



ESTRADA

Viana do Castelo

2022/23

www.fpatletismo.pt



30.ºs CAMPEONATOS NACIONAIS DE ESTRADA CORRIDA DA PONTE

VIANA DO CASTELO | 24 SETEMBRO 2023

**VIANA 2023
DO CASTELO**
CIDADE EUROPEIA
DO DESPORTO
European City of Sport

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



WA - World Rankings



Sinopse

Os Campeonatos Nacionais de Estrada realizam-se, oficialmente, desde 1990. A sua edição inaugural aconteceu em 28 de abril de 1990, no Campo Grande, em Lisboa, com triunfos coletivos de Benfica e Sporting (femininos e masculinos, respetivamente), e de Conceição Ferreira (SC Braga) e Dionísio Castro, os primeiros campeões nacionais de estrada.

Curiosamente, os primeiros campeões coletivos só voltariam a erguer o troféu 24 e 28 anos depois, vendo as equipas do Maratona (13 títulos) e Conforlimpa (11 títulos), alcançarem a hegemonia das provas.

Individualmente, Eduardo Henriques e Dulce Félix, com cinco títulos, dominam as listas dos mais campeões, de uma competição que já se realizaram em 25 locais diferentes (apenas Oeiras, no Jamor, com partida e chegada ao Estádio Nacional, recebeu a edição em quatro ocasiões, entre 2016 e 2020), inclusive nos Açores, na ilha do Pico.

No ano passado, a competição realizou-se em Joane, com Rui Pinto (Sporting) e Solange Jesus (Feirense) a conquistarem os títulos individuais. O Sporting venceu coletivamente.



Imagens dos primeiros Campeonatos Nacionais de Estrada (1990)



Imagens dos vencedores individuais em Joane (29^{os} Campeonatos de Portugal, 2022)

OS VENCEDORES DOS CAMPEONATOS NACIONAIS DE ESTRADA (MASCULINOS)

Época	Data	Local	Dist.	Campeão individual	Colectivo
1990/91	28-04	Lisboa	15 km	Dionísio Castro (Sporting)	Sporting
1991/92	28-09	Lisboa	15 km	António Pinto (Benfica)	Benfica
.....					
1995/96	31-08	Tagarro	10 km	Fernando Couto (Terbel)	Terbel
1996/97	27-04	Mafra	15 km	Paulo Catarino (Terbel)	Terbel
1997/98	02-11	Nazaré	½ mar.	Luís Jesus (Conforlimpa)	Conforlimpa
1998/99	08-11	VR St Ant	10 mil.	Luís Jesus (Conforlimpa)	Conforlimpa
1999/00	07-11	Benavente	15 km	Eduardo Henriques (Maratona)	Maratona
2000/01	29-10	Avintes	15 km	Alberto Maravilha (Conforlimpa)	Conforlimpa
2001/02	04-11	Barcelos	15 km	Eduardo Henriques (Maratona)	Maratona
2002/03	03-11	Azambuja	15 km	Eduardo Henriques (G. Castro)	Conforlimpa
2003/04	02-11	Moita	½ mar.	Eduardo Henriques (G. Castro)	Conforlimpa
2004/05	31-10	Famalicão	15 km	Manuel Magalhães (Joane)	Conforlimpa
2005/06	29-10	Almeirim	20 km	Eduardo Henriques (Conforlimpa)	Conforlimpa
2006/07	22-04	Quarteira	15 km	Luís Jesus (Conforlimpa)	Conforlimpa
2007/08	20-01	V. Castelo	15 km	Leão Carvalho (Benfica)	Conforlimpa
2008/09	18-01	Mirandela	15 km	Rui Pedro Silva (Maratona)	Maratona
2009/10	17-01	Pico	15 km	Licínio Pimentel (Conforlimpa)	Conforlimpa
2010/11	16-01	Ol. Azeméis	15 km	Hermano Ferreira (Conforlimpa)	Conforlimpa
2011/12	15-01	Benavente	15 km	Manuel Damião (Maratona)	Maratona
2012/13	13-01	Lisboa	15 km	Manuel Damião (Maratona)	Benfica
2013/14	12-01	Elvas	10 km	Rui Pedro Silva (Benfica)	Benfica
2014/15	11-01	Maia	10 km	Rui Pedro Silva (Benfica)	Benfica
2015/16	23-01	Lisboa	10 km	Rui Silva (Sporting)	Benfica
2016/17	14-01	Oeiras	10 km	Hélio Gomes (Sporting)	Benfica
2017/18	13-01	Oeiras	10 km	Samuel Barata (Benfica)	Sporting
2018/19	12-01	Oeiras	10 km	Rui Pinto (Benfica)	Sporting
2019/20	11-01	Oeiras	10 km	Samuel Barata (Benfica)	Benfica
2020/21	04-09	Felgueiras	10 km	Luís Saraiva (SC Braga)	Sporting
2021/2022	02-10	Joane	10 km	Rui Pinto (Sporting)	Sporting

OS MAIS CAMPEÕES

Eduardo Henriques	5
Luís Jesus	3
Rui Pedro Silva	3
Manuel Damião	2
Samuel Barata	2

CAMPEÕES COLETIVOS

Conforlimpa	11
Benfica	7
Sporting	5
Maratona	4
Terbel	2

OS PÓDIOS INDIVIDUAIS DOS CAMPEONATOS NACIONAIS DE ESTRADA (MASCULINOS)

1990	Dionísio Castro	Sporting	Domingos Castro	Sporting	João Campos	Benfica
1991	António Pinto	Benfica	Paulo Catarino	Benfica	Joaquim Pinheiro	Maratona
.....						
<u>1995/96</u>	Fernando Couto	Terbel	Rui Vieira	Terbel	João Lopes	Terbel
<u>1996/97</u>	Paulo Catarino	Terbel	João Marques	Conforlimpa	Joaquim Pinheiro	Conforlimpa
<u>1997/98</u>	Luís Jesus	Conforlimpa	José Dias	Conforlimpa	Carlos Patrício	Conforlimpa
<u>1998/99</u>	Luís Jesus	Conforlimpa	Alberto Chaiça	Conforlimpa	Carlos Patrício	Conforlimpa
<u>1999/00</u>	Eduardo Henriques	Maratona	Paulo Guerra	Maratona	Alberto Chaiça	Conforlimpa
<u>2000/01</u>	Alberto Maravilha	Conforlimpa	João Lopes	Terbel	Alcídio Costa	Conforlimpa
<u>2001/02</u>	Eduardo Henriques	Maratona	António Pinto	Maratona	Paulo Guerra	Maratona
<u>2002/03</u>	Eduardo Henriques	G. Castro	Paulo Gomes	Conforlimpa	Hélder Ornelas	G. Castro
<u>2003/04</u>	Eduardo Henriques	G. Castro	Luís Jesus	Conforlimpa	Alberto Chaiça	Conforlimpa
<u>2004/05</u>	Manuel Magalhães	NA Joane	Alberto Chaiça	Conforlimpa	Paulo Catarino	Maratona
<u>2005/06</u>	Eduardo Henriques	Conforlimpa	Luís Jesus	Conforlimpa	Manuel Magalhães	Skoda
<u>2006/07</u>	Luís Jesus	Conforlimpa	Rui Pedro Silva	Maratona	Paulo Gomes	Conforlimpa
<u>2007/08</u>	Leão Carvalho	Benfica	Paulo Gomes	Conforlimpa	Eduardo Henriques	Conforlimpa
<u>2008/09</u>	Rui Pedro Silva	Maratona	Hermano Ferreira	Maratona	José Ramos	Conforlimpa
<u>2009/10</u>	Licínio Pimentel	Conforlimpa	Rui Pedro Silva	Maratona	Manuel Damião	Conforlimpa
<u>2010/11</u>	Hermano Ferreira	Conforlimpa	Manuel Damião	Conforlimpa	Marco Morgado	GD Estreito
<u>2011/12</u>	Manuel Damião	Maratona	Yousef el Kalai	Maratona	Sérgio Silva	Maratona
<u>2012/13</u>	Manuel Damião	Maratona	Yousef el Kalai	Maratona	José Moreira	Benfica
<u>2013/14</u>	Rui Pedro Silva	Benfica	Alberto Paulo	Benfica	Hélder Santos	Maia AC
<u>2014/15</u>	Rui Pedro Silva	Benfica	Rui Pinto	Benfica	Licínio Pimentel	Individual
<u>2015/16</u>	Rui Silva	Sporting	Alberto Paulo	Benfica	João Pereira	Benfica
<u>2016/17</u>	Hélio Gomes	Sporting	Alberto Paulo	Benfica	Samuel Barata	Benfica
<u>2017/18</u>	Samuel Barata	Benfica	Rui Pedro Silva	Sporting	Rui Pinto	Benfica
<u>2018/19</u>	Rui Pinto	Benfica	Miguel Marques	Sporting	Bruno Paixão	Beja AC
<u>2019/20</u>	Samuel Barata	Benfica	Luís Saraiva	SC Braga	Rui Pinto	Benfica
<u>2020/21</u>	Luís Saraiva	SC Braga	Francisco Rodrigues	SC Braga	Filipe Vitorino	CN Rio Maior
<u>2021/22</u>	Rui Pinto	Sporting	Bernardo Rocha	SC Salgueiros	Lucas da Silva	Sporting

OS PÓDIOS COLETIVOS DOS CAMPEONATOS NACIONAIS DE ESTRADA (MASCULINOS)

1990/91	Sporting	12	Benfica	26	Maratona	66
1991/92	Benfica	12	Maratona	28	Maratona	

1995/96	Terbel	14	Conforlimpa	39	Foz Douro	66
1996/97	Terbel	20	Conforlimpa	24	Salgueiros	72
1997/98	Conforlimpa	13	Terbel	33	ND Silva	55
1998/99	Conforlimpa	10	Terbel	37	Salgueiros	46
1999/00	Maratona	20	Terbel	39	Conforlimpa	42
2000/01	Conforlimpa	15	Skoda	30	Salgueiros	40
2001/02	Maratona	10	Conforlimpa	36	Skoda	63
2002/03	Conforlimpa	17	Maratona	64	Skoda	73
2003/04	Conforlimpa	25	NA Joane	34	Maratona	36
2004/05	Conforlimpa	28	NA Joane	34	Gémeos Castro	41
2005/06	Conforlimpa	28	NA Joane	34	Gémeos Castro	41
2006/07	Conforlimpa	13	Maratona CP	26	NA Joane	83
2007/08	Conforlimpa	16	Maratona	33	NA Joane	84
2008/09	Maratona	19	Conforlimpa	23	NA Joane	67
2009/10	Conforlimpa	18	Maratona	20	Maia AC	56
2010/11	Conforlimpa	14	Maratona	33	Maia AC	75
2011/12	Maratona	10	Conforlimpa	34	Maia	56
2012/13	Benfica	21	Maia AC	61	CUA Benaventense	62
2013/14	Benfica	18	Maia AC	28	CUA Benaventense	53
2014/15	Benfica	13	Sporting	47	Maia AC	52
2015/16	Benfica	17	Sporting	29	Maia AC	77
2016/17	Benfica	18	Sporting	30	Maia AC	57
2017/18	Sporting	17	Benfica	23	SC Braga	107
2018/19	Sporting	20	SC Braga	85	Maia AC	97
2019/20	Benfica	30	SC Braga	50	Sporting	56
2020/21	Sporting	29	SC Braga	40	CPT S. Ceira	81
2021/22	Sporting	17	SC Braga	43	RD Águeda	65

OS VENCEDORES DOS CAMPEONATOS NACIONAIS DE ESTRADA (FEMININOS)

Época	Data	Local	Dist.	Campeão individual	Colectivo
1990	28-04	Lisboa	15 km	Conceição Ferreira (Braga)	Benfica
1991	06-04	Beja	15 km	Conceição Ferreira (Braga)	SC Braga
.....					
1995/96	14-04	Vila Verde	10 km	Albertina Dias (Maratona)	Maratona
1996/97	27-04	Mafra	15 km	Marina Bastos (Pasteleira)	Pasteleira
1997/98	02-11	Nazaré	½ mar.	Manuela Machado (Braga)	SC Braga
1998/99	08-11	VR St Ant	10 mil.	Fernanda Ribeiro (FC Porto)	SC Braga
1999/00	07-11	Benavente	15 km	Fernanda Ribeiro (FC Porto)	SC Braga
2000/01	29-10	Avintes	15 km	Ana Paula Oliveira (Pasteleira)	SC Braga
2001/02	04-11	Barcelos	15 km	Helena Sampaio (Maratona)	Maratona
2002/03	03-11	Azambuja	15 km	Inês Monteiro (JOMA)	Maratona
2003/04	02-11	Moita	½ mar.	Inês Monteiro (JOMA)	Maratona
2004/05	31-10	Famalicão	15 km	Inês Monteiro (JOMA)	Maratona
2005/06	29-10	Almeirim	20 km	Inês Monteiro (Maratona)	Maratona
2006/07	22-04	Quarteira	15 km	Jéssica Augusto (SC Braga)	Maratona
2007/08	20-01	V. Castelo	15 km	Jéssica Augusto /Maratona)	Maratona
2008/09	18-01	Mirandela	15 km	Sara Moreira (Maratona)	Maratona
2009/10	17-01	Pico	15 km	Sara Moreira (Maratona)	Maratona
2010/11	16-01	OI. Azeméis	15 km	Dulce Félix (Maratona)	Maratona
2011/12	15-01	Benavente	15 km	Dulce Félix (Maratona)	Maratona
2012/13	13-01	Lisboa	15 km	Sara Moreira (Maratona)	Maratona
2013/14	12-01	Elvas	10 km	Dulce Félix (Benfica)	Benfica
2014/15	11-01	Maia	10 km	Dulce Félix (Benfica)	Benfica
2015/16	23-01	Lisboa	10 km	Dulce Félix (Benfica)	Benfica
2016/17	14-01	Oeiras	10 km	Jéssica Augusto (Sporting)	Sporting
2017/18	13-01	Oeiras	10 km	Inês Monteiro (Sporting)	Sporting
2018/19	12-01	Oeiras	10 km	Catarina Ribeiro (Sporting)	Sporting
2019/20	11-01	Oeiras	10 km	Salomé Rocha (Sporting)	Sporting
2020/21	04-09	Felgueiras	10 km	Ana Mafalda Ferreira (Sporting)	Sporting
2021/22	2-10	Joane	10 km	Solange Jesus (CD Feirense)	Sporting

AS MAIS CAMPEÃS

Dulce Félix	5
Inês Monteiro	5
Jéssica Augusto	3
Sara Moreira	3
Conceição Ferreira	2
Fernanda Ribeiro	2

CAMPEÕES COLETIVOS

Maratona	13
Sporting	6
SC Braga	5
Benfica	4
Pasteleira	1

Nota: O Nacional de Estrada realizou-se em 1990 e 1991, só voltando a disputar-se a partir da época de 1995/1996. Nessa ocasião, o campeonato foi realizado quer na Primavera, quer no Outono. Entre 1997 e 2005, realizou-se em novembro e a partir de 2007 na primeira parte do ano, razão por que não houve campeonato em 2006.

OS PÓDIOS INDIVIDUAIS DOS CAMPEONATOS NACIONAIS DE ESTRADA (FEMININOS)

1990	Conceição Ferreira	SC Braga	Lucília Soares	Benfica	Manuela Dias	Benfica
1991	Conceição Ferreira	SC Braga	Fernanda Marques	SC Braga	Manuela Dias	Benfica
.....						
<u>1995/96</u>	Albertina Dias	Maratona	Conceição Ferreira	SC Braga	Ana Paula Oliveira	Maratona
<u>1996/97</u>	Marina Bastos	Pasteleira	Helena Sampaio	Pasteleira	Fernanda Marques	Maratona
<u>1997/98</u>	Manuela Machado	SC Braga	Conceição Ferreira	SC Braga	Rosa Oliveira	SC Braga
<u>1998/99</u>	Fernanda Ribeiro	FC Porto	Albertina Dias	Maratona	Manuela Machado	SC Braga
<u>1999/00</u>	Fernanda Ribeiro	FC Porto	Manuela Machado	SC Braga	Fernanda Miranda	SC Braga
<u>2000/01</u>	Ana Paula Oliveira	Pasteleira	Anália Rosa	SC Braga	Fátima Cabral	SC Braga
<u>2001/02</u>	Helena Sampaio	Maratona	Inês Monteiro	JOMA	Mónica Rosa	Maratona
<u>2002/03</u>	Inês Monteiro	JOMA	Helena Sampaio	Maratona	Anália Torre	Maratona
<u>2003/04</u>	Inês Monteiro	JOMA	Marina Bastos	Maratona	Mónica Rosa	Maratona
<u>2004/05</u>	Inês Monteiro	JOMA	Mónica Rosa	Maratona	Jéssica Augusto	SC Braga
<u>2005/06</u>	Inês Monteiro	Maratona	Jéssica Augusto	SC Braga	Cláudia Pereira	SC Braga
<u>2006/07</u>	Jéssica Augusto	Maratona	Fátima Cabral	Açoreana	Marisa Barros	SC Braga
<u>2007/08</u>	Jéssica Augusto	Maratona	Sara Moreira	Maratona	Dulce Félix	SC Braga
<u>2008/09</u>	Sara Moreira	Maratona	Dulce Félix	SC Braga	Anália Rosa	Maratona
<u>2009/10</u>	Sara Moreira	Maratona	Dulce Félix	SC Braga	Anália Rosa	Maratona
<u>2010/11</u>	Dulce Félix	Maratona	Sara Moreira	Maratona	Anália Rosa	Maratona
<u>2011/12</u>	Dulce Félix	Maratona	Ana Dias	Maratona	Leonor Carneiro	Maratona
<u>2012/13</u>	Sara Moreira	Maratona	Dulce Félix	Maratona	Marisa Barros	Benfica
<u>2013/14</u>	Dulce Félix	Benfica	Cláudia Pereira	JOMA	Carla Martinho	Adercus
<u>2014/15</u>	Dulce Félix	Benfica	Sara Moreira	Sporting	Salomé Rocha	Benfica
<u>2015/16</u>	Dulce Félix	Benfica	Sara Moreira	Sporting	Jéssica Augusto	Sporting
<u>2016/17</u>	Jéssica Augusto	Sporting	Catarina Ribeiro	Individual	Marta Pen	Benfica
<u>2017/18</u>	Inês Monteiro	Sporting	Sara Moreira	Sporting	Cátia Santos	GD Estreito
<u>2018/19</u>	Catarina Ribeiro	Sporting	Sara Moreira	Sporting	Neide Dias	Benfica
<u>2019/20</u>	Salomé Rocha	Sporting	Jéssica Augusto	Sporting	Catarina Ribeiro	Sporting
<u>2020/21</u>	Mariana Machado	SC Braga	Ana M. Ferreira	Sporting	Sara Moreira	Sporting
<u>2021/22</u>	Solange Jesus	CD Feirense	Ana M. Ferreira	Sporting	Catarina Ribeiro	Sporting

OS PÓDIOS COLETIVOS DOS CAMPEONATOS NACIONAIS DE ESTRADA (FEMININOS)

1990/91	Benfica	10	S.C. Braga	11		
1991/92	S.C. Braga	8	Benfica	15		

1995/96	Maratona da Maia	8	S.C. Braga	18		
1996/97	Pasteleira	20	JOMA	38		
1997/98	S.C. Braga	10	JOMA	35		
1998/99	S.C. Braga	23	F.C. Porto	25	Maratona da Maia	33
1999/00	S.C. Braga	14	F.C. Porto	33	Pasteleira	41
2000/01	S.C. Braga	15	JOMA	41	Pasteleira	45
2001/02	Maratona	15	S.C. Braga	28	JOMA	41
2002/03	Maratona	21	S.C. Braga	26	JOMA	40
2003/04	Maratona	14	JOMA	28	Adercus	57
2004/05	Maratona	17	SC Braga	27	JOMA	67
2005/06	Maratona	17	SC Braga	27	JOMA	67
2006/07	Maratona	20	SC Braga	36	C. Açoreana Seguros	50
2007/08	Maratona	16	SC Braga	41	C. Açoreana Seguros	47
2008/09	Maratona	13	SC Braga	29		
2009/10	Maratona	13	SC Braga	27		
2010/11	Maratona	10	SC Braga	36	Adercus	63
2011/12	Maratona	10	SC Braga	43	Adercus	60
2012/13	Maratona	12	Benfica	36	Adercus	40
2013/14	Benfica	25	UD Várzea	31	Adercus	43
2014/15	Benfica	13	Sporting	25	Adercus	76
2015/16	Benfica	16	Sporting	21	Adercus	67
2016/17	Sporting	17	RD Agueda	43	Grecas	90
2017/18	Sporting	20	RD Agueda	59	Grecas	82
2018/19	Sporting	18	RD Agueda	35	SC Braga	66
2019/20	Sporting	21	RD Agueda	45	SC Braga	70
2020/21	Sporting	21	SC Braga	37	RD Agueda	39
2021/22	Sporting	26	RD Agueda	31	CD Feirense	58

OS VENCEDORES DOS CAMPEONATOS NACIONAIS DE ESTRADA (JOVENS)

SUB'23

Ano/Época Masculinos

1995/96	
1996/97	Nuno Guerra (ADR Pasteleira)
1997/98	
1998/99	
1999/00	José Silva (SU Caparica)
2000/01	José Silva (Skoda)
2001/02	
2002/03	Fernando Silva (Maratona CP)
2003/04	Hermano Ferreira (Maratona CP)
2004/05	Hermano Ferreira (Maratona CP)
2005/06	Ricardo Gomes (Adercus)
2007	Nuno Costa (Maratona CP)
2008	Leonel Fernandes (Cyclones AC)
2009	Leonel Fernandes (Cyclones AC)
2010	Tiago Costa (SC Braga)
2011	José Costa (Cyclones AC)
2012	Luís Mendes (Cyclones AC)
2013	Fernando Mendonça (CRP Salema)
2014	Samuel Barata (SL Benfica)
2015	Samuel Barata (SL Benfica)
2016	André Pereira (SL Benfica)
2017	André Pereira (SL Benfica)
2018	Cristiano Pereira (CP Mangualde)
2019	Cristiano Borges (Sporting)
2020	Alexandre Figueiredo (Benfica)
2021	Simão Bastos (AC P. Varzim)
2022	Bernardo Rocha (SC Salgueiros)

Femininos

Paula Laneiro (JOMA)
Paula Laneiro (JOMA)
Olga Machado (SC Braga)
Olga Machado (SC Braga)
Inês Monteiro (JOMA)
Inês Monteiro (JOMA)
Mónica Silva (Adercus)
Dulce Félix (FC Vizela)
Filomena Costa (SC Braga)
Sara Moreira (GD Estreito)
Ercília Machado (SC Braga)
Liliana Alves (SC Braga)
Joana Costa (SC Braga)
Daniela Cunha (Maratona CP)
Daniela Cunha (Maratona CP)
Cátia Leitão (Olimp. Oeiras)
Silvana Dias (UD Várzea)
Silvana Dias (SL Benfica)
Rute Simões (Grecas)
Rute Simões (Grecas)
Manuela Martins (Maratona CP)
Sara Duarte (Sporting)
Manuela Martins (Maratona CP)
Mariana Machado (SC Braga)
Lia Lemos (Sporting)

SUB 20

Ano/Época	Individual masculino	coletiva	Individual feminino	coletiva
2014	André Pereira (SL Benfica)	SL Benfica	Sónia Ferreira (UD Várzea)	Nenhuma classificada
2015	Fábio Gomes (UD Várzea)	SL Benfica	Rita Mineiro (CDUL)	CDUL
2016	Duarte Brás (Olimp. Oeiras)	SL Benfica	Rita Mineiro (CDUL)	CDUL
2017	Alexandre Figueiredo (Maratona V Chã)	SL Benfica	Sara Duarte (UD Várzea)	Ingleses FC
2018	Alexandre Figueiredo (SL Benfica)	SL Benfica	Sara Monteiro (AD N Oeiras)	Nenhuma classificada
2019	Francisco Cerveira (CN Rio Maior)	Maratona CP	Alice Oliveira (Maia AC)	CDUL
2020	Pedro Saldanha (Sporting)	Sporting CP	Cátia Pereira (Sporting)	Sporting CP
2021	João Pais (CA Seia)	Cl. Pd. Pessoa	Ana Marinho (EA Rosa Oliveira)	EA Rosa Oliveira
2022	Ruben Pires (UD Várzea)	Sporting CP	Rita Figueiredo (Sporting)	Sporting CP