 | JUV a VET - M | Dia 2**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Manuel Dias	1999	SUB-23		U F C TOMAR	54.57
2	Martim Faustino	2000	SUB-23		A C PÓVOA DE VARZIM	55.26
3	Paulo Neto	1997	SEN		A C D JARDIM SERRA	55.58



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO



100 ANOS  
1921 - 2021

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
4	Marco Ribeiro	1997	SEN		CASA BENFICA FARO	55.71
5	Henrique Eugénio	1999	SUB-23		GRECAS - VAGOS	55.76
6	Mauro Fonseca	1995	SEN	STP	GIRA SOL	55.95
7	Edgar Remédios	1994	SEN		G DESP ESTREITO	55.97
8	Duarte Fernandes	2002	JUN		SPORTING C P	56.34
9	Diogo Guerra	1999	SUB-23		MAIA A C	56.51
10	Jorge Paula	1984	VET 35		S CLUBE DE BRAGA	56.53
11	José Silva	2000	SUB-23		C D AREIAS S. JOÃO	57.10
12	Romeu Gomes	1998	SEN		C S S JOÃO MADEIRA	57.43
13	João Francisco	2003	JUN		GRUPO REC EIRENSE	57.68
14	Alexandre Gameiro	1992	SEN		CASA POVO ALCANENA	58.00
15	Pedro Sario	2002	JUN		G C A DONAS	58.10
16	Sandro Baessa	1999	SUB-23		C F OLIVEIRA DOURO	59.60
17	José Lobo	2002	JUN		C DESP C+S LAVRA	59.76
17	João Mota	1998	SEN		JUV VIDIGALENSE	59.76
19	Manuel Sissé	2002	JUN		A C R SRA DESTERRO	59.91
20	Ulisses Tavares	1992	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	59.95
21	André Rodrigues	1997	SEN		JUVENTUDE ILHA VERDE	60.60
22	Tiago Mina	2000	SUB-23		C A BAIXA BANHEIRA	60.67
23	Miguel Marques	2005	JUV		C A MARINHA GRANDE	60.82
24	Gonçalo Cunha	2003	JUN		LEIXÕES SPORT CLUB	61.03
25	Daniel Moreira	1996	SEN		C ATLETISMO DE SEIA	61.28
26	António Cunha	1998	SEN		C P T SOBRAL CEIRA	61.43
27	Rúben Silva	2005	JUV		VITÓRIA S C	61.92
28	Timóteo Patience	2003	JUN		G DESP CAVADAS	62.59
29	Pedro Nadais	2003	JUN		LUSITÂNIA LOUROSA FC	62.86
30	Sérgio Almeida	2004	JUV		C ATLETISMO DO PORTO	63.23
31	Emil Veloso	1989	SEN		C ATLETISMO SINTRA	63.59
32	Martim Freitas	1996	SEN		CLUBE DESP DA PÓVOA	63.99
33	João Vale	1998	SEN		C A MAZAREFES	67.43
34	William Loqué	1977	VET 40		A ACAD BELA VISTA	67.86
35	Rafael Patuleia	2005	JUV		VITÓRIA F C	68.64
36	Luís Leite	2003	JUN		C SPIRIDON DE GAIA	70.42
37	Diogo Nobre	2005	JUV		C ATLETISMO TUNES	74.33
38	Luís Bizarro	2003	JUN		C D C NAVAIS	78.94
9999	Edson Dias	2005	JUV	CPV	ATLÉTICO C BATALHA	x
9999	Rafael Lopes	1988	SEN		C F OS BELENENSES	x
9999	Tiago Novo	2004	JUV		A C D ÍLHAVOS	x

**400 metros barreiras 0.76 | JUV a VET - F | Dia 2**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Andreia Crespo	1993	SEN		G ATLETISMO FÁTIMA	62.74
2	Sofia Lavreshina	2003	JUN		JUV VIDIGALENSE	63.43
3	Bárbara Medeiros	2001	SUB-23		LEIXÕES SPORT CLUB	64.16
4	Bárbara Silva	1999	SUB-23		A C D JARDIM SERRA	64.34
5	Cristina Ferreira	2002	JUN		G DESP ESTREITO	64.66
6	Carlota Spínola	1997	SEN		C S MARÍTIMO	64.75
7	Vera Lima	1989	SEN		GRECAS - VAGOS	65.60
8	Vera Castro	1992	SEN		S CLUBE DE BRAGA	67.64
9	Jerusa Semedo	2001	SUB-23		VITÓRIA S C	68.23
10	Elisabete Silva	1998	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	68.53
11	Sofia Castanhas	2000	SUB-23		A C R SRA DESTERRO	68.68
12	Gloria Lucat	1995	SEN	FRA	JUVENTUDE ILHA VERDE	68.72
13	Mariana Truta	2002	JUN		C F OLIVEIRA DOURO	69.36
14	Marta Lobo	2004	JUV		C DESP C+S LAVRA	69.58
15	Catarina Gomes	2003	JUN		S L BENFICA	69.91
16	Zeila Sousa	1999	SUB-23		C D AREIAS S. JOÃO	70.59
17	Andreia Eliseu	2001	SUB-23		GRUPO REC EIRENSE	71.55
18	Filipa Rego	2005	JUV		C A MAZAREFES	71.87



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
19	Beatriz Guilherme	2001	SUB-23		U F C TOMAR	72.10
20	Raquel Capitão	2002	JUN		J O MONTE ABRAÃO	72.47
21	Ana Patrícia Moreira	2000	SUB-23		A C PÓVOA DE VARZIM	72.55
22	Sofia Gonçalves	1993	SEN		MAIA A C	72.58
23	Sofia Rêma	1999	SUB-23		C SPIRIDON DE GAIA	73.32
24	Diana Rodrigues	2001	SUB-23		E ATLETISMO TROFA	73.62
25	Daniela Silva	2002	JUN		G C A DONAS	74.08
26	Diana Nascimento	2003	JUN		GRUPO DESP DIANA	76.41
27	Marília Valentão	2004	JUV		C D R RIBEIRINHO	79.95
28	Maria Leonor Ribas	2004	JUV		PENTA CLUBE COVILHÃ	80.81
29	Carina Ferreira	2004	JUV		A D C C J CLARK	81.56
30	Liliane Soares	1994	SEN		CASA BENFICA FARO	85.70
31	Mariana Gomes	2002	JUN		ATLETAS FIM SEMANA	88.79
32	Laura Martins	2003	JUN		G D R DA VERDERENA	96.29
9999	Marta Monteiro	1990	SEN		CLUBE DESP DA PÓVOA	x

**200 metros | JUV a VET - M | Dia 2**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Mauro Pereira	1998	SEN		C P T SOBRAL CEIRA	21.28
2	Ericsson Tavares	2001	SUB-23		C ATLETISMO DE SEIA	21.80
3	André Costa	1992	SEN		CASA BENFICA FARO	21.82
4	Tomás Gonçalves	2001	SUB-23		SPORTING C P	21.86
5	João Pinto	1997	SEN		JUV VIDIGALENSE	21.96
6	Wilson Pedro	1998	SEN		C A BAIXA BANHEIRA	22.06
7	Pedro Mirassol	1999	SUB-23		GRECAS - VAGOS	22.09
8	Daniel Silva	2003	JUN		MAIA A C	22.14
9	Micael Franco	1995	SEN		G DESP ESTREITO	22.15
10	Lucas Reis	2002	JUN	BRA	A C PÓVOA DE VARZIM	22.41
11	Fernando Vicente	2004	JUV		GRUPO REC EIRENSE	22.57
12	Manuel Vieira	2003	JUN		A D R ÁGUA DE PENA	22.59
13	João Guerreiro	1998	SEN		C D AREIAS S. JOÃO	22.66
14	Daniel Couto	2003	JUN		C F OS BELENENSES	22.69
15	João Djibo	1994	SEN	GBS	C S S JOÃO MADEIRA	22.73
16	Alexandre Silva	2004	JUV		LUSITÂNIA LOUROSA FC	22.82
17	Simão Alexandre	2003	JUN		A ESC ATLET CARTAXO	22.84
18	Diogo Bastos	2004	JUV		A C D ÍLHAVOS	22.93
19	José Mestre	1999	SUB-23		A C D JARDIM SERRA	23.10
20	Diogo Godinho	2003	JUN		C DESP QUARTEIRA	23.14
21	Rodrigo Agostinho	2001	SUB-23		C A MARINHA GRANDE	23.19
22	Martim Estanislau	2004	JUV		VITÓRIA F C	23.23
23	José Baião	2002	JUN		C ATLETISMO TUNES	23.27
24	João Ferreira	1998	SEN		N A DE CUCUJÃES	23.30
25	Diogo Costa	2001	SUB-23		CLUBE DESP DA PÓVOA	23.32
26	João P Ferreira	1996	SEN		S CLUBE DE BRAGA	23.42
27	Oswaldo Barbosa	2003	JUN		G DESP CAVADAS	23.45
28	Diogo Saldanha	2001	SUB-23		C F OLIVEIRA DOURO	23.48
29	Bruno Marques	2000	SUB-23		LEIXÕES SPORT CLUB	23.52
30	Ussumani	2001	SUB-23		A ACAD BELA VISTA	23.56
30	Gabriel Gonçalves	2005	JUV		GIRA SOL	23.56
32	Milton Hassany	1990	SEN	ANG	C ATLETISMO SINTRA	23.61
33	Tomás Areias	2004	JUV		ATLÉTICO C BATALHA	23.63
34	Sérgio Carmo	1990	SEN		C A MAZAREFES	23.68
35	David Silva	2004	JUV		C ATLETISMO DO PORTO	23.76
36	Gabriel Ludwick	2002	JUN		P NOVAS DESCOBERTAS	23.77
37	Rodrigo Almeida	2004	JUV		ATLETAS FIM SEMANA	23.97
38	Leonardo Costa	2002	JUN		VITÓRIA S C	24.05
39	Leandro Matos	2003	JUN		CASA POVO ALCANENA	24.23
40	Aron Gamito	2005	JUV		C REC DO PENTEADO	24.37
41	Guilherme Antunes	1995	SEN		C BENFICA T VEDRAS	24.47



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
42	Luís Victoriano	2004	JUV		U F C TOMAR	24.49
43	Fábio Barata	1993	SEN		G C A DONAS	24.57
44	Gonçalo César	2002	JUN		GRUPO DESP DIANA	24.64
45	Edgar Fortes	1992	SEN		A C R SRA DESTERRO	24.66
46	Hélder Lima	2002	JUN		C D C NAVAIS	24.76
47	Hugo Valério	2002	JUN		JUVENTUDE ILHA VERDE	24.81
48	Gonçalo Pinto	2004	JUV		C DESP C+S LAVRA	25.16
49	Sérgio Ribeiro	2003	JUN		C T M V POUCA AGUIAR	26.07
50	Guilherme Gonçalves	2005	JUV		PENTA CLUBE COVILHÃ	26.15
51	Tiago Teixeira	2000	SUB-23		C SPIRIDON DE GAIA	26.61
52	Bruno Viveiros	1998	SEN		C S MARÍTIMO	27.03
53	Ludgero Moreira	1982	VET 35		E ATLETISMO TROFA	28.29
54	Cândido Campelo	1977	VET 40		C D S SALVADOR CAMPO	31.00
9999	Guilherme Santos	2000	SUB-23		ESCOLA DO MOVIMENTO	x

**Disco 2kg | JUV a VET - M | Dia 2**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Edujose Lima	1996	SEN		SPORTING C P	55.29	53.36	54.80	55.29	X
2	Mykyta Sudashov	1998	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	50.53	46.51	50.53	X	X
3	Ricardo Freitas	1993	SEN		GRECAS - VAGOS	48.21	38.01	X	47.07	48.21
4	Cleide Lopes	2000	SUB-23		CASA BENFICA FARO	45.64	X	45.64	X	44.01
5	Herédio Costa	1971	VET 45		C F OS BELENENSES	44.18	44.18	X	43.35	43.38
6	Adriano Lopes	1991	SEN		S CLUBE DE BRAGA	44.10	40.68	44.10	X	X
7	Vítor Rodrigues	1984	VET 35		C ATLETISMO DE SEIA	43.80	34.84	43.80	42.58	X
8	João Domingues	1998	SEN		JUV VIDIGALENSE	42.33	X	42.33	X	40.01
9	Rémi Lima	1992	SEN		C A MAZAREFES	40.70	39.74	38.03	40.70	X
10	José Pinho	1995	SEN		N A DE CUCUJÃES	38.76	X	X	38.76	X
11	Nelson Mateus	1996	SEN		C S S JOÃO MADEIRA	37.32	32.72	36.65	37.32	34.90
12	Francisco Pereira	2003	JUN		G DESP ESTREITO	36.91	36.91	29.97	33.56	31.95
13	Diogo Gonçalves	2004	JUV		CLUBE DESP DA PÓVOA	36.60	X	X	X	36.60
14	Aristides Pestana	1971	VET 45		C A BAIXA BANHEIRA	35.88	35.37	X	35.77	35.88
15	Daniel Rodrigues	2001	SUB-23		LUSITÂNIA LOUROSA FC	35.73	32.63	31.84	35.73	X
16	Francisco Lemos	2002	JUN		C F OLIVEIRA DOURO	34.90	X	32.07	X	34.90
17	Tiago Tavares	1998	SEN		G DESP CAVADAS	33.74	32.57	27.53	33.74	28.81
18	Miguel Almeida	1995	SEN		A C R SRA DESTERRO	33.22	33.22	31.76	X	X
19	Vítor Hugo Gouveia	2000	SUB-23		A C D JARDIM SERRA	33.14	33.01	X	33.14	X
20	Roque Semedo	1990	SEN	CPV	A D R ÁGUA DE PENA	33.04	33.04	30.18	30.47	32.06
21	Augusto Cavaleiro	1961	VET 60		C P T SOBRAL CEIRA	32.62	32.62	X	X	29.13
22	Carlos Lopes	1980	VET 40		C DESP QUARTEIRA	31.95	X	31.95	27.55	30.37
23	Luís Filipe Silva	1980	VET 40		ATLETAS FIM SEMANA	30.84	X	30.84	X	X
24	Artur Ferreira	1968	VET 50		GIRA SOL	30.50	29.78	X	30.50	X
25	Gaspar Lopes	2002	JUN		VITÓRIA S C	30.22	27.82	30.22	X	X
26	João Meira	2004	JUV		C DESP C+S LAVRA	30.02	27.90	29.47	X	30.02
27	Sérgio Carvalho	1993	SEN		C D C NAVAIS	29.72	29.29	29.72	X	29.01
28	Rafael Silva	2002	JUN		C T M V POUCA AGUIAR	29.38	X	X	29.38	X
29	Francisco Fachada	1977	VET 40		GRUPO REC EIRENSE	29.33	29.26	X	28.46	29.33
30	Nuno Rocha	1984	VET 35		MAIA A C	29.17	29.03	29.17	28.83	28.92
31	Diogo Gomes	2005	JUV		C SPIRIDON DE GAIA	29.10	X	26.47	X	29.10
32	Bernardo Sousa Rio	2004	JUV		C ATLETISMO DO PORTO	27.98	27.29	X	X	27.98
33	Leonardo Modesto	1995	SEN		CASA POVO ALCANENA	25.75	25.75	X	25.05	21.14
34	Eduardo Pata	2001	SUB-23		A C D ÍLHAVOS	25.74	X	25.74	X	X
35	Ernesto Santos	1983	VET 35		C A MARINHA GRANDE	24.16	24.16	X	X	X
36	Rodrigo Graça	2003	JUN		U F C TOMAR	21.16	21.16	X	17.75	X
37	Micael Rodrigues	2004	JUV		C ATLETISMO TUNES	19.86	19.86	18.89	18.09	X
38	Vasco De Jesus	2000	SUB-23		A ACAD BELA VISTA	18.58	14.41	14.25	15.54	18.58
39	Rúben Pinto	2004	JUV		E ATLETISMO TROFA	17.77	17.77	X	X	X
40	Guilherme Tavares	2005	JUV		G C A DONAS	16.08	14.56	16.08	14.37	15.91
41	Gabriel Ramos	1980	VET 40		C D AREIAS S. JOÃO	15.29	14.23	X	13.15	15.29
42	Fábio Gonçalves	2003	JUN		C ATLETISMO SINTRA	15.13	X	X	15.03	15.13



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
43	António Pinto	2005	JUV		LEIXÕES SPORT CLUB	8.11	8.11	-	-	-
NM	Luís Melo	1987	SEN		JUVENTUDE ILHA VERDE	x	X	X	X	X
DNS	André Santos	1998	SEN		ATLÉTICO C BATALHA	x				

### 200 metros | JUV a VET - F | Dia 2

#### Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Tamiris De Liz	1995	SEN	BRA	J O MONTE ABRAÃO	24.13
2	Gorete Semedo	1996	SEN	STP	G ATLETISMO FÁTIMA	24.25
3	Catarina Lourenço	2000	SUB-23		S L BENFICA	24.68
4	Filipa Martins	1992	SEN		A C D JARDIM SERRA	24.98
5	Inês Cruz	1997	SEN		JUV VIDIGALENSE	25.02
6	Carina Vanessa	1998	SEN		S CLUBE DE BRAGA	25.28
7	Sofia Duarte	1996	SEN		G DESP ESTREITO	25.38
8	Thais Beranger	2005	JUV	FRA	C F OLIVEIRA DOURO	25.64
9	Rita Barbosa	2005	JUV		ESCOLA DO MOVIMENTO	25.77
10	Inês Ávila	2005	JUV		JUVENTUDE ILHA VERDE	26.13
10	Marta Serra	2002	JUN		GRUPO REC EIRENSE	26.13
12	Rita Santos	1999	SUB-23		GRECAS - VAGOS	26.33
13	Rita Fernandes	2005	JUV		MAIA A C	26.40
14	Jéssica Varela	2004	JUV		C D AREIAS S. JOÃO	26.43
15	Rafaela Morgado	1998	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	26.44
16	Sandra S#	2001	SUB-23		E ATLETISMO TROFA	26.63
17	Miriam Tavares	1991	SEN		C S MARÍTIMO	26.64
18	Ana Rita Lopes	2004	JUV		PENTA CLUBE COVILHÃ	26.73
19	Joana Palma	2001	SUB-23		CASA BENFICA FARO	26.81
20	Micaela Nascimento	2001	SUB-23		S C BEIRA-MAR	27.07
20	Ana Sofia Alves	2002	JUN		A ESC ATLET CARTAXO	27.07
22	Rute Limpo	1990	SEN		VITÓRIA F C	27.08
23	Lara Rego	2004	JUV		C A MAZAREFES	27.16
24	Sofia Ramos	2000	SUB-23		A C PÓVOA DE VARZIM	27.18
25	Daniela Cruz	1993	SEN		C SPIRIDON DE GAIA	27.21
26	Mariana Pereira	2002	JUN		C D R RIBEIRINHO	27.42
27	Beatriz Bastos	2003	JUN		CLUBE DESP DA PÓVOA	27.78
28	Bruna Seborro	2003	JUN		G C A DONAS	27.81
29	Carolina Pinheiro	2004	JUV		C DESP QUARTEIRA	28.35
30	Ana Sequeira	2003	JUN		LEIXÕES SPORT CLUB	28.53
31	Sara Divengle	1999	SUB-23		A ACAD BELA VISTA	28.54
32	Filipa Maravalhas	2005	JUV		C DESP C+S LAVRA	28.57
33	Joana Almeida	2005	JUV		C ATLETISMO DO PORTO	28.80
33	M. João Bartolomeu	2004	JUV		ATLÉTICO C BATALHA	28.80
35	Beatriz Marques	2002	JUN		U F C TOMAR	29.06
36	Inês Dias	1997	SEN		A C R SRA DESTERRO	29.33
37	Jacinta Santos	2003	JUN		C A MARINHA GRANDE	29.46
38	Ana Cristina Costa	1991	SEN		ATLETAS FIM SEMANA	29.52
39	Fátima Barbosa	2003	JUN		A D C C J CLARK	29.79
40	Beatriz Pardal	2004	JUV		GRUPO DESP DIANA	30.12
41	Fabiana Silva	2003	JUN		G D R DA VERDERENA	30.40
42	Cristina Fernandes	2000	SUB-23		C T M V POUÇA AGUIAR	36.49
43	Dulce Bastos	1973	VET 45		N A DE CUCUJÃES	36.79
9999	Mariana Marques	2003	JUN		VITÓRIA S C	x

### 4x400 metros | JUV a VET - M | Dia 2

#### Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	CASA BENFICA FARO		None		CASA BENFICA FARO	3:22.51	Rodrigo Belo-1599	Sérgio Alves-1607	Marco Ribeiro-1604	André Sá-1583
2	MAIA A C		None		MAIA A C	3:23.41	Ricardo Reis-465	Daniel Silva-466	Bernardo Borges-453	Bruno Silva-449
3	JUV VIDIGALENSE		None		JUV VIDIGALENSE	3:23.49				



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO



100 ANOS  
1921 - 2021

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
4	SPORTING C P		None		SPORTING C P	3:24.47				
5	GRECAS - VAGOS		None		GRECAS - VAGOS	3:24.60				
6	C ATLETISMO DE SEIA		None		C ATLETISMO DE SEIA	3:26.62				
7	C F OS BELENENSES		None		C F OS BELENENSES	3:29.40				
8	G DESP ESTREITO		None		G DESP ESTREITO	3:30.34	Rodrigo Rito-1820	Miguel Mascarenhas-1816	Edgar Remédios-1812	Micael Franco-1809
9	A C PÓVOA DE VARZIM		None		A C PÓVOA DE VARZIM	3:30.46	André Regufe-47	João Paulo Moreira-48	Hugo Silva-42	Simão Bastos-39
10	S CLUBE DE BRAGA		None		S CLUBE DE BRAGA	3:30.61	Miguel Gonçalves-539	João Peixoto-542	João Alves Lopes-516	João P Ferreira-526
11	C S S JOÃO MADEIRA		None		C S S JOÃO MADEIRA	3:32.04				
12	C P T SOBRAL CEIRA		None		C P T SOBRAL CEIRA	3:32.23				
13	A C D JARDIM SERRA		None		A C D JARDIM SERRA	3:36.35	Ricardo Pereira-73	Tiago Camacho-79	Wilson Conniott-78	Francisco Cordoeiro-76
14	A ACAD BELA VISTA		None		A ACAD BELA VISTA	3:36.66	Marco Nobre-1523	Guilherme Pacheco-1511	Ussumani-1510	Admilton Borges-1525
15	A D R ÁGUA DE PENA		None		A D R ÁGUA DE PENA	3:37.43				
16	U F C TOMAR		None		U F C TOMAR	3:37.96				
17	C ATLETISMO SINTRA		None		C ATLETISMO SINTRA	3:38.16				
17	GIRA SOL		None		GIRA SOL	3:38.16				
19	C D AREIAS S. JOÃO		None		C D AREIAS S. JOÃO	3:39.22	António Silva-1551	Luís Martins-1540	Roberto Reigado-1545	José Silva-1552
20	CLUBE DESP DA PÓVOA		None		CLUBE DESP DA PÓVOA	3:39.72	Martim Freitas-207	Joaquim Moreira-208	Diogo Costa-218	Tony Calvo-198
21	P NOVAS DESCOBERTAS		None		P NOVAS DESCOBERTAS	3:39.93	Elias Castela-1670	Pedro Braz Correia-1666	Fábio Reis-1665	Gabriel Ludwick-1671
22	LEIXÕES SPORT CLUB		None		LEIXÕES SPORT CLUB	3:40.90	Bernardo Rocha-432	Gonçalo Cunha-428	Bruno Marques-437	Duarte Monteiro-430
23	G C A DONAS		None		G C A DONAS	3:41.76				
24	C DESP QUARTEIRA		None		C DESP QUARTEIRA	3:41.92	José Pina-1660	Dionísio Sousa-1647	Igor Varela-1642	Afonso Godinho-1655
25	JUVENTUDE ILHA VERDE		None		JUVENTUDE ILHA VERDE	3:43.30				
26	C ATLETISMO DO PORTO		None		C ATLETISMO DO PORTO	3:44.47	Hugo Gonçalves-166	Gonçalo Nova-149	Bernardo Moreira-150	Gonçalo Rocchi-148
27	A C R SRA DESTERRO		None		A C R SRA DESTERRO	3:45.72				
28	C F OLIVEIRA DOURO		None		C F OLIVEIRA DOURO	3:46.54	André Assunção-233	André Campos-262	Sandro Baessa-265	Joao Oliveira-255
29	C A MAZAREFES		None		C A MAZAREFES	3:47.44	Sérgio Carmo-106	João Vale-118	Duarte Ferreira-125	Renildo Furtado-138
30	GRUPO REC EIRENSE		None		GRUPO REC EIRENSE	3:53.00				
31	ESCOLA DO MOVIMENTO		None		ESCOLA DO MOVIMENTO	3:54.72	Francisco Carvalho-362	Francisco Ponces-365	Dinis Castro-384	Vicente Gonçalves-377
32	CASA POVO ALCANENA		None		CASA POVO ALCANENA	3:58.33				
33	ATLETAS FIM SEMANA		None		ATLETAS FIM SEMANA	3:58.70				
34	C D C NAVAIS		None		C D C NAVAIS	3:59.43	Jorge Fontes-178	Hélder Lima-186	Rui Vilas Boas-183	Carlos Silva-179
35	C DESP C+S LAVRA		None		C DESP C+S LAVRA	4:02.86	Vasco Moura-417	Bruno Oliveira-408	Tiago Azevedo-402	Nuno Tavares-397
36	C A BAIXA BANHEIRA		None		C A BAIXA BANHEIRA	4:04.88				
37	E ATLETISMO TROFA		None		E ATLETISMO TROFA	4:05.39	Francisco Paredes-335	João Abreu-334	Leonardo Teixeira-319	Ludgero Moreira-317
38	A C D ÍLHAVOS		None		A C D ÍLHAVOS	4:09.89				
39	C D S SALVADOR CAMPO		None		C D S SALVADOR CAMPO	4:12.62	Cândido Campelo-223	António Costa-220	Pedro Maravilhas-224	Nuno Queiroz-226
40	TEAM EL COMANDANTE		None		TEAM EL COMANDANTE	4:15.54	Sérgio Silva-345	Vítor Azevedo-339	João Ferreira-352	João Bernardino-353
41	C ATLETISMO TUNES		None		C ATLETISMO TUNES	4:35.55	Bernardo Freitas-1562	Artur Baran-1572	Daniel Cabrita-1561	Tiago Ramos-1571

#### 4x400 metros | JUV a VET - F | Dia 2

#### Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	A C D JARDIM SERRA		None		A C D JARDIM SERRA	3:56.79	Beatriz Matias-95	Margarida Silva-88	Filipa Martins-77	Bárbara Silva-91
2	S L BENFICA		None		S L BENFICA	4:00.93				
3	JUV VIDIGALENSE		None		JUV VIDIGALENSE	4:01.58				
4	G ATLETISMO FÁTIMA		None		G ATLETISMO FÁTIMA	4:01.94				





Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
5	S CLUBE DE BRAGA		None		S CLUBE DE BRAGA	4:06.83	Mara Rodrigues-525	Margarida Machado-527	Francisca Silva-533	Vera Castro-512
6	GRECAS - VAGOS		None		GRECAS - VAGOS	4:07.06				
7	A D R ÁGUA DE PENA		None		A D R ÁGUA DE PENA	4:07.30				
8	G DESP ESTREITO		None		G DESP ESTREITO	4:07.44	Catarina Pinto-1828	Mariana Ferreira-1844	Cristina Ferreira-1835	Patrícia Silva-1808
9	C F OLIVEIRA DOURO		None		C F OLIVEIRA DOURO	4:07.45	Catarina Pinho-242	Mariana Truta-260	Sandra Borges-241	Vera Monteiro-257
10	J O MONTE ABRAÃO		None		J O MONTE ABRAÃO	4:08.15				
11	GRUPO REC EIRENSE		None		GRUPO REC EIRENSE	4:09.19				
12	MAIA A C		None		MAIA A C	4:09.50	Flávia Silva-491	Mafalda Assis-454	Mariana Regalo-486	Maria Avelino-471
13	LEIXÕES SPORT CLUB		None		LEIXÕES SPORT CLUB	4:15.09	Ana Teixeira-436	Tânia Fernandes-425	Francisca Catarino-433	Bárbara Medeiros-439
14	C S MARÍTIMO		None		C S MARÍTIMO	4:18.59	Maria Esteves-1783	Carlota Spínola-1774	Alexandra Oliveira-1775	Miriam Tavares-1769
15	JUVENTUDE ILHA VERDE		None		JUVENTUDE ILHA VERDE	4:24.45				
16	E ATLETISMO TROFA		None		E ATLETISMO TROFA	4:27.84	Mónica Rodrigues-332	Ana Silva-320	Daniela Gregório-318	Diana Rodrigues-331
16	C D AREIAS S. JOÃO		None		C D AREIAS S. JOÃO	4:27.84	Lara Castro-1553	Liliana Veríssimo-1538	Joana Reigado-1548	Zeila Sousa-1557
18	C DESP QUARTEIRA		None		C DESP QUARTEIRA	4:28.44	Joana Morais-1661	Melissa Sena-1632	Genilza Trindade-1662	Oriana Sousa-1650
19	CASA BENFICA FARO		None		CASA BENFICA FARO	4:32.93	Margarida Mascarenha-1605	Filipa Godinho-1590	Soraia Tavares-1597	Rita Coelho-1619
20	A C PÓVOA DE VARZIM		None		A C PÓVOA DE VARZIM	4:33.35	Marta Marques-37	Patrícia Oliveira-26	Isabel Sousa-17	Sandra Campos-15
21	ESCOLA DO MOVIMENTO		None		ESCOLA DO MOVIMENTO	4:37.74	Marta Rodrigues-372	Rita Martins-380	Sara Cardoso-381	Bruna Borges-379
22	G C A DONAS		None		G C A DONAS	4:40.54				
23	C A MAZAREFES		None		C A MAZAREFES	4:41.27	Sara Neiva-122	Catarina Arieira-130	Fátima Pereira-116	Mariana Patrão-108
24	U F C TOMAR		None		U F C TOMAR	4:44.53				
25	A C R SRA DESTERRO		None		A C R SRA DESTERRO	4:50.90				
26	C ATLETISMO DO PORTO		None		C ATLETISMO DO PORTO	4:52.76	Angelica Daperno-139	Isabel Ricou-153	Íris Marques-159	Matilde Almeida-161
27	N A DE CUCUJÃES		None		N A DE CUCUJÃES	4:52.78				
28	A D C C J CLARK		None		A D C C J CLARK	4:59.78				
29	G D R DA VERDERENA		None		G D R DA VERDERENA	5:00.09				
30	C D R RIBEIRINHO		None		C D R RIBEIRINHO	5:06.08				
31	C SPIRIDON DE GAIA		None		C SPIRIDON DE GAIA	5:09.87	Adriana Costa-280	Mariana Tavares-290	Conceição Leite-269	Joana Matos-284
32	A ACAD BELA VISTA		None		A ACAD BELA VISTA	5:14.90	Matilde Portela-1507	Mafalda Portela-1506	Rute Correia-1520	Deolinda Lopes-1527
33	ATLETAS FIM SEMANA		None		ATLETAS FIM SEMANA	5:32.62				
9999	C DESP C+S LAVRA		None		C DESP C+S LAVRA	x	Ana Vieira-415	Sara Silva-392	Chelsia Nogueira-396	Carina Pinto-387



## Masculina Provisória

Posicao	Clube	Pontos																						
1	SCP	869.5	42.0	43.0	40.0	43.0	41.0	41.5	40.0	43.0	43.0	42.0	40.0	43.0	37.0	43.0	36.0	40.0	43.0	40.0				
2	SCB	767.5	36.5	42.0	41.0	34.0	41.0	28.0	40.0	42.0	39.0	33.0	37.0	39.0	42.0	26.0	41.0	42.0	34.0	21.0	37.0	38.0	34.0	
3	CBF	764.0	43.0	41.0	33.0	36.0	35.0	39.0	33.0	41.0	31.0	37.0	24.0	34.0	31.0	38.0	36.0	40.0	40.0	41.0	28.0	40.0	43.0	
4	JV	763.0	41.0	32.0	34.0	41.0	33.0	38.0	36.5	43.0	30.0	42.0	43.0	33.0	16.0	41.0	39.0	41.0	26.5	39.0	37.0	36.0	41.0	
5	ACPV	732.5	34.0	34.0	38.0	37.0	42.0	42.0	41.5	23.0	36.0	38.0			42.0	38.0	35.0	33.0	38.0	42.0	34.0	28.0	42.0	35.0
6	GDE	731.0	38.0	37.0	43.0	30.0	27.0	37.0	43.0	20.0	42.0	40.0	41.0	43.0	33.0	43.0		32.0	37.0	35.0	42.0	32.0	36.0	
7	MAC	721.0	25.5	38.0	42.0	35.0	26.0		38.5	31.5	41.0	41.0	39.0	41.0	41.0	39.0	35.0	39.0	35.0	36.0	40.5	15.0	42.0	
8	CAS	717.0	36.5	39.0	29.0	40.0	37.0	43.0	27.5	24.0	32.0	32.0	29.0	36.0	30.0	40.0	38.0	36.0	19.0	42.0	32.0	37.0	38.0	
9	GRECAS	675.5	33.0	30.0	32.0	38.0	30.0	30.0	38.5	33.0	29.0			25.0	30.0	26.0	32.0	37.0	37.0	39.0	37.0	39.0	41.0	39.0
10	AJS	669.0		31.0	24.0	28.0	31.0	32.0	36.5	36.0	40.0	36.0	38.0	35.0	39.0	42.0	25.0	30.0	41.0	27.0	40.5	26.0	31.0	
11	ADRAP	631.0	11.0	36.0	39.0	31.0	32.0	34.0	33.0	37.5	37.0			35.0	38.0	40.0	31.0	22.0	29.0	24.0	32.0	34.5	25.0	30.0
12	CCSJM	619.0	35.0	33.0	19.0	33.0	20.0	33.0		26.0	34.0	30.0	36.0	31.0	32.0	23.0	40.0	35.0	32.0	29.0	32.0	33.0	33.0	
13	CPTSC	547.5	29.5		37.0	42.0	36.0	35.0		27.5	24.0	29.0	26.0	28.0	36.0	33.0	27.0		18.0	43.0	20.5	24.0	32.0	
14	CFB	540.0	27.0		28.0	39.0	40.0		33.0	37.5	26.0	39.0	23.0		29.0	36.0	42.0			30.0	34.5	39.0	37.0	
15	ACRSD	513.0	28.0	27.0	36.0	24.0	28.0	36.0	21.0	29.0	28.0		28.0	22.0	34.0	29.0	31.0	25.0	25.0	7.0	28.0	27.0		
16	UFCT	438.5	22.0		35.0	22.0	29.0		29.0	35.0	21.0				20.0	35.0	34.0	28.5	23.0	43.0	9.0	24.0	29.0	
17	GS	412.0	24.0	35.0	30.0		25.0			15.0	27.0	24.0			29.0	27.0		23.0	28.0	38.0	18.0	20.5	21.0	27.5
18	CABB	381.5	40.0	24.0	27.0		24.0	29.0					25.5	40.0	37.0		25.0		20.0	22.0	38.0		30.0	
19	GRE-AA	380.5	14.0		22.0		21.0		30.0	31.5	19.0	22.0	30.0		24.0	30.0		33.0	31.0	33.0	24.0	16.0		
20	CASINTRA	378.5	32.0		21.0	25.0	13.0			34.0	33.0	27.0		32.0	20.0		26.0	34.0		17.0	37.0		27.5	
21	JIV	360.5	12.5	40.0	25.0		34.0	24.0	27.5	18.0			25.5	31.0	19.0	25.0	24.0		27.0	23.0	5.0			
22	CASJ	326.0	39.0		26.0	20.0		23.0		18.0	31.0		26.0	23.0		30.0		33.0	31.0				26.0	
23	CAM-VC	316.0	16.0	26.0		18.0	38.0		21.0	22.0		23.0	34.0	25.0	17.0			26.0		15.0			35.0	
24	CDP	290.0	20.0		23.0				19.0	23.0		33.0	23.0	19.0	28.0	24.0				22.0		31.0	25.0	
25	CAMG	288.0	31.0	23.0		14.0	27.0	35.0	39.0						18.0			31.0	21.0	25.0	24.0			
26	CFOD	259.0	17.0		26.0		26.0		21.0	22.0	28.0				22.0		21.0		28.0	20.0			28.0	
27	NAC	230.0	25.5			39.0	31.0	31.0	27.5									19.0		23.0			34.0	
28	LSC	216.0							17.0	38.0				27.0	37.0		34.0		20.0	19.0			24.0	
29	CAP	214.0		29.0	31.0	29.0		24.0			21.0		21.0				32.0			14.0			13.0	
30	VTSC	213.0	19.0			27.0	22.0			16.0	25.0	34.0			21.0				17.0	12.0			20.0	
31	LAVRA	189.5					15.0		24.0	25.0						27.0		21.0	26.5		32.0	19.0		
32	CPA-S	186.0		25.0		32.0			26.0		20.0	18.0		24.0					30.0	11.0				
33	CDCNAV	172.0					23.0		24.0				27.0			22.0		24.0		6.0	28.0	18.0		
34	CATUNES	171.5	29.5				40.0		30.0		20.0									24.0	28.0			
35	CDQ	168.0	21.0		18.0	21.0	18.0						19.0							26.0		23.0	22.0	
36	GCAD	165.5	12.5			19.0	25.0										28.5		29.0	8.0	20.5		23.0	
37	LLFC	149.0	18.0			23.0	16.0					35.0								28.0			29.0	
38	ACB-L	128.0	23.0	28.0					21.0				22.0					18.0		16.0				
39	AFIS	111.5	15.0				19.0											22.0		13.0	20.5		22.0	
40	CSGAIA	85.0					17.0	22.0					32.0										14.0	
41	CDSSC	83.0			20.0						35.0					28.0								
42	CTMVPA	17.0																					17.0	
43	CBTV	10.0																					10.0	

## Feminina Provisória

Posicao	Clube	Pontos																					
1	GDE	624.5	34.0	33.0	31.0	32.0	29.0	32.0	29.0	33.0	30.0	33.0	28.0	28.0	30.0	26.5	30.0	27.0	30.0	28.0	28.0	26.0	27.0
2	AJS	610.0	30.0	14.0	29.0	31.0	33.0	23.0	24.5	25.0	31.0	22.0	34.0	32.0	34.0	33.0	29.0	32.0	31.0	31.0	32.5	25.0	34.0
3	SCB	598.0	23.0	23.0	20.0	33.0	32.0	34.0	22.5	26.0	28.0	32.0	31.0	29.5	32.0	32.0	24.0	31.0	27.0	29.0	26.0	33.0	30.0
4	JV	583.5	33.0	25.0	30.0	24.0	31.0	31.0	27.0	30.0		30.0	30.0	26.0	29.0	31.0	27.0	33.0	33.0	30.0	19.5	32.0	32.0
5	GAF	557.5	19.0	34.0	33.0	26.0	34.0	25.0	31.0	16.0	29.0		21.0	34.0	25.0	22.0	31.0	25.0	34.0	33.0	32.5	22.0	31.0
6	SLB	557.0	22.0	27.0	32.0	30.0		29.0	30.0	34.0	34.0	28.0		22.0	27.0	34.0	32.0	28.0	21.0	32.0	28.0	34.0	33.0
7	ADRAP	541.0	31.0	16.5	21.0	28.0	28.0	33.0	27.0	19.0	24.0	23.0	29.0	31.0	22.0	29.0	26.0	26.0	26.0	20.0	30.5	23.0	28.0
8	MAC	519.0	25.0	29.0	25.5	25.0	22.0	18.0	32.5	22.0	23.0	34.0	27.0	24.0	31.0	18.0	28.0	21.0	14.0	22.0	34.0	21.0	23.0



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO



100 ANOS  
1921 - 2021



## Estatística Clubes

Sigla	Nº atletas Masculino	Nº atletas Feminino	Nº atletas Total	Participações Masculino	Participações Feminino	Participações Total
AABV	9	7	16	14	11	25
ACB-L	10	7	17	14	9	23
ACDI	8	0	8	12	0	12
ACPV	14	12	26	18	18	36
ACRSD	13	12	25	19	18	37
ACVSM	5	0	5	5	0	5
ADCCJC	0	9	9	0	15	15
ADRAP	13	14	27	19	19	38
AEAC	4	5	9	7	8	15
AFIS	10	10	20	14	14	28
AFR&F	3	0	3	4	0	4
AJS	14	14	28	19	19	38
CABB	10	0	10	16	0	16
CAM-VC	12	11	23	18	15	33
CAMG	10	4	14	14	5	19
CAP	13	11	24	16	15	31
CAS	15	0	15	19	0	19
CASINTRA	12	0	12	16	0	16
CASJ	12	10	22	15	13	28
CATUNES	12	0	12	18	0	18
CBF	14	11	25	19	18	37
CBTV	10	0	10	11	0	11
CCSJM	14	0	14	19	0	19
CDCNAV	11	0	11	17	0	17
CDP	11	10	21	17	13	30
CDQ	10	11	21	12	13	25
CDRR	0	11	11	0	16	16
CDSSC	11	0	11	11	0	11
CFB	14	0	14	19	0	19
CFOD	11	13	24	16	19	35
CPA-S	11	0	11	16	0	16
CPTSC	15	0	15	19	0	19
CRDP	5	2	7	6	2	8
CSGAIA	10	12	22	14	16	30
CSM	4	14	18	6	19	25
CTMVPA	10	9	19	13	13	26
EAT	5	11	16	6	16	22
ELCT	6	1	7	6	1	7
ESCMOV	7	11	18	10	13	23
GAF	0	14	14	0	19	19
GCAD	10	11	21	13	15	28
GDC	9	7	16	12	8	20
GDD	6	11	17	6	17	23
GDE	14	13	27	19	19	38
GDRV	0	10	10	0	16	16
GRE-AA	11	13	24	17	19	36
GRECAS	15	12	27	19	19	38
GS	10	0	10	15	0	15
JIV	11	14	25	18	19	37
JOMA	0	13	13	0	18	18
JV	18	17	35	19	19	38
LAVRA	10	12	22	15	15	30
LLFC	10	0	10	12	0	12
LSC	10	10	20	14	15	29
MAC	13	16	29	18	19	37



Sigla	Nº atletas Masculino	Nº atletas Feminino	Nº atletas Total	Participações Masculino	Participações Feminino	Participações Total
NAC	11	10	21	13	15	28
NATAIPAS	2	0	2	3	0	3
PCC	3	5	8	6	10	16
PND	4	0	4	5	0	5
SCB	17	14	31	19	19	38
SCBM	2	6	8	2	9	11
SCP	18	0	18	19	0	19
SLB	0	15	15	0	18	18
UFCT	11	11	22	18	18	36
VFC	6	4	10	8	6	14
VTSC	11	4	15	12	5	17
_NaoFederado	-	-	153	-	-	156
_Total	610	484	1247	816	675	1647



## Estatística Escalão

Escalão	Nº atletas Masculino	Nº atletas Feminino	Nº atletas Total	Participações Masculino	Participações Feminino	Participações Total
JUV	73	110	183	101	152	253
JUN	112	96	208	153	137	290
SUB-23	118	105	223	163	151	314
SEN	207	122	329	277	171	448
VET 35	26	18	44	33	23	56
VET 40	29	10	39	36	14	50
VET 45	21	11	32	25	14	39
VET 50	15	10	25	15	11	26
VET 55	6	1	7	9	1	10
VET 60	3	1	4	4	1	5
_NaoFederado	-	-	153	-	-	156

