



SENIORES MASCULINOS

Qualquer comentário ou correção a este ranking enviar a: danielaferreira@juventudevidigalense.org

60 Metros

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
6,98		Claudino Tavares	1992	Pombal	09/fev/19	
7,09		Wilson Martins	1988	Pombal	29/dez/19	
7,06		Lucas Dias	1999	Pombal	02/mar/19	
7,19		João Calhau	2002	Pombal	02/fev/19	
7,31		Diogo Meneses	2002	Braga	12/jan/19	
7,33		Paulo Castro	2002	Pombal	02/fev/19	
7,35		Rafael Correia	1993	Pombal	12/jan/19	
7,37		Rafael Ramusga	2000	Pombal	27/jan/19	
7,64		Adelino E. Santo	1998	Pombal	15/dez/18	
7,67		Diogo Pereira	2001	Pombal	12/jan/19	
7,82		João Mota	1998	Pombal	29/dez/19	

200 Metros

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
22,93		Wilson Martins	1988	Pombal	29/dez/19	
23,37		Rafael Ramusga	2000	Pombal	13/jan/19	
23,88		Diogo Pereira	2001	Pombal	13/jan/19	
23,91		Paulo Castro	2002	Pombal	06/jan/19	
23,91		João Calhau	2002	Pombal	13/jan/19	
24,32		João Mota	1998	Pombal	13/jan/19	

400 METROS

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
49,92		Claudino Tavares	1992	Pombal	20/jan/19	
50,33		Milton Hassany	1990	Braga	16/fev/19	
51,53		Miguel Silva	2000	Pombal	10/fev/19	
51,83		Rafael Ramusga	2000	Pombal	10/fev/19	
52,98		João Mota	1998	Braga	20/fev/19	
53,50		Adelino E. Santo	1998	Pombal	10/fev/19	
53,52		Paulo Castro	2002	Pombal	16/fev/19	
53,77		Miguel Simões	2001	Pombal	10/fev/19	

800 Metros

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
1:55.76		Miguel Silva	2000	Pombal	03/mar/19	
1:57.56		Gonçalo Casimiro	1995	Pombal	13/jan/19	
2:04.21		Miguel Simões	2001	Pombal	27/jan/19	
2:08.16		Délio Paulo	1972	Pombal	03/mar/19	

1000 Metros

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
3:30.30		Adelino E. Santo	1998	Pombal	16/dez/18	

1500 Metros

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
3:49.17		João Bernardo	1993	Pombal	20/fev/19	Recorde Distrital PC
4:05.41		Gonçalo Casimiro	1995	Pombal	20/jan/19	
4:11.99		Miguel Silva	2000	Pombal	05/jan/19	
4:12.30		Weverson Sírio	1998	Pombal	05/jan/19	

3000 Metros

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
8:17.23		João Bernardo	1993	Pombal	10/fev/19	
9:08.48		Weverson Sírio	1998	Pombal	27/jan/19	

5000 Metros

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
-------	-------	------	-----	-------	------	-------------

10000 Metros

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
-------	-------	------	-----	-------	------	-------------

60 METROS BARREIRAS (1.06)

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
8,14		Rafael Correia	1993	Pombal	10/02/2019	
8,54		Duarte Eusébio	1997	Pombal	13/01/2019	

**SENIORES MASCULINOS**

9,36	João Nunes	2000	Pombal	13/01/2019
9,47	João Mota	1998	Pombal	27/01/2019
10,07	Adelino E. Santo	1998	Pombal	16/dez/18

SALTO EM ALTURA

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
2,01		André Pimenta	2001	Pombal	13/jan/19	
1,82		André Petriv	2003	Pombal	03/fev/19	
1,78		Diogo Meneses	2002	Pombal	06/jan/19	
1,68		Adelino E. Santo	1998	Pombal	15/dez/18	
1,67		João Pacheco	2003	Pombal	06/jan/19	

TRIPLO-SALTO

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
13,79		Bryan Rodrigues	1998	Braga	17/fev/19	
13,08		Adelino E. Santo	1998	Pombal	13/jan/19	

SALTO EM COMPRIMENTO

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
7,33		André Pimenta	2001	Pombal	02/mar/19	
6,25		Adelino E. Santo	1998	Pombal	12/jan/19	
6,21		Diogo Meneses	2002	Pombal	26/jan/19	

SALTO COM VARA

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
4,60		Duarte Eusébio	1997	Pombal	12/jan/19	
4,25		João Nunes	2000	Pombal	12/jan/19	
4,05		Diogo Meneses	2002	Braga	23/fev/19	
3,40		Guilherme Pereira	2003	Pombal	02/fev/19	
3,30		André Petriv	2003	Braga	13/jan/19	
3,10		Adelino E. Santo	1998	Pombal	16/dez/18	

LANÇAMENTO DO PESO - 7,26 Kg

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
12,37		João Domingues	1998	Braga	17/fev/19	
12,01		Kevin Ferreira	1999	Pombal	29/dez/19	
7,22		Adelino E. Santo	1998	Pombal	15/dez/18	

HEPTATLO

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
3442		Adelino E. Santo	1998	Pombal	16/dez/18	

5000 Metros MARCHA

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
21:09.42		Pedro Santos	1986	Pombal	9/fev/19	

10.000 Metros MARCHA

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
-------	-------	------	-----	-------	------	-------------

10Km MARCHA

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
-------	-------	------	-----	-------	------	-------------

4 X 200 Metros

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
-------	-------	------	-----	-------	------	-------------

4 X 400 Metros

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
3:26.15			1990	Pombal	20/jan/19	
		Rafael Ramusga (00), João Mota (98), Milton Hassany (90), Claudino Tavares (92)				
3:27.12			1990	Braga	17/fev/19	
		Rafael Ramusga (00), Miguel Silva (00), Fábio Weber (94), Milton Hassany (90)				
3:27.40			1994	Pombal	10/fev/19	
		Rafael Ramusga (00), Miguel Silva (00), Fábio Weber (1994), João Mota (98)				
3:31.42			1998	Pombal	03/mar/19	
		Adelino E. Santo (1998), João Mota (1998), Rafael Ramusga (2000), Miguel Silva (00)				
3:32.54			2000	Braga	24/fev/19	



SENIORES MASCULINOS

Paulo Castro (02), Rafael Ramusga (00), Diogo Meneses (02), Miguel Silva (00)
3:41.28 1998 Pombal 13/jan/19
Adelino E. Santo (1998), João Albasini Nunes (2000), João Calhau (2002), Rafael Ramusga (2000)