

TROFÉU IBÉRICO DE 10 000 METROS / CAMPEONATOS DE PORTUGAL

(Campeonatos de Espanha)

21 março 2023 – Burjassot, ESP

PROGRAMA HORÁRIO

Hora	Disciplina	Género	Escalão	
16h15	5 000m	Feminino	Sub-18/Sub-20	Campeonato de Espanha
16h40	5 000m	Masculino	Sub-18	Campeonato de Espanha
17h05	10.000m	Feminino	Sénior/Sub-23	Série B
17h50	10.000m	Masculino	Sénior/Sub-23	Série B
18h30	10.000m	Feminino	Sénior/Sub-23	Série A
19h15	10.000m	Masculino	Sénior/Sub-23	Série A
19h55	5 000m	Masculino	Sub-20	Campeonato de Espanha

Marcas de Qualificação

	T. Europa (3/6)	C. Eur. S23 (13-17/6)	C. Mundo
Masculinos	28.50	29.45	27.10
Femininos	33.20	35.40	30.40
Períodos de qualificação			
Início	01-09-2022	01-01-2022	31-01-2022
Fim	21-05-2023	03-07-2023	30-07-2023

CAMPEONATO IBÉRICO DE 10000 M (MASC.)

ED.	ANO	LOCAL	PRIMEIRO	SEGUNDO	TERCEIRO
I	1991	Vigo	Dionísio Castro P 28.21,18	Carlos de la Torre E 28.21,27	José Albentosa E 28.22,15
II	1992	Maia	Domingos Castro P 27.59,60	Carlos de la Torre E 27.59,77	Dionísio Castro P 28.00,57
III	1993	Bilbau	Carlos Adan E 27.59,49	Martin Fiz E 28.00,97	Alejandro Gomez E 28.01,15
IV	1994	Braga	Paulo Guerra P 27.52,44	João Junqueira P 27.53,74	Carlos de la Torre E 27.58,20
V	1995	Cáceres	Paulo Guerra P 28.16,3m	Alejandro Gomez E 28.17,2m	José M. Garcia E 28.22,5m
VI	1996	Leiria	Alejandro Gomez E 27.52,25	José Ramos P 27.58,89	Carlos de la Torre E 28.00,43

Nota: em 1993, o melhor português foi Domingos Castro, 4º com 28.01,40.

Classificação coletiva (soma dos tempos de 6 corredores):

ED.	ANO	LOCAL	PRIMEIRO	SEGUNDO	TERCEIRO
I	1991	Vigo	Espanha 2.49.46,08	Portugal n/classif.	
II	1992	Maia	Espanha 2.49.56,34	Portugal n/classif.	
III	1993	Bilbau	Espanha 2.48.31,35	Portugal 2.49.04,90	
IV	1994	Braga	Portugal 2.49.06,91	Espanha 2.49.11,24	
V	1995	Cáceres	Portugal 2.51.47,2m	Espanha 2.52.56,5	
VI	1996	Leiria	Espanha 2.48.12,69	Portugal 2.49.20,19	

CAMPEONATO IBÉRICO DE 10000 M (FEM.)

ED.	ANO	LOCAL	PRIMEIRA	SEGUNDA	TERCEIRA
I	1991	Vigo	Fernanda Marques P 32.57,37	Angelines Rodriguez E 33.28,99	Fernanda Ribeiro P 33.45,45
II	1992	Maia	Fernanda Ribeiro P 32.22,70	Carmen Fuentes E 33.17,31	Rócio Rios E 33.28,12
III	1993	Bilbau	Albertina Dias P 31.44,57	Fernanda Ribeiro P 31.46,98	Conceição Ferreira P 31.47,90
IV	1994	Braga	Conceição Ferreira P 31.32,11	Cármén Fuentes E 32.46,12	Estela Esteves E 32.56,93
V	1995	Cáceres	Albertina Dias P 32.06,5m	Cármén Fuentes E 32.50,8m	Mónica Pont E 33.10,9m
VI	1996	Leiria	Júlia Vaquero E 31.24,08	Fernanda Ribeiro P 31.33,51	Albertina Dias P 31.56,30

Classificação coletiva (soma dos tempos de 4 corredoras):

ED.	ANO	LOCAL	PRIMEIRO	SEGUNDO	TERCEIRO
I	1991	Vigo	Espanha 2.15.58,59	Portugal 2.16.50,87	
II	1992	Maia	Espanha 2.15.13,95	Portugal 2.17.09,55	
III	1993	Bilbau	Portugal 2.08.22,29	Espanha 2.12.36,88	
IV	1994	Braga	Portugal 2.11.06,62	Espanha 2.12.06,36	
V	1995	Cáceres	Espanha 2.13.14,9m	Portugal 2.15.22,0m	
VI	1996	Leiria	Portugal 2.08.37,02	Espanha 2.08.50,12	

VITÓRIAS TOTAIS:

Portugal, 14 (9 ind.+5 col.)

Espanha, 10 (3 ind.+7 col.)

TROFÉU IBÉRICO DE 10000 M (MASC.)

ED.	ANO	LOCAL	PRIMEIRO		SEGUNDO		TERCEIRO	
I	2011	Pontevedra	Rui Silva	P 27.53,55	Ricardo Serrano	E 28.42,91	Nuno Costa	P 28.44,34
II	2012	Lisboa-I	Jesus España	E 28.26,27	Ricardo Ribas	P 28.47,16	Javier Guiera	E 29.21,45
III	2013	Mataró	Carles Castillejo	E 27.57,92	Alejandro Rivera	E 28.55,27	José España	E 29.01,08
IV	2014	Lisboa-I	Alemayehu Bezabeh	E 28.12,85	Roberto Alaiz	E 28.27,76	Mohamed Marhoum	E 28.28,22
V	2015	Huelva	Antonio Abadia	E 28.19,38	Juan Perez	E 28.33,43	Fernando Carro	E 28.50,73
VI	2016	Maia	António Abadia	E 28.07,14	José España	E 28.52,62	Ricardo Rosado	E 29.03,41
VII	2017	Huelva	Juan A. Perez	E 28.46,72	Mohamed Zatouni	E 28.54,03	José España	E 28.57,16
VIII	2018	Braga	António Abadia	E 28.17,24	Fernando Carro	E 28.28,68	Mohamed Ali Jelloul	E 28.44,37
IX	2019	Burjassot	António Abadia	E 28.13,19	Mohamed Ali Jelloul	E 28.26,91	Yago Rojo	E 28.27,39
X	2022	Faro	Carlos Mayo	E 27.38,59	Roberto Alaiz	E 28.17,93	Yago Rojo	E 28.18,97

Notas:

- em 2012, José Rocha, 2º com 28.37,95, foi posteriormente desclassificado (passaporte biológico);
 - entre 2014 e 2019, os melhores portugueses foram Manuel Damião, 5º (28.50,70), Samuel Barata, 9º (29.26,96), Bruno Albuquerque, 5º (29.07,10) e 5º (29.06,13), Ricardo Dias, 13º (29.26,28) e António Pedro Rocha, 13º (29.33,04); em 2022, o melhor foi Samuel Barata, 5º (28.20,11).

Classificação coletiva (soma dos tempos de 4 corredores):

I	2011	Pontevedra	Portugal	1.54.48,95	Espanha	1.56.54,52
II	2012	Lisboa-I	Portugal	n/classif.	Espanha	n/classif.
III	2013	Mataró	Espanha	1.55.24,02	Portugal	n/classif.
IV	2014	Lisboa-I	Espanha	1.53.46,26	Portugal	1.56.10,92
V	2015	Huelva	Espanha	1.54.37,49	Portugal	1.59.23,45
VI	2016	Maia	Espanha	1.55.07,57	Portugal	1.57.54,14
VII	2017	Huelva	Espanha	1.55.36,74	Portugal	1.59.17,81
VIII	2018	Braga	Espanha	1.54.27,41	Portugal	1.58.36,86
IX	2019	Burjassot	Espanha	1.53.37,52	Portugal	1.58.47,80
X	2022	Faro	Espanha	1.52.35,18	Portugal	1.55.47,53

Nota: a partir de 2013, inclusive, passaram a considerar-se os quatro melhores atletas de cada país, independentemente de terem sido ou não selecionados para a equipa nacional.

Nota 2: a competição não se realizou em 2020 e 2021

TROFÉU IBÉRICO DE 10000 M (FEM.)

ED.	ANO	LOCAL	PRIMEIRA		SEGUNDA		TERCEIRA	
I	2011	Pontevedra	Dulce Félix	P 31.33,42	Isabel Checa	E 32.48,76	Estela Navascues	E 33.10,68
II	2012	Lisboa-I	Gema Barrachina	E 32.08,54	Ana Dias	P 32.13,62	Salomé Rocha	P 32.40,86
III	2013	Mataró	Salomé Rocha	P 32.40,03	Lidia Rodriguez	E 32.50,34	Sónia Bejarano	E 32.55,27
IV	2014	Lisboa-I	Jéssica Augusto	P 31.57,02	Salomé Rocha	P 32.19,98	Dolores Checa	E 32.22,21
V	2015	Huelva	Sara Moreira	P 31.12,93	Dulce Félix	P 31.34,17	Lidia Rodriguez	E 32.41,44
VI	2016	Maia	Trihas Gebre	E 32.14,25	Salomé Rocha	P 32.23,68	Sonia Bejarano	E 33.29,90
VII	2017	Huelva	Trihas Gebre	E 32.11,67	Salomé Rocha	P 32.17,73	Catarina Ribeiro	P 32.27,88
VIII	2018	Braga	Sara Moreira	P 32.10,50	Nuria Lugueros	E 32.52,89	Maitane Melero	E 33.11,69
IX	2019	Burjassot	Trihas Gebre	E 31.55,01	Dulce Félix	P 31.55,95	Salomé Rocha	P 32.28,02
X	2022	Faro	Maitane Melero	E 32.14,57	Irene Sanchez	E 32.22,58	Beatriz Alvarez	E 32.25,82

Nota: melhor portuguesa em 2022, Susana Godinho, 8ª (33:56.24)

Classificação coletiva (soma dos tempos de 4 corredoras):

I	2011	Pontevedra	Portugal	2.12.18,61	Espanha	2.13.09,45
II	2012	Lisboa-I	Portugal	2.11.50,93	Espanha	2.12.19,28
III	2013	Mataró	Espanha	2.12.24,69	Portugal	2.16.38,87
IV	2014	Lisboa-I	Espanha	2.10.15,06	Portugal	2.10.21,72
V	2015	Huelva	Portugal	2.09.05,99	Espanha	2.12.12,81
VI	2016	Maia	Espanha	2.13.04,57	Portugal	2.14.34,56
VII	2017	Huelva	Portugal	2.11.15,02	Espanha	2.14.19,55
VIII	2018	Braga	Espanha	2.13.00,75	Portugal	2.15.29,82
IX	2019	Burjassot	Espanha	2.10.44,70	Portugal	2.11.16,75
X	2022	Faro	Espanha	2.10.05,08	Portugal	2.49.48,47

VITÓRIAS TOTAIS:

Portugal, 12 (6 ind.+6 col.)

Espanha, 28 (14 ind.+14 col.)

CAMPEÕES DE PORTUGAL DE 10000 M

1913	Aquilino de Sousa	CIF- Internacional	35.17,0
1914	Fernando Paula	SL Benfica	36.47,2
1922	Domingos Jorge	Vendedores Jornais	35.05,8
1923	Cecílio Costa	Sporting CP	35.54,2
1924	Cecílio Costa	Sporting CP	35.37,2
1925	António Almeida	Vendedores Jornais	33.29,0
1926	António Almeida	Vendedores Jornais	34.43,6
1927	António Almeida	Vendedores Jornais	34.05,0
1928	António Almeida	Vendedores Jornais	33.14,0
1929	António Almeida	Sporting CP	34.04,6
1930	António Almeida	Sporting CP	33.54,8
1931	António Almeida	Sporting CP	34.25,0
1932	António Almeida	Sporting CP	33.37,0
1933	Adelino Tavares	Vendedores Jornais	33.50,0
1934	Tiago Ribeiro	SL Benfica	35.08,6
1935	Adelino Tavares	Sporting CP	33.28,4
1936	António Fonseca	Sporting CP	35.19,2
1937	António Fonseca	Sporting CP	34.08,4
1938	Albino Silva	FC Porto	32.52,4
1939	Manuel Nogueira	CF Belenenses	34.15,4
1940	Manuel Nogueira	CF Belenenses	33.14,4
1941	Manuel Nogueira	Sporting CP	33.58,0
1942	Filipe Luís	CF Belenenses	33.59,4
1943	Manuel Nogueira	Sporting CP	35.06,0
1944	João Silva	SL Benfica	34.23,8
1945	João Silva	SL Benfica	34.45,2
1946	João Silva	SL Benfica	36.34,2
1947	Filipe Luís	Sporting CP	33.44,8
1948	João Silva	SL Benfica	33.47,7
1949	Filipe Luís	Sporting CP	33.42,8
1950	Filipe Luís	Sporting CP	33.00,6
1951	Filipe Luís	Sporting CP	32.55,6
1952	António Martins	FC Porto	37.23,2
1953	Filipe Luís	Sporting CP	31.53,8
1954	José Araújo	SL Benfica	31.09,8
1955	José Araújo	SL Benfica	33.16,6
1956	Manuel Faria	Sporting CP	30.45,6
1957	Manuel Faria	Sporting CP	30.56,4
1958	Manuel Faria	Sporting CP	31.53,2
1959	Álvaro Conde	Sporting CP	32.12,0
1960	Álvaro Conde	Sporting CP	31.08,6
1961	Álvaro Conde	Sporting CP	31.22,8
1962	Armando Aldegalega	Sporting CP	31.44,2
1963	Manuel Marques	Sporting CP	31.10,6
1964	Armando Aldegalega	Sporting CP	30.49,2
1965	Manuel Oliveira	Sporting CP	31.00,6
1966	Manuel Marques	Individual	32.27,0
1967	Armando Aldegalega	Sporting CP	30.38,0
1968	Américo Barros	CDUL	32.32,0



1969	Armando Aldegalega	Sporting CP	31.02,4
1970	Carlos Lopes	Sporting CP	30.26,6
1971	Armando Aldegalega	Sporting CP	31.26,2
1972	Aniceto Simões	CF Santa Clara	30.07,8
1973	Aniceto Simões	SL Benfica	29.18,0
1974	Francisco Assis	SL Benfica	31.05,2
1975	Tavares da Silva	SL Benfica	30.28,2
1976	Aniceto Simões	CF Santa Clara	28.57,6
1977	Fernando Mamede	Sporting CP	29.10,6
1978	Carlos Lopes	Sporting CP	28.21,0
1979	Fernando Mamede	Sporting CP	28.16,4
1980	Fernando Mamede	Sporting CP	28.04,2
1981	Fernando Miguel	SL Benfica	29.09,8
1982	José Sena	Sporting CP	28.54,0
1983	Luís Horta	SL Benfica	29.20,08
1984	Luís Horta	SL Benfica	28.52,2
1985	Hélder Jesus	Sporting CP	28.49,6
1986	Domingos Castro	Sporting CP	28.25,20
1987	Domingos Castro	Sporting CP	28.25,23
1988	José Regalo	FC Porto	28.02,4
1989	João Campos	SL Benfica	28.26,35
1990	Carlos Patrício	Sporting CP	28.40,58
1991	Dionísio Castro	Sporting CP	28.21,18
1992	Domingos Castro	Sporting CP	27.59,60
1993	Domingos Castro	Sporting CP	28.01,40
1994	Paulo Guerra	Maratona CP	27.52,44
1995	Paulo Guerra	Maratona CP	28.16,3
1996	José Ramos	Maratona CP	27.58,89
1997	Pedro Monteiro	GDR Conforlimpa	30.20,72
1998	Joaquim Pinheiro	GDR Conforlimpa	28.51,55
1999	Paulo Catarino	Maratona CP	28.22,07
2000	José Ramos	GDR Conforlimpa	28.03,52
2001	não se realizou		
2002	não se realizou		
2003	Alberto Chaiça	GDR Conforlimpa	29.04,50

2004	José Moreira	ACR Vale Cambra	30.01,31	2014	Manuel Damião	Sporting CP	28.50,70
2005	Manuel Magalhães	NA Joane	29.28,44	2015	Samuel Barata	SL Benfica	29.26,96
2006	Luis Jesus	GDR Conforlimpa	28.56,14	2016	Bruno Albuquerque	SL Benfica	29.07,10
2007	António Silva	CP Mangualde	29.38,2	2017	Bruno Albuquerque	Sporting CP	29.06,13
2008	Rui Pedro Silva	Maratona CP	28.37,39	2018	Ricardo Dias	Sporting CP	29.26,28
2009	José Moreira	Cyclones AC	29.55,13	2019	António Pedro Rocha	S. Salv. Campo	29.33,04
2010	Youssef el Kalai	GDR Conforlimpa	28.39,60	2020	Samuel Barata	SL Benfica	28.30,73
2011	Manuel Ferraz	CR Alturense	30.33,28	2021	Samuel Barata	SL Benfica	28.03,94
2012	Ricardo Ribas	Maratona CP	28.47,16	2022	Samuel Barata	SL Benfica	28.20,11
2013	Daniel Pinheiro	Maia AC	29.59,27				

* José Rocha (Maratona CP), o vencedor da prova, com 28.37,94, foi posteriormente desclassificado por doping (passaporte biológico)
Nota: 1991 a 1996 - englobado no Campeonato Ibérico; 2000 - englobado no Challenge Europeu; 2012 e 2014 a 2019 englobado no Troféu Ibérico.

CAMPEÃS DE PORTUGAL DE 10000 M

1986	Conceição Ferreira	SC Braga	33.21,25	2005	Dina Malheiro	CA Ferr. Zêzere	35.37,35
1987	Albertina Machado	SC Braga	32.42,35	2006	Mónica Rosa	Maratona CP	35.30,31
1988	Conceição Ferreira	SC Braga	32.28,6	2007	Dulce Félix	FC Vizela	34.24,57
1989	Albertina Machado	SC Braga	32.36,87	2008	Fernanda Ribeiro	(Espanha)	32.07,54
1990	Lucília Soares	SL Benfica	33.11,79	2009	Joana Nunes	JOBRA	38.59,86
1991	Fernanda Marques	SC Braga	32.57,37	2010	Mónica Silva	Maratona CP	34.54,44
1992	Fernanda Ribeiro	FC Porto	32.22,70	2011	Anabela Tavares	CRD Arrudense	37.14,41
1993	Albertina Dias	Maratona C Maia	31.44,57	2012	Ana Dias	Maratona CP	32.13,62
1994	Conceição Ferreira	SC Braga	31.32,11	2013	Dulce Félix	Maratona CP	35.17,70
1995	Albertina Dias	Maratona C Maia	32.06,5	2014	Jéssica Augusto	Individual	31.57,02
1996	Fernanda Ribeiro	FC Porto	31.33,51	2015	Sara Moreira	Sporting CP	31.12,93
1997	Conceição Ferreira	SC Braga	32.59,33	2016	Salomé Rocha	SL Benfica	32.23,68
1998	Conceição Ferreira	SC Braga	32.51,07	2017	Salomé Rocha	Individual	32.17,73
1999	não se realizou			2018	Sara Moreira	Sporting CP	32.10,50
2000	Helena Sampaio	Maratona C Maia	32.08,67	2019	Dulce Félix	SL Benfica	31.55,95
2001	não se realizou			2020	Salomé Rocha	Sporting CP	sem tempo*
2002	não se realizou			2021	Salomé Rocha	Sporting CP	33.18,73
2003	Inês Monteiro	JOMA	33.20,73	2022	Susana Godinho	CD Feirense	33.56,24
2004	não se realizou						

* tempo (32.49,93) não homologado pela FPA por uso de calçado não homologado.

Nota: 1991 a 1996 - englobado no Campeonato Ibérico; 2000 - englobado no Challenge Europeu; 2012 e 2014 a 2022 - englobado no Troféu Ibérico.

RANKINGS
Melhores em 2022

28.08,11	Samuel Barata	93	SLB	Pacé - Fra	28/05
28.51,90	Luís Miguel Borges	94	SCP	Faro	09/04
29.06,98	Rui Pinto	92	SCP	Maia	04/06
29.07,93	Miguel Marques	95	SCP	Faro	09/04
29.12,79	Duarte Gomes	00	SLB	Faro	09/04
29.16,27	Davide Silva	95	SCB	Faro	09/04
29.27,59	André Pereira	95	SLB	Faro	09/04
29.31,17	Alexandre Figueiredo	99	SLB	Faro	09/04
29.31,69	Fábio Oliveira	90	CDF	Faro	09/04
29.33,64	Samuel Freire	90	VFC	Faro	09/04
(10)					
29.34,06	Luís Oliveira	99	RDA	Faro	09/04
29.35,33	Francisco Rodrigues	95	SCB	Faro	09/04
29.40,24	João Amaro	02	RDA	Faro	09/04
29.43,18	Pedro Amaro	02	RDA	Faro	09/04
29.51,92	Fernando Serrão	93	SCP	Faro	09/04

Melhores em 2022

33.17,93	Sara Catarina Ribeiro	90	SCP	Maia	04/06
33.47,66	Lia Lemos	01	SCP	Maia	04/06
33.52,62	Sara Duarte	99	SCB	Maia	04/06
33.56,24	Susana Godinho	92	CDF	Faro	09/04
38.14,27 mx	Filipa Rodrigues	96	ADFA	Estocolmo	31/05
38.30,08	Ana Lourenço	83	NDCO	Odemira	26/03
39.12,19	Miriam Martins	92	Grecas	Luso	26/03
39.20,46	Anabela Aguiar	98	FCP	Maia	26/03
39.30,59	Adília Fernandes	89	ACDJS	Rib. Brava	05/03
39.33,11	Anita Alves	02	CFOD	Maia	26/03
(10)					
40.00,96	Daniela Sousa	93	GDE	Rib. Brava	05/03
41.10,99	Sabina Neca	76	ACRSD	Seia	03/09
41.45,63	Bárbara Magalhães	01	ACPV	Maia	26/03
42.53,10 mx	Telma Sofia Silva	91	RunTejo	Lisboa - U	01/05
43.24,82	Filipa Diamantino	02	Lavra	Maia	26/03

Melhores de Sempre

27.12,47	António Pinto (Maratona)	99
27.13,81	Fernando Mamede (Sporting)	84
27.17,48	Carlos Lopes (Sporting)	84
27.34,53	Domingos Castro (Sporting)	93
27.42,84	Dionísio Castro (Sporting)	88
27.50,09	Ezequiel Canário (Imortal)	89
27.50,17	Paulo Guerra (Maratona)	98
27.53,55	Rui Silva (Sporting)	11
27.53,74	João Junqueira (Sporting)	94
27.55,0m	Joaquim Pinheiro (Maratona)	94
(10)		
27.56,30	José Ramos (Conforlimpa)	00
28.01,04	Carlos Patrício (Sporting)	96
28.01,54	Alfredo Brás (Maratona)	96
28.01,63	Rui Pedro Silva (Maratona)	09
28.01,94	Hélder Ornelas (Sporting)	01

Melhores de sempre

30.22,88	Fernanda Ribeiro (FC Porto)	00
31.12,93	Sara Moreira (Sporting)	15
31.13,58	Inês Monteiro (individual)	10
31.16,42	Conceição Ferreira (SC Braga)	92
31.19,03	Dulce Félix (Maratona)*	16
31.19,15	Jéssica Augusto (individual)	10
31.29,41	Aurora Cunha (FC Porto)	86
31.33,03	Albertina Dias (Maratona Maia)	93
31.39,52	Ana Dias (Sporting)	99
31.41,38	Marina Bastos (Pasteleira)	99
(10)		
31.43,22	Helena Sampaio (Pasteleira)	99
31.46,61	Albertina Machado (SC Braga)	87
31.53,12	Fernanda Marques (SC Braga)	94
32.05,82	Carla Salomé Rocha (Benfica)	16
32.09,1	Manuela Machado (SC Braga)	94

CRÉDITOS:

Estatísticas do site Estatísticas do Atletismo Português, por Manuel Arons de Carvalho (<http://atletismo-estatistica.pt/>)

Estatísticas do site da Federação Portuguesa de Atletismo (<https://www.fpatletismo.pt/>)