

36.ºS CAMPEONATOS NACIONAIS DE LANÇAMENTOS LONGOS

SUB-18, SUB-20, SUB-23 E ABSOLUTOS



VAGOS

22 FEVEREIRO 2025

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



Vitalis

RESUMO HISTÓRICO

Competição que se realiza desde 1989, mas que tem tido, ao longo do tempo, os mais variados nomes: Torneio Nacional de Lançamentos (1989 a 1998), Taça FPA de Lançamentos (1999 a 2003), Campeonato Nacional de Inverno de Lançamentos (2004 a 2008) e Campeonato Nacional de Lançamentos Longos (desde 2009).

Entre 1991 e 2008 (exceto em 2004) realizaram-se os quatro lançamentos. A partir dessa data apenas se efetuaram os lançamentos longos.

O escalão de juniores passou a ter provas exclusivas em 2000 e o de sub'23 começou a ser considerado em 2004. A partir de 1995 começaram a realizar-se provas para juvenis, escalão que passou a ter uma competição específica em 2009: a Taça Nacional de Lançamentos, que passou a Taça FPA de Lançamentos em 2013, a Taça de Portugal de Lançamentos em 2015 e a Campeonato Nacional de Lançamentos Longos em 2017. O lançamento do peso realizou-se até 2016, exceto em 2014...

LOCAIS DE COMPETIÇÃO (Absolutos)

1989	Lisboa-N	1998	Coimbra-U/M	2008	Leiria-CNL	2017	Leiria-CNL
1990	Lisboa-N	1999	Leiria	2009	Leiria-CNL	2018	Vagos
1991	Lisboa-N	2001	Almada	2010	Leiria-CNL	2019	Vagos
1992	Lisboa-N	2002	Lisboa-U	2011	Leiria-CNL	2020	Vagos
1993	Lisboa-N	2003	Lisboa-U	2012	Leiria-CNL	2021	Vagos
1994	Lisboa-N	2004	Lisboa-U	2013	Leiria-CNL	2022	Vagos
1995	Lisboa-U2	2005	Lisboa-U	2014	Leiria-CNL	2023	Vagos
1996	Lisboa-U	2006	Lisboa-U	2015	Leiria-CNL	2024	Vagos
1997	Lisboa-U	2007	Leiria-CNL	2016	Leiria-CNL		

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



RECORDES DE PORTUGAL

Disco	Emanuel Sousa	SL Benfica	64,36	Castres	25-05-2024
Martelo	Vítor Costa	Sporting CP	76,86	Reims	21-07-2004
Dardo	Leandro Ramos	SL Benfica	84,78	Doha	13-05-2022

Recordes nacionais sub-23

Disco	Edujose Lima	Sporting CP	60,83	Leiria-CNL	14-07-2018
Martelo	Vítor Costa	SL Benfica	72,32	Lille	29-09-1996
Dardo	Leandro Ramos	SL Benfica	82,44	Cast. Vide	31-07-2021

Recordes nacionais sub-20

Disco (1,75)	Emanuel Sousa	SL Benfica	62,87	Mannheim	24-06-2018
Martelo (6)	Vítor Costa	Querqueville – Fr.	76,30	Evry	05-06-1993
Dardo	Leandro Ramos	SL Benfica	77,52	Castellón	26-05-2019

Recordes nacionais sub-18

Disco (1,5)	António Vital Silva	FC Porto	59,57	Marraquexe	15-07-2005
Martelo (5)	António Vital Silva	FC Porto	76,07*	Porto-I	12-03-2005
Dardo (700)	Tiago Aperta	SC Abrantes	69,84	Leiria	02-08-2009

* a marca de 76,47 em 29-07-2005 não foi homologada por ter sido obtida em pista não homologada (Lovelhe)

RECORDES DE PORTUGAL FEMININOS

Disco	Irina Rodrigues	Individual	66,60	Leiria-CNL	10-03-2024
Martelo	Vânia Silva	Sporting CP	69,55	VR Stº António	29-05-2011
Dardo	Sílvia Cruz	Sporting CP	59,76	Leiria	21-06-2008

Recordes nacionais sub-23 femininos

Disco	Irina Rodrigues	Sporting CP	62,91	Halle	20-05-2012
Martelo	Mariana Pestana	GD Estreito	68,50	Funchal	10-06-2023
Dardo	Cláudia Ferreira	Sporting CP	54,66	Lisboa-U	15-08-2020

Recordes nacionais sub-20 femininos

Disco	Irina Rodrigues	Sporting CP	58,21	Qtª do Anjo	13-03-2010
Martelo	Ana Durão	ADC Lovelhe	61,47	Halle	23-05-2004
Dardo	Cláudia Ferreira	Sporting CP	51,50	Pombal	02-07-2017

Recordes nacionais sub-18 femininos

Disco (1)	Irina Rodrigues	Juv. Vidigalense	53,94	Leiria	01-03-2008
Martelo (3)	Ana Durão	ADC Lovelhe	64,85	V. Castelo	07-06-2003
Dardo (500)	Cláudia Ferreira	Cyclones AC	50,20	Leiria	09-08-2015

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



MARCAS DE QUALIFICAÇÃO - TAÇA DA EUROPA DE LANÇAMENTOS

Nicosia (CYP), 15 e 16 de março de 2025

Sénior M	Sub-23 M		Sénior F	Sub-23 F
60,50	53,50	Disco	54,50	48,50
72,50	63,50	Martelo	67,00	59,50
75,50	69,00	Dardo	56,00	50,00

CAMPEONATOS DA EUROPA SUB-23

Bergen (NOR), 17 a 20 de julho de 2025

Qual. M		Qual. F
54,50	Disco	49,50
65,00	Martelo	60,50
71,00	Dardo	50,00

As Marcas de Qualificação terão de ser obtidas entre os dias 1 de janeiro e 6 de julho.

CAMPEONATOS DA EUROPA DE SUB-20

Tampere (FIN), 07 a 10 de agosto de 2025

Qual. M		Qual. F
54,50	Disco	47,50
68,00	Martelo	57,50
66,00	Dardo	48,50

As Marcas de Qualificação terão de ser obtidas entre os dias 1 de janeiro e 27 de julho

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



ATLETAS COM MAIS VITÓRIAS ABSOLUTAS

Femininos:

28	Teresa Machado	SCP/JFSJ/COD	di-17/p-10/m-1	1989/2007
18	Vânia Silva	JV/SCP	martelo	2002/2021
16	Sílvia Cruz	SCP	dardo-15/peso-1	2002/2018
12	Irina Rodrigues	JV/SCP	disco	2008/2022
7	Helena Gouveia	ME/CSM	dardo	1993/2000
6	Cláudia Ferreira	SCP	dardo	2019/2024
5	Sónia Alves	SCP/EA	martelo	1998-2015

Masculinos:

13	António Peixoto	SCP	m-9/p-2/di-2	1989/2002
11	Dário Manso	NDJL/JOMA/SCP	martelo	2004/2014
11	Jorge Grave	QFC/SCP/SLB	disco	2006/2016
9	Paulo Bernardo	BA/SLB	disco	1996/2005
8	António Vital Silva	SLB	mart-7/peso-1	2015/2021
6	João Reis	SLB/SCP	dardo	1992/2002
	Marco Fortes	SCP	peso	2003/2007

Mais vitórias consecutivas:

15	Teresa Machado	SCP/JFSJ/COD	disco	1991/2005
11	Dário Manso	NDJL/JOMA/SCP	martelo	2004/2014
	Jorge Grave	QFC/SCP/SLB	disco	2006/2016
10	Sílvia Cruz	SCP	dardo	2004/2013
	Vânia Silva	JV/SCP	martelo	2005/2014
7	António Vital Silva	SLB	martelo	2015/2021

Mais vitórias no conjunto de todos os escalões:

Vit.	Atleta	Vit./especialidade	Vit./escalão
28	Teresa Machado	Di-17/P-10/M-1	28sen
22	Irina Rodrigues	Di-20/P-2	12sen/3s23/2jn/5jv
19	Vânia Silva	M-19	18sen/1jv
17	Sílvia Cruz	Dr-16/P-1	16sen/1jv
13	Liliana Cá	Di-11/P-2	3sen/3s23/4jn/3jv
13	Cláudia Ferreira	Dr-13	6sen/3s23/2jn/2jv
10	Juliana Pereira	Di-8/P-2	1sen/3s23/2jn/4jv
20	António Vital Silva	M-11/Di-5/P-4	8sen/2s23/5jn/4jv
14	Dário Manso	M14	11sen/1s23/2jn
14	Jorge Grave	Di-14	11sen/1s23/1jn/1jv
13	António Peixoto	M-9/P-2/Di-2	13sen
11	Leandro Ramos	Di-1/Dr-10	4sen/3s23/2jn/2jv
9	Marco Fortes	P-8/Di-1	6sen/1jn/2jv

OS VENCEDORES ANO A ANO

ABSOLUTOS

PESO (M)

1991	Fernando Alves	SL Benfica	16,72
1992	António Peixoto	Sporting CP	14,61
1993	António Peixoto	Sporting CP	15,19
1994	Fernando Alves	SL Benfica	17,22
1995	Fernando Alves	SL Benfica	17,39
1996*	Nuno Serra	SUO Vais	14,89
1997	Luís Herédio Costa	Sporting CP	16,01
1998	Nuno Serra	NA Cucujães	15,98
1999	Fernando Alves	SL Benfica	17,69
2000	Marco Fortes	Sporting CP	16,55
2001	Luís Herédio Costa	Sporting CP	16,50
2002	Marco Fortes	Sporting CP	17,42
2003	Marco Fortes	Sporting CP	17,24
.....			
2005	Marco Fortes	Sporting CP	17,67
2006	Marco Fortes	Sporting CP	18,29
2007	Marco Fortes	Sporting CP	18,11
2008	António Vital Silva	SL Benfica	16,93

* ganhou a prova o brasileiro João Santos (Sporting CP), com 17,15

DISCO (M)

1989	Paulo Santos	SL Benfica	52,06
1990	Paulo Santos	SL Benfica	51,70
1991	Fernando Alves	SL Benfica	52,44
1992	António Peixoto	Sporting CP	43,82
1993	António Peixoto	Sporting CP	45,50
1994	Paulo Bernardo	Bairro Anjos	48,80
1995	Fernando Alves	SL Benfica	49,56
1996*	Paulo Bernardo	FC Porto	47,98
1997**	Paulo Santos	FC Porto	51,64
1998	Paulo Bernardo	SL Benfica	54,92
1999	Paulo Bernardo	SL Benfica	50,68
2000	Paulo Bernardo	Bairro Anjos	55,37
2001	Paulo Bernardo	Bairro Anjos	56,41
2002	Paulo Bernardo	Bairro Anjos	54,80
2004	Paulo Bernardo	Bairro Anjos	59,22
2005	Paulo Bernardo	Bairro Anjos	54,51
2006	Jorge Grave	Quintajense FC	56,10
2007	Jorge Grave	Quintajense FC	55,44
2008	Jorge Grave	Quintajense FC	56,87
2009	Jorge Grave	Sporting CP	59,67
2010	Jorge Grave	Sporting CP	55,42
2011	Jorge Grave	Sporting CP	53,47
2012	Jorge Grave	Sporting CP	55,91
2013	Jorge Grave	SL Benfica	61,00

RN

2014	Jorge Grave	SL Benfica	57,82
2015	Jorge Grave	SL Benfica	57,32
2016	Jorge Grave	SL Benfica	55,63
2017	Francisco Belo	SL Benfica	61,55
2018	Filipe Vital Silva	(Espanha)	53,85
2019	Edujose Lima	Sporting CP	53,40
2020	Emanuel Sousa	SL Benfica	58,30
2021	Edujose Lima	Sporting CP	56,89
2022	Emanuel Sousa	SL Benfica	59,13
2023	Emanuel Sousa	SL Benfica	52,52
2024	Edujose Lima	Sporting CP	59,88

* ganhou a prova o brasileiro João Santos (Sporting CP), com 57,58

** ganhou a prova o ucraniano Vladimir Zinchenko (Sporting CP), com 59,82

MARTELO (M)

1989	António Peixoto	Sporting CP	56,98
1990	Silvério Manso	CS Marítimo	53,04
1991	Fernando Alves	SL Benfica	60,10
1992	António Peixoto	Sporting CP	57,50
1993	António Peixoto	Sporting CP	62,94
1994	António Peixoto	Sporting CP	56,60
1995	António Peixoto	Sporting CP	60,64
1996	António Peixoto	Sporting CP	61,44
1997	Nuno Coelho	Quintajense FC	60,94
1998	Nuno Coelho	Sporting CP	58,85
1999	António Peixoto	Sporting CP	58,32
2000	António Peixoto	Sporting CP	62,69
2001	Vítor Costa	Sporting CP	69,13
2002	António Peixoto	Sporting CP	63,16
2003	André Vital Silva	FC Porto	64,90
2004	Dário Manso	NDJ Laranjeiro	65,23
2005	Dário Manso	NDJ Laranjeiro	65,71
2006	Dário Manso	JOMA	67,08
2007	Dário Manso	Sporting CP	65,55
2008	Dário Manso	Sporting CP	68,02
2009	Dário Manso	Sporting CP	67,34
2010	Dário Manso	Sporting CP	65,93
2011	Dário Manso	Sporting CP	66,63
2012	Dário Manso	Sporting CP	67,41
2013	Dário Manso	Sporting CP	68,32
2014	Dário Manso	Sporting CP	65,86
2015	António Vital Silva	SL Benfica	63,81
2016	António Vital Silva	SL Benfica	68,05
2017	António Vital Silva	SL Benfica	65,69
2018	António Vital Silva	SL Benfica	70,45
2019	António Vital Silva	SL Benfica	69,71

PARCEIROS INSTITUCIONAIS

PATROCINADORES

2020	António Vital Silva	SL Benfica	68,78
2021	António Vital Silva	SL Benfica	69,42
2022	Ruben Antunes	Sporting CP	70,52
2023	António Vital Silva	SL Benfica	66,89
2024	Ruben Antunes	Sporting CP	70,72

DARDO (M)

1989	Carlos Cunha	Sporting CP	67,02	
1990	Carlos Cunha	Olivais Sul	56,22	
1991	Carlos Cunha	GS Loures	64,36	
1992	João Reis	SL Benfica	60,20	
1993	Carlos Cunha	SL Benfica	69,66	
1994	Sérgio Abreu	CS Marítimo	57,02	
1995	João Reis	Sporting CP	64,32	
1996	João Reis	Sporting CP	70,68	RN
1997	João Reis	Sporting CP	61,12	
1998	Carlos Cunha	SL Benfica	62,91	
1999	Filipe Ventura	Sporting CP	71,41	RN
2000	Filipe Ventura	Sporting CP	71,83	
2001	João Reis	C Operário D	67,44	
2002	João Reis	C Operário D	66,28	
2003	André Medeiros	CU Micaelense	63,26	

2004	Filipe Ventura	Sporting CP	66,20
2005	Filipe Ventura	Sporting CP	68,16
2006	Filipe Ventura	Sporting CP	67,95
2007	Carlos Tribuna	Gira Sol	61,36
2008	Elias Leal	FC Porto	66,02
2009	Elias Leal	Sporting CP	64,91
2010	Luís Almeida	Sporting CP	72,22
2011	Elias Leal	Sporting CP	64,36
2012	Hélder Pestana	Sporting CP	64,82
2013	Hélder Pestana	Sporting CP	65,50
2014	Carlos Tribuna	Gira Sol	61,02
2015	Hélder Pestana	GD Estreito	67,26
2016	João Fernandes	AD Nova Luzes	64,90
2017	Luís Almeida	Sporting CP	62,80
2018	Tiago Aperta	Sporting CP	67,08
2019	Mário Marques	SC Braga	65,66
2020	Leandro Ramos	SL Benfica	75,01
2021	Leandro Ramos	SL Benfica	73,58
2022	Leandro Ramos	SL Benfica	82,22
2023	Leandro Ramos	SL Benfica	68,43
2024	Leandro Ramos	SL Benfica	77,00

PESO (F)

1991	Teresa Machado	Sporting CP	14,76
1992	Elisa Costa	SL Benfica	13,10
1993	Teresa Machado	Sporting CP	15,98
1994	Teresa Machado	JF S. Jacinto	16,50
1995	Teresa Machado	Sporting CP	15,71
1996	Teresa Machado	Sporting CP	16,23
1997	Marisa Pão-Alvo	CN Rio Maior	13,20
1998	Marisa Pão-Alvo	CN Rio Maior	13,27
1999	Catarina Vidal	Sporting CP	10,59
2000	Teresa Machado	Sporting CP	16,67
2001	Teresa Machado	Sporting CP	15,04
2002*	Teresa Machado	Sporting CP	16,40
2003	Teresa Machado	Sporting CP	15,54
.....			
2005	Teresa Machado	C Operário D	15,14
2006	Antónia Borges	Sporting CP	15,15
2007	Dulce Cá	GR Qtª Lomba	14,07
2008	Sílvia Cruz	Sporting CP	14,09

* a vencedora da prova foi a ucraniana Valentina Fedyushina (Sporting CP), com 17,16

DISCO (F)

1989	Teresa Machado	Sporting CP	50,58
1990	Maria João Nunes	SL Benfica	39,10
1991	Teresa Machado	Sporting CP	54,24

1992	Teresa Machado	Sporting CP	55,64
1993	Teresa Machado	Sporting CP	59,46
1994	Teresa Machado	JF S. Jacinto	60,22
1995	Teresa Machado	Sporting CP	58,48
1996	Teresa Machado	Sporting CP	58,02
1997	Teresa Machado	Sporting CP	57,94
1998	Teresa Machado	Sporting CP	62,86
1999	Teresa Machado	Sporting CP	59,08
2000	Teresa Machado	Sporting CP	63,55
2001	Teresa Machado	Sporting CP	58,70
2002	Teresa Machado	Sporting CP	57,22
2003	Teresa Machado	Sporting CP	59,29
2004	Teresa Machado	C Operário D	59,56
2005	Teresa Machado	C Operário D	55,23
2006	Liliana Cá	Sporting CP	47,52
2007	Teresa Machado	C Operário D	55,41
2008	Irina Rodrigues	J. Vidigalense	53,94 RNJn/Jv
2009	Liliana Cá	Sporting CP	56,63
2010	Irina Rodrigues	Sporting CP	52,49
2011	Liliana Cá	Sporting CP	52,17
2012	Irina Rodrigues	Sporting CP	56,05
2013	Irina Rodrigues	Sporting CP	59,76
2014	Irina Rodrigues	Sporting CP	56,80
2015	Irina Rodrigues	Sporting CP	56,49
2016	Irina Rodrigues	Sporting CP	56,63
2017	Juliana Pereira	SL Benfica	51,04
2018	Irina Rodrigues	Sporting CP	62,37
2019	Irina Rodrigues	Sporting CP	58,90

PARCEIROS INSTITUCIONAIS

PATROCINADORES

2020	Irina Rodrigues	Sporting CP	62,81
2021	Liliana Cá	AD Novas Luzes	65,10
2022	Irina Rodrigues	Sporting CP	62,08
2023	Liliana Cá	Sporting CP	62,11
2024 *	Irina Rodrigues	Individual	60,47

* a vencedora foi a cubana Denia Caballero (SCU Torreense), com 62,93 m

MARTELO (F)

1994	Teresa Machado	JF S. Jacinto	36,72	
1995	Cláudia Ferreira	Quintajense FC	45,14	RN
1996	Cláudia Ferreira	Sporting CP	48,46	RN
1997	Sónia Grácio	Boavista FC	46,52	
1998	Sónia Alves	Sporting CP	49,83	
1999	Sónia Martins	CA Madeira	51,54	
2000	Sónia Alves	Sporting CP	55,98	
2001	Sónia Alves	Sporting CP	58,60	
2002	Vânia Silva	J. Vidigalense	63,02	
2003	Vânia Silva	J. Vidigalense	65,91	
2004	Sónia Alves	Sporting CP	63,05	
2005	Vânia Silva	J. Vidigalense	63,94	
2006	Vânia Silva	J. Vidigalense	63,07	
2007	Vânia Silva	J. Vidigalense	64,08	
2008	Vânia Silva	J. Vidigalense	64,46	
2009	Vânia Silva	Sporting CP	66,66	
2010	Vânia Silva	Sporting CP	65,91	
2011	Vânia Silva	Sporting CP	66,68	
2012	Vânia Silva	Sporting CP	64,94	
2013	Vânia Silva	Sporting CP	61,00	
2014	Vânia Silva	Sporting CP	64,76	
2015	Sónia Alves	ACD E. Almeida	58,64	
2016	Vânia Silva	Sporting CP	57,50	
2017	Vânia Silva	Sporting CP	60,99	
2018	Vânia Silva	Sporting CP	58,67	
2019	Vânia Silva	Sporting CP	59,42	
2020*	Vânia Silva	Sporting CP	61,09	
2021	Vânia Silva	Sporting CP	58,97	
2022	Mariana Pestana	GD Estreito	59,78	
2023	Mariana Pestana	GD Estreito	61,79	
2024	Mariana Pestana	GD Estreito	63,01	

* a vencedora da prova foi a equatoriana Valeria Chilinginga (ADRC Lovelhe), com 61,52

DARDO (F)

1989	Ana Morais	SL Benfica	44,34
1990	Ana Morais	SL Benfica	49,48
1991	Ana Morais	SL Benfica	47,20
1992	Ana Morais	SL Benfica	51,54
1993	Helena Gouveia	M. Esperança	48,18
1994	Helena Gouveia	M. Esperança	51,90
1995	Helena Gouveia	CS Marítimo	52,82
1996	Helena Gouveia	CS Marítimo	50,14
1997	Helena Gouveia	CS Marítimo	46,68
1998	Cristina Ferreira	CS Marítimo	45,94
1999	Helena Gouveia	CS Marítimo	49,55
2000	Helena Gouveia	CS Marítimo	45,41
2001	Joana Gonçalves	J. Vidigalense	44,91
2002	Sílvia Cruz	Sporting CP	48,03
2003	Cristina Ferreira	CA Madeira	46,23
2004	Sílvia Cruz	Sporting CP	49,07
2005	Sílvia Cruz	Sporting CP	51,85
2006	Sílvia Cruz	Sporting CP	52,98
2007	Sílvia Cruz	Sporting CP	54,10
2008	Sílvia Cruz	Sporting CP	52,02
2009	Sílvia Cruz	Sporting CP	50,74
2010	Sílvia Cruz	Sporting CP	50,35
2011	Sílvia Cruz	Sporting CP	56,43
2012	Sílvia Cruz	Sporting CP	46,98
2013	Sílvia Cruz	Sporting CP	54,66
2014	Sara Fernandes	CF Belenenses	42,37
2015	Sílvia Cruz	Sporting CP	45,71
2016	Sílvia Cruz	Sporting CP	49,29
2017	Sílvia Cruz	Sporting CP	49,09
2018	Sílvia Cruz	Sporting CP	47,60
2019	Cláudia Ferreira	Sporting CP	50,56
2020	Cláudia Ferreira	Sporting CP	52,09
2021	Cláudia Ferreira	Sporting CP	51,87
2022	Cláudia Ferreira	Sporting CP	52,74
2023	Cláudia Ferreira	Sporting CP	51,07
2024	Cláudia Ferreira	Sporting CP	54,06

SUB-23
PESO (M)

.....			
2005	não houve concorrentes		
2006	André Gonçalves	CS Marítimo	14,93
2007	André Gonçalves	CS Marítimo	14,78
2008	António Vital Silva	SL Benfica	16,93

DISCO(M)

2004	Jorge Grave	Quintajense FC	54,30
2005	Hugo Caldeira	Sporting CP	48,35
2006	Hugo Caldeira	Sporting CP	47,98
2007	não houve concorrentes		
2008	António Vital Silva	SL Benfica	49,05
2009	não houve concorrentes		
2010	Luís Fernandes	J. Vidigalense	41,31
2011	Francisco Belo	Sporting CP	49,36
2012	Francisco Belo	Sporting CP	53,65
2013	Tsanko Arnaudov	SL Benfica	46,85
2014	Ricardo Freitas	Grecas	44,69
2015	José Pinho	NA Cucujães	47,85
2016	Edujose Lima	Sporting CP	52,71
2017	Edujose Lima	Sporting CP	54,58
2018	Edujose Lima	Sporting CP	50,43
2019	Emanuel Sousa	SL Benfica	52,42
2020	Emanuel Sousa	SL Benfica	58,30
2021	Cleide Lopes	C Bf Faro	48,49
2022	Cleide Lopes	C Bf Faro	47,03
2023	André Jidkov	Sporting CP	42,21
2024	Matheo Ferreira	SL Benfica	43,76

MARTELO (M)

2004	Dário Manso	NDJ Laranjeiro	65,23
2005	não houve concorrentes		
2006	Nuno Rocha	FC Porto	60,38
2007	Flávio Azevedo	CIAIA	47,90
2008	Carlos Vicente	Individual	63,20
2009	Carlos Vicente	J. Vidigalense	64,82
2010	João Venade	FC Porto	56,03

PESO (F)

.....			
2005	Antónia Borges	Sporting CP	14,57
2006	Dulce Cá	GR Qtª Lomba	13,99
2007	Sónia Borges	Sporting CP	12,15
2008	não houve concorrentes		

2011	Pedro Capela	SL Benfica	54,33
2012	Vítor Tiago	ADRC Lovelhe	55,23
2013	Pedro Capela	CA Bª Banheira	61,83
2014	Michael Fonseca	J. Vidigalense	53,27
2015	Michael Fonseca	J. Vidigalense	54,79
2016	Miguel Carreira	J. Vidigalense	62,06
2017	Miguel Carreira	Sporting CP	65,66
2018	Miguel Carreira	Sporting CP	63,14
2019	Décio Andrade	GD Estreito	66,88
2020	Ruben Antunes	Sporting CP	66,79
2021	Ruben Antunes	Sporting CP	67,29
2022	Carlos Malaquias	J Vidigalense	52,70
2023	Francisco Pereira	GD Estreito	51,63
2024	Francisco Pereira	GD Estreito	56,66

DARDO (M)

2004	André Medeiros	CU Micaelense	63,20
2005	Luís Almeida	JOMA	60,79
2006	Luís Almeida	JOMA	61,28
2007	Micael Nóbrega	JD Neves	50,58
2008	Hélder Pestana	GD Estreito	65,55
2009	Marco Ferreira	FC Porto	57,33
2010	Hugo Silva	CCD Ribeirão	52,25
2011	João Fernandes	SL Benfica	58,97
2012	Tiago Aperta	SL Benfica	62,13
2013	João Fernandes	SL Benfica	63,24
2014	Mário Marques	Camp. SJMad	51,46
2015	Egner Tavares	Sporting CP	61,02
2016	Paulo Silva	CDRC Amarense	55,32
2017	José Gonçalves	Camp. SJMad	52,66
2018	Joshua Egbeama	SL Benfica	61,51
2019	Joshua Egbeama	SL Benfica	62,60
2020	Leandro Ramos	SL Benfica	75,01
2021	Leandro Ramos	SL Benfica	73,58
2022	Leandro Ramos	SL Benfica	82,22
2023	Mário Pereira	SL Benfica	52,39
2024	Dinis Rainha	F. Salesianos	56,52

DISCO(F)

2004	Irina Sustelo	C Operário D	40,66
2005	Sónia Borges	Sporting CP	42,73
2006	Liliana Cá	Sporting CP	47,52
2007	Liliana Cá	Sporting CP	54,09
2008	Liliana Cá	Sporting CP	51,95
2009	Catarina Rosa	CA Mar. Grande	41,12
2010	Andreia Gomes	J. Vidigalense	39,27

PARCEIROS INSTITUCIONAIS

PATROCINADORES

2011	Irina Rodrigues	Sporting CP	50,42
2012	Irina Rodrigues	Sporting CP	56,05
2013	Irina Rodrigues	Sporting CP	59,76
2014	Diana Hernandez	ACR Srª Desterro	46,99
2015	Juliana Pereira	J. Vidigalense	44,93
2016	Juliana Pereira	J. Vidigalense	45,60
2017	Juliana Pereira	J. Vidigalense	51,04
2018	Ophélie Oliveira	J. Vidigalense	49,62
2019	Juliana Rei	ADRE Palhaça	34,74
2020	Ivanilda Lopes	SL Benfica	48,72
2021	Ivanilda Lopes	SL Benfica	49,43
2022	Ivanilda Lopes	SL Benfica	50,21
2023	Raquel Gomes	J. Vidigalense	44,77
2024	Raquel Gomes	J. Vidigalense	49,55

MARTELO (F)

2004	Paula Borba	AC Mocidade	51,11
2005	Paula Borba	AC Mocidade	49,10
2006	Diana Sousa	AC Mocidade	53,04
2007	Diana Sousa	AC Mocidade	54,50
2008	Diana Sousa	AC Mocidade	56,92
2009	Mafuta Maketa	J. Vidigalense	47,64
2011	Mafuta Maketa	J. Vidigalense	51,90
2012	Andreia Venade	Gira Sol	47,15
2013	Jorgina Costa	CA Bª Banheira	52,27
2014	Jorgina Costa	SL Benfica	51,29
2015	Alda Fernandes	ACR Srª Desterro	48,72
2016	Daniela Paço	J. Vidigalense	54,63
2017	Daniela Paço	J. Vidigalense	55,91
2018	Rafaela Moutinho	Sporting CP	49,75

2019	Rafaela Moutinho	Sporting CP	50,73
2020	Cecília Rebocho	SL Benfica	50,81
2021	Eva Gonçalves	NA Cucujães	47,87
2022	Mariana Pestana	GD Estreito	59,78
2023	Mariana Pestana	GD Estreito	61,79
2024	Beatriz Nascimento	GRECAS	41,57

DARDO (F)

2004	Joana Gonçalves	J. Vidigalense	44,34
2005	Joana Gonçalves	J. Vidigalense	38,50
2006	Marisela Silva	GD Estreito	45,07
2007	Marisela Silva	GD Estreito	47,60
2008	Teresa Ribeiro	FC Porto	43,55
2009	Ana Pires	(Espanha)	44,55
2010	Benvinda Costa	Monte Kapa ED	42,01
2011	Cátia Costa	Monte Kapa ED	42,95
2012	Elisabete Silva	N Sp. S Miguel	43,68
2013	Elisabete Silva	SL Benfica	41,72
2014	Marlene Araújo	SL Benfica	40,67
2015	Marlene Araújo	Sporting CP	37,61
2016	Beatriz Resendes	J Ilha Verde	40,82
2017	Catarina Oliveira	20 Km Almeirim	37,68
2018	Cláudia Ferreira	Sporting CP	41,79
2019	Cláudia Ferreira	Sporting CP	50,56
2020	Cláudia Ferreira	Sporting CP	52,09
2021	Bárbara Bica	CS Gaia	42,27
2022	Alice Silva	GR Eirense	41,80
2023	Aleida Mendes	Sporting CP	41,39
2024	Sofia Ferreira	ADR Água de Pena	33,48

SUB-20
PESO/6 kg (M)

2000*	Marco Fortes	Sporting CP	16,55 ^{RN} _{Jn}
2001*	Jorge Rodrigues	ED Viana	14,03
2002	Fábio Venceslau	CA Terceira	13,18
2003	Paulo Ferreira	NA Cucujães	15,23
.....			
2005	Bruno André	IFC Torrense	16,56
2006	António Vital Silva	SL Benfica	17,73
2007	António Vital Silva	SL Benfica	18,43
2008	Christophe Correia	ADRC Lovelhe	14,99
.....			
2021	André Carvalho	Sporting CP	15,91

* peso de 7,26 kg

DISCO/1,75 kg (M)

2000*	Jorge Grave	Quintajense FC	48,67
2001*	Filipe Vital Silva	FC Porto	44,27
2002	Hugo Caldeira	Sporting CP	48,99
2003	Hugo Caldeira	Sporting CP	53,79
2004	Flávio Azevedo	AC Mocidade	41,25
2005	André Gonçalves	CS Marítimo	37,70
2006	António Vital Silva	SL Benfica	53,92
2007	António Vital Silva	SL Benfica	54,29
2008	Christophe Correia	ADRC Lovelhe	44,10
2009	Francisco Belo	J. Vidigalense	45,15
2010	Francisco Belo	J. Vidigalense	46,44
2011	Tsanko Arnaudov	SL Benfica	44,83
2012	Ricardo Freitas	Grecas	47,66
2013	Pedro Faria	CD Póvoa	42,84
2014	José Pinho	NA Cucujães	50,35
2015	Edujose Lima	Camp. SJ Mad	49,02
2016	Décio Andrade	GD Estreito	42,15
2017	Otoniel Badjana	SL Benfica	51,61
2018	Emanuel Sousa	SL Benfica	54,62
2019	Cleide Lopes	Sporting CP	46,37
2020	Gonçalo Muidine	20 Km Almeirim	43,75
2021	André Carvalho	Sporting CP	42,62
2022	Tiago Nunes	ADRE Palhaça	45,37
2023	Eduardo Neves	Sporting CP	42,97
2024	Eduardo Neves	Sporting CP	45,59

* disco de 2kg

MARTELO/6 kg (M)

2000*	Dário Manso	Sporting CP	53,22
2001*	Dário Manso	Sporting CP	56,88
2002	Célio Cruz	ADRC Lovelhe	56,46
2003	Nuno Rocha	FC Porto	63,18
2004	Flávio Azevedo	AC Mocidade	56,62

2005	João Almeida	CS Marítimo	56,52
2006	António Vital Silva	SL Benfica	66,19
2007	Carlos Vicente	ACDR Arneirense	63,65
2008	Rodrigo Santos	C Operário D	56,73
2009	Vítor Tiago	ADRC Lovelhe	56,57
2010	Bruno Gomes	ADRC Lovelhe	52,91
2011	Bruno Gomes	ADRC Lovelhe	52,15
2012	Michael Fonseca	JD Alandroal	51,55
2013	Luís Cardoso	Sporting CP	52,17
2014	Miguel Carreira	J Vidigalense	55,97
2015	Miguel Carreira	J Vidigalense	62,15
2016	Décio Andrade	GD Estreito	62,38
2017	Rúben Antunes	J. Vidigalense	65,48
2018	Rúben Antunes	J. Vidigalense	66,81
2019	Tomás Coelho	Sporting CP	54,95
2020	Afonso Jantarada	SL Benfica	57,46
2021	Diogo Freitas	GD Estreito	62,62
2022	Francisco Pereira	GD Estreito	56,55
2023	Francisco Calhau	J Vidigalense	65,19
2024	Francisco Calhau	Sporting CP	63,89

* martelo de 7,26 kg

DARDO/800 g (M)

2000	Ricardo Conde	ADRC Lovelhe	54,73
2001	Ricardo Conde	ADRC Lovelhe	53,78
2002	Luís Almeida	JOMA	59,75
2003	Luís Almeida	JOMA	56,44
2004	Emanuel Gomes	CAO Vianense	57,87
2005	Hélder Pestana	GD Estreito	60,50
2006	Hélder Pestana	GD Estreito	59,25
2007	Marco Ferreira	Gira Sol	57,46
2008	Valter Toledo	AC Mocidade	57,34
2009	Hugo Silva	ADRC Lovelhe	49,16
2010	Tiago Aperta	SL Benfica	68,08
2011	Tiago Aperta	SL Benfica	62,09
2012	Carlos Bornes	Gira Sol	51,71
2013	Paulo Silva	CDRC Amarense	55,03
2014	José Gonçalves	Campismo SJMad	47,02
2015	Rui Santos	Maia AC	49,06
2016	Tiago Pires	J. Vidigalense	54,20
2017	Tiago Pires	J. Vidigalense	55,68
2018	Leandro Ramos	SL Benfica	73,61
2019	Leandro Ramos	SL Benfica	69,44
2020	Dinis Rainha	SL Benfica	58,36
2021	Dinis Rainha	SL Benfica	57,94
2022	Lucas Bernardes	CD Quarteira	51,76
2023	João Fernandes	Sporting CP	63,46
2024	João Fernandes	Sporting CP	71,54

PESO (F)

2000	Ana Domingues	SL Benfica	14,39
2001	Catarina Ferreira	CA Madeira	12,05
2002	Purificação Fernandes	SC Braga	12,70
2003	Cristiana Oliveira	CA Madeira	12,88
.....			
2005	Liliana Cá	Sporting CP	11,69
2006	Rosário Rodrigues	ACDR Arneirense	12,41
2007	Lecabela Quaresma	GR Qtª Lomba	11,84
2008	Lecabela Quaresma	GR Qtª Lomba	11,07
.....			
2021	Débora Quaresma	Sporting CP	14,34

DISCO (F)

2000	Ana Domingues	SL Benfica	48,10
2001	Lezita Simas	CDE Ilhéus	42,54
2002	Liliana Cá	GR Qtª Lomba	39,01
2003	Carina Moutinho	FC Porto	36,51
2004	Liliana Cá	GR Qtª Lomba	49,09
2005	Liliana Cá	Sporting CP	53,39 ^{RN} _{Jn}
2006	Tânia Pinhão	Grecas	36,00
2007	Catarina Rosa	CA Mar. Grande	41,15
2008	Catarina Rosa	CA Mar. Grande	40,67
2009	Irina Rodrigues	Sporting CP	53,50
2010	Irina Rodrigues	Sporting CP	52,49
2011	Soraia Ruas	ADRE Palhaça	44,97
2012	Diana Hernandez	Grecas	41,65
2013	Juliana Pereira	J. Vidigalense	44,46
2014	Juliana Pereira	J. Vidigalense	46,60
2015	Teresa Silva	SC Braga	44,46
2016	Teresa Silva	SL Benfica	45,10
2017	Cecília Rebocho	NDJ Laranjeiro	35,44
2018	Micaela Sereno	J. Vidigalense	44,57
2019	Ivanilda Lopes	SL Benfica	43,00
2020	Eva Gonçalves	NA Cucujães	42,74
2021	Eva Gonçalves	NA Cucujães	42,08
2022	Raquel Gomes	J Vidigalense	42,57
2023	Letícia Lopes	CD Quarteira	40,24
2024	Lafaete Saraiva – GBS	Sporting CP	34,92

MARTELO (F)

2000	Ana Correia	JOMA	45,80
2001	Ângela Martins	CA Bª Banheira	40,74
2002	Joana Silva	Boavista FC	43,03
2003	Marisa Fernandes	SC Valenciano	52,59
2004	Ana Durão	ADRC Lovelhe	55,11

2005	Ana Durão	ADRC Lovelhe	55,23
2006	Vanessa Rebelo	AC Mocidade	47,55
2007	Vanessa Rebelo	AC Mocidade	43,13
2008	Cláudia Nóbrega	GD Estreito	50,02
2009	Cláudia Nóbrega	GD Estreito	50,61
2010	Ana Rita Henriques	J. Vidigalense	49,02
2011	Andreia Venade	ADRC Lovelhe	47,66
2012	Jorgina Costa	CA Bª Banheira	49,48
2013	Jéssica Galvão	SL Benfica	47,83
2014	Daniela Paço	ADRC Lovelhe	53,01
2015	Daniela Paço	ADRC Lovelhe	53,32
2016	Ana Fernandes	Sporting CP	49,71
2017	Ana Fernandes	Sporting CP	52,54
2018	Cecília Rebocho	Individual-Set.	51,02
2019	Ângela Silva	GD Estreito	54,00
2020	Mariana Pestana	GD Estreito	60,58
2021	Inês Florêncio	J Vidigalense	49,37
2022	Mariana Gonçalves	ADRC Lovelhe	50,18
2023	Márcia Maketa	Sporting CP	53,21
2024	Catarina Flor	CA Porto	52,48

DARDO (F)

2000	Cátia Silva	CA Madeira	34,82
2001	Joana Gonçalves	J. Vidigalense	44,91
2002	Joana Gonçalves	J. Vidigalense	46,24
2003	Cátia Silva	CA Madeira	41,39
2004	Marisela Silva	GD Estreito	44,90
2005	Souskay Varela	C Operário D	34,20
2006	Ana Pires	JOMA	38,10
2007	Teresa Ribeiro	FC Porto	41,61
2008	Carla Macedo	GD Estreito	40,44
2009	Sara Custódio	JOMA	40,68
2010	Elisabete Silva	C Operário D	42,77
2011	Elisabete Silva	C Operário D	42,14
2012	Flávia Costa	ADE Palhaça	41,39
2013	Beatriz Resendes	N Sp S Miguel	38,92
2014	Marta Mendes	J. Vidigalense	42,19
2015	Lara Clochet	SL Benfica	40,09
2016	Cláudia Ferreira	Cyclones AC	41,61
2017	Cláudia Ferreira	Sporting CP	47,42
2018	Inês Carreira	J. Vidigalense	34,69
2019	Bárbara Bica	SL Benfica	40,47
2020	Bárbara Bica	SL Benfica	45,46
2021	Alice Silva	Individual	35,69
2022	Marta Faria	GD Estreito	40,26
2023	Marta Trovoada	Sporting CP	43,42
2024	Marta Trovoada	Sporting CP	49,92

SUB -18
PESO/5 kg (M)

1995	Juan Rosete	Col. Calvão	15,72	
1996	Juan Rosete	Col. Calvão	17,44	RNJv
1997	Ivo Cardoso	CA Seia	15,30	
1998	João Coelho	20 Km Almeirim	14,10	
1999	Marco Fortes	Sporting CP	16,91	
2000	Jorge Rodrigues	ED Viana	15,96	
2001	Nuno Rocha	FC Porto	14,03	
2002	Bruno André	IFC Torrense	16,08	
2003	André Gonçalves	CS Marítimo	16,81	
2004	Marco Ferreira	ADRE Palhaça	13,67	
2005	Marco Ferreira	ADRE Palhaça	13,86	
2006	Hedson Trindade	Acad.Coimbra	14,45	
2007	Christophe Correia	ADRC Lovelhe	14,52	
2008	Francisco Belo	ARC Bº Valongo	14,63	
2009	Ricardo Freitas	Grecas	14,47	
2010	Bernardo Lopes	J. Vidigalense	14,97	
2011	Alessandro Gonçalves	GA Fátima	14,11	
2012	José Pinho	NA Cucujães	14,32	
.....				
2014	Luís Pereira	GA Fátima	13,60	
2015	Otoniel Badjana	Sporting CP	17,18	
2016	Leonardo Abreu	ADR Ág. Pena	14,30	
.....				
2021	Valdemar Dantas	ADRC Lovelhe	14,07	

DISCO/1,5 kg (M)

1995	Juan Rosete	Col. Calvão	53,24	RNJv
1996	Juan Rosete	Col. Calvão	55,76	RNJv
1997	Ivo Cardoso	CA Seia	43,20	
1998	Jorge Grave	Quintajense FC	42,34	
1999	Marco Fortes	Sporting CP	50,92	
2000	Jorge Rodrigues	ED Viana	49,36	
2001	Miguel Pinto	CA Madeira	43,87	
2002	Flávio Azevedo	AC Mocidade	42,54	
2003	António Vital Silva	FC Porto	49,23	
2004	Luís Melo	CDEL Pico	42,05	
2005	António Vital Silva	FC Porto	52,28	
2006	Diogo Santos	J. Vidigalense	43,60	
2007	Renato Costa	CENAP	44,07	
2008	Renato Costa	CENAP	46,91	
2009	Ricardo Freitas	Grecas	50,56	
2010	Ricardo Freitas	Grecas	53,01	
2011	Pedro Faria	CD Póvoa	40,86	
2012	José Pinho	NA Cucujães	50,70	

2013	Miguel Carreira	J Vidigalense	44,98	
2014	João Espinhosa	Maia AC	45,52	
2015	Tiago Ferrão	SUO Vais	39,89	
2016	Rúben Antunes	J. Vidigalense	42,70	
2017	Leandro Ramos	Gira Sol	48,15	
2018	Tomás Coelho	Qunitajense FC	45,39	
2019	Marcelo Reis	CA Oliv. Bairro	45,49	
2020	Tiago Nunes	ADRE Palhaça	42,52	
2021	Diogo Gonçalves	CD Póvoa	41,47	
2022	Eduardo Neves	NDJ Laranjeiro	48,15	
2023	Henrique Gavina	CRCD Lovelhe	44,08	
2024	Adulai Rodrigues (GBS)	Sporting CP	38,88	

MARTELO/5 kg (M)

1995	Sérgio Gonçalves	SUO Vais	39,06	
1996	Sérgio Gonçalves	SUO Vais	45,38	
1997	André Vital Silva	FC Porto	50,08	
1998	Sérgio Coelho	Quintajense FC	53,68	
1999	Bruno Valente	SL Benfica	50,93	
2000	Nuno Rocha	FC Porto	57,21	
2001	Nuno Rocha	FC Porto	60,83	
2002	Flávio Azevedo	AC Mocidade	57,14	
2003	António Vital Silva	FC Porto	59,20	
2004	Tiago Araújo	CA Terceira	59,38	
2005	António Vital Silva	FC Porto	75,52	RNJv
2006	Rodrigo Santos	AC Mocidade	55,66	
2007	Rodrigo Santos	AC Mocidade	61,87	
2008	Tiago Chaves	GD Estreito	59,87	
2009	Bruno Gomes	ADRC Lovelhe	55,91	
2010	Michael Fonseca	JD Almansor	51,99	
2011	Décio Andrade	GD Estreito	53,41	
2012	Luís Cardoso	SUO Vais	54,02	
2013	Miguel Carreira	J. Vidigalense	48,13	
2014	Luís Neves	AA Ch. Caparica	43,02	
2015	Ruben Antunes	J. Vidigalense	57,52	
2016	Rúben Antunes	J. Vidigalense	60,08	
2017	Tiago Assunção	AA Pinhalnovense	50,65	
2018	Diogo Freitas	GD Estreito	57,62	
2019	Diogo Freitas	GD Estreito	60,79	
2020	Bruno Faria	A Jardim Serra	57,56	
2021	Francisco Calhau	J Vidigalense	58,09	
2022	Francisco Calhau	J Vidigalense	63,64	
2023	Francisco Pereira	CA Porto	61,86	
2024	Nikita Miroshnyk	J. Vidigalense	47,45	

DARDO/700 g (M)

1995*	António Silva	Gin. C Sul	48,68
1996*	Juan Rosete	Col. Calvão	57,22
1997*	André Medeiros	CALAG	55,18
1998*	Ivo Andrade	Boav. S.Mateus	53,29
1999*	Ricardo Conde	ADCR Lovelhe	55,22
2000*	Américo Barros	Esc. C+S Lavra	53,43
2001*	Luís Almeida	JOMA	51,99
2002	Tiago Marto	GA Fátima	51,04
2003	Tiago Marto	GA Fátima	54,46
2004	Hélder Pestana	GD Estreito	54,77
2005	Marco Ferreira	ADRE Palhaça	54,62
2006	Cláudio Morais	CDEL Pico	46,95
2007	Tiago Aperta	SC Abrantes	55,90
2008	André Santos	Olímp. Lagos	45,89
2009	Carlos Dias	GD Pavia	51,10

2010	Bernardo Lopes	J. Vidigalense	49,83
2011	Miguel Lavrador	J. Vidigalense	53,89
2012	Miguel Lavrador	J. Vidigalense	51,20
2013	Rui Santos	JÁ Mozelense	50,01
2014	Tiago Pires	J. Vidigalense	44,31
2015	Tiago Pires	J. Vidigalense	55,59
2016	Leonardo Abreu	ADR Ág. Pena	45,18
2017	Leandro Ramos	Gira Sol	61,39
2018	Pedro Sousa	CA Porto	43,81
2019	Moisés Faria	GD Estreito	65,95
2020	João Fernandes	AD Novas Luzes	51,81
2021	João Fernandes	AD Novas Luzes	60,68
2022	João Fernandes	AD Novas Luzes	65,48
2023	Guilherme Velez	A José Jacob	58,72
2024	Tiago Ramos	Gira Sol	52,05

* dardo de 600 g

PESO/3 kg (F)

1995	Marisa Pão-Alvo	CN Rio Maior	13,44
1996	Marisa Pão-Alvo	CN Rio Maior	13,62
1997	Marta Carvalho	ADC Constantim	13,89
1998	Ana Domingues	SL Benfica	13,60
1999	Cristiana Oliveira	CA Mar. Grande	13,29
2000	Cristiana Oliveira	CA Mar. Grande	13,24
2001	Dulce Cá	GR Qtª Lomba	12,93
2002	Carla Almeida	GA Fátima	14,59
2003	Liliana Cá	GR Qtª Lomba	13,18
2004	Inês Fernandes	SC Vianense	12,66
2005	Isabel Ribeiro	SC Braga	14,33
2006	Ana Inácio	CA M. Grande	11,58
2007	Irina Rodrigues	J. Vidigalense	14,84
2008	Irina Rodrigues	J. Vidigalense	14,59
2009	Soraia Ruas	ADRE Palhaça	14,74
2010	Diana Hernandez	Grecas	13,08
2011	Juliana Pereira	J. Vidigalense	13,51
2012	Juliana Pereira	J. Vidigalense	13,18
.....			
2014	Mariana Cerejo	J. Vidigalense	11,81
2015	Carolina Fernandes	SUO Vais	11,64
2016	Micaela Sereno	J. Vidigalense	12,95
.....			
2021	Letícia Lopes	CD Quarteira	14,20

1996	Marta Carvalho	ADC Constantim	35,52
1997	Marta Carvalho	ADC Constantim	39,48
1998	Sandra Leitão	Quintajense FC	38,78
1999	Sandra Leitão	Quintajense FC	38,25
2000	Marisa Marreiros	ADRC Lovelhe	37,88
2001	Dulce Cá	GR Qtª Lomba	36,45
2002	Liliana Cá	GR Qtª Lomba	39,01
2003	Liliana Cá	GR Qtª Lomba	43,52
2004	Catarina Rosa	CA Mar. Grande	30,03
2005	Irina Rodrigues	J. Vidigalense	32,71
2006	Catarina Rosa	CA Mar. Grande	38,76
2007	Irina Rodrigues	J. Vidigalense	46,93
2008	Irina Rodrigues	J. Vidigalense	53,94
2009	Diana Hernandez	Grecas	34,66
2010	Diana Hernandez	Grecas	37,66
2011	Juliana Pereira	J. Vidigalense	40,82
2012	Juliana Pereira	J. Vidigalense	45,84
2013	Teresa Silva	SC Braga	35,01
2014	Teresa Silva	SC Braga	37,34
2015	Cecília Rebocho	GR Qtª Lomba	32,83
2016	Micaela Sereno	J. Vidigalense	38,38
2017	Micaela Sereno	J. Vidigalense	37,25
2018	Eva Gonçalves	NA Cucujães	39,46
2019	Eva Gonçalves	NA Cucujães	42,18
2020	Raquel Gomes	J. Vidigalense	39,40
2021	Letícia Lopes	CD Quarteira	37,65
2022	Márcia Maketa	J Vidigalense	40,85
2023	Soraia Teixeira	ACM-Açores	32,91
2024	Soraia Teixeira	ACM-Açores	37,00

DISCO/1 kg (F)

1995	Cátia Santos	J. Vidigalense	33,54
------	--------------	----------------	-------

PARCEIROS INSTITUCIONAIS



PATROCINADORES



MARTELO/3 kg (F)

1995	Sandra Dinis	J. Vidigalense	36,64	RNJV
1996	Sónia Alves	Quintajense FC	37,98	
1997	Vânia Silva	J. Vidigalense	43,20	
1998	Rute Piedade	SUO Vais	38,19	
1999	Cristiana Oliveira	CA M. Grande	39,69	
2000	Cristiana Oliveira	CA M. Grande	46,16	
2001	Ana Durão	ADRC Lovelhe	46,01	
2002	Ana Durão	ADRC Lovelhe	57,32	
2003	Ana Durão	ADRC Lovelhe	64,43	RNJV
2004	Ana Alves	FC Porto	44,42	
2005	Vanessa Rebelo	AC Mocidade	52,20	
2006	Cláudia Nóbrega	GD Estreito	47,97	
2007	Cláudia Nóbrega	GD Estreito	49,12	
2008	Ana Henriques	ACDR Arneirense	51,27	
2009	Ana Henriques	J. Vidigalense	56,86	
2010	Joana Rebelo	AC Mocidade	46,67	
2011	Jéssica Galvão	ACDR Arneirense	52,66	
2012	Daniela Paço	ADRC Lovelhe	53,13	
2013	Daniela Paço	ADRC Lovelhe	60,02	
2014	Ana Fernandes	ADRC Lovelhe	53,87	
2015	Ana Fernandes	ADRC Lovelhe	54,63	
2016	Cecília Rebocho	NDJ Laranjeiro	50,41	
2017	Linda Mendes	ACD S. João	48,42	
2018	Eva Gonçalves	NA Cucujães	50,34	
2019	Eva Gonçalves	NA Cucujães	53,20	
2020	Catarina Flor	CA Porto	55,24	RNIn
2021	Mariana Gonçalves	ADRC Lovelhe	62,14	
2022	Catarina Flor	CA Porto	57,55	
2023	Beatriz Sobral	NDJ Laranjeiro	48,42	
2024	Beatriz Sobral	NDJ Laranjeiro	50,08	

DARDO/600 g (F)

1995*	Angélica Brites	J. Vidigalense	35,82	
-------	-----------------	----------------	-------	--

1996*	Balbina Ribeiro	GD Pic-Nic	40,26	
1997*	Sílvia Cruz	Sporting CP	34,84	
1998*	Vitalina Santos	SL Benfica	33,36	
1999	Joana Gonçalves	J. Vidigalense	42,51	
2000	Joana Gonçalves	J. Vidigalense	39,22	
2001	Cátia Silva	CA Madeira	37,46	
2002	Marisela Silva	GD Estreito	38,69	
2003	Ana Pires	FC Porto	37,60	
2004	Ana Pires	FC Porto	38,76	
2005	Teresa Ribeiro	FC Porto	35,01	
2006	Benvinda Costa	CRU Raposense	38,37	
2007	Ana Rita Ferreira	ACDR Arneirense	32,98	
2008	Ana Rita Ferreira	ACDR Arneirense	36,03	
2009	Elisabete Silva	C Operário D	38,98	
2010	Flávia Costa	ADRE Palhaça	32,15	
2011	Flávia Costa	ADRE Palhaça	38,10	
2012	Marta Mendes	J. Vidigalense	41,59	
2013	Rita Sebastião	CLAC-Entronc.	39,95	
2014	Cláudia Ferreira	Cyclones AC	40,28	

* modelo antigo

DARDO/500 g (F)

2015	Cláudia Ferreira	Cyclones AC	50,19	RNJV
2016	Bárbara Bica	CS Gaia	36,06	
2017	Bárbara Bica	CS Gaia	38,62	
2018	Bárbara Bica	CS Gaia	38,69	
2019	Rafaela Aleixo	CA Seia	40,53	
2020	Inês Custódio	AD Novas Luzes	40,18	
2021	Carolina Caseiro	J Vidigalense	41,48	
2022	Inês Custódio	AD Novas Luzes	48,36	
2023	Sara Conceição	CA Nazaré	39,02	
2024	Sofia Chemyrys	J. Vidigalense	35,76	