



## Pombal



## 400 Metros Planos

(Fem)

## Serie 1

|    |                     |                 |            |     |        |
|----|---------------------|-----------------|------------|-----|--------|
| 1ª | 77 Sofia Lavreshina | JUV VIDIGALENSE | 2003-06-14 | Jun | 5 8,22 |
| 2ª | 44 Lara Duarte      | JUV VIDIGALENSE | 2004-07-06 | Juv | 6 0,97 |

## Serie 2

|    |                        |   |            |     |        |
|----|------------------------|---|------------|-----|--------|
| 1ª | 2082 Beatriz Guilherme | União Futebol Comercio e Industria de Tomar | 2001-01-11 | S23 | 6 5,59 |
| 2ª | 692 Inês Vieira        | A D C R BAIRO ANJOS                         | 2003-02-07 | Jun | 6 6,10 |



## 400 Metros Planos

(Masc)

## Serie 1

|    |                       |                            |            |     |        |     |
|----|-----------------------|----------------------------|------------|-----|--------|-----|
| 1º | 2120 Duarte Fernandes | Sporting Clube de Portugal | 2002-02-19 | Jun | 5 0,42 |     |
| 2º | 2078 David Sénica     | Centro Atletismo Seia      | 1997-01-27 | Sen | 5 2,35 |     |
|    | 2118 André Jordão     | Centro Atletismo Seia      | 1989-06-27 | Sen |        | DNS |

## Serie 2

|    |                   |                        |            |     |        |     |
|----|-------------------|------------------------|------------|-----|--------|-----|
| 1º | 132 João Mota     | JUV VIDIGALENSE        | 1998-04-26 | Sen | 5 4,30 |     |
|    | 105 Diogo Pereira | JUV VIDIGALENSE        | 2001-02-20 | S23 |        | DNF |
|    | 1087 Tiago Santos | Sport Lisboa e Benfica | 2002-11-14 | Jun |        | DNS |

## Serie 3

|    |                      |                    |            |     |        |  |
|----|----------------------|--------------------|------------|-----|--------|--|
| 1º | 352 Fábio Francisco  | G A CARANGUEJEIRA  | 2001-06-28 | S23 | 5 5,03 |  |
| 2º | 2016 Afonso Oliveira | CPT - Sobral Ceira | 2005-01-23 | Juv | 5 7,27 |  |

## Serie 4

|    |                   |                          |            |     |        |  |
|----|-------------------|--------------------------|------------|-----|--------|--|
| 1º | 2087 João Delgado | Casa Benfica em Abrantes | 2002-10-08 | Jun | 5 7,24 |  |
| 2º | 485 Duarte Neves  | G A U BAJOUCA            | 2004-10-27 | Juv | 5 8,76 |  |



## 800 Metros

(Fem)

## Final 1

|    |                         |                   |                |     |          |     |
|----|-------------------------|-------------------|----------------|-----|----------|-----|
| 1ª | 2110 Francisca Cantante | GRUPO REC EIRENSE | 1999-12-18     | S23 | 2 1 7,62 |     |
| 2ª | 169 Daria Melnyk        | JUV VIDIGALENSE   | RUS 2000-09-27 | S23 | 2 2 3,83 |     |
| 3ª | 76 Sofia Duarte         | JUV VIDIGALENSE   | 2001-05-16     | S23 | 2 3 2,06 |     |
| 4ª | 56 Mariana Ferreira     | JUV VIDIGALENSE   | 2003-05-27     | Jun | 2 3 4,91 |     |
|    | 59 Mariana Vidinha      | JUV VIDIGALENSE   | 2004-08-25     | Juv |          | DNF |



## 800 Metros

(Masc)

## Serie 1

|    |                        |   |            |     |          |     |
|----|------------------------|---|------------|-----|----------|-----|
| 1º | 1386 Alexandre Lucas   | CPT - Sobral Ceira                          | 2005-02-03 | Juv | 2 0 1,45 |     |
| 2º | 374 Tiago Silva        | G A CARANGUEJEIRA                           | 2004-05-02 | Juv | 2 0 1,97 |     |
| 3º | 480 Daniel Cabecinhas  | G A U BAJOUCA                               | 2002-09-29 | Jun | 2 0 3,40 |     |
| 4º | 2086 João Fradique     | Assoc. Desportiva Novas Luzes               | 2003-08-17 | Jun | 2 0 8,70 |     |
| 5º | 2083 Pedro Saldanha    | União Futebol Comercio e Industria de Tomar | 1999-08-23 | S23 | 2 0 8,96 |     |
|    | 2117 António Rodrigues | Centro Atletismo Seia                       | 1988-09-25 | Sen |          | DNS |



## Pombal



## 800 Metros

(Masc)

## Serie 2

|    |                     |   |            |     |          |     |
|----|---------------------|---|------------|-----|----------|-----|
| 1º | 2088 Diogo Silva    | Casa Benfca em Abrantes                     | 2003-08-12 | Jun | 2 0 7,72 |     |
| 2º | 2075 Henrique Lopes | União Futebol Comercio e Industria de Tomar | 2005-11-26 | Juv | 2 0 8,95 |     |
| 3º | 369 Pedro Henrique  | G A CARANGUEJEIRA                           | 1998-07-26 | Sen | 2 0 9,19 |     |
| 4º | 1729 Mauro Simões   | CPT - Sobral Ceira                          | 2004-09-28 | Juv | 2 2 0,75 |     |
|    | 1497 João Albano    | CPT - Sobral Ceira                          | 2003-10-26 | Jun |          | DNS |

## Serie 3

|    |                        |                    |            |     |          |  |
|----|------------------------|--------------------|------------|-----|----------|--|
| 1º | 424 Rúben Pereira      | C ATLETISMO NAZARÉ | 2002-11-28 | Jun | 2 1 8,37 |  |
| 2º | 588 Bruno Branco       | C ATLETISMO NAZARÉ | 2004-10-18 | Juv | 2 1 8,95 |  |
| 3º | 353 Guilherme Ferreira | G A CARANGUEJEIRA  | 2004-04-05 | Juv | 2 1 9,51 |  |
| 4º | 483 Dinis Pedrosa      | G A U BAJOUCA      | 2004-03-22 | Juv | 2 2 1,49 |  |

## Serie 4

|    |                      |                    |            |     |          |  |
|----|----------------------|--------------------|------------|-----|----------|--|
| 1º | 719 Duarte Soares    | C A MARINHA GRANDE | 2003-01-26 | Jun | 2 1 2,43 |  |
| 2º | 606 Rodrigo Ribeiro  | NÚCLEO DESP ANSIÃO | 2003-08-03 | Jun | 2 1 8,80 |  |
| 3º | 685 Rafael Antunes   | C A MARINHA GRANDE | 2005-07-06 | Juv | 2 2 6,21 |  |
| 4º | 349 Duarte Fernandes | G A CARANGUEJEIRA  | 2004-05-20 | Juv | 2 4 3,40 |  |



## Salto em Comprimento

(Fem)

## Final 1

|    |                      |                     |            |     |      |
|----|----------------------|---------------------|------------|-----|------|
| 1ª | 116 Joana Gameiro    | JUV VIDIGALENSE     | 2004-05-18 | Juv | 5,40 |
| 2ª | 170 Eduarda Ferreira | JUV VIDIGALENSE     | 2001-04-25 | S23 | 5,12 |
| 3ª | 86 Ana Reis          | JUV VIDIGALENSE     | 2004-06-23 | Juv | 5,04 |
| 4ª | 155 Vera Goucha      | JUV VIDIGALENSE     | 2005-01-05 | Juv | 5,00 |
| 5ª | 1245 Maria Esteves   | Club Sport Marítimo | 2001-02-13 | S23 | 4,95 |
| 6ª | 128 Juliana Brites   | JUV VIDIGALENSE     | 2000-04-22 | S23 | 4,78 |
| 7ª | 1051 Lurdes Oliveira | GRUPO REC EIRENSE   | 2004-03-06 | Juv | 4,71 |
| 8ª | 163 Filipa Dinis     | JUV VIDIGALENSE     | 2005-04-02 | Juv | 4,55 |

| Classf / Dorsal / Atleta | Series | - 1 - | - 2 - | - 3 - | - 4 - | - 5 - | - 6 - |
|--------------------------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1 116 Joana Gameiro      |        | X     | 5,40  | X     | 4,95  | 5,06  | X     |
|                          |        |       | 0,0   |       | 0,0   | 0,0   |       |
| 2 170 Eduarda Ferreira   |        | 5,08  | 5,12  | 4,83  | 4,98  | X     | 5,07  |
|                          |        | 0,0   | 0,0   | 0,0   | 0,0   |       | 0,0   |
| 3 86 Ana Reis            |        | 4,73  | X     | 4,91  | 5,04  | 5,01  | 4,86  |
|                          |        | 0,0   |       | 0,0   | 0,0   | 0,0   | 0,0   |
| 4 155 Vera Goucha        |        | 5,00  | 4,88  | 4,78  | 4,78  | 4,87  | 4,83  |
|                          |        | 0,0   | 0,0   | 0,0   | 0,0   | 0,0   | 0,0   |
| 5 1245 Maria Esteves     |        | X     | X     | 4,88  | 4,95  | 4,94  | X     |
|                          |        |       |       | 0,0   | 0,0   | 0,0   |       |
| 6 128 Juliana Brites     |        | X     | 4,78  | X     | X     | X     | X     |
|                          |        |       | 0,0   |       |       |       |       |
| 7 1051 Lurdes Oliveira   |        | X     | X     | 4,65  | X     | 4,71  | X     |
|                          |        |       |       | 0,0   |       | 0,0   |       |
| 8 163 Filipa Dinis       |        | 4,52  | 4,33  | 4,33  | 4,55  | 4,48  | 4,42  |
|                          |        | 0,0   | 0,0   | 0,0   | 0,0   | 0,0   | 0,0   |



Pombal



**Salto em Comprimento**

**(Fem)**



**Salto em Altura**

**(Masc)**

**Final 1**

|    |                        |                                |            |     |      |
|----|------------------------|--------------------------------|------------|-----|------|
| 1º | 1083 Nelson Pinto      | Associação Jardim de Serra     | 1998-12-24 | Sen | 2,08 |
| 2º | 23 Diogo Meneses       | JUV VIDIGALENSE                | 2002-11-10 | Jun | 1,88 |
| 3º | 1189 Tiago Santos      | Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António | 2000-05-24 | S23 | 1,88 |
| 4º | 1052 Rafael Sacramento | GRUPO REC EIRENSE              | 2001-09-22 | S23 | 1,88 |
| 5º | 148 André Petriv       | JUV VIDIGALENSE                | 2003-01-04 | Jun | 1,80 |
| 6º | 590 Dorin Repesciuc    | C ATLETISMO NAZARÉ             | 2002-02-08 | Jun | 1,75 |
| 7º | 177 Yoelvis Companioni | JUV VIDIGALENSE CUB            | 2004-01-18 | Juv | 1,70 |

| Classf / Dorsal / Atleta | SERIES | 1,60 | 1,65 | 1,70 | 1,75 | 1,80 | 1,84 | 1,88 | 1,92 | 1,96 | 2,00 | 2,04 | 2,08 | 2,11 |
|--------------------------|--------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| 1 1083 Nelson Pinto      |        | -    | -    | -    | -    | -    | -    | O    | O    | O    | O    | O    | O    | XXX  |
| 2 23 Diogo Meneses       |        | -    | O    | O    | O    | O    | XO   | O    | XXX  |      |      |      |      |      |
| 3 1189 Tiago Santos      |        | -    | -    | -    | -    | O    | -    | XO   | XXX  |      |      |      |      |      |
| 4 1052 Rafael Sacramento |        | -    | -    | O    | XO   | O    | O    | XXO  | XXX  |      |      |      |      |      |
| 5 148 André Petriv       |        | O    | -    | O    | O    | O    | XXX  |      |      |      |      |      |      |      |
| 6 590 Dorin Repesciuc    |        | O    | O    | O    | O    | XXX  |      |      |      |      |      |      |      |      |
| 7 177 Yoelvis Companioni |        | O    | O    | O    | XXX  |      |      |      |      |      |      |      |      |      |



**3.000 Metros**

**(Fem)**

**Final 1**

|    |                       |   |            |     |            |
|----|-----------------------|---|------------|-----|------------|
| 1ª | 2111 Sofia Marmelo    | União Futebol Comercio e Industria de Tomar | 1993-07-09 | Sen | 1 0 2 9,50 |
| 2ª | 1263 Maria José Pinto | União Futebol Comercio e Industria de Tomar | 1981-02-24 | V35 | 1 0 3 5,53 |
| 3ª | 255 Catarina Ferreira | C A MARINHA GRANDE                          | 2004-10-16 | Juv | 1 0 4 1,89 |
| 4ª | 2109 Raquel Cantante  | GRUPO REC EIRENSE                           | 1996-08-05 | Sen | 1 0 5 6,67 |
| 5ª | 2092 Bárbara Dias     | Casa Benfca em Abrantes                     | 2004-09-23 | Juv | 1 1 0 4,34 |
| 6ª | 2096 Rafaela Cananó   | Escola Atletismo Correr+do Cartaxo          | 2004-04-28 | Juv | 1 2 4 3,07 |



**3.000 Metros**

**(Masc)**

**Serie 1**

|    |                         |   |            |     |          |     |
|----|-------------------------|---|------------|-----|----------|-----|
| 1º | 1790 João Valente       | União Futebol Comercio e Industria de Tomar | 1993-09-26 | Sen | 8 3 3,19 |     |
| 2º | 1289 Rodrigo Serra      | CPT - Sobral Ceira                          | 1996-04-08 | Sen | 8 4 1,36 |     |
| 3º | 1156 Sandro Nogueira    | Cl. Campismo S. João Madeira                | 1999-01-08 | S23 | 8 4 5,64 |     |
| 4º | 1155 Adrião Rodrigues   | Cl. Campismo S. João Madeira                | 1993-10-16 | Sen | 8 4 6,04 |     |
|    | 2079 Alexandre Venâncio | Centro Atletismo Seia                       | 1998-12-07 | Sen |          | DNS |
|    | 1159 Francisco Graça    | Ass. Sócio Cultural Valeirinha              | 2003-05-17 | Jun |          | DNS |



## Pombal



## 3.000 Metros

(Masc)

## Serie 2

|     |                     |   |            |     |          |     |
|-----|---------------------|---|------------|-----|----------|-----|
| 1 ° | 2090 Júlio Couceiro | Casa Benfca em Abrantes                     | 2003-11-04 | Jun | 9 1 5,17 |     |
| 2 ° | 2069 João Saldanha  | Casa do Povo de Alcanena                    | 1996-09-21 | Sen | 9 1 9,91 |     |
| 3 ° | 1261 Pedro Lopes    | União Futebol Comercio e Industria de Tomar | 1990-08-12 | Sen | 9 2 0,17 |     |
| 4 ° | 442 Bruno Gaspar    | A CLUBE VERMOIL                             | 1982-06-06 | V35 | 9 2 0,81 |     |
|     | 2119 João Pais      | Centro Atletismo Seia                       | 2002-04-29 | Jun |          | DNS |
|     | 1932 Gelson Furtado | CPT - Sobral Ceira                          | 1999-05-07 | S23 |          | DNF |

## Serie 3

|     |                      |   |            |     |          |  |
|-----|----------------------|---|------------|-----|----------|--|
| 1 ° | 368 Nuno Ferreira    | G A CARANGUEJEIRA                           | 2000-09-22 | S23 | 9 1 4,03 |  |
| 2 ° | 1154 Gil Ferreira    | C D S SALVADOR CAMPO                        | 1971-09-04 | V45 | 9 1 4,83 |  |
| 3 ° | 1940 Rúben Fortunato | CPT - Sobral Ceira                          | 2002-10-18 | Jun | 9 1 9,75 |  |
| 4 ° | 1262 Tiago Nuno      | União Futebol Comercio e Industria de Tomar | 1983-10-10 | V35 | 9 2 2,78 |  |
| 5 ° | 259 Emamuel Cardoso  | C A MARINHA GRANDE                          | 1990-09-11 | Sen | 9 3 1,62 |  |
| 6 ° | 375 Valter Costa     | G A CARANGUEJEIRA                           | 1990-11-03 | Sen | 9 4 5,98 |  |

## Serie 4

|     |                      |                                |            |     |            |  |
|-----|----------------------|--------------------------------|------------|-----|------------|--|
| 1 ° | 2091 Rodrigo Martins | Casa Benfca em Abrantes        | 2005-04-12 | Juv | 9 3 2,82   |  |
| 2 ° | 1060 Ricardo Opinião | Ass. Cult. Rec. Senh. Desterro | 1999-03-12 | S23 | 9 3 5,22   |  |
| 3 ° | 2089 Guilherme Silva | Casa Benfca em Abrantes        | 2003-08-12 | Jun | 9 5 0,39   |  |
| 4 ° | 429 Fábio Durão      | G A CARANGUEJEIRA              | 1988-10-29 | Sen | 9 5 8,00   |  |
| 5 ° | 566 Miguel Gonçalves | A CLUBE VERMOIL                | 1978-11-01 | V40 | 1 0 2 3,30 |  |

## Serie 5

|     |                     |                      |            |     |            |     |
|-----|---------------------|----------------------|------------|-----|------------|-----|
| 1 ° | 725 José Santos     | A CLUBE VERMOIL      | 1972-12-04 | V45 | 1 0 3 8,73 |     |
| 2 ° | 479 Bernardo Coelho | G A U BAJOUCA        | 2003-02-04 | Jun | 1 0 5 7,62 |     |
| 3 ° | 521 Rodrigo Feteira | G A U BAJOUCA        | 2004-04-01 | Juv | 1 1 3 0,47 |     |
|     | 605 Diogo Oliveira  | LEIRIA MARCHA ATLÉTI | 1990-07-06 | Sen |            | DNF |



## Salto em Comprimento

(Masc)





Pombal

| Clube Participantes  | Participações |    |    | Nr.Atletas |   |    |
|--|---------------|----|----|------------|---|----|
|  | F             | M  | T  | F          | M | T  |
| <b><u>PORTUGAL</u></b>                                       |               |    |    |            |   |    |
| <b><u>ASSOCIACAO ATLETISMO LISBOA</u></b> Federado           |               |    |    |            |   |    |
| NLUZ Assoc. Desportiva Novas Luzes                           |               | 1  | 1  | 1          | 1 |    |
| SCP Sporting Clube de Portugal                               | 1             | 1  | 2  | 1          | 1 | 2  |
| SLB Sport Lisboa e Benfica                                   |               | 1  | 1  | 1          | 1 |    |
| <b><u>ASSOCIACAO ATLETISMO SANTAREM</u></b> Federado         |               |    |    |            |   |    |
| AEAC Escola Atletismo Correr+do Cartaxo                      | 1             |    | 1  | 1          |   | 1  |
| CBA-S Casa Benfica em Abrantes                               | 1             | 5  | 6  | 1          | 5 | 6  |
| CPA-S Casa do Povo de Alcanena                               |               | 1  | 1  | 1          | 1 | 1  |
| UFCT União Futebol Comercio e Industria de Tomar             | 5             | 5  | 10 | 5          | 5 | 10 |
| <b><u>ASSOCIACAO DISTRITAL ATLETISMO LEIRIA</u></b> Federado |               |    |    |            |   |    |
| ACV A CLUBE VERMOIL  |               | 3  | 3  | 3          | 3 |    |
| BA A D C R BAIRRO ANJOS                                      | 1             |    | 1  | 1          |   | 1  |
| CAMG C A MARINHA GRANDE                                      | 1             | 5  | 6  | 1          | 5 | 6  |
| CANAZ C ATLETISMO NAZARÉ                                     |               | 4  | 4  | 4          | 4 |    |
| GAC-L G A CARANGUEJEIRA                                      |               | 8  | 8  | 8          | 8 |    |
| GAUB G A U BAJOUCA   |               | 5  | 5  | 5          | 5 |    |
| JV JUV VIDIGALENSE   | 15            | 10 | 25 | 13         | 7 | 20 |
| LMA-L LEIRIA MARCHA ATLÉTI                                   |               | 1  | 1  | 1          | 1 | 1  |
| NDA NÚCLEO DESP ANSIÃO                                       |               | 1  | 1  | 1          | 1 | 1  |
| <b><u>ASSOCIACAO DISTRITAL ATLETISMO COIMBR</u></b> Federado |               |    |    |            |   |    |
| ASCV Ass. Sócio Cultural Valeirinha                          |               | 1  | 1  | 1          | 1 | 1  |
| CPTSC CPT - Sobral Ceira                                     |               | 7  | 7  | 7          | 7 | 7  |
| GRE-AA GRUPO REC EIRENSE                                     | 4             | 1  | 5  | 3          | 1 | 4  |
| <b><u>ASSOCIACAO ATLETISMO AVEIRO</u></b> Federado           |               |    |    |            |   |    |
| CCSJM Cl. Campismo S. João Madeira                           |               | 2  | 2  | 2          | 2 |    |
| GRECAS Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António                        |               | 1  | 1  | 1          | 1 |    |
| <b><u>ASSOCIACAO ATLETISMO PORTO</u></b> Federado            |               |    |    |            |   |    |
| CDSSC C D S SALVADOR CAMPO                                   |               | 1  | 1  | 1          | 1 |    |
| <b><u>ASSOCIACAO ATLETISMO CASTELO BRANCO</u></b> Federado   |               |    |    |            |   |    |
| GCAD Grupo Conv. Amizade Donas                               | 1             |    | 1  | 1          |   | 1  |
| <b><u>ASSOCIACAO ATLETISMO GUARDA</u></b> Federado           |               |    |    |            |   |    |
| ACRSD Ass. Cult. Rec. Senh. Desterro                         |               | 1  | 1  | 1          | 1 |    |
| CAS Centro Atletismo Seia                                    |               | 5  | 5  | 5          | 5 |    |
| <b><u>ASSOCIACAO ATLETISMO REGIÃO AUTÓNOM</u></b> Federado   |               |    |    |            |   |    |
| AJS Associação Jardim de Serra                               |               | 1  | 1  | 1          | 1 |    |
| CSM Club Sport Marítimo<br>Club Sport Marítimo               | 1             |    | 1  | 1          |   | 1  |

|  |           |           |            |           |           |           |
|--|-----------|-----------|------------|-----------|-----------|-----------|
| <b>Totais de participações individuais + estafetas</b> | <b>31</b> | <b>71</b> | <b>102</b> | <b>28</b> | <b>68</b> | <b>96</b> |
|--|-----------|-----------|------------|-----------|-----------|-----------|

| Participação por Escalão | Participações |    |    | Nr.Atletas |    |    |
|--------------------------|---------------|----|----|------------|----|----|
|                          | F             | M  | T  | F          | M  | T  |
| Juvenis                  | 15            | 18 | 33 | 12         | 17 | 29 |
| Juniores                 | 5             | 22 | 27 | 5          | 20 | 25 |
| Sub23                    | 7             | 10 | 17 | 7          | 10 | 17 |
| Seniores                 | 3             | 16 | 19 | 3          | 16 | 19 |
| Veteranos M35            | 1             | 2  | 3  | 1          | 2  | 3  |



### Pombal

---

| Participação por Escalão                               | Participações |           |            | Nr.Atletas |           |           |
|--|---------------|-----------|------------|------------|-----------|-----------|
|  | F             | M         | T          | F          | M         | T         |
| Veteranos M40  |               | 1         | 1          | 1          | 1         |           |
| Veteranos M45  |               | 2         | 2          | 2          | 2         |           |
| <b>Totais de participações individuais + estafetas</b> | <b>31</b>     | <b>71</b> | <b>102</b> | <b>28</b>  | <b>68</b> | <b>96</b> |

### Legendagem de Observações Codificadas

DNF Desistiu / Did Not Finish

DNS Faltou / Did Not Start