

# Campeonatos Nacionais de Clubes em Pista Coberta - Fase de apuramento

Braga e Pombal - (28/01/2023 - 29/01/2023)

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	Evelise Veiga	1996	SEN		SPORTING C P	6.21	6.13		6.21		-		X	
2	Elena Llobera	1993	SEN	ESP	JUV VIDIGALENSE	5.98	5.84		5.46		5.98		5.57	
3	Lucinda Gomes	1995	SEN		G DESP ESTREITO	5.79	X		X		5.79		X	
4	Tatiana Pereira	2006	JUV		FUNDAÇÃO SALESIANOS	5.72	5.46		5.70		5.72		X	
5	Ana Rita Silva	2000	SEN		MAIA A C	5.68	5.60		X		5.68		X	
6	Vera Monteiro	2002	SUB-23		C F OLIVEIRA DOURO	5.66	5.66		X		5.63		5.65	
7	Catarina Karas	2000	SEN		A C D JARDIM SERRA	5.53	5.42		5.53		X		X	
8	Marta Araújo	2004	JUN		OLÍMPICO VIANENSE	5.50	5.35		X		X		5.50	
9	Marta Carriço	2007	JUV		A C D R ARNEIRENSE	5.36	5.21		5.36		X		5.32	
10	Margarida Figueiredo	2001	SUB-23		GRECAS - VAGOS	5.33	5.16		X		X		5.33	
11	Mariana Novo	2000	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	5.32	5.23		5.32		5.27		5.27	
12	Teresa Abade	2004	JUN		S L BENFICA	5.24	5.19		X		X		5.24	
13	Maria Esteves (X)	2001	SUB-23		C S MARÍTIMO	5.21	X		X		5.21		X	
14	Lara Rego	2004	JUN		C A MAZAREFES	5.18	5.01		5.18		5.07		5.07	
15	Marisa Nunes	2005	JUN		U F C TOMAR	5.16	X		5.16		5.04		5.04	
16	Rita Martins	2007	JUV		CLUBE PEDRO PESSOA	5.12	4.89		4.94		5.12		5.05	
17	Leonor Saraiva	2007	JUV		GRUPO REC EIRENSE	5.09	4.82		5.09		X		4.95	
18	Mariana Costa	2001	SUB-23		S CLUBE DE BRAGA	5.02	5.02		X		X		X	
19	Joana Santos (X)	1997	SEN		S C BEIRA-MAR	4.98	4.98		4.96		4.83		4.75	
20	Ana Carrasqueira	1999	SEN		C BENFICA FARO WCLOC	4.95	4.80		4.95		4.87		4.83	
21	Mariana Lopes	2007	JUV		A ACAD BELA VISTA	4.87	4.78		4.87		4.87		4.87	
22	Carla Silveira	2005	JUN	ANG	ASS ACAD COIMBRA	4.86	4.86		4.24		4.67		4.51	
23	Joana Melo	1993	SEN		C D AREIAS S. JOÃO	4.77	4.59		4.51		4.77		4.67	
23	Ana Patrícia Moreira	2000	SEN		C SPIRIDON DE GAIA	4.77	4.64		4.77		4.62		4.48	
23	Mónica Rodrigues	2001	SUB-23		E ATLETISMO TROFA	4.77	4.53		4.50		4.77		X	
26	Lara Lopes	2007	JUV		ASS 20KM ALMEIRIM	4.75	4.75		4.40		4.53		4.58	
27	Matilde Batista	2007	JUV		C A MARINHA GRANDE	4.71	4.61		4.32		4.71		4.47	
28	Bruna Seborro	2003	SUB-23		G C A DONAS	4.69	X		3.98		X		4.69	
29	Carolina Sousa	2005	JUN		ACADEMIA DE VALDEVEZ	4.66	4.66		X		X		4.64	
30	Georgete Silva	1999	SEN		C D R RIBEIRINHO	4.64	4.61		4.44		4.49		4.64	
31	Beatriz Pardal (X)	2004	JUN		GRUPO DESP DIANA	4.52	4.25		4.44		4.52		4.42	
32	Beatriz Adão (X)	2005	JUN		C DESP C+S LAVRA	4.50	4.49		4.05		4.50		X	
33	Rita Ferreira (X)	2007	JUV		ACDRS QUINHENDROS	4.43	4.30		4.37		4.19		4.43	
34	Ana Moreira (X)	1999	SEN		C D C NAVAIS	4.22	4.11		3.93		4.11		4.22	
35	Francisca Oliveira (X)	2000	SEN		VITÓRIA S C	4.15	3.66		3.91		4.15		X	
36	Clarisse B Pereira (X)	2007	JUV		CLUBE DESP DA PÓVOA	4.10	4.06		4.10		3.91		3.97	
37	Cláudia Santos (X)	1989	SEN		J O MONTE ABRAÃO	4.02	X		4.02		X		X	
38	Marta Mendes (X)	2004	JUN		U A POVOENSE	4.00	X		3.82		X		4.00	
39	Graça Fernandes (X)	1969	VET 50		AC FERNANDA RIBEIRO	3.73	X		3.64		3.73		X	
40	Leonor Almeida (X)	2007	VET 50		C ATLETISMO DO PORTO	3.31	3.31		3.30		3.30		3.12	
NM	Lansiia Dmytriieva (X)	2004	JUN	UKR	ESCOLA DO MOVIMENTO	x	X		X		X		X	

Vara | JUV a VET - F | Dia 1

## 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	3.05	3.15	3.25	3.35	3.45	3.55	3.60	3.65	3.70	3.75
1	Juliana Campos	1996	SEN	BRA	J O MONTE ABRAÃO	4.15	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	XO	-	-	-	-	-
2	Marta Onofre	1991	SEN		SPORTING C P	3.80	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	O	-	-	-
3	Cátia Pereira	1989	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	3.65	-	-	-	-	-	-	-	-	-	O	O	O	O	O	XXO	-	XO	-	XXX
4	Sara Pereira	2004	JUN		A C D JARDIM SERRA	3.45	-	-	-	-	-	-	-	-	-	O	-	O	O	XO	XXX				
5	Sofia Carneiro	1998	SEN		MAIA A C	3.35	-	-	-	-	-	-	-	-	-	O	O	O	O	XXO	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	3.05	3.15	3.25	3.35	3.45	3.55	3.60	3.65	3.70	3.75
6	Benedita Amorim	2004	JUN		ACADEMIA DE VALDEVEZ	3.15	-	-	-	-	-	0	0	0	XXO	0	XO	XXX							
7	Laurinda Moreira (X)	2005	JUN		VITÓRIA F C	3.05	-	-	-	0	0	0	0	0	0	0	0	XXX							
7	Filipa Dinis	2005	JUN		JUV VIDIGALENSE	3.05	-	-	-	-	-	-	0	-	0	0	XXX								
7	Axelle Van Hauwaert	1995	SEN	BEL	C BENFICA FARO WCLOC	3.05	-	-	-	-	0	-	0	0	XO	XXO	XXX								
10	Tânia António	1987	VET 35		GRECAS - VAGOS	2.93	-	-	-	-	-	0	0	0	0	0	XXX								
11	Clara Morais	2006	JUV		S L BENFICA	2.81	-	-	0	-	XO	XO	0	0	XXX										
12	Liliana Manhente	1985	VET 35		GRUPO REC EIRENSE	2.69	-	XO	-	0	0	0	0	0	XXX										
12	Joana Rocha	2004	JUN		C SPIRIDON DE GAIA	2.69	-	-	0	-	0	0	XO	XXX											
14	Catherine Serrão	2005	JUN		G DESP ESTREITO	2.57	-	-	-	XO	0	0	XXX												
14	Fabiana Lucart	2004	JUN		C F OLIVEIRA DOURO	2.57	-	0	0	0	XO	0	XXX												
16	Maria França	2006	JUV		AC FERNANDA RIBEIRO	2.45	-	0	-	XO	XXO	XXX													
17	Daniela Pereira	2003	SUB-23		C D R RIBEIRINHO	2.30	-	0	0	0	XXX														
17	Beatriz Marques	2002	SUB-23		U F C TOMAR	2.30	-	0	XXO	XXO	XXX														
17	Chelsia Nogueira	2003	SUB-23		C DESP C+S LAVRA	2.30	0	0	0	XO	XXX														
20	Ana Madeira	2003	SUB-23		U A POVOENSE	2.15	-	0	0	XXX															
20	Bárbara Moreira	1974	VET 45		ESCOLA DO MOVIMENTO	2.15	-	0	XO	XXX															
20	Inês Ferrão	1998	SEN		FUNDAÇÃO SALESIANOS	2.15	-	XO	XO	XXX															
20	Tatiana Gonçalves	2001	SUB-23		ASS 20KM ALMEIRIM	2.15	-	0	0	XXX															
24	Paula Morim	2005	JUN		C D C NAVAIS	2.00	0	XXO	XXX																
24	Sofia Rêma	1999	SEN		E ATLETISMO TROFA	2.00	XO	0	XXX																
24	Cláudia Teixeira	2000	SEN		C A MAZAREFES	2.00	0	XO	XXX																
NM	Margarida Mascarenha (X)	2000	SEN		A ACAD BELA VISTA	SM	XXX																		
NM	Filipa Duarte (X)	2007	JUV		C D AREIAS S. JOÃO	SM	XXX																		

**Altura | JUV a VET - M | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	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	2.15
1	Gerson Baldé	2000	SEN		S L BENFICA	2.11	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	-	-	-	XO	-	-	0	-	XXX
2	Francisco Barreto	1996	SEN		S CLUBE DE BRAGA	2.05	-	-	-	-	0	-	0	-	0	0	-	0	-	0	-	XXX			
2	Nelson Pinto	1998	SEN		A C D JARDIM SERRA	2.05	-	-	-	-	0	-	0	-	0	-	0	-	0	-	XO	-	XXX		
4	Gonçalo Veloso	2001	SUB-23		A C PÓVOA DE VARZIM	2.01	-	-	-	-	0	-	0	0	0	0	0	0	XXX						
5	Pedro Correia	2005	JUN		GRECAS - VAGOS	1.95	-	-	-	-	0	0	0	XO	0	XXO	XXX								
6	Simão Pereira	2000	SEN		JUV VIDIGALENSE	1.92	-	-	-	-	0	0	0	XO	XO	XXX									
6	Gonçalo Cardoso	2003	SUB-23		SPORTING C P	1.92	-	-	-	0	0	0	0	XXO	XXO	XXX									
8	Filipe Grilate	1991	SEN		A C R SRA DESTERRO	1.88	-	-	-	0	0	0	0	XXO	XXX										
8	Tiago Martins	1997	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	1.88	-	-	-	0	-	0	0	XXO	XXX										
8	Roman Guliy	1979	VET 40		C ATLETISMO DE SEIA	1.88	-	-	-	0	-	0	XO	0	XXX										

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	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	2.15
11	Rui Vilas Boas	2003	SUB-23		MAIA A C	1.84	-	-	-	-	O	XXO	XO	XXX											
11	Francisco Lima	2002	SUB-23		NÚCLEO SCP ALMADA	1.84	-	-	-	O	-	O	XO	XXX											
11	Samuel Sousa	2003	SUB-23		GRUPO REC EIRENSE	1.84	-	-	-	O	-	O	XXO	XXX											
11	Dorin Repesciuc	2002	SUB-23		C ATLETISMO NAZARÉ	1.84	-	-	-	O	O	O	XO	XXX											
11	Rafael Silva	1996	SEN		GIRA SOL	1.84	-	-	O	O	O	XO	XXO	XXX											
11	André Leite (X)	1999	SEN		C D C NAVAIS	1.84	-	-	-	O	-	O	XO	XXX											
11	Alexandre Lucas	1995	SEN		C A MARINHA GRANDE	1.84	-	-	-	O	O	XXO	XXO	XXX											
18	Miguel Hora	2003	SUB-23		ESCOLA DO MOVIMENTO	1.80	-	O	-	O	O	O	XXX												
18	Eduardo Carrolo	2007	JUV		FUNDAÇÃO SALESIANOS	1.80	-	O	-	O	O	O	XXX												
18	André Espinhosa	2001	SUB-23		AC FERNANDA RIBEIRO	1.80	-	-	-	O	XO	XXO	XXX												
18	José Passo	2005	JUN		C DESP C+S LAVRA	1.80	-	O	O	O	XO	O	XXX												
18	João Pombal	2000	SEN		C S S JOÃO MADEIRA	1.80	-	-	-	O	XO	O	XXX												
18	Ricardo Tomé	2004	JUN		C BENFICA FARO WCLOC	1.80	O	O	O	XO	O	XXO	XXX												
24	João Fernandes	2003	SUB-23		C A MAZAREFES	1.75	-	XO	O	XO	XXO	XXX													
24	Gonçalo Pereira	2005	JUN		OLÍMPICO VIANENSE	1.75	-	-	O	O	XXO	XXX													
24	Celso Glória	2007	JUV		C ATLETISMO DO PORTO	1.75	O	O	O	XO	O	XXX													
24	Rafael Verdade	2004	JUN		A C D ILHAVOS	1.75	O	O	O	XXO	XXO	XXX													
28	Carlos Alves	1983	VET 35	BRA	A C VALE S MARTINHO	1.70	XO	O	O	O	-	XXX													
28	Diogo Ávila	2004	JUN		C I A ILHA AZUL	1.70	-	O	XXO	XXO	XXX														
28	Sérgio Cruz	1997	SEN		ASS ACAD COIMBRA	1.70	O	XO	O	XO	XXX														
31	Lenine Cunha (X)	1982	VET 40		C F OLIVEIRA DOURO	1.65	O	O	XXO	XXX															
32	Gilberto Carvalho (X)	1993	SEN		G DESP ESTREITO	1.60	XXO	O	XXX																
32	Nuno Cidade Do Carmo (X)	2002	SUB-23		CLUBE PEDRO PESSOA	1.60	O	O	XXX																
SM	Daniel Fernandes (X)	2004	JUN		U A POVOENSE	SM	-	-	XXX																
SM	Diogo Coelho (X)	2005	JUN		GRUPO DESP PAVIA	SM	-	-	XXX																
NM	Bruno Gaspar (X)	2007	JUV		SÃO PEDRO F C FARO	SM	XXX																		
NM	João Sousa (X)	1999	SEN		G C A DONAS	SM	XXX																		
NM	Marco Monteiro (X)	2005	JUN		N A DE CUCUJÁES	SM	-	XXX																	

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

#### Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Ericsson Tavares	2001	SUB-23		S L BENFICA	47.99
2	Omar Elkhatib	2001	SUB-23	STP	SPORTING C P	48.37
3	Rafael Jorge	1997	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	48.52
4	André Franco	2004	JUN		CLUBE PEDRO PESSOA	48.68
5	Bernardo Pereira	1997	SEN		A C D JARDIM SERRA	49.59
6	Guilherme Faias	2003	SUB-23		C ATLETISMO DE SEIA	49.73

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
7	João Pinto	1997	SEN		JUV VIDIGALENSE	49.77
8	Hugo J Silva	1999	SEN		MAIA A C	50.32
9	Gabriel Morim	2002	SUB-23		AC FERNANDA RIBEIRO	50.44
10	João P Ferreira	1996	SEN		S CLUBE DE BRAGA	50.45
11	Nuno Nascimento	2002	SUB-23		S C SALGUEIROS	50.86
12	Manuel Sissé	2002	SUB-23		A C R SRA DESTERRO	50.94
13	António Moura	1999	SEN		C S S JOÃO MADEIRA	51.07
14	Carlos Carvalho	2002	SUB-23		A C PÓVOA DE VARZIM	51.18
15	Miguel Marques	2005	JUN		C A MARINHA GRANDE	51.41
16	Edgar Remédios (X)	1994	SEN		G DESP ESTREITO	51.49
17	Ivo Barros	1999	SEN		GRUPO REC EIRENSE	51.75
18	Abel Fernandes	2001	SUB-23		N A DE RECUCJÃES	51.85
18	André Sá	1995	SEN		C BENFICA FARO WCLOC	51.85
20	Rodrigo Almeida	2004	JUN		GRECAS - VAGOS	51.99
21	Rúben Bari	2003	SUB-23		C P T SOBRAL CEIRA	52.03
22	Tomás Silva	2005	JUN		G C A DONAS	52.04
23	Diogo Bastos	2004	JUN		A C D ÍLHAVOS	52.36
24	Sérgio Carmo	1990	SEN		C A MAZAREFES	52.42
25	Daniel Silva	2003	SUB-23		OLÍMPICO VIANENSE	52.51
26	Rúben Silva (X)	2005	JUN		VITÓRIA S C	52.54
27	Sérgio Silva	1996	SEN		C I A ILHA AZUL	52.61
28	Nuno Coelho	1998	SEN		C DESP C+S LAVRA	52.78
29	David Silva	2004	JUN		C ATLETISMO DO PORTO	53.04
30	Igor Oliveira	2001	SUB-23		FUNDAÇÃO SALESIANOS	53.05
31	Guilherme Miguens	2005	JUN		GRUPO DESP PAVIA	53.17
32	Hélio Pedroso	2003	SUB-23		C ATLETISMO NAZARÉ	53.21
33	Fábio Francisco	2001	SUB-23		G A CARANGUEJEIRA	53.64
34	João Pedro Martins	2004	JUN		CLUBE DESP DA PÓVOA	53.69
35	Emanuel Silva	2005	JUN		GIRA SOL	53.70
36	Alexandre Silva	2004	JUN		LUSITÂNIA LOUROSA FC	53.75
37	Tiago Santos	2005	JUN		SÃO PEDRO F C FARO	53.80
38	Marco Nobre	2004	JUN		A ACAD BELA VISTA	53.90
39	Daniel Marinho (X)	2000	SEN		U A POVOENSE	54.82
40	Rafael Felisberto (X)	2006	JUV		NÚCLEO SCP ALMADA	54.89
41	João Mota (X)	1998	SEN		ESCOLA DO MOVIMENTO	54.99
42	Diogo Silva (X)	2003	SUB-23		U F C TOMAR	55.45
43	André Amorim (X)	2005	JUN		C REC DO PENTEADO	56.01
44	Rafael Loureiro (X)	2006	JUV		VITÓRIA F C	56.03
45	Miguel Parejo (X)	2006	JUV	NED	C D AREIAS S. JOÃO	56.68
46	André Fidalgo (X)	2007	JUV		CRC DESP LUZENSE	56.76
47	Jorge Silva Santos (X)	1966	VET 55		S C BEIRA-MAR	59.01
48	David Silva (X)	2001	SUB-23		PENTA CLUBE COVILHÃ	59.39
49	Ricardo Machado (X)	2001	SUB-23		ACDRS QUINHENDROS	60.90
50	Miguel A G Martins (X)	2002	SUB-23		ASS ACAD COIMBRA	61.20
51	Nuno Silva (X)	1998	SEN		C D C NAVAIS	61.84
52	Duarte Vasconcelos (X)	2005	JUN		C F OLIVEIRA DOURO	63.23

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

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Cátia Azevedo	1994	SEN		SPORTING C P	53.45
2	Gorete Semedo	1996	SEN	STP	S L BENFICA	56.09
3	Inês Cruz	1997	SEN		G DESP ESTREITO	57.62
4	Filipa Martins	1992	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	57.65
5	Carolina Duarte	1990	SEN		J O MONTE ABRAÃO	58.27
6	Joana Barreto Santos	2005	JUN		GRUPO REC EIRENSE	58.49
7	Sofia Duarte	2001	SUB-23		JUV VIDIGALENSE	58.51
8	Bárbara Silva	1999	SEN		A C D JARDIM SERRA	58.75
9	Lúcia Martinha (X)	2006	JUV		CASA POVO ALCANENA	59.82
10	Jéssica Varela	2004	JUN		C D AREIAS S. JOÃO	59.86

Posição	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
11	Francisca Silva	2000	SEN		S CLUBE DE BRAGA	60.63
12	Jerusa Semedo	2001	SUB-23		FUNDAÇÃO SALESIANOS	61.02
13	Angelica Pereira	2000	SEN		MAIA A C	61.09
14	Sandra Sá	2001	SUB-23		E ATLETISMO TROFA	61.51
15	Rafaela Morgado	1998	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	62.33
16	Leonor Mendes	2006	JUV		C ATLETISMO DO PORTO	62.43
17	Rita Santos	1999	SEN		GRECAS - VAGOS	62.81
18	Viviane Cunha	2003	SUB-23		ACADEMIA DE VALDEVEZ	63.28
19	Nádia Almeida	2002	SUB-23		C BENFICA FARO WCLOC	63.37
20	Sandra Borges	1983	VET 35		C F OLIVEIRA DOURO	63.55
21	Marta Lobo	2004	JUN		C DESP C+S LAVRA	63.69
22	Tatiana Gonçalves	2001	SUB-23		ASS 20KM ALMEIRIM	63.80
23	Rafaela Gomes	2006	JUV		A ACAD BELA VISTA	64.68
24	Patrícia Pais	1996	SEN		U A POVOENSE	64.90
25	Ana Rita Pires	2005	JUN		CLUBE PEDRO PESSOA	64.93
26	Micaela Nascimento (X)	2001	SUB-23		S C BEIRA-MAR	65.63
27	Leonor Teixeira (X)	2006	JUV		N A DE CUCUJÃES	66.02
28	Daniela Silva (X)	2002	SUB-23		G C A DONAS	66.42
29	Inês Vieira (X)	2003	SUB-23		ESCOLA DO MOVIMENTO	66.57
29	Marina Pinteia (X)	2005	JUN		GIRA SOL	66.57
31	Isabel Sousa (X)	1984	VET 35		CLUBE DESP DA PÓVOA	66.67
32	Viviana Parrulas (X)	2005	JUN		VITÓRIA F C	66.83
33	Marília Valentão (X)	2004	JUN		C D R RIBEIRINHO	68.05
34	Margarida Pereira (X)	2006	JUV		U F C TOMAR	68.13
35	Mafalda Cancelo (X)	2007	JUV		C D C NAVAIS	68.84
36	Leonor Carreira (X)	2005	JUN		PENTA CLUBE COVILHÃ	71.00
37	Beatriz Gonçalves (X)	2005	JUN		A C D R ARNEIRENSE	72.50
38	Francisca Trancoso (X)	2003	SUB-23		AC FERNANDA RIBEIRO	72.90
39	Beatriz Guimarães (X)	2005	JUN		ASS ACAD COIMBRA	74.54
40	Andreia Jesus (X)	1985	VET 35		A C R SRA DESTERRO	76.51
41	Fátima Barbosa (X)	2003	SUB-23		A D C C J CLARK	80.74
DQ	Sara Teixeira (X)	1997	SEN		S C SALGUEIROS	x (TR 17.5)
DNF	Daniela Mota (X)	2004	JUN		ACDRS QUINHENDROS	x
DNF	Francisca Antunes (X)	2003	SUB-23		OLÍMPICO VIANENSE	x

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

**Série 1**

Posição	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Ivo Tavares	1996	SEN		S L BENFICA	7.57	7.38		7.43		7.57		X	
2	André Pimenta	2001	SUB-23		SPORTING C P	7.24	7.24		X		7.07		7.12	
3	Pedro Pires	2003	SUB-23		GRECAS - VAGOS	7.17	5.05		7.06		7.05		7.17	
4	Danilo Almeida	1996	SEN		C BENFICA FARO WCLOC	7.10	6.93		7.10		X		X	
5	Carlos Prino	1997	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	6.94	6.91		6.94		X		6.86	
6	Marcos Chuva	1989	SEN		FUNDAÇÃO SALESIANOS	6.92	X		6.81		3.83		6.92	
7	André Rodrigues	2004	JUN		C A MARINHA GRANDE	6.88	X		6.71		X		6.88	
8	Hugo Brígido	1998	SEN		G A CARANGUEJEIRA	6.84	X		X		X		6.84	
9	Válter Pinto	1993	SEN		C P T SOBRAL CEIRA	6.76	X		6.31		6.73		6.76	
10	Jocimar Neto	2003	SUB-23	STP	C A MAZAREFES	6.74	6.30		6.53		5.91		6.74	
11	Tomás Dinis	2000	SEN		MAIA A C	6.73	6.52		6.73		6.58		X	
12	Diogo Meneses	2002	SUB-23		JUV VIDIGALENSE	6.70	6.60		-		6.62		6.70	
13	Gonçalo Mendes	1999	SEN		C F OLIVEIRA DOURO	6.64	6.50		X		6.34		6.64	
13	Fabio Pires	1998	SEN		C I A ILHA AZUL	6.64	6.60		6.56		X		6.64	
15	Fernando Vicente	2004	JUN		GRUPO REC EIRENSE	6.60	6.44		6.58		X		6.60	
16	Orest Bulak	1984	VET 35	UKR	C D AREIAS S. JOÃO	6.58	6.39		6.57		6.58		6.54	
17	Omar Jesus	2005	JUN		A C D JARDIM SERRA	6.56	6.25		X		6.56		6.40	
18	Sérgio F Silva	1985	VET 35		A C R SRA DESTERRO	6.55	6.42		X		6.53		6.55	
19	José Pedro Roxo	2005	JUN		SÃO PEDRO F C FARO	6.51	6.23		6.37		6.51		X	
20	Luís M F Machado	1997	SEN		S CLUBE DE BRAGA	6.48	6.18		6.48		X		6.36	
21	Nuno Sénica	2000	SEN		C ATLETISMO DE SEIA	6.45	X		6.45		6.37		X	
22	Pedro Pinheiro	1998	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	6.41	6.36		6.41		6.37		-	

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
22	Eduardo Oliveira	2003	SUB-23		U F C TOMAR	6.41	X		X		4.66		6.41	
24	Diogo Parreira	2003	SUB-23		CLUBE PEDRO PESSOA	6.38	6.38			6.21		6.34		6.32
25	Joaquim Moreira	1993	SEN		CLUBE DESP DA PÓVOA	6.36	5.89			6.28		6.36		X
26	Douglas Silva	1990	SEN	BRA	C S S JOÃO MADEIRA	6.24	6.24			4.35		X		6.21
27	Gabriel Santos	2007	JUV		ACDRS QUINHENDROS	6.21	6.21			X		5.83		5.99
28	Pedro Vila Cova	1996	SEN		ESCOLA DO MOVIMENTO	6.18	6.17			5.72		6.18		6.05
29	Francisco Sácarneiro	2003	SUB-23		AC FERNANDA RIBEIRO	6.09	6.09			5.89		5.87		6.00
30	Guilherme Enes (X)	2004	JUN		ASS PAPA LÉGUAS	6.06	6.02			6.06		5.99		3.79
31	Gaspar Araújo	1981	VET 40		N A DE CUCUJÁES	6.05	X			6.05		X		X
32	Tomás Neiva	2007	JUV		OLÍMPICO VIANENSE	6.03	5.43			5.50		5.89		6.03
33	Gabriel Gonçalves	2005	JUN		GIRA SOL	5.96	X			5.96		5.78		X
34	André Sousa (X)	2002	SUB-23		VITÓRIA S C	5.95	5.70			5.95		5.94		-
34	Bruno Marques	1998	SEN		A ACAD BELA VISTA	5.95	5.92			5.80		5.95		X
36	José Passo	2005	JUN		C DESP C+S LAVRA	5.82	5.68			5.70		5.82		5.80
37	Gonçalo Cunha	2003	SUB-23		S C SALGUEIROS	5.81	5.74			5.72		5.53		5.81
37	Eduardo Agualusa	2003	SUB-23		C ATLETISMO NAZARÉ	5.81	X			5.81		5.32		X
39	Guilherme Tavares (X)	2005	JUN		G C A DONAS	5.76	X			X		5.76		X
40	João Sousa (X)	2005	JUN		LUSITÂNIA LOUROSA FC	5.58	X			X		X		5.58
41	Ricardo Gonçalves (X)	1994	SEN		ASS ACAD COIMBRA	5.45	5.44			5.35		5.45		5.28
42	Elton Paulino (X)	1998	SEN		NÚCLEO SCP ALMADA	5.42	5.35			5.34		5.42		X
43	Pedro Sousa (X)	2001	SUB-23		C ATLETISMO DO PORTO	5.30	5.14			X		5.09		5.30
44	José Vitor (X)	2005	JUN		GRUPO DESP PAVIA	5.23	5.22			4.75		5.23		5.00
45	André Monteiro (X)	2003	SUB-23		U A POVOENSE	5.19	3.68			4.89		4.81		5.19
46	Filipe Pinto (X)	2007	JUV		JUVENTUDE MOZELENSE	5.16	5.06			4.85		4.49		5.16
47	André Santos (X)	2002	SUB-23		A C D ÍLHAVOS	5.13	5.11			5.01		5.03		5.13
48	Nuno Ribeiro (X)	2000	SEN		A C VALE S MARTINHO	4.93	4.93			4.60		4.90		-

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

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	José Carlos Pinto	1997	SEN		S L BENFICA	1:49.56
2	David Garcia	2003	SUB-23		SPORTING C P	1:52.73
3	João Alves Lopes	1998	SEN		S CLUBE DE BRAGA	1:54.29
4	Bernardo Rocha	2000	SEN		S C SALGUEIROS	1:54.45
5	Filipe Rosa	1998	SEN		GRECAS - VAGOS	1:54.51
6	Bruno Silva	1995	SEN		MAIA A C	1:54.71
6	Sandro Baessa	1999	SEN		C F OLIVEIRA DOURO	1:54.71
8	Adíven Lopes	1996	SEN	CPV	C BENFICA FARO WCLOC	1:54.72
9	Nuno Cordeiro	2006	JUV		JUV VIDIGALENSE	1:54.97
10	Ricardo Pedra	2002	SUB-23		OLÍMPICO VIANENSE	1:55.22
11	António Cunha	1998	SEN		C P T SOBRAL CEIRA	1:55.41
12	João Marques	2002	SUB-23		C DESP C+S LAVRA	1:55.72
13	Bruno Ávila	2002	SUB-23		C I A ILHA AZUL	1:57.13
14	Admilton Borges	1999	SEN		A ACAD BELA VISTA	1:57.18
15	António Moura	1999	SEN		C S S JOÃO MADEIRA	1:57.40
16	Tiago Machado	2006	JUV		CLUBE PEDRO PESSOA	1:57.83
17	Mário Almeida	2002	SUB-23		GRUPO REC EIRENSE	1:58.20
18	Wilson Conniott	1993	SEN		A C D JARDIM SERRA	1:58.49
19	Francisco Júlio	2005	JUN		C ATLETISMO DE SEIA	1:58.84
20	Tomás Rosário	2004	JUN		A D R ÁGUA DE PENA	1:59.40
21	Lucirio F Garrido	1988	VET 35	VEN	A C PÓVOA DE VARZIM	1:59.43
22	Tiago Silva	2004	JUN		G A CARANGUEJEIRA	2:00.00
23	Pedro Braz Correia (X)	1986	VET 35		AA LACOBRIENSE	2:00.07
24	Carlos Monteiro	1989	SEN	CPV	C A MAZAREFES	2:01.49
25	Artur Machado (X)	2005	JUN		GRUPO DESP DIANA	2:01.89
26	Ángelo Marques	1995	SEN		A C R SRA DESTERRO	2:02.14
27	Duarte Lima	2003	SUB-23		NÚCLEO SCP ALMADA	2:02.76
28	Tiago Santos	2005	JUN		SÃO PEDRO F C FARO	2:04.04
29	Miguel Costa	2004	JUN		CLUBE DESP DA PÓVOA	2:04.54
30	Eduardo Gonçalves	2005	JUN		C REC DO PENTEADO	2:04.61

Posição	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
31	Rodrigo Gomes (X)	2003	SUB-23		C A BAIXA BANHEIRA	2:04.75
32	André Ferreira (X)	2005	JUN		GIRA SOL	2:06.85
33	Francisco Mota (X)	2007	JUV		N D AMADOR POMBAL	2:06.97
34	Diogo Salvado (X)	2001	SUB-23		G C A DONAS	2:07.21
35	Miguel Silva (X)	1970	VET 50		C D AREIAS S. JOÃO	2:07.61
36	Alfredo Fernandes (X)	2002	SUB-23		VITÓRIA S C	2:07.62
37	Martim Prates (X)	2007	JUV		GRUPO DESP PAVIA	2:09.13
38	Emmanuel Cardoso (X)	1990	SEN		C A MARINHA GRANDE	2:11.38
39	André Monteiro (X)	2003	SUB-23		U A POVOENSE	2:11.51
40	Miguel Lourenço (X)	2005	JUN		VITÓRIA F C	2:12.01
41	Cristiano Marques (X)	2007	JUV		PENTA CLUBE COVILHÃ	2:14.76
42	Pedro Mendes (X)	1982	VET 40		C ATLETISMO NAZARÉ	2:14.92
43	Gonçalo Dias (X)	1976	VET 45		ASS ACAD COIMBRA	2:15.68
44	Manuel Cruz (X)	2006	JUV		U F C TOMAR	2:15.87
45	Joao Vítor Queiros (X)	2004	JUN	BRA	AC FERNANDA RIBEIRO	2:16.91
46	João Tinoco (X)	1995	SEN		ACDRS QUINHENDROS	2:22.38
47	Louis Pires Da Cal (X)	1996	SEN		A C D ÍLHAVOS	2:23.93
48	Manuel Ribeiro (X)	1974	VET 45		A C VALE S MARTINHO	2:34.17
49	Justino Soares (X)	1966	VET 55		JUVENTUDE MOZELENSE	2:40.88
50	António Mota (X)	1956	VET 65		C ATLETISMO DO PORTO	2:57.73
DNF	Eduardo Feiteira (X)	2001	SUB-23		LUSITÂNIA LOUROSA FC	x

**Peso 4kg | JUV a VET - F | Dia 1**

**Série 1**

Posição	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Auriol Dongmo	1990	SEN		SPORTING C P	18.80	18.09	18.80	18.67	X
2	Eliana Bandeira	1996	SEN		S L BENFICA	16.31	15.37	15.78	16.31	X
3	Francislaine Serra	1994	SEN		A C D JARDIM SERRA	15.90	X	15.90	15.45	15.50
4	Inês Carreira	2000	SEN		GRUPO REC EIRENSE	12.47	12.47	12.45	X	12.33
5	Fernanda Angélica	1975	VET 45		A C PÓVOA DE VARZIM	11.43	11.43	11.24	11.42	11.10
6	Vera Goucha	2005	JUN		JUV VIDIGALENSE	11.39	10.46	11.39	10.14	10.48
7	Sónia Borges	1985	VET 35		MAIA A C	10.99	X	10.99	10.75	10.96
8	Kseniia Yatsenko	1979	VET 40	UKR	S CLUBE DE BRAGA	10.59	10.51	9.47	10.59	10.59
9	Eva Gonçalves (X)	2002	SUB-23		N A DE CUCUJÃES	10.44	9.84	10.35	X	10.44
10	Celina Peneda	2002	SUB-23		ACADEMIA DE VALDEVEZ	10.38	10.38	9.30	8.76	9.50
11	Bárbara Bica	2001	SUB-23		C SPIRIDON DE GAIA	10.13	9.80	10.13	9.81	X
12	Elisabete Amorim	1979	VET 40		FUNDAÇÃO SALESIANOS	10.11	9.15	10.03	10.11	X
13	Petra Sillankorva	2004	JUN		AC FERNANDA RIBEIRO	10.06	9.73	10.06	9.54	X
14	Sara Firmino	1998	SEN		C BENFICA FARO WCLOC	9.85	9.79	9.85	X	9.58
15	Juliana Rei	1999	SEN		GRECAS - VAGOS	9.66	8.89	9.66	9.62	X
16	Ana Júlia Ferreira	2003	SUB-23		C ATLETISMO DO PORTO	9.55	9.38	9.55	9.38	9.22
17	Ana Granja	1999	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	9.51	9.51	X	8.85	8.92
18	Diana Rodrigues	2000	SEN		C A MAZAREFES	9.39	8.22	9.08	9.39	9.36
18	Milena Lucena	2002	SUB-23		G DESP ESTREITO	9.39	9.3	9.39	9.37	9.17
20	Rita Paciência	2004	JUN		ASS 20KM ALMEIRIM	9.21	8.19	9.21	8.73	8.87
20	Carolina Coutinho	2003	SUB-23		ESCOLA DO MOVIMENTO	9.21	9.10	7.67	9.04	9.21
22	Sofia Marques	1999	SEN		C DESP C+S LAVRA	9.18	9.18	8.92	8.95	8.98
23	Enya O Driscoll	2000	SEN		J O MONTE ABRAÃO	9.15	9.15	7.93	X	8.92
24	Leonor Viamonte (X)	2004	JUN		VITÓRIA S C	8.84	8.56	8.42	8.84	7.61
25	Paula Morim	2005	JUN		C D C NAVAIS	8.83	8.59	8.58	8.83	8.42
26	Andreia Teixeira	1992	SEN		A D C C J CLARK	8.60	8.59	8.37	8.32	8.60
27	Alina Matasova	1992	SEN	UKR	C A MARINHA GRANDE	8.59	8.59	8.29	X	7.36
28	Marcia Barbosa	2003	SUB-23	CPV	A ACAD BELA VISTA	8.54	7.52	X	8.22	8.54
29	Fátima Camara	2007	JUV		C F OLIVEIRA DOURO	8.53	8.53	8.33	7.44	X
30	Filipa Lopes (X)	1993	SEN		ACDRS QUINHENDROS	8.20	7.96	8.13	8.20	7.85
31	Sofia Rêma (X)	1999	SEN		E ATLETISMO TROFA	8.09	X	8.09	7.92	X
32	Helena Safta (X)	2005	JUN		G C A DONAS	8.06	7.87	7.76	7.58	8.06
33	Michelle Elmer (X)	2007	JUV		CLUBE PEDRO PESSOA	8.01	8.01	7.1	7.8	7.39
34	Albina Gavina (X)	1973	VET 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	7.75	7.75	7.02	7.67	7.59
35	Núria Carvalho (X)	2007	JUV		A C D R ARNEIRENSE	7.67	7.12	X	7.67	6.72

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
36	Beatriz Miguel (X)	2006	JUV		U F C TOMAR	7.66	7.51	7.45	7.55	7.66
37	Carolina Barbosa (X)	2004	JUN		OLÍMPICO VIANENSE	7.59	7.59	X	X	7.32
38	Joana Melo (X)	1993	SEN		C D AREIAS S. JOÃO	7.58	7.58	6.12	7.32	7.28
38	Ana Araújo (X)	2003	SUB-23		ASS PAPA LÉGUAS	7.58	X	7.58	7.57	7.46
40	Elisa Fernandes (X)	2006	JUV		LUSITÂNIA LOUROSA FC	6.92	6.84	6.92	6.20	6.48
41	Catarina Correia (X)	1996	SEN		ASS ACAD COIMBRA	6.36	6.23	6.01	5.84	6.36
42	Carla Oliveira (X)	1980	VET 40		C D R RIBEIRINHO	6.16	5.88	-	6.16	5.81
43	Oriana Serrão (X)	2003	SUB-23		S C SALGUEIROS	5.86	5.86			
44	Lúisa Monteiro (X)	1967	VET 55		U A POVOENSE	4.81	4.58	4.61	4.61	4.81

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

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Camila Gomes	2002	SUB-23		S L BENFICA	2:09.46
2	Francisca Cantante	1999	SEN		G DESP ESTREITO	2:09.76
3	Beatriz Pereira	2004	JUN		MAIA A C	2:14.43
4	Vera Lima	1989	SEN		GRECAS - VAGOS	2:14.84
5	Andreia Pingueiro	1998	SEN		JUV VIDIGALENSE	2:14.97
6	Patrícia Oliveira	1994	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	2:15.64
7	Sara Inácio	1995	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	2:16.54
8	Marta Castro	2003	SUB-23		SPORTING C P	2:17.30
9	Beatriz Fernandes	2002	SUB-23		S CLUBE DE BRAGA	2:17.88
10	Margarida Silva	2000	SEN		A C D JARDIM SERRA	2:18.60
11	Ana Catarina Carrelo	1993	SEN		U F C TOMAR	2:19.90
12	Joana Gomes	1989	SEN		OLÍMPICO VIANENSE	2:22.40
13	Rita Coelho	2000	SEN		FUNDAÇÃO SALESIANOS	2:22.92
14	Joana Ogura	1999	SEN		GRUPO REC EIRENSE	2:24.80
15	Ana Silva	1998	SEN		E ATLETISMO TROFA	2:24.87
16	Gabriela Almeida	2004	JUN		C F OLIVEIRA DOURO	2:26.27
17	Mariana Santos	2001	SUB-23		CLUBE PEDRO PESSOA	2:26.46
18	Rita Carrilho	2005	JUN		U A POVOENSE	2:26.59
19	Inês Saraiva	2002	SUB-23		J O MONTE ABRAÃO	2:27.68
20	Letícia Rodrigues (X)	2005	JUN		ACADEMIA DE VALDEVEZ	2:30.18
21	Lara Ribeiro (X)	2002	SUB-23		ASS 20KM ALMEIRIM	2:32.15
22	Celina Huizinga (X)	2006	JUV		A ACAD BELA VISTA	2:34.26
23	Catarina Vieira (X)	1998	SEN		A D C C J CLARK	2:34.51
24	Diana Martins (X)	2004	JUN		G C A DONAS	2:34.77
25	Francisca Sá (X)	2006	JUV		PENTA CLUBE COVILHÃ	2:35.21
26	Raquel Caires (X)	2003	SUB-23		ASS ACAD COIMBRA	2:37.55
27	Marta Martins (X)	2006	JUV		C D AREIAS S. JOÃO	2:39.91
28	Catarina Arieira (X)	2004	JUN		C A MAZAREFES	2:40.21
29	Mariana Cordeiro (X)	1996	SEN		C A MARINHA GRANDE	2:40.66
30	Justyna Wojcik (X)	1984	VET 35	POL	C DESP C+S LAVRA	2:41.16
31	Sara Mendes (X)	2006	JUV		VITÓRIA F C	2:41.27
32	Amélia Vitorino (X)	1994	SEN		A C R SRA DESTERRO	2:41.50
33	Maria João Araújo (X)	2000	SEN		C SPIRIDON DE GAIA	2:41.51
34	Conceição Santos (X)	1977	VET 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	2:51.09
35	Magda Vieira (X)	2006	JUV		A C D R ARNEIRENSE	2:52.19
36	Helena Ramos (X)	2005	JUN		C D R RIBEIRINHO	2:53.29
37	Leonor Fontes (X)	2007	JUV		C D C NAVAIS	2:55.49
38	Eva Moutinho (X)	1979	VET 40		ACDRS QUINHENDROS	3:15.59

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

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Reynier Mena	1996	SEN	CUB	S L BENFICA	6.68
2	Pedro Da Silva	1994	SEN		ESCOLA DO MOVIMENTO	6.96
3	Delvis Santos	1999	SEN		A C D JARDIM SERRA	6.98
4	Diogo Vaz (X)	2005	JUN		VITÓRIA S C	6.99



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
5	Tomás Dinis	2000	SEN		MAIA A C	7.01
6	Rodrigo Rito (X)	2000	SEN		G DESP ESTREITO	7.02
6	João Djibo	1994	SEN	GBS	C S S JOÃO MADEIRA	7.02
8	Ronaldinho Oliveira	1997	SEN	CPV	C I A ILHA AZUL	7.04
9	Gabriel Maia	2003	SUB-23		S CLUBE DE BRAGA	7.05
10	João Maria Santos	2005	JUN		FUNDAÇÃO SALESIANOS	7.06
11	André Franco	2004	JUN		CLUBE PEDRO PESSOA	7.08
12	Lucas Dias	1999	SEN		JUV VIDIGALENSE	7.09
13	João Guerreiro	1998	SEN		C D AREIAS S. JOÃO	7.13
14	Duarte Ferreira	2003	SUB-23		C A MAZAREFES	7.14
15	Gonçalo Mendes	1999	SEN		C F OLIVEIRA DOURO	7.16
16	Pedro Afonso (X)	2007	JUV		VITÓRIA F C	7.19
16	Miguel Tapadas	1998	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	7.19
18	Fábio Cunha	1994	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	7.20
19	Rúben Barros	1999	SEN		GRUPO REC EIRENSE	7.21
20	Tiago Rocha	2001	SUB-23		C ATLETISMO DE SEIA	7.22
21	Gabriel Gonçalves	2005	JUN		GIRA SOL	7.23
22	Francisco Sácarneiro	2003	SUB-23		AC FERNANDA RIBEIRO	7.24
23	Trystan Wees	2005	JUN	NED	SÃO PEDRO F C FARO	7.26
24	Sérgio Alves	1997	SEN		C BENFICA FARO WCLOC	7.29
25	Miguel Miranda	2000	SEN		A C R SRA DESTERRO	7.31
26	Bruno Magalhães	2002	SUB-23		C P T SOBRAL CEIRA	7.34
27	Leandro Pereira	2006	JUV		ASS ACAD COIMBRA	7.36
28	Rodrigo Almeida	2004	JUN		GRECAS - VAGOS	7.37
28	Rúben Caetano	1996	SEN		OLÍMPICO VIANENSE	7.37
28	Telmo Piado	2005	JUN		GRUPO DESP PAVIA	7.37
31	Nuno Nascimento	2002	SUB-23		S C SALGUEIROS	7.41
32	Leandro Correia (X)	2003	SUB-23		S C BEIRA-MAR	7.42
33	Elton Paulino	1998	SEN		NÚCLEO SCP ALMADA	7.48
34	Tomás Silva	2005	JUN		G C A DONAS	7.50
35	Sérgio Almeida	2004	JUN		C ATLETISMO DO PORTO	7.51
35	Eduardo Agualusa	2003	SUB-23		C ATLETISMO NAZARÉ	7.51
37	Vicente Silva (X)	2007	JUV		ASS PAPA LÉGUAS	7.52
38	André Rodrigues	2004	JUN		C A MARINHA GRANDE	7.53
39	Martim Antunes (X)	2007	JUV		N D AMADOR POMBAL	7.54
40	Guilherme Fonseca (X)	2005	JUN		PENTA CLUBE COVILHÃ	7.58
41	Tiago Mina (X)	2000	SEN		C A BAIXA BANHEIRA	7.59
42	Rodrigo Oliveira	2006	JUV		C DESP C+S LAVRA	7.61
43	André Malva	2005	JUN		LUSITÂNIA LOUROSA FC	7.64
44	Rodrigo Marques	2004	JUN		A C D ÍLHAVOS	7.66
45	Gil Jorge	2005	JUN		A ACAD BELA VISTA	7.71
46	Gaspar Araújo (X)	1981	VET 40		N A DE CUCUJÃES	7.79
47	André Amorim (X)	2005	JUN		C REC DO PENTEADO	7.84
48	Daniel Fernandes (X)	2004	JUN		U A POVOENSE	7.87
49	José Pedro Jesus (X)	2007	JUV		ACDRS QUINHENDROS	7.96
50	Guilherme Ferreira (X)	2004	JUN		G A CARANGUEJEIRA	7.98
51	Ricardo Saldanha (X)	1995	SEN		U F C TOMAR	8.08
52	Daniel Reis (X)	2003	SUB-23		CLUBE DESP DA PÓVOA	8.14
53	Jonas Santos (X)	1971	VET 50	BRA	A C VALE S MARTINHO	9.24
54	Wilson Pedro (X)	1998	SEN		SPORTING C P	13.36
FS	Jorge Afonso (X)	1993	SEN		JUVENTUDE MOZELENSE	x

**60 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	7.63
2	Catarina Lourenço	2000	SEN		S L BENFICA	7.68
3	Patrícia Rodrigues	1999	SEN		SPORTING C P	7.71
4	Patrícia Alminhas (X)	2000	SEN		C S MARÍTIMO	7.79
5	Beatriz Castelhana	2005	JUN		A C D R ARNEIRENSE	7.80

Posição	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
6	Rita Barbosa	2005	JUN		A C D JARDIM SERRA	7.81
7	Maria João Barbosa	2001	SUB-23		A C PÓVOA DE VARZIM	7.86
8	Melissa Sereno	2005	JUN		MAIA A C	7.87
9	Inês Almeida	2005	JUN		FUNDAÇÃO SALESIANOS	7.89
10	Marta Serra	2002	SUB-23		GRUPO REC EIRENSE	7.93
11	Mariana Videira	2003	SUB-23		JUV VIDIGALENSE	7.97
12	Inês Cruz	1997	SEN		G DESP ESTREITO	7.98
13	Carolina Maio	2003	SUB-23		GRECAS - VAGOS	7.99
14	Maria Leonor Silva	2005	JUN		C BENFICA FARO WCLOC	8.05
15	Matilde Gomes	2007	JUV		OLÍMPICO VIANENSE	8.10
16	Clara Martinha (X)	2006	JUV		CASA POVO ALCANENA	8.19
17	Mónica Rodrigues	2001	SUB-23		E ATLETISMO TROFA	8.21
18	Matilde Sousa	2000	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	8.22
19	Bruna Seborro	2003	SUB-23		G C A DONAS	8.23
19	Ana Mendes	1998	SEN		S CLUBE DE BRAGA	8.23
21	Juliana Hinderyckx	2007	JUV	BEL	C D AREIAS S. JOÃO	8.31
22	Matilde Lameiras	2006	JUV		C F OLIVEIRA DOURO	8.39
23	Héloise Henrard	2006	JUV	FRA	C ATLETISMO DO PORTO	8.40
24	Viviane Cunha	2003	SUB-23		ACADEMIA DE VALDEVEZ	8.41
25	Laura Moreira (X)	2007	JUV		VITÓRIA S C	8.46
26	Emily Coslop (X)	2007	JUV	BRA	ASS PAPA LÉGUAS	8.47
27	Micaela Nascimento (X)	2001	SUB-23		S C BEIRA-MAR	8.52
28	Priscila Muxagata	2000	SEN		C D R RIBEIRINHO	8.60
28	Ana Rita Pires	2005	JUN		CLUBE PEDRO PESSOA	8.60
30	Sara Silvestre (X)	2003	SUB-23		VITÓRIA F C	8.61
31	Bruna Oliveira	2003	SUB-23		ESCOLA DO MOVIMENTO	8.62
32	Inês Dolgova	2005	JUN		A ACAD BELA VISTA	8.63
33	Mariana Monteiro	2006	JUV		C SPIRIDON DE GAIA	8.66
34	Fátima Coutinho (X)	1999	SEN		C A MAZAREFES	8.86
35	Sara Silva (X)	1994	SEN		AC FERNANDA RIBEIRO	8.90
36	Filipa Maravalhas (X)	2005	JUN		C DESP C+S LAVRA	8.92
36	Maria Leonor Santos (X)	2007	JUV		ACDRS QUINHENDROS	8.92
38	Ana Madeira (X)	2003	SUB-23		U A POVOENSE	8.96
39	Maria João Santos (X)	2002	SUB-23		ASS 20KM ALMEIRIM	8.97
40	Carolina Félix (X)	2004	JUN		U F C TOMAR	8.98
41	Ana Paula Pinto (X)	1995	SEN		A D C C J CLARK	9.04
42	Carolina Casaleiro (X)	2006	JUV		ASS ACAD COIMBRA	9.22
43	Luciana Carvalho (X)	2001	SUB-23		C D C NAVAIS	9.23
44	Maria Leonor Ribas (X)	2004	JUN		PENTA CLUBE COVILHÃ	9.28
45	Diana Nascimento (X)	2003	SUB-23		GRUPO DESP DIANA	9.42
46	Nádia Morais (X)	2007	JUV		A C R SRA DESTERRO	9.84
47	Leonor Almeida (X)	2007	JUV		S C SALGUEIROS	10.25
48	Alexandra Costa (X)	1976	VET 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	10.39
FP	Diana Vatula (X)	2007	JUV		C A MARINHA GRANDE	x

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

**Série 1**

Posição	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Miguel Moreira	2000	SEN		S L BENFICA	3:49.40
2	Eduardo Pestana	2002	SUB-23		A C D JARDIM SERRA	3:50.27
3	Francisco Rodrigues	1995	SEN		S CLUBE DE BRAGA	3:50.70
4	Rodrigo Lima	2003	SUB-23		SPORTING C P	3:51.59
5	João Pais	2002	SUB-23		C ATLETISMO DE SEIA	3:52.66
6	Gonçalo Casimiro	1995	SEN		C BENFICA FARO WCLOC	3:54.44
7	David Azevedo	2000	SEN		JUV VIDIGALENSE	3:54.54
8	Miguel Mascarenhas (X)	1998	SEN		G DESP ESTREITO	3:55.83
9	Júlio Couceiro	2003	SUB-23		U F C TOMAR	3:58.77
10	Lounes Benamara	1998	SEN	ALG	C S S JOÃO MADEIRA	4:01.55
11	João Marques	2002	SUB-23		C DESP C+S LAVRA	4:02.39
12	Eduardo Beça	2004	JUN		GRECAS - VAGOS	4:02.60

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
13	Pedro Monteiro	2004	JUN		A D R ÁGUA DE PENA	4:02.62
14	Hugo Daniel Santos	1990	SEN		S C SALGUEIROS	4:02.67
15	Ruben Lopez	2004	JUN	VEN	MAIA A C	4:03.22
16	Miguel Ribeiro	1987	VET 35		OLÍMPICO VIANENSE	4:04.73
17	André Ferreira	2001	SUB-23		C P T SOBRAL CEIRA	4:04.76
18	Manuel Dos Santos	2006	JUV		GIRA SOL	4:06.06
19	Pedro Rodrigues (X)	2006	JUV		N D AMADOR POMBAL	4:08.14
20	Vinicius Gandolfi	1989	SEN	BRA	CLUBE PEDRO PESSOA	4:08.49
21	Diogo Ávila	2004	JUN		C I A ILHA AZUL	4:09.04
22	Francisco Laranjeira (X)	1998	SEN		GRUPO DESP DIANA	4:09.54
23	Marco Marques	1983	VET 35		A C R SRA DESTERRO	4:09.85
24	Guilherme Martins	2004	JUN		ASS ACAD COIMBRA	4:09.99
25	Fábio Abrantes	1990	SEN		GRUPO REC EIRENSE	4:12.23
26	José Azevedo	1988	VET 35		A C PÓVOA DE VARZIM	4:13.82
27	Abdeslam Bouasria	1990	SEN	MAR	A ACAD BELA VISTA	4:14.53
28	Dinis Silva	2007	JUV		C REC DO PENTEADO	4:17.09
29	Miguel Pires	2004	JUN		G C A DONAS	4:17.43
30	Valter Costa	1990	SEN		G A CARANGUEJEIRA	4:17.54
31	Tony Calvo	1981	VET 40		ESCOLA DO MOVIMENTO	4:18.57
32	Diogo Mota	2002	SUB-23		NÚCLEO SCP ALMADA	4:18.83
33	Guilherme Fernandes	2005	JUN		ACDRS QUINHENDROS	4:19.24
34	Virgílio Bastos (X)	1978	VET 40		C A MARINHA GRANDE	4:20.63
35	Gaspar Oliveira (X)	2005	JUN		CLUBE DESP DA PÓVOA	4:20.71
36	Nuno Felgueiras (X)	1984	VET 35		C A MAZAREFES	4:20.88
37	Alfredo Fernandes (X)	2002	SUB-23		VITÓRIA S C	4:22.65
38	Miguel Silva (X)	1970	VET 50		C D AREIAS S. JOÃO	4:22.72
39	Nelson Barbosa (X)	2003	SUB-23		C F OLIVEIRA DOURO	4:25.45
40	Simão Flor (X)	2007	JUV		C ATLETISMO DO PORTO	4:25.73
41	José Ferreira (X)	1996	SEN		FUNDAÇÃO SALESIANOS	4:34.38
42	Rui Martins (X)	1985	VET 35		GRUPO DESP PAVIA	4:44.24
43	Paulo Ferreira (X)	1985	VET 35	BRA	PENTA CLUBE COVILHÃ	4:47.77
44	Fábio Silva (X)	1991	SEN		N A DE CUCUJÃES	4:48.64
45	Micael Alves (X)	2004	JUN		A C D ÍLHAVOS	4:51.46
46	Tiago Rosa (X)	1999	SEN		C D C NAVAIS	4:51.86
47	Filipe Fontes (X)	1978	VET 40		A C VALE S MARTINHO	4:56.34
48	Eduardo Feiteira (X)	2001	SUB-23		LUSITÂNIA LOUROSA FC	4:56.39
49	António Coimbra (X)	1992	SEN		AC FERNANDA RIBEIRO	5:05.84
50	Tiago Oliveira (X)	2004	JUN		JUVENTUDE MOZELENSE	5:12.74
51	Pedro Rocha (X)	2005	JUN		C ATLETISMO NAZARÉ	5:36.53
DNF	Mateus Candeias (X)	2004	JUN		SÃO PEDRO F C FARO	x

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

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Rita Figueiredo	2003	SUB-23		SPORTING C P	4:27.34
2	Mariana Machado	2000	SEN		S CLUBE DE BRAGA	4:30.47
3	Joana Soares	1993	SEN		A C D JARDIM SERRA	4:32.46
4	Bárbara Neiva	2001	SUB-23		S L BENFICA	4:40.22
5	Lília Martins	1997	SEN		JUV VIDIGALENSE	4:41.01
6	Sara Inácio	1995	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	4:41.07
7	Rita Ribeiro	1998	SEN		CLUBE PEDRO PESSOA	4:44.73
8	Maria Avelino	2005	JUN		MAIA A C	4:52.17
9	Bárbara Magalhães	2001	SUB-23		A C PÓVOA DE VARZIM	4:53.91
10	Anita Alves	2002	SUB-23		C F OLIVEIRA DOURO	4:56.96
11	Maria José Pinto	1981	VET 40		U F C TOMAR	5:01.92
12	Alice Oliveira	2000	SEN		E ATLETISMO TROFA	5:02.93
13	Sara Ribeiro	1993	SEN		OLÍMPICO VIANENSE	5:03.88
14	Beatriz Pequeno	2006	JUV		GRECAS - VAGOS	5:03.95
15	Joana Bagagem	2002	SUB-23		C A MARINHA GRANDE	5:04.88
16	Ana Pereira	2004	JUN		A D C C J CLARK	5:06.99

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
17	Júlia Allende	2007	JUV		C D AREIAS S. JOÃO	5:09.19
18	Joana Duarte	2003	SUB-23		GRUPO REC EIRENSE	5:09.41
19	Tânia Cruz	1986	VET 35		A C R SRA DESTERRO	5:11.63
20	Filipa Diamantino	2002	SUB-23		C DESP C+S LAVRA	5:12.49
21	Solange Nunes	2006	JUV		G DESP ESTREITO	5:13.77
22	Inês Saraiva	2002	SUB-23		J O MONTE ABRAÃO	5:17.28
23	Mafalda Assis	2003	SUB-23		PENTA CLUBE COVILHÃ	5:18.12
24	Cátia Mendes (X)	2002	SUB-23		C D R RIBEIRINHO	5:21.78
25	Daniela Fornelos (X)	2003	SUB-23		ACADEMIA DE VALDEVEZ	5:23.05
26	Patrícia Pais (X)	1996	SEN		U A POVOENSE	5:32.36
27	Fátima Veiga (X)	1991	SEN		C A MAZAREFES	5:33.88
28	Elisabete Nunes (X)	1973	VET 45		S C SALGUEIROS	5:38.15
29	Catarina Sampaio (X)	2006	JUV		G C A DONAS	5:41.19
30	Carolina Miguel (X)	2007	JUV		ASS 20KM ALMEIRIM	5:54.09
31	Filipa Juliano (X)	2007	JUV		A ACAD BELA VISTA	6:00.44
32	Renata Veiros (X)	2006	JUV		N A DE CUCUJÃES	6:18.85
33	Joana Silva (X)	2001	SUB-23		C SPIRIDON DE GAIA	6:20.96
34	Marta Mendes (X)	1975	VET 45		ESCOLA DO MOVIMENTO	6:34.91
35	Maria Conceição Mota (X)	1958	VET 60		C ATLETISMO DO PORTO	8:12.41
DNF	Ana Marins (X)	1980	VET 40		ACDRS QUINHENDROS	x
DNF	Constança Chagas (X)	2003	SUB-23		ASS ACAD COIMBRA	x

### Triplo Salto | 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	SEN	STP	S L BENFICA	13.79	13.28	13.52	13.79	13.75				
2	Lucinda Gomes	1995	SEN		G DESP ESTREITO	13.33	13.17	13.33	X	X				
3	Ana Rita Silva	2000	SEN		MAIA A C	12.28	12.28	11.91	X	X				
4	Margarida Santos	2004	JUN		JUV VIDIGALENSE	12.11	9.04	11.62	11.90	12.11				
5	Mariana Novo	2000	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	11.94	11.76	X	11.94	11.76				
6	Ana Leite	2001	SUB-23		A C D JARDIM SERRA	11.74	11.57	11.74	11.29	11.42				
7	Cláudia Rodrigues	1989	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	11.33	X	10.82	X	11.33				
8	Juliana Campos	1996	SEN	BRA	J O MONTE ABRAÃO	11.30	11.17	11.17	10.90	11.30				
9	Andreia Eliseu	2001	SUB-23		GRUPO REC EIRENSE	11.21	10.84	11.21	X	X				
10	Anastácia Gula	2005	JUN		SPORTING C P	11.10	X	9.82	11.10	10.88				
11	Inês Santos	2005	JUN		C F OLIVEIRA DOURO	11.03	11.01	11.03	10.91	X				
12	Maria Esteves (X)	2001	SUB-23		C S MARÍTIMO	11.00	10.90	11.00	10.98	X				
13	Sofia Quintino	2005	JUN		A C D R ARNEIRENSE	10.94	10.94	X	-	X				
14	Palmira Martins	1998	SEN		S CLUBE DE BRAGA	10.92	10.81	10.63	X	10.92				
15	Beatriz Santos (X)	2002	SUB-23		S C BEIRA-MAR	10.87	X	X	10.87	10.06				
16	Liliana Jorge	1991	SEN		C A MARINHA GRANDE	10.75	10.75	10.73	X	X				
17	Constança Faustino	2005	JUN		FUNDAÇÃO SALESIANOS	10.68	10.39	X	10.68	X				
18	Ana Carrasqueira	1999	SEN		C BENFICA FARO WCLOC	10.65	10.65	10.41	10.37	10.56				
19	Regina Amorim	2006	JUV		ACADEMIA DE VALDEVEZ	10.60	X	10.60	10.21	10.33				
20	Carolina Seleiro	2005	JUN		CLUBE PEDRO PESSOA	10.50	10.47	10.43	10.50	X				
21	Georgete Silva	1999	SEN		C D R RIBEIRINHO	10.36	9.92	10.22	10.03	10.36				
22	Helena Safta	2005	JUN		G C A DONAS	10.35	10.07	10.15	10.34	10.35				
22	Samaritana Cabral	1996	SEN		C D AREIAS S. JOÃO	10.35	10.21	X	10.35	9.98				
24	Beatriz Marques	2002	SUB-23		U F C TOMAR	10.26	9.83	9.95	10.26	X				
25	Cláudia Teixeira	2000	SEN		C A MAZAREFES	10.22	9.90	10.22	X	X				
26	Catarina Barbosa	1996	SEN		C SPIRIDON DE GAIA	10.18	10.18	10.07	10.06	9.89				
26	Carla Silveira	2005	JUN	ANG	ASS ACAD COIMBRA	10.18	X	9.55	9.87	10.18				
28	Maria João Vieira	2003	SUB-23		GRECAS - VAGOS	10.12	X	10.12	X	X				
29	Elisabetta Salini	1979	VET 40	ITA	A ACAD BELA VISTA	10.05	9.99	10.05	X	-				
30	Marta Dias	2006	JUV		ESCOLA DO MOVIMENTO	9.99	9.58	9.89	9.99	X				
31	Rita Costa (X)	2006	JUV		ASS PAPA LÉGUAS	9.96	X	X	X	9.96				
32	Diana Rodrigues	2001	SUB-23		E ATLETISMO TROFA	9.73	X	9.32	9.65	9.73				
33	Beatriz Adão (X)	2005	JUN		C DESP C+S LAVRA	9.61	9.55	9.61	9.44	9.43				
33	Ana Eusébio (X)	2006	JUV		C D C NAVAIS	9.61	X	X	X	9.61				
35	Oleksandra Sliposhch (X)	2007	JUV		N D AMADOR POMBAL	9.57	9.57	9.38	X	9.41				

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
36	Sofia Queirós (X)	2004	JUN		OLÍMPICO VIANENSE	9.17	X		X		X		9.17	
NM	Margarida Ferreira (X)	2007	JUV		AC FERNANDA RIBEIRO	x	X		X		X		X	
NM	Marta Monteiro (X)	1990	SEN		CLUBE DESP DA PÓVOA	x	X							
NM	Leonor Fernandes (X)	2000	SEN		U A POVOENSE	x	X		X		X		X	
NM	Inês Matias (X)	2006	JUV		ASS 20KM ALMEIRIM	x	X		X		X		X	

**60m barreiras 1.06 | JUV a VET - M | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Diogo Guerra	1999	SEN		MAIA A C	8.06
2	Sisínio Ambriz	2004	JUN		S L BENFICA	8.13
3	Rafael Correia	1993	SEN		JUV VIDIGALENSE	8.34
4	Abdel Larrinaga	1994	SEN		SPORTING C P	8.43
5	Bruno Pinto	1993	SEN		C BENFICA FARO WCLOC	8.55
6	David Neves	2002	SUB-23		C P T SOBRAL CEIRA	8.61
7	João Maria Santos	2005	JUN		FUNDAÇÃO SALESIANOS	8.76
8	Pedro Vila Cova	1996	SEN		ESCOLA DO MOVIMENTO	8.77
9	Lucirio F Garrido	1988	VET 35	VEN	A C PÓVOA DE VARZIM	8.92
10	João Morado	2001	SUB-23		C ATLETISMO DE SEIA	8.98
10	Ussumani Djumo	2001	SUB-23		A ACAD BELA VISTA	8.98
12	Ulisses Tavares	1992	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	9.04
12	Afonso Dinis	2002	SUB-23		AC FERNANDA RIBEIRO	9.04
12	Manuel Sissé	2002	SUB-23		A C R SRA DESTERRO	9.04
15	Nicolas Silva	1997	SEN		C REC DO PENTEADO	9.14
16	Francisco Barreto	1996	SEN		S CLUBE DE BRAGA	9.15
17	Joaquim Moreira	1993	SEN		CLUBE DESP DA PÓVOA	9.20
18	Francisco Palmeira	2005	JUN		A C D JARDIM SERRA	9.21
19	Tiago Mina (X)	2000	SEN		C A BAIXA BANHEIRA	9.29
20	André Leite (X)	1999	SEN		C D C NAVAIS	9.35
21	Diogo Saldanha	2001	SUB-23		GRUPO REC EIRENSE	9.56
22	Pedro Lopes	1996	SEN		C I A ILHA AZUL	9.60
23	Miguel Marta	1998	SEN		GRECAS - VAGOS	9.75
24	Jorge Afonso (X)	1993	SEN		JUVENTUDE MOZELENSE	9.80
25	Dinis Costa (X)	2006	JUV		C DESP C+S LAVRA	10.06
26	Eduardo Silva (X)	2002	SUB-23		C A MAZAREFES	10.07
27	Leandro Santos (X)	1998	SEN		A C D ÍLHAVOS	10.14
28	Marco Monteiro (X)	2005	JUN		N A DE CUCUJÃES	10.34
29	João Pombal (X)	2000	SEN		C S S JOÃO MADEIRA	10.36
30	António Santos (X)	2004	JUN		G C A DONAS	10.40
31	Carlos Alves (X)	1983	VET 35	BRA	A C VALE S MARTINHO	11.37
32	Diogo Coelho (X)	2005	JUN		GRUPO DESP PAVIA	11.52
33	Nuno Fernandes (X)	2003	SUB-23		U A POVOENSE	11.88
34	Bruno Júnior (X)	2004	JUN		C ATLETISMO NAZARÉ	12.94
DQ	Francisco Lima (X)	2002	SUB-23		NÚCLEO SCP ALMADA	x
DNF	Rodrigo Ganância (X)	2003	SUB-23		CLUBE PEDRO PESSOA	x
DNF	Eusébio Oliveira (X)	1993	SEN		S C SALGUEIROS	x
DNF	Gracelino Barbosa (X)	1985	VET 35		ASS ACAD COIMBRA	x

**60m barreiras 0.84 | JUV a VET - F | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Olímpia Barbosa	1995	SEN		SPORTING C P	8.39
2	Melissa Sereno	2005	JUN		MAIA A C	8.58
3	Vera Monteiro	2002	SUB-23		C F OLIVEIRA DOURO	8.73
4	Fatumata Balde	2000	SEN		S L BENFICA	8.79
4	Catarina Karas	2000	SEN		A C D JARDIM SERRA	8.79
6	Mariana António	1998	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	8.81
7	Marta Araújo	2004	JUN		OLÍMPICO VIANENSE	8.83
8	Raquel Lourenço	1996	SEN		JUV VIDIGALENSE	8.87

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
9	Maria Santos	2002	SUB-23		A D R ÁGUA DE PENA	8.89
10	Celina Peneda	2002	SUB-23		ACADEMIA DE VALDEVEZ	9.08
11	Maria Pedro	2003	SUB-23		J O MONTE ABRAÃO	9.15
12	Carolina Ribeiro	2000	SEN		GRUPO REC EIRENSE	9.23
13	Bruna Varela (X)	1997	SEN		C S MARÍTIMO	9.27
14	Sofia Castanhas	2000	SEN		FUNDAÇÃO SALESIANOS	9.32
15	Margarida Patrício	2004	JUN		G DESP ESTREITO	9.53
16	Edmara Chete	2005	JUN	ANG	ASS 20KM ALMEIRIM	9.55
17	Ana Patrícia Moreira	2000	SEN		C SPIRIDON DE GAIA	9.58
18	Vera Castro	1992	SEN		S CLUBE DE BRAGA	9.59
19	Inês Pires	2002	SUB-23		GRECAS - VAGOS	9.61
20	Maria Miguel Andrade (X)	2003	SUB-23		VITÓRIA S C	9.91
21	Maria Leonor Silva	2005	JUN		C BENFICA FARO WCLOC	9.94
22	Lara Rego	2004	JUN		C A MAZAREFES	10.00
23	Marisa Nunes	2005	JUN		U F C TOMAR	10.05
24	Joana Almeida	2005	JUN		C ATLETISMO DO PORTO	10.09
25	Sofia Quintino	2005	JUN		A C D R ARNEIRENSE	10.23
26	Lara Geirinhas	2005	JUN		G C A DONAS	10.24
27	Sofia Santos	2003	SUB-23		E ATLETISMO TROFA	10.28
28	Sofia Martins	2005	JUN		CLUBE PEDRO PESSOA	10.43
28	Matilde Soares	2007	JUV		C A MARINHA GRANDE	10.43
30	Bruna Ruela (X)	2007	JUV		ASS PAPA LÉGUAS	10.46
31	Matilde Lobo	2004	JUN		C DESP C+S LAVRA	10.48
32	Maria Heloísa Santos	2005	JUN		C D R RIBEIRINHO	10.49
33	Daniela Alves (X)	2005	JUN		VITÓRIA F C	10.73
34	Francisca Cabral (X)	2003	SUB-23		ASS ACAD COIMBRA	11.59
35	Diana Nascimento (X)	2003	SUB-23		GRUPO DESP DIANA	12.21
36	Mariana Reis (X)	2006	JUV		PENTA CLUBE COVILHÃ	12.32
DNF	Vitoria Gonçalves (X)	2002	SUB-23	BRA	A ACAD BELA VISTA	x

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

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Francisco Belo	1991	SEN		S L BENFICA	19.84	19.43	19.63	19.47	19.84
2	Daniel Santiago	1996	SEN		SPORTING C P	16.09	15.13	16.09	X	16.05
3	Adriano Lopes	1991	SEN		S CLUBE DE BRAGA	15.13	15.13	15.03	X	14.89
4	Tomás Rodrigues	2001	SUB-23		JUV VIDIGALENSE	14.75	13.91	X	14.28	14.75
5	Filipe Vital E Silva	1983	VET 40		C S S JOÃO MADEIRA	14.42	13.00	14.00	14.42	-
6	Mykyta Sudashov	1998	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	14.01	14.01	X	13.68	13.58
7	Ricardo Varela	2000	SEN		C BENFICA FARO WCLOC	13.91	X	12.15	13.15	13.91
8	José Pinho	1995	SEN		N A DE CUCUJÃES	13.86	13.86	X	X	X
9	Rémi Lima	1992	SEN		C A MAZAREFES	13.43	13.43	12.97	13.03	12.89
10	Herédio Costa	1971	VET 50		MAIA A C	13.40	13.19	X	13.40	X
11	Nuno Serra	1974	VET 45		C P T SOBRAL CEIRA	13.24	13.02	12.94	13.24	X
12	Francisco Lemos	2002	SUB-23		A D R ÁGUA DE PENA	12.98	11.54	12.98	12.73	12.24
13	Vítor Hugo Gouveia	2000	SEN		A C D JARDIM SERRA	12.63	X	12.32	11.72	12.63
14	Bernardo Oliveira	1999	SEN		C ATLETISMO DE SEIA	12.62	12.12	11.68	12.19	12.62
15	Pedro Veloso	1977	VET 45		A ACAD BELA VISTA	12.46	12.36	11.71	12.46	11.40
16	Carlos Bornes	1994	SEN		GIRA SOL	12.20	11.66	X	11.96	12.20
17	Nuno São João	1987	VET 35		C I A ILHA AZUL	12.03	12.03	11.75	11.31	10.89
18	Leonardo Silva	2004	JUN		CLUBE PEDRO PESSOA	11.98	11.48	X	11.60	11.98
19	Carlos Oliveira	1993	SEN		C A MARINHA GRANDE	11.73	10.88	X	10.97	11.73
20	Gaspar Lopes (X)	2002	SUB-23		VITÓRIA S C	11.62	11.62	X	10.87	10.72
21	Juan Pinho	1986	VET 35		GRECAS - VAGOS	11.59	11.59	X	11.56	10.97
22	Guilherme Enes (X)	2004	JUN		ASS PAPA LÉGUAS	11.34	11.34	X	11.32	10.99
23	João Dias	1997	SEN		ASS ACAD COIMBRA	11.22	10.77	X	11.22	X
24	Francisco Pereira (X)	2003	SUB-23		G DESP ESTREITO	11.20	10.32	11.20	10.77	10.84
25	Rafael Pedra	2000	SEN		OLÍMPICO VIANENSE	11.17	10.45	10.94	X	11.17
26	Daniel Rodrigues	2001	SUB-23		GRUPO REC EIRENSE	10.96	10.72	10.96	X	X
27	Ricardo Branquinho	1998	SEN		G A CARANGUEJEIRA	10.84	9.92	10.16	10.84	X

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
28	José Alberto Silva (X)	1978	VET 40		C D C NAVAIS	10.47	10.47	10.07	X	10.46
29	Cláudio Pardal	1991	SEN		FUNDAÇÃO SALESIANOS	10.39	10.33	10.39	9.95	9.41
29	Manuel Soares	1978	VET 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	10.39	9.01	9.17	8.80	10.39
31	Tiago Maia	2003	SUB-23		C DESP C+S LAVRA	10.37	10.37	10.18	X	10.33
32	Jorge Vilar	1993	SEN		LUSITÂNIA LOUROSA FC	10.24	10.24	X	X	9.88
33	Dorin Repesciuc	2002	SUB-23		C ATLETISMO NAZARÉ	9.95	9.95	9.72	9.45	X
34	André Espinhosa	2001	SUB-23		AC FERNANDA RIBEIRO	9.62	9.62	9.34	8.91	9.50
35	Vítor Rodrigues (X)	1981	VET 40		A C R SRA DESTERRO	9.47	8.69	9.19	9.19	9.47
36	André Oliveira (X)	1991	SEN		ESCOLA DO MOVIMENTO	8.95	8.24	X	8.95	X
37	Daniel Gamas (X)	2001	SUB-23		G C A DONAS	8.59	8.59	X	X	X
38	André Assunção (X)	1977	VET 45		C F OLIVEIRA DOURO	8.58	8.09	8.48	8.58	8.17
39	Bernardo Sousa Rio (X)	2004	JUN		C ATLETISMO DO PORTO	8.55	7.63	8.49	8.21	8.55
40	António Matos (X)	2004	JUN		U F C TOMAR	7.91	7.91	7.71	7.60	7.89
41	João Santos (X)	2002	SUB-23	BRA	A C VALE S MARTINHO	7.80	7.80	7.44	7.37	7.57
42	Gabriel Ramos (X)	1980	VET 40		C D AREIAS S. JOÃO	7.77	7.77	-	-	-
43	André Silva (X)	2005	JUN		NÚCLEO SCP ALMADA	7.47	7.46	7.47	7.31	7.26
44	Martim Estanislau (X)	2004	JUN		VITÓRIA F C	7.33	7.33	6.13	6.61	6.53
45	Daniel Teixeira (X)	2000	SEN		U A POVOENSE	7.01	6.51	6.43	6.98	7.01
46	Sérgio Assis (X)	1978	VET 40		GRUPO DESP PAVIA	6.70	6.23	6.30	6.70	6.00
47	Nuno Pais E Silva (X)	1976	VET 45		C REC DO PENTEADO	6.65	6.62	6.65	6.00	5.57
48	João Rei (X)	2000	SEN		A C D ILHAVOS	5.48	5.06	4.52	5.48	5.21
49	José Pacheco (X)	1963	VET 55		S C SALGUEIROS	5.45	5.11	5.37	5.45	X

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

#### Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Hugo Rocha (X)	1997	SEN		G DESP ESTREITO	8:08.04
2	Luís Oliveira	1999	SEN		S L BENFICA	8:20.45
3	Tomás Silva	1998	SEN		SPORTING C P	8:21.87
4	Davide Silva	1995	SEN		S CLUBE DE BRAGA	8:21.89
5	Nuno Fernandes	1997	SEN		C ATLETISMO DE SEIA	8:22.51
6	Ricardo Pereira	1990	SEN		A C D JARDIM SERRA	8:24.56
7	Filipe Rosa	1984	VET 35		C A MARINHA GRANDE	8:29.85
8	Alexandre Venâncio	1998	SEN		C BENFICA FARO WCLOC	8:30.70
9	João Fernandes	1993	SEN		A ACAD BELA VISTA	8:34.54
10	Cristiano Borges	1999	SEN		C D AREIAS S. JOÃO	8:38.37
11	Gonçalo Varela	1997	SEN		JUV VIDIGALENSE	8:38.66
12	António Silva	1987	VET 35		A C R SRA DESTERRO	8:39.49
13	Ricardo Dias	1984	VET 35		OLÍMPICO VIANENSE	8:40.31
14	Luís Mendes	1990	SEN		MAIA A C	8:41.94
15	Ricardo Fonseca	1997	SEN		U F C TOMAR	8:44.41
16	Vítor Valverde	2002	SUB-23		CLUBE PEDRO PESSOA	8:46.03
17	Fernando Lemos	1983	VET 35		GRECAS - VAGOS	8:48.90
18	Nelson Oliveira	1981	VET 40		C P T SOBRAL CEIRA	8:48.99
19	João Pereira	1979	VET 40		GRUPO REC EIRENSE	8:50.43
20	Tiago Silva	2000	SEN		C ATLETISMO DO PORTO	8:53.75
21	João Carvalho	1994	SEN		S C SALGUEIROS	8:58.03
22	José Azevedo	1988	VET 35		A C PÓVOA DE VARZIM	9:04.28
23	Marcelo Salgueiro	1998	SEN		C I A ILHA AZUL	9:10.29
24	David Pedrosa	1999	SEN		GIRA SOL	9:11.75
25	Fábio Reis (X)	1993	SEN		AA LACOBRIENSE	9:14.58
26	Duarte Lima	2003	SUB-23		NÚCLEO SCP ALMADA	9:15.12
27	Youssef El Fahm	1998	SEN	MAR	C DESP C+S LAVRA	9:24.25
28	Tony Calvo	1981	VET 40		ESCOLA DO MOVIMENTO	9:24.93
29	Martim Santos (X)	2005	JUN		G C A DONAS	9:30.13
30	Bruno Abreu (X)	1990	SEN		VITÓRIA S C	9:30.25
31	Filipe Fraqueiro (X)	1994	SEN		U A POVOENSE	9:31.46
32	Ricardo Sousa (X)	1997	SEN		PENTA CLUBE COVILHÃ	9:31.58
33	Angelo Araújo (X)	1976	VET 45		N A DE CUCUJÃES	9:32.14
34	Pedro Lacerda (X)	2005	JUN		GRUPO DESP DIANA	9:34.43

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
35	Orlando Silva (X)	1982	VET 40		C A MAZAREFES	9:36.69
36	Américo Moreira (X)	1989	SEN		CLUBE DESP DA PÓVOA	9:36.72
37	Nuno Ferreira (X)	2000	SEN		G A CARANGUEJEIRA	9:37.67
38	Diogo Bandarra (X)	2007	JUV		ACDRS QUINHENDROS	9:39.73
39	André Lopes (X)	1992	SEN		GRUPO DESP PAVIA	9:40.36
40	Cristiano Pereira (X)	2002	SUB-23		C F OLIVEIRA DOURO	9:48.43
41	Bruno Branco (X)	2004	JUN		C ATLETISMO NAZARÉ	9:59.95
42	Ricardo Fernandes (X)	1986	VET 35		ASS ACAD COIMBRA	10:03.38
43	Patrício Castro (X)	1976	VET 45		A C VALE S MARTINHO	10:23.06
44	Ricardo Candeias (X)	1984	VET 35		FUNDAÇÃO SALESIANOS	10:42.09
45	Louis Pires Da Cal (X)	1996	SEN		A C D ÍLHAVOS	10:48.35
46	Vítor Hugo Candeias (X)	1983	VET 35		C REC DO PENTEADO	10:50.47
47	Nuno Costa (X)	1985	VET 35		JUVENTUDE MOZELENSE	12:58.86
DNF	Lounes Benamara (X)	1998	SEN	ALG	C S S JOÃO MADEIRA	x
DNF	Simão Trancoso (X)	2005	JUN		AC FERNANDA RIBEIRO	x
DNF	Luís Silva (X)	2001	SUB-23		LUSITÂNIA LOUROSA FC	x

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

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Dulce Félix	1982	VET 40		S L BENFICA	9:51.10
2	Catarina Carmo	1999	SEN		CLUBE PEDRO PESSOA	9:59.58
3	Sara Duarte	1999	SEN		S CLUBE DE BRAGA	10:02.36
4	Cátia Pereira	2001	SUB-23		JUV VIDIGALENSE	10:10.84
5	Joana Gomes	1989	SEN		OLÍMPICO VIANENSE	10:11.37
6	Maria Carvalho	1999	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	10:16.94
7	Patrícia Oliveira	1994	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	10:19.00
8	Filomena Costa	1985	VET 35		A C D JARDIM SERRA	10:21.79
9	Rita Coelho	2000	SEN		FUNDAÇÃO SALESIANOS	10:22.71
10	Maria João Pimentel	2006	JUV		C F OLIVEIRA DOURO	10:25.75
11	Beatriz Rios	2003	SUB-23		SPORTING C P	10:30.10
12	Inês Pinto	1992	SEN		GRECAS - VAGOS	10:32.42
13	Beatriz Rocha	2005	JUN		MAIA A C	10:37.25
14	Vera Simões (X)	2002	SUB-23		GIRA SOL	10:40.64
15	Ana Catarina Carrelo	1993	SEN		U F C TOMAR	10:40.93
16	Eva Fernandes	2000	SEN		GRUPO REC EIRENSE	10:46.57
17	Sabina Neca	1976	VET 45		A C R SRA DESTERRO	10:53.23
18	Mafalda Oliveira	1992	SEN		C DESP C+S LAVRA	11:01.53
19	Ana Marta Pinto (X)	1991	SEN		S C BEIRA-MAR	11:07.50
20	Daniela Gregório	1994	SEN		E ATLETISMO TROFA	11:09.59
21	Paula Costa	1979	VET 40		ACADEMIA DE VALDEVEZ	11:23.39
22	Inês Correia	2001	SUB-23		U A POVOENSE	11:29.59
23	Mónica Ferreira (X)	1977	VET 45		S C SALGUEIROS	11:30.38
24	Lara Santos (X)	2006	JUV		GRUPO DESP DIANA	11:31.14
25	Ana Oliveira (X)	2001	SUB-23		PENTA CLUBE COVILHÃ	11:41.59
26	Carolina Monteiro (X)	2003	SUB-23		J O MONTE ABRAÃO	11:42.58
27	Ana Luísa Silva (X)	2007	JUV		ACDRS QUINHENDROS	11:49.60
28	Carla Mendes (X)	1971	VET 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	11:52.43
29	Rosa Trancoso (X)	1968	VET 55		AC FERNANDA RIBEIRO	11:53.92
30	Joana Barros (X)	1991	SEN		C A MAZAREFES	11:59.40
31	Helena Rodrigues (X)	2005	JUN		A D C C J CLARK	12:00.40
32	Maria Lavos (X)	2004	JUN		C REC DO PENTEADO	12:24.40
33	Leonor Medronheira (X)	2005	JUN		C D R RIBEIRINHO	12:39.15
34	Sandra Campos (X)	1977	VET 45		C SPIRIDON DE GAIA	12:53.62
35	Roxane Van Hauwaert (X)	1993	SEN		C BENFICA FARO WCLOC	14:40.73
DNF	Diana Pereira (X)	1998	SEN		CLUBE DESP DA PÓVOA	x
DNF	Catarina Ferreira (X)	2004	JUN		C A MARINHA GRANDE	x
DNF	Matilde Pereira (X)	2002	SUB-23		G C A DONAS	x



## Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	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	1.79
1	Anabela Neto	1991	SEN		SPORTING CP	1.75	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	-	-	0	-	0	-	XXX
2	Ana Leite	2001	SUB-23		A C D JARDIM SERRA	1.65	-	-	-	-	-	0	0	0	XO	XXO	XO	XXX						
3	Carolina Ribeiro	2000	SEN		GRUPO REC EIRENSE	1.61	-	-	-	0	0	XO	0	XO	XXO	XXX								
4	Rita Brochado	2006	JUV		OLÍMPICO VIANENSE	1.58	-	-	-	-	0	XO	XO	XXO	XXX									
4	Cláudia Rodrigues	1989	SEN		A D R ÁGUA DE PENÁ	1.58	-	-	-	-	-	0	XO	XXO	XXX									
6	Lara Geirinhas	2005	JUN		G C A DONAS	1.55	-	-	0	0	0	0	0	XX-	-	-								
6	Milena Lucena	2002	SUB-23		G DESP ESTREITO	1.55	-	-	-	-	XO	0	XXO	XXX										
6	Gabriela Gorencó	2005	JUN		S L BENFICA	1.55	-	-	-	-	-	0	0	XXX										
6	Rafaela Santos	2005	JUN		A C PÓVOA DE VARZIM	1.55	-	-	-	0	0	0	XO	XXX										
10	Edmara Chete	2005	JUN	ANG	ASS 20KM ALMEIRIM	1.52	-	0	XO	0	0	XO	XXX											
10	Luana Figueira	2005	JUN		JUV VIDIGALENSE	1.52	-	-	-	-	0	XO	XXX											
10	Catarina Gomes	2003	SUB-23		J O MONTE ABRAÃO	1.52	-	0	0	0	0	XO	XXX											
10	Inês Pires	2002	SUB-23		GRECAS - VAGOS	1.52	-	0	0	0	XO	XXO	XXX											
10	Rita Carrilho	2005	JUN		U A POVOENSE	1.52	-	0	0	0	XO	XO	XXX											
15	Carolina Frada	2007	JUV		C F OLIVEIRA DOURO	1.48	-	0	0	XO	XO	XXX												
15	Axelle Van Hauwaert	1995	SEN	BEL	C BENFICA FARO WCLOC	1.48	-	XO	0	XO	XO	XXX												
15	Francisca Ferreira	2007	JUV		AC FERNANDA RIBEIRO	1.48	-	0	XO	XO	XXO	XXX												
15	Mariana Araújo	2005	JUN		FUNDAÇÃO SALESIANOS	1.48	-	-	0	-	0	-												
19	Eva Machado (X)	2006	JUV		N A DE CUCUJÁES	1.44	0	XXO	XXO	XXO	XXX													
19	Samaritana Cabral	1996	SEN		C D AREIAS S. JOÃO	1.44	-	0	0	0	XXX													
21	Sofia Carneiro	1998	SEN		MAIA A C	1.40	XO	XO	0	XXX														
21	Vitoria Gonçalves (X)	2002	SUB-23	BRA	A ACAD BELA VISTA	1.40	-	0	XO	XXX														
21	Lansiiia Dmytriieva	2004	JUN	UKR	ESCOLA DO MOVIMENTO	1.40	-	0	XO	XXX														
21	Leonor Barros (X)	2006	JUV		ASS PAPA LÉGUAS	1.40	-	0	0	XXX														
21	Regina Amorim	2006	JUV		ACADEMIA DE VALDEVEZ	1.40	-	0	0	XXX														
21	Beatriz Pardal (X)	2004	JUN		GRUPO DESP DIANA	1.40	-	0	XXO	XXX														
21	Mariana Bento	1998	SEN		C A MARINHA GRANDE	1.40	-	0	0	XXX														
21	Kseniia Yatsenko	1979	VET 40	UKR	S CLUBE DE BRAGA	1.40	-	0	0	XXX														
21	Sofia Martins	2005	JUN		CLUBE PEDRO PESSOA	1.40	-	-	0	XXX														
30	Mariana Morim (X)	2007	JUV		C D C NAVAIS	1.35	XO	XXO	XXX															
30	Maria Heloísa Santos (X)	2005	JUN		C D R RIBEIRINHO	1.35	-	0	XXX															
32	Maria João Araújo (X)	2005	JUN		E ATLETISMO TROFA	1.30	0	XXX																
NM	Carolina Escada (X)	2000	SEN		A C R SRA DESTERRO	SM	XXX																	

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	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	1.79
NM	Carina Pinto (X)	1981	VET 40		C DESP C+S LAVRA	SM	XXX																	
NM	Rita Almeida (X)	2006	JUV		C ATLETISMO DO PORTO	SM	X																	

**5.000m Marcha | JUV a VET - M | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Rui Coelho	1994	SEN		S L BENFICA	21:11.80
2	Manuel Marques	1978	VET 40		A C D JARDIM SERRA	22:24.01
3	Amaro Teixeira	1989	SEN		C BENFICA FARO WCLOC	22:59.71
4	Guilherme Rodrigues	2004	JUN		SPORTING C P	23:02.29
5	Tiago Sucena	2004	JUN		C A MARINHA GRANDE	23:03.17
6	Eduardo Camarate	2006	JUV		JUV VIDIGALENSE	23:09.67
7	João Pedro Vieira	1999	SEN		C P T SOBRAL CEIRA	23:10.05
8	Sérgio Vieira	1976	VET 45		GRUPO REC EIRENSE	23:13.37
9	Leandro Silva	2007	JUV		MAIA A C	23:50.45 (<-)
10	Ricardo Santos	1975	VET 45		NÚCLEO SCP ALMADA	24:12.00
11	Bruno Coelho	2006	JUV		C ATLETISMO DE SEIA	24:24.81
12	Pedro Martins	1968	VET 55		A C R SRA DESTERRO	24:43.39
13	João Sustelo	1998	SEN		C D AREIAS S. JOÃO	24:48.38 (<)
14	Jaime Santos	1972	VET 50		GRECAS - VAGOS	24:55.10
15	Luís Silva	1970	VET 50		ASS ACAD COIMBRA	24:59.16
16	Flávio Ramalho	1984	VET 35		C REC DO PENTEADO	25:08.96
17	Paulo Cunha	1969	VET 50		C S S JOÃO MADEIRA	25:15.06
18	André Miranda	1992	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	26:37.82
19	Rúben Santos	2000	SEN		S CLUBE DE BRAGA	27:59.07 (<)
20	Alexandre Monteiro	1966	VET 55		U A POVOENSE	28:04.71
21	João Pinel (X)	2001	SUB-23		C A BAIXA BANHEIRA	28:49.72
22	Afonso Roll	1992	SEN		ESCOLA DO MOVIMENTO	28:52.47 (<)
23	José Silva	1985	VET 35		N A DE CUCUJÃES	28:56.46
24	Paulo Rigor (X)	1987	VET 35		C A MAZAREFES	29:36.42 (<<< TR 54.7.3)
25	João Rodrigues (X)	2004	JUN		A ACAD BELA VISTA	37:38.96 (<<<)
DNF	João Paulo Ramalho (X)	2002	SUB-23		A C D ÍLHAVOS	x (<)
DNF	Daniel Antunes (X)	1973	VET 45		ACDRS QUINHENDROS	x

**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	4.70
1	Carlos Pitra	2000	SEN		SPORTING C P	5.00	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	-
2	Pedro Buaró	2001	SUB-23		S L BENFICA	4.80	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
2	Rubem Miranda	1993	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	4.80	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
4	Rui Marques	1998	SEN		S CLUBE DE BRAGA	4.70	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	-	0	-	0	0	0
5	Diogo Menezes	2002	SUB-23		JUV VIDIGALENSE	4.60	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	-	0	0	0	-	XXO	XXX	
5	João Araújo	2001	SUB-23		MAIA A C	4.60	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	XO	-	0	-	XXO	0	XXX	
7	Celso Almeida	1993	SEN		GRECAS - VAGOS	4.50	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	-	0	0	XO	XO	XXX		
8	Afonso Dinis	2002	SUB-23		AC FERNANDA RIBEIRO	4.30	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	-	0	-	XXO	XXX				
9	Guilherme Almeida	2002	SUB-23		A C D JARDIM SERRA	4.18	-	-	-	-	-	-	-	0	-	0	0	0	XO	XXX					
9	Pedro Fernandes	2002	SUB-23		C A MARINHA GRANDE	4.18	-	-	-	-	-	-	-	-	-	XXO	-	-	0	-	XXX				
11	André Silva	1991	SEN		C BENFICA FARO WCLOC	4.06	-	-	-	-	-	-	-	0	-	0	XO	0	XXX						

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
12	Gonçalo Lopes	1988	VET 35		C ATLETISMO DE SEIA	3.94	-	-	-	-	-	O	-	O	-	O	O	O	XXX						
12	Tomás Filipe	2003	SUB-23		A C R SRA DESTERRO	3.94	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	O	XXO	XXX						
14	Gilberto Carvalho (X)	1993	SEN		G DESP ESTREITO	3.82	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	XXO	-	XXX						
15	Nuno Cidade Do Carmo	2002	SUB-23		CLUBE PEDRO PESSOA	3.55	-	-	-	O	O	XO	O	O	O	O	XXX								
15	Samuel Leal	1992	SEN		N A DE CUCUJÁES	3.55	-	-	-	O	-	-	O	XO	O	XXX									
15	Diogo Martins	2002	SUB-23		C D AREIAS S. JOÃO	3.55	-	-	-	-	-	-	-	XO	XO	XXX									
15	Rafael Lopes	1988	VET 35		C I A ILHA AZUL	3.55	-	-	-	-	-	XO	O	XXO	XXO	XXX									
19	Tiago Azevedo	2004	JUN		C DESP C+S LAVRA	3.40	-	-	-	-	O	-	XO	O	XXX										
20	Leandro Santos	1998	SEN		A C D ÍLHAVOS	3.25	-	-	-	-	O	-	O	-	XXX										
20	Guilherme Tavares	2005	JUN		G C A DONAS	3.25	-	O	O	O	O	O	O	XXX											
20	João Maioto	1999	SEN		ESCOLA DO MOVIMENTO	3.25	-	-	-	O	-	-	O	-	XXX										
20	Gabriel Menezes	2006	JUV		OLÍMPICO VIANENSE	3.25	-	-	-	O	O	O	XO	XXX											
24	Jorge Parrulas (X)	1969	VET 50		VITÓRIA F C	2.95	-	XO	O	O	O	XXX													
24	Carlos Eusébio (X)	1972	VET 50		C D C NAVAIS	2.95	-	-	-	O	XO	XXX													
24	Bruno Marques	1998	SEN		A ACAD BELA VISTA	2.95	-	O	-	O	O	XXX													
24	Helder Coutinho	1990	SEN		C A MAZAREFES	2.95	-	-	XO	O	O	XXX													
28	Marcos Lara	2007	JUV	ESP	FUNDAÇÃO SALESIANOS	2.80	O	O	O	XO	XXX														
28	Thiago Vieira	2007	JUV	BRA	GRUPO DESP PAVIA	2.80	-	XXO	XO	O	XXX														
28	Leonardo Sola	2003	SUB-23		SÃO PEDRO F C FARO	2.80	-	O	O	XXO	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
31	Samuel Sousa (X)	2003	SUB-23		GRUPO REC EIRENSE	2.65	-	-	XXO	XXX															
NM	Miguel Ferreira (X)	1996	SEN		CLUBE DESP DA PÓVOA	SM	-	-	-	XXX															
NM	Eduardo Valério (X)	1996	SEN		GIRA SOL	SM	-	-	-	XX-															
NM	Ícaro Miranda (X)	1994	SEN		C S S JOÃO MADEIRA	SM	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	XXX

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

#### Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Inês Mendes	2003	SUB-23		S L BENFICA	13:27.47
2	Bruna Marques	2002	SUB-23		JUV VIDIGALENSE	13:33.80
3	Carolina Costa	1998	SEN		SPORTING C P	13:53.63
4	Margarida Sá	2002	SUB-23		GRUPO REC EIRENSE	14:05.73
5	Gabriela Santos	2006	JUV		A C R SRA DESTERRO	14:09.66
6	Mara Ribeiro	1995	SEN		C BENFICA FARO WCLOC	14:20.25
7	Andreia Sousa	1998	SEN		GRECAS - VAGOS	14:26.29
8	Raquel Pimentel	2001	SUB-23		MAIA A C	14:34.96
9	Ana Monteiro	1998	SEN		G DESP ESTREITO	14:42.45
10	Sandra Silva	1975	VET 45		A C PÓVOA DE VARZIM	15:00.06
11	Samanta Zueva	2005	JUN		S CLUBE DE BRAGA	15:16.97
12	Beatriz Gonçalves	2004	JUN		C DESP C+S LAVRA	15:32.55
13	Carina Ferreira	2004	JUN		A D C C J CLARK	15:39.78 (~~)
14	Juliana Galvão	2001	SUB-23		ACADEMIA DE VALDEVEZ	15:47.74
15	Isabel Luís	2007	JUV		CLUBE PEDRO PESSOA	16:06.71

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
16	Andreia Freitas	1983	VET 35		A C D JARDIM SERRA	16:10.07
17	Marisa Pereira	1980	VET 40		CLUBE DESP DA PÓVOA	16:15.63
18	Júlia Sousa	1969	VET 50		E ATLETISMO TROFA	16:40.07
19	Marta Freitas	2003	SUB-23		C F OLIVEIRA DOURO	16:52.89
20	Inês Belbute	2005	JUN		A C D R ARNEIRENSE	16:53.11
21	Mariana Patrão	1992	SEN		C A MAZAREFES	17:09.74
22	Rita Silva	2005	JUN		U F C TOMAR	17:17.95
23	Catarina Costa	2002	SUB-23		J O MONTE ABRAÃO	17:20.95 (<)
24	Veronica Zueva	2007	JUV		C SPIRIDON DE GAIA	17:28.14
25	Ana Ludovino (X)	2002	SUB-23		GRUPO DESP DIANA	18:22.75
26	Margarida Vitorino	1992	SEN		FUNDAÇÃO SALESIANOS	18:53.70
27	Ana Macedo (X)	1972	VET 50		U A POVOENSE	19:00.05
28	Lara Duarte (X)	2006	JUV		PENTA CLUBE COVILHÃ	22:30.31
29	Cecília Sá (X)	1964	VET 55		C ATLETISMO DO PORTO	23:46.03 (<< TR 54.7.3)
DNF	Branca Fernandes (X)	2007	JUV		ACDRS QUINHENDROS	x

### Triplo Salto | JUV a VET - M | Dia 1

#### Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Oleks Lyashchenko	1997	SEN		A C D JARDIM SERRA	14.90	14.90		X	14.76		X		
2	Pedro Pinheiro	1998	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	14.70	14.70		14.68	14.67		X		
3	Marcos Caldeira	1988	VET 35		MAIA A C	14.49	14.49		14.30	14.46		12.9		
4	Tiago Pereira	2005	JUN		S L BENFICA	14.48	14.43		14.48	14.39		14.4		
5	Bruno Pinto	1993	SEN		C BENFICA FARO WCLOC	14.38	14.38		12.94	X		X		
6	Miguel Paim Marques	1995	SEN		JUV VIDIGALENSE	14.37	14.12		14.37	14.32		14.2		
7	Nuno Sénica	2000	SEN		C ATLETISMO DE SEIA	14.36	14.18		X	14.26		14.3		
8	Pedro Pires	2003	SUB-23		GRECAS - VAGOS	14.33	13.52		14.33	X		X		
9	Rineldo Sami	2000	SEN	GBS	SPORTING C P	14.20	14.20		X	X		X		
9	Marcos Chuva	1989	SEN		FUNDAÇÃO SALESIANOS	14.20	X		14.13	14.15		14.2		
11	Orest Bulak	1984	VET 35	UKR	C D AREIAS S. JOÃO	13.91	13.74		13.91	13.87		13.8		
12	Fabio Pires	1998	SEN		C I A ILHA AZUL	13.64	X		13.21	X		13.6		
13	Sérgio F Silva	1985	VET 35		A C R SRA DESTERRO	13.43	13.38		13.19	13.43		13.3		
14	Rodrigo Agostinho	2001	SUB-23		C A MARINHA GRANDE	13.35	13.26		X	13.35		12.9		
15	José Pedro Neves	2002	SUB-23		GRUPO REC EIRENSE	13.18	X		13.05	13.18		13.1		
16	Ulisses Tavares	1992	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	13.03	13.03		12.67	12.71		12.7		
17	Nicolas Silva	1997	SEN		C REC DO PENTEADO	13.00	13.00		-	X		12.6		
18	Ussumani Djumo	2001	SUB-23		A ACAD BELA VISTA	12.96	12.59		12.96	12.63		12.4		
19	Diogo Da Luísa	1994	SEN		C P T SOBRAL CEIRA	12.92	12.78		12.51	12.92		12.7		
20	Gabriel Castilho	2007	JUV		G C A DONAS	12.91	12.91		12.44	12.29		11.9		
21	Luís Viegas	2001	SUB-23		AC FERNANDA RIBEIRO	12.76	X		11.67	X		12.7		
22	Luís M F Machado	1997	SEN		S CLUBE DE BRAGA	12.68	12.45		X	12.44		12.6		
22	Eduardo Silva	2002	SUB-23		C A MAZAREFES	12.68	12.66		12.68	X		12.5		
24	Lenine Cunha	1982	VET 40		C F OLIVEIRA DOURO	12.53	12.37		12.53	12.49		12.2		
25	Abel Fernandes	2001	SUB-23		N A DE CUCUJÃES	12.47	12.39		12.47	-		-		
26	Duarte Pinto (X)	2006	JUV		ASS PAPA LÉGUAS	12.41	11.79		11.90	X		12.4		
27	Diogo Bastos	2004	JUN		A C D ÍLHAVOS	12.26	12.26		11.92	11.99		12.0		
28	Diogo Parreira	2003	SUB-23		CLUBE PEDRO PESSOA	12.25	12.25		X	12.09		11.9		
29	Gonçalo Cunha	2003	SUB-23		S C SALGUEIROS	12.23	X		12.02	12.23		-		
30	Tiago Azevedo	2004	JUN		C DESP C+S LAVRA	12.18	11.84		12.10	11.68		12.1		
31	Gonçalo Pereira	2005	JUN		OLÍMPICO VIANENSE	12.04	X		X	X		12.0		
32	Pedro Costa	1992	SEN		C S S JOÃO MADEIRA	12.02	12.02		X	X		11.7		
33	Pedro Santos (X)	2005	JUN		SÃO PEDRO F C FARO	11.87	11.77		11.87	X		11.8		
34	Filipe Silva (X)	1999	SEN		LUSITÂNIA LOUROSA FC	11.82	X		X	11.82		X		
35	Manuel Soares (X)	1978	VET 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	11.61	X		11.56	11.61		X		
36	Telmo Piado (X)	2005	JUN		GRUPO DESP PAVIA	11.53	X		X	X		11.5		
37	André Rodrigues (X)	2001	SUB-23		C ATLETISMO DO PORTO	11.52	11.52		X	X		X		
38	Diogo Fachada (X)	2006	JUV		ASS ACAD COIMBRA	11.40	X		X	11.40		X		
NM	Miguel Hora (X)	2003	SUB-23		ESCOLA DO MOVIMENTO	x	X		X	-		-		
NM	Miguel Rosalino (X)	2005	JUN		C ATLETISMO NAZARÉ	x	X		X	X		X		

## Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca				
1	S L BENFICA		ND		S L BENFICA	3:18.61	Alexander Russo-1438-SEN	Diogo Barrigana-1477-SUB-23	Mikael Jesus-1523-SEN	Ericsson Tavares-1519-SUB-23
2	SPORTING C P		ND		SPORTING C P	3:21.72	José Tavares-1391-SEN	Diogo Mestre-1358-SEN	Omar Elkhatib-1347-SUB-23	Duarte Fernandes-1388-SUB-23
3	MAIA A C		ND		MAIA A C	3:25.73	Ricardo Reis-1197-SEN	Hugo J Silva-1214-SEN	Bruno Silva-1190-SEN	Miguel Regalo-1218-JUN
4	JUV VIDIGALENSE		ND		JUV VIDIGALENSE	3:26.17	Paulo Soares-1124-SEN	Alexandre Babych-1135-JUN	Simão Pereira-1115-SEN	João Pinto-1104-SEN
5	S CLUBE DE BRAGA		ND		S CLUBE DE BRAGA	3:26.43	David Martins-1322-JUV	Luís Gonçalves-1314-SEN	David Gonçalves-1326-SUB-23	João P Ferreira-1306-SEN
6	C BENFICA FARO WCLOC		ND		C BENFICA FARO WCLOC	3:27.29	Sérgio Alves-530-SEN	Adíven Lopes-512-SEN	João Pedro Pinto-539-SUB-23	André Sá-521-SEN
7	GRECAS - VAGOS		ND		GRECAS - VAGOS	3:27.90	Rodrigo Almeida-1020-JUN	Pedro Sario-1028-SUB-23	Manuel Silva-1033-JUN	Filipe Rosa-1018-SEN
8	A C D JARDIM SERRA		ND		A C D JARDIM SERRA	3:29.12	Francisco Palmeira-306-JUN	Xavier Outeiro-299-SUB-23	Pedro Chaves-304-JUN	Bernardo Pereira-298-SEN
9	C P T SOBRAL CEIRA		ND		C P T SOBRAL CEIRA	3:30.35	Rúben Bari-729-SUB-23	Miguel Antunes-741-JUN	Afonso Oliveira-739-JUN	António Cunha-731-SEN
10	C ATLETISMO DE SEIA		ND		C ATLETISMO DE SEIA	3:30.71	David Sénica-466-SEN	António Rodrigues-457-VET	Guilherme Faías-474-SUB-23	Tiago Rocha-470-SUB-23
11	A C R SRA DESTERRO		ND		A C R SRA DESTERRO	3:32.10	Manuel Sissé-205-SUB-23	Ângelo Marques-202-SEN	Diogo Fernandes-209-SEN	João Empadinhas-212-SUB-23
12	C A MAZAREFES (X)		ND		C A MAZAREFES	3:32.27	Sérgio Carmo-334-SEN	Carlos Monteiro-321-SEN	Duarte Ferreira-347-SUB-23	Alex Quaresma-320-JUN
13	GRUPO REC EIRENSE		ND		GRUPO REC EIRENSE	3:34.22	Rafael Anunciação-960-SUB-23	Mário Almeida-969-SUB-23	Rúben Barros-957-SEN	Ivo Barros-956-SEN
14	A D R ÁGUA DE PENA		ND		A D R ÁGUA DE PENA	3:35.59	Rafael Jorge-250-SEN	Carlos Prino-245-SEN	Tomás Rosário-248-JUN	Tiago Martins-249-SEN
15	CLUBE PEDRO PESSOA		ND		CLUBE PEDRO PESSOA	3:35.69	Tiago Camacho-701-SUB-23	Rodrigo Ganância-721-SUB-23	Rafael Gonçalves-722-JUN	André Franco-716-JUN
16	AC FERNANDA RIBEIRO		ND		AC FERNANDA RIBEIRO	3:37.86	Afonso Dinis-153-SUB-23	Manuel Ferreira-151-JUV	Jeisson Peña-144-JUV	Gabriel Morim-146-SUB-23
17	C S S JOÃO MADEIRA (X)		ND		C S S JOÃO MADEIRA	3:38.18	Miguel Figueira-563-SEN	Thiago Dias-553-SEN	João Djibo-554-SEN	Miguel Roque-562-SEN
18	A C PÓVOA DE VARZIM		ND		A C PÓVOA DE VARZIM	3:38.39	Fábio Cunha-167-SEN	Carlos Carvalho-183-SUB-23	Gonçalo Veloso-182-SUB-23	Pedro Silva-170-SEN
19	OLÍMPICO VIANENSE		ND		OLÍMPICO VIANENSE	3:38.56	Daniel Silva-416-SUB-23	Joymliten David-398-SUB-23	Rúben Caetano-407-SEN	Ricardo Pedra-418-SUB-23
20	U F C TOMAR		ND		U F C TOMAR	3:38.57	Duarte Aperta-1575-JUN	Ricardo Saldanha-1560-SEN	Pedro Saldanha-1563-SEN	Vasco Rosa-1561-SEN
21	C F OLIVEIRA DOURO		ND		C F OLIVEIRA DOURO	3:39.58	João Macedra-657-JUV	André Assunção-640-VET	André Assunção-654-JUV	Sandro Baessa-666-SEN
22	S C SALGUEIROS		ND		S C SALGUEIROS	3:39.60	Gonçalo Cunha-1411-SUB-23	Bernardo Rocha-1416-SEN	Eusébio Oliveira-1408-SEN	Nuno Nascimento-1414-SUB-23
23	SÃO PEDRO F C FARO		ND		SÃO PEDRO F C FARO	3:39.89	José Pedro Roxo-1530-JUN	Leonardo Sola-1533-SUB-23	Trystan Wees-1525-JUN	Tiago Santos-1531-JUN
24	C DESP C+S LAVRA		ND		C DESP C+S LAVRA	3:40.24	Nuno Coelho-1145-SEN	Afonso Conceição-1166-JUV	Youssef El Fahm-1140-SEN	João Marques-1157-SUB-23
25	CLUBE DESP DA PÓVOA		ND		CLUBE DESP DA PÓVOA	3:40.64	Miguel Costa-616-JUN	Dinis Noronha-620-JUN	Gaspar Oliveira-617-JUN	João Pedro Martins-625-JUN
26	C I A ILHA AZUL		ND		C I A ILHA AZUL	3:41.20	Sérgio Silva-673-SEN	Marcelo Salgueiro-675-SEN	Tiago Martins-674-SEN	Bruno Ávila-678-SUB-23

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca				
27	GIRA SOL		ND		GIRA SOL	3:41.30	Gabriel Gonçalves-1051-JUN	André Ferreira-1043-JUN	Gabriel Simões-1048-JUV	Emanuel Silva-1053-JUN
28	A ACAD BELA VISTA		ND		A ACAD BELA VISTA	3:42.25	Marco Nobre-48-JUN	Abdeslam Bouasria-24-SEN	Admilton Borges-49-SEN	Vasco Tita-38-SUB-23
29	NÚCLEO SCP ALMADA		ND		NÚCLEO SCP ALMADA	3:42.49	Francisco Lima-1425-SUB-23	Diogo Mota-1428-SUB-23	Rafael Felisberto-1426-JUV	Rúben Barros-1432-JUV
30	C A MARINHA GRANDE		ND		C A MARINHA GRANDE	3:43.09	Miguel Marques-376-JUN	Pedro Chá-Chá-364-SEN	Virgílio Bastos-359-VET	André Rodrigues-375-JUN
31	N A DE CUCUJÃES		ND		N A DE CUCUJÃES	3:45.75	David Magalhães-1235-VET	Cláudio Resende-1236-VET	Angelo Araújo-1229-VET	Abel Fernandes-1246-SUB-23
32	ESCOLA DO MOVIMENTO (X)		ND		ESCOLA DO MOVIMENTO	3:48.04	João Mota-833-SEN	Ernesto Pinto-824-VET	Eugenio Costa-821-VET	Ruben Silva-819-SUB-23
33	ASS ACAD COIMBRA (X)		ND		ASS ACAD COIMBRA	3:48.66	Eugénio Mendes-68-SUB-23	Gracelino Barbosa-89-VET	João Santos-77-JUN	Alexandre Flório-57-VET
34	FUNDAÇÃO SALESIANOS (X)		ND		FUNDAÇÃO SALESIANOS	3:49.68	David Silva-276-SEN	Henrique Páscoa-264-SEN	Filipe Carvalho-268-SEN	Igor Oliveira-285-SUB-23
35	LUSITÂNIA LOUROSA FC (X)		ND		LUSITÂNIA LOUROSA FC	3:50.52	André Malva-1184-JUN	Pedro Nadais-1176-SUB-23	Gustavo Pinho-1186-JUV	Alexandre Silva-1180-JUN
36	U A POVOENSE (X)		ND		U A POVOENSE	3:51.31	Daniel Fernandes-1553-JUN	André Monteiro-1542-SUB-23	Filipe Fraqueiro-1538-SEN	Daniel Marinho-1546-S
37	G C A DONAS (X)		ND		G C A DONAS	3:52.57	Tomás Melo-863-JUV	Tiago Queiroz-873-JUV	Guilherme Gonçalves-870-JUN	Guilherme Tavares-876-JUN
38	C ATLETISMO DO PORTO (X)		ND		C ATLETISMO DO PORTO	3:52.92	Sérgio Almeida-453-JUN	Nuno Lage-443-JUV	Martim Faria-439-JUV	David Silva-438-JUN
39	GRUPO DESP PAVIA (X)		ND		GRUPO DESP PAVIA	3:54.04	Telmo Piado-937-JUN	Afonso Marques-938-JUV	Rui Martins-931-VET	Guilherme Miguens-936-JUN
40	PENTA CLUBE COVILHÃ (X)		ND		PENTA CLUBE COVILHÃ	3:54.63	Guilherme Fonseca-1276-JUN	David Silva-1262-SUB-23	Paulo Ferreira-1257-VET	Ricardo Sousa-1266-SEN
41	C ATLETISMO NAZARÉ (X)		ND		C ATLETISMO NAZARÉ	3:56.46	Pedro Mendes-385-VET	Martim Ribeiro-396-JUV	Dorin Repesciuc-390-SUB-23	Hélio Pedroso-388-SUB-23
42	C REC DO PENTEADO (X)		ND		C REC DO PENTEADO	3:58.01	André Amorim-765-JUN	Nicolas Silva-759-SEN	Eduardo Gonçalves-757-JUN	Nuno Pais E Silva-753-VET
43	A C D ÍLHAVOS (X)		ND		A C D ÍLHAVOS	4:00.89	Micael Santos-110-JUV	Rafael Verdade-105-JUN	André Santos-104-SUB-23	Rodrigo Marques-107-JUN

#### 4x400 metros | JUV a VET - F | Dia 1

#### Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca				
1	S L BENFICA		ND		S L BENFICA	3:57.52	Catarina Lourenço-1467-SEN	Luana Soares-1496-JUN	Leonor Ferreira-1506-JUN	Gorete Semedo-1436-SEN
2	SPORTING C P		ND		SPORTING C P	3:57.61	Maria Poppe-1370-JUV	Vera Barbosa-1367-SEN	Cátia Azevedo-1359-SEN	Juliana Guerreiro-1364-SUB-23
3	JUV VIDIGALENSE		ND		JUV VIDIGALENSE	3:59.61	Joana Gameiro-1127-JUN	Mariana Vidinha-1117-JUN	Vera Goucha-1134-JUN	Sofia Duarte-1091-SUB-23
4	GRECAS - VAGOS		ND		GRECAS - VAGOS	4:03.01	Joana Silva-1007-SEN	Vera Lima-999-SEN	Carolina Sarabando-1017-SEN	Océane Conceição-1010-SEN
5	G DESP ESTREITO		ND		G DESP ESTREITO	4:03.94	Cristina Ferreira-919-SUB-23	Filipa Ferreira-923-JUN	Francisca Cantante-922-SEN	Inês Cruz-900-SEN
6	GRUPO REC EIRENSE		ND		GRUPO REC EIRENSE	4:06.16	Andreia Eliseu-959-SUB-23	Joana Ogura-984-SEN	Daniela Cruz-954-SEN	Joana Barreto Santos-968-JUN
7	S CLUBE DE BRAGA		ND		S CLUBE DE BRAGA	4:07.88	Beatriz Ribeiro-1325-JUV	Francisca Silva-1317-SEN	Mara Rodrigues-1302-JUN	Vera Castro-1295-SEN
8	A C PÓVOA DE VARZIM		ND		A C PÓVOA DE VARZIM	4:08.15	Filipa Craveiro-179-JUV	Filipa Martins-163-SEN	Maria Rodrigues-172-JUN	Rafaela Santos-174-JUN
9	A C D JARDIM SERRA		ND		A C D JARDIM SERRA	4:08.16	Rita Barbosa-302-JUN	Margarida Silva-303-SEN	Bárbara Silva-308-SEN	Joana Soares-296-SEN

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca				
10	J O MONTE ABRAÃO		ND		J O MONTE ABRAÃO	4:08.47	Cláudia Cristóvão-1084-JUN	Tamiris De Liz-1073-SEN	Catarina Gomes-1081-SUB-23	Carolina Duarte-1078-SEN
11	MAIA A C		ND		MAIA A C	4:09.08	Angelica Pereira-1191-SEN	Rita Fernandes-1200-JUN	Clara Cruz-1224-JUV	Beatriz Pereira-1206-JUN
12	C F OLIVEIRA DOURO		ND		C F OLIVEIRA DOURO	4:13.22	Sandra Borges-644-VET	Gabriela Almeida-649-JUN	Anita Alves-660-SUB-23	Vera Monteiro-658-SUB-23
13	FUNDAÇÃO SALESIANOS		ND		FUNDAÇÃO SALESIANOS	4:19.54	Sofia Castanhas-275-SEN	Inês Almeida-271-JUN	Solange Fernandes-266-SEN	Jerusa Semedo-279-SUB-23
14	ASS 20KM ALMEIRIM		ND		ASS 20KM ALMEIRIM	4:20.99	Mariana Pinheiro-18-JUV	Lara Ribeiro-15-SUB-23	Edmara Chete-11-JUN	Tatiana Gonçalves-19-SUB-23
15	OLÍMPICO VIANENSE		ND		OLÍMPICO VIANENSE	4:21.56	Marta Araújo-423-JUN	Sara Ribeiro-405-SEN	Bianca Vieira-408-JUV	Joana Gomes-404-SEN
16	E ATLETISMO TROFA		ND		E ATLETISMO TROFA	4:21.79	Sandra Sá-808-SUB-23	Mónica Rodrigues-811-SUB-23	Alice Oliveira-807-SEN	Ana Silva-802-SEN
17	ACADEMIA DE VALDEVEZ		ND		ACADEMIA DE VALDEVEZ	4:23.69	Carolina Sousa-98-JUN	Letícia Rodrigues-93-JUN	Viviane Cunha-91-SUB-23	Celina Peneda-95-SUB-23
18	CLUBE PEDRO PESSOA		ND		CLUBE PEDRO PESSOA	4:25.08	Sofia Martins-704-JUN	Catarina Carmo-708-SEN	Rita Ribeiro-706-SEN	Mariana Santos-718-SUB-23
19	C A MAZAREFES		ND		C A MAZAREFES	4:25.17	Filipa Rego-355-JUN	Sara Neiva-344-SUB-23	Catarina Arieira-352-JUN	Lara Rego-354-JUN
20	C DESP C+S LAVRA		ND		C DESP C+S LAVRA	4:26.76	Filipa Maravalhas-1651-JUN	Chelsia Nogueira-1150-SUB-23	Matilde Lobo-1151-JUN	Marta Lobo-1152-JUN
21	U F C TOMAR (X)		ND		U F C TOMAR	4:34.51	Beatriz Marques-1572-SUB-23	Maria José Pinto-1555-VET	Marisa Nunes-1578-JUN	Ana Catarina Carrelo-1558-SEN
22	G C A DONAS (X)		ND		G C A DONAS	4:37.09	Daniela Silva-861-SUB-23	Matilde Pereira-858-SUB-23	Lara Geirinhas-867-JUN	Diana Martins-874-JUN
23	C D R RIBEIRINHO (X)		ND		C D R RIBEIRINHO	4:38.89	Maria Heloísa Santos-636-JUN	Cátia Mendes-631-SUB-23	Georgete Silva-633-SEN	Marília Valentão-632-JUN
24	C SPIRIDON DE GAIA (X)		ND		C SPIRIDON DE GAIA	4:40.05	Ana Patrícia Moreira-778-SEN	Catarina Barbosa-769-SEN	Joana Rocha-770-JUN	Maria João Araújo-777-SEN
25	U A POVOENSE (X)		ND		U A POVOENSE	4:42.59	Ana Madeira-1541-SUB-23	Rita Carrilho-1540-JUN	Marta Mendes-1549-JUN	Inês Correia-1552-SUB-23
26	A D C C J CLARK (X)		ND		A D C C J CLARK	4:46.63	Ana Paula Pinto-235-SEN	Fátima Barbosa-240-SUB-23	Andreia Teixeira-234-SEN	Catarina Vieira-236-SEN
27	PENTA CLUBE COVILHÃ (X)		ND		PENTA CLUBE COVILHÃ	4:47.84	Joana Paisana-1263-SUB-23	Leonor Carreira-1264-JUN	Mafalda Assis-1260-SUB-23	Maria Oliveira-1269-SUB-23
28	C BENFICA FARO WCLOC (X)		ND		C BENFICA FARO WCLOC	4:49.63	Maria Leonor Silva-529-JUN	Ana Carrasqueira-526-SEN	Ana Brito-541-JUN	Nádia Almeida-537-SUB-23
29	AC FERNANDA RIBEIRO (X)		ND		AC FERNANDA RIBEIRO	4:53.59	Simone Morim-1629-JUV	Francisca Trancoso-1623-SUB-23	Sara Silva-1621-SEN	Ana Carvalho-1630-JUV
30	A ACAD BELA VISTA (X)		ND		A ACAD BELA VISTA	5:13.43	Inês Dolgova-50-JUN	Eva Luz-46-JUV	Margarida Mascarenha-35-SEN	Sandra Glória-28-VET

## Feminina

Posicao	Clube	Pontos													
1	SCP	501.0	41.0	34.0	40.0	39.0	41.0	41.0	41.0	41.0	31.0	32.0	39.0	40.0	41.0
2	SLB	497.0	30.0	41.0	32.0	40.0	40.0	40.0	38.0	37.5	41.0	41.0	41.0	41.0	34.5
3	JV	470.5	40.0	37.0	34.5	32.0	35.0	36.0	37.0	34.0	38.0	38.0	40.0	39.0	30.0
4	AJS	460.5	35.0	32.0	38.0	37.0	34.0	39.0	39.0	37.5	34.0	36.0	26.0	33.0	40.0
5	ACPV	458.5	31.0	36.0	39.0	36.0	38.0	37.0	33.0	36.0	35.0	37.0	32.0	34.0	34.5
6	MAC	439.5	37.0	39.0	37.0	35.0	30.0	35.0	34.0	40.0	29.0	39.0	34.0	31.0	19.5
7	GRE-AA	418.5	26.0	28.0	30.5	33.0	36.0	38.0	24.0	30.0	27.0	33.0	38.0	36.0	39.0
8	GDE	395.5	39.0	40.0	28.5	31.0	39.0	24.5	21.0	28.0		40.0	33.0	37.0	34.5
9	GRECAS	388.0	32.0	38.0	33.0	30.0	26.0	28.0	28.0	24.0	30.0	16.0	35.0	38.0	30.0
10	SCB	367.0	25.0	33.0		24.5	32.0	34.0	40.0	25.0	39.0	29.0	31.0	35.0	19.5
11	CFOD	363.0	36.0	26.0	28.5	22.0	23.0	15.0	32.0	39.0	32.0	31.0	23.0	30.0	25.5
12	AFS	345.0	38.0	29.0	21.5	34.0	31.0	31.0		29.0	33.0	27.0	17.0	29.0	25.5
13	JOMA	328.0		23.0	41.0	41.0	37.0	20.0	20.0	31.0		34.0	19.0	32.0	30.0
14	ADRAP	292.5		35.0		26.0	28.0	26.0	36.0	33.0	36.0	35.0			37.5
15	ACDAV	281.5	15.0		36.0	20.0	25.0	33.0		32.0	23.0	25.0	28.0	25.0	19.5
16	CPPEA	273.5	27.0	25.0		18.5	18.0		35.0	15.5	40.0	24.0	27.0	24.0	19.5
17	CAOV	257.5	34.0	30.0		28.0			29.0	35.0	37.0			27.0	37.5
18	EAT	255.0	20.0	27.0	18.0	27.0	29.0		30.0	17.0	24.0	13.0	24.0	26.0	
19	CBF	251.0	24.0		34.5	29.0	24.0	29.0		23.0		26.0	36.0		25.5
20	UFCT	204.0	28.0	31.0	25.0				31.0	21.0	28.0	20.0	20.0		
21	LAVRA	181.0			25.0		22.0	21.0	22.0	14.0	25.0		30.0	22.0	
22	A20KM	168.0	18.0		21.5		21.0	22.5		27.0				28.0	30.0
23	CSGAIA	159.0	20.0		30.5	15.0		32.0		26.0		17.5	18.0		
24	CAM-VC	156.5	29.0		18.0			24.5		22.0		19.0	21.0	23.0	
25	CASJ	145.5	20.0			23.0	33.0		25.0			21.5			23.0
26	ACDRA	142.0	33.0			38.0				19.0		30.0	22.0		
27	CAMG	124.0	17.0						17.0	27.0	15.5		28.0		19.5
28	UAP	116.5		24.0	21.5		19.0				22.0				30.0
29	GCAD	114.5	16.0			24.5				18.0		21.5			34.5
30	CAP	95.0					21.0	27.0	27.0		20.0				
31	ESCMOV	94.5				21.5	17.0		22.5			14.0			19.5
32	CDRR	93.5	14.0		25.0	18.5				13.0		23.0			
33	AABV	90.0	23.0			16.0	20.0	16.0				15.0			
34	ACRSO	86.0								23.0		26.0		37.0	
35	ACFR	82.5			27.0			30.0							25.5
36	ADCCJC	73.0							18.0	26.0			29.0		
37	AAC	39.5	22.0									17.5			
38	CDCNAV	37.0			18.0			19.0							
39	CDP	25.0											25.0		
40	PCC	19.0							19.0						

## Masculina

Posicao	Clube	Pontos													
1	SLB	592.5	46.0	46.0	46.0	46.0	46.0	46.0	45.0	46.0	46.0	46.0	46.0	43.0	44.5
2	SCP	523.0	45.0	45.0		40.5	43.0	45.0	43.0	45.0	45.0	43.0	45.0	37.5	46.0
3	JV	521.0	40.0	38.0	37.0	40.5	40.0	35.0	44.0	37.0	43.0	41.0	43.0	41.0	41.5
4	MAC	509.5	39.0	40.5	43.0	33.5	33.0	36.0	46.0	34.0	37.0	38.0	44.0	44.0	41.5
5	AJS	507.0	42.0	29.0	44.0	44.5	45.0	30.0	29.0	42.0	34.0	45.0	39.0	46.0	37.5
6	SCB	493.0	37.0	44.0	40.0	44.5	44.0	27.0	31.0	44.0	44.0	28.0	42.0	24.5	43.0
7	CBF	491.0	29.5	39.0	26.0	27.5	41.0	43.0	42.0	40.0	40.0	44.0	41.0	42.0	36.0
8	CAS	465.0	41.0	28.0	30.0	38.0	42.0	26.0	36.5	43.0	33.0	36.0	37.0	40.0	34.5
9	GRECAS	449.0	28.0	42.0	21.0	42.0	36.0	44.0	26.0	31.0	27.0	33.0	40.0	39.0	40.0
10	ACPV	437.0	33.0	26.0	32.0	43.0	24.0	24.5	38.0	26.0	41.0	29.0	31.0	45.0	44.5
11	ACRSO	386.5	35.0	23.0	25.0	38.0	27.0	29.0	34.0	36.0		35.0	36.0	34.0	34.5



Posicao	Clube	Pontos													
12	GRE-AA	369.5	31.0	30.0	31.0	33.5	25.0	32.0	28.0	29.0	24.0	39.0	35.0	32.0	
13	CPTSC	369.0	27.0	36.0	24.0		31.0	38.0	41.0	30.0	36.0	40.0	38.0	28.0	
14	ADRAP	353.0	44.0	27.0	33.0	38.0	35.0	42.0	34.0		35.0		34.0	31.0	
15	CIAIA	349.0	22.0	34.0	41.0	19.0	28.0	33.5	27.0	25.0	30.0		23.0	35.0	31.5
16	CAMG	320.0	32.0		14.0	33.5		40.0		41.0	28.0	42.0	19.0	33.0	37.5
17	CPPEA	309.5	43.0	31.0	38.0		29.0	23.0		32.0	29.0		33.0	20.0	31.5
18	CAOV	285.0	23.0	37.0	21.0	22.5	32.0	16.0		35.0	25.0		30.0	17.0	26.5
19	CCSJM	282.5	34.0	32.0	42.0	27.5	38.0	21.0			42.0	30.0		16.0	
20	AABV	272.0	11.0	33.0	10.0		23.0	14.0	36.5	39.0	32.0		21.0	29.0	23.5
21	LAVRA	260.5	21.0	35.0	13.0	27.5	37.0	13.0		22.0	20.0		25.0	18.0	29.0
22	ACFR	259.5	38.0		28.0	27.5		18.0	34.0		17.0		32.0	26.0	39.0
23	AFS	246.5	19.0		39.0	27.5		41.0	40.0		21.5			37.5	21.0
24	CAM-VC	228.5	24.0	24.0	35.0	22.5		37.0			38.0			24.5	23.5
25	ESCMOV	223.0			45.0	27.5	19.0	19.0	39.0	21.0		26.0			26.5
26	SCS	216.5	36.0	43.0	19.0		34.0	11.5		27.0			27.0	19.0	
27	CASJ	206.5			36.0			31.0		38.0		34.0		36.0	31.5
28	GS	198.5	14.0		29.0	33.5	30.0	15.0		24.0	31.0		22.0		
29	NAC	182.0	29.5					17.0			39.0	25.0	18.0	22.0	31.5
30	SLA	171.5		22.0	18.0	33.5	18.0			23.0		37.0	20.0		
31	CFOD	159.0		40.5	34.0			33.5					28.0	23.0	
32	SPF	135.0	12.0	21.0	27.0			28.0					26.0		21.0
33	CRDP	134.0		19.0			22.0		32.0			31.0		30.0	
34	CDP	132.5	15.0	20.0				22.0	30.0		21.5		24.0		
35	AAC	126.0			23.0	19.0	26.0				26.0	32.0			
36	UFCT	125.5					39.0	24.5		33.0			29.0		
37	GAC-L	123.0	16.0	25.0			20.0	39.0			23.0				
38	GCAD	117.5	26.0		17.0		21.0						27.0	26.5	
39	ACDI	106.0	25.0		11.0	22.5							21.0	26.5	
40	CANAZ	95.5	17.0		15.5	33.5		11.5			18.0				
41	CAP	86.0	20.0		15.5	22.5				28.0					
42	GDPVAV	60.0	18.0		21.0									21.0	
43	LLFC	44.0	13.0		12.0						19.0				
44	ACDRSQ	37.0					17.0	20.0							
45	UAP	27.0										27.0			
46	ACVSM	19.0				19.0									

## Estatística Clubes

Sigla	Associação	Nº atletas Masculino	Nº atletas Feminino	Nº atletas Total	Participações Masculino	Participações Feminino	Participações Total
A20KM	Santarém	0	8	8	0	10	10
AABV	Algarve	9	9	18	11	10	21
AAC	Coimbra	11	7	18	11	8	19
ACDAV	Viana do Castelo	0	9	9	0	12	12
ACDI	Aveiro	9	0	9	12	0	12
ACDRA	Leiria	0	7	7	0	8	8
ACDRSQ	Coimbra	7	8	15	7	8	15
ACFR	Porto	8	8	16	11	8	19
ACPV	Porto	9	10	19	12	12	24
ACRS	Guarda	10	7	17	12	7	19
ACVSM	Braga	7	0	7	8	0	8
ADAAL	Algarve	2	0	2	2	0	2
ADCCJC	Aveiro	0	7	7	0	7	7
ADRAP	Madeira	8	7	15	9	9	18
AFS	Lisboa	8	10	18	10	11	21
AJS	Madeira	12	10	22	12	12	24
CABB	Setúbal	3	0	3	4	0	4
CAM-VC	Viana do Castelo	11	8	19	12	10	22
CAMG	Leiria	10	9	19	11	9	20
CANAZ	Leiria	8	0	8	10	0	10
CAOV	Viana do Castelo	9	8	17	10	10	20
CAP	Porto	9	8	17	9	8	17
CAS	Guarda	11	0	11	12	0	12
CASJ	Algarve	8	7	15	10	9	19
CBF	Algarve	11	7	18	12	10	22
CCSJM	Aveiro	9	0	9	12	0	12
CDCNAV	Porto	5	7	12	6	8	14
CDP	Porto	8	8	16	10	8	18
CDRR	Setúbal	0	9	9	0	11	11
CFOD	Porto	7	11	18	9	12	21
CIAIA	Faial	9	0	9	11	0	11
CPA-S	Santarém	0	2	2	0	2	2
CPPEA	Setúbal	8	9	17	11	11	22
CPTSC	Coimbra	10	0	10	10	0	10
CRCDL	Algarve	1	0	1	1	0	1
CRDP	Setúbal	7	1	8	9	1	10
CSGAIA	Porto	0	9	9	0	10	10
CSM	Madeira	0	3	3	0	4	4
EAT	Porto	0	10	10	0	12	12
ESCMOV	Porto	8	8	16	11	9	20
GAC-L	Leiria	7	0	7	7	0	7
GCAD	Castelo Branco	9	7	16	11	10	21
GDD	Évora	3	4	7	3	6	9
GDE	Madeira	6	8	14	7	11	18
GDPVAV	Évora	9	0	9	11	0	11
GRE-AA	Coimbra	11	11	22	12	12	24
GRECAS	Aveiro	10	11	21	12	12	24
GS	Coimbra	8	2	10	9	2	11
JAM	Aveiro	5	0	5	6	0	6
JOMA	Lisboa	0	10	10	0	12	12
JV	Leiria	11	12	23	12	12	24
LAVRA	Porto	8	11	19	11	12	23
LLFC	Aveiro	7	1	8	8	1	9

Sigla	Associação	Nº atletas Masculino	Nº atletas Feminino	Nº atletas Total	Participações Masculino	Participações Feminino	Participações Total
MAC	Porto	11	9	20	12	12	24
NAC	Aveiro	8	4	12	11	4	15
NDAP	Leiria	3	1	4	3	1	4
PCC	Castelo Branco	5	7	12	5	7	12
PLF	Braga	3	5	8	4	5	9
SCB	Braga	10	10	20	12	11	23
SCBM	Aveiro	2	4	6	2	5	7
SCP	Lisboa	12	12	24	12	12	24
SCS	Porto	7	5	12	9	5	14
SLA	Setúbal	7	0	7	10	0	10
SLB	Lisboa	12	12	24	12	12	24
SPF	Algarve	7	0	7	8	0	8
UAP	Lisboa	7	8	15	9	11	20
UFCT	Santarém	7	8	15	7	11	18
VFC	Setúbal	5	5	10	5	5	10
VTSC	Braga	6	4	10	7	4	11
_NaoFederado		-	-	73	-	-	73
_Total		458	402	933	534	461	1068

## Estatística Escalão

Escalão	Nº atletas Masculino	Nº atletas Feminino	Nº atletas Total	Participações Masculino	Participações Feminino	Participações Total
JUV	37	74	111	37	75	112
JUN	83	83	166	102	101	203
SUB-23	95	87	182	118	103	221
SEN	173	117	290	197	140	337
VET 35	28	10	38	33	10	43
VET 40	16	11	27	19	12	31
VET 45	12	11	23	13	11	24
VET 50	8	5	13	9	5	14
VET 55	5	3	8	5	3	8
VET 60	0	1	1	0	1	1
VET 65	1	0	1	1	0	1
_NaoFederado	-	-	73	-	-	73