



SENIORES MASCULINOS

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

100 Metros						MQ CN S23 - 11.10 / CP - 10.90
Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
10,98	+0,7	Gil Manuel	1994	Lisboa	01/ago/20	
11,21	+1,0	João Calhau	2002	Pombal	08/jul/20	
11,32	+0,6	João Pinto	1997	Marinha Grande	19/jul/20	
11,47	0,0	André Oliveira	2000	Lisboa	08/ago/20	
11,48	+0,9	Wilson Martins	1988	Marinha Grande	19/jul/20	
12,03	+0,9	João Mota	1998	Pombal	08/jul/20	

Marcas com vento anti-regulamentar

11,29	+4,1	João Pinto	1997	Marinha Grande	25/jul/20	
-------	------	------------	------	----------------	-----------	--

200 Metros						MQ CN S23 - 22.70 / CP - 22.30
Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
22,35	+1,6	Gil Manuel	1994	Pombal	12/jul/20	
23,24	+0,8	Francisco Silva	2003	Pombal	12/jul/20	
23,27	+1,6	João Pinto	1997	Pombal	12/jul/20	
23,49	pc	João Calhau	2002	Pombal	29/dez/19	
23,55	pc	Eduardo Oliveira	2004	Pombal	05/jan/20	
23,66	-2,7	Simão Pereira	2000	Covilhã	14/dez/19	
23,88	+1,3	Paulo Castro	2002	Pombal	12/jul/20	
23,91	pc	Marcelo Gomes	2001	Pombal	25/jan/20	

Marcas com vento anti-regulamentar

22,33	+2,6	Gil Manuel	1994	Marinha Grande	01/jul/20	
23,18	+2,6	João Pinto	1997	Marinha Grande	01/jul/20	

400 Metros						MQ CN S23 - 50.80 / CP - 49.80
Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
49,91		Tiago Freire	1994	Braga	22/fev/20	
51,57		Miguel Silva	2000	Pombal	16/fev/20	
52,43		Miguel Simões	2001	Pombal	15/fev/20	
52,55		Marcelo Gomes	2001	Pombal	26/jan/20	
53,01		Diogo Meneses	2002	Pombal	26/jan/20	
53,03		Simão Pereira	2000	Guarda	11/jan/20	
53,03		Francisco Silva	2003	Pombal	04/jan/20	
53,58		André Oliveira	2000	Pombal	26/jan/20	
53,67		João Mota	1998	Marinha Grande	04/jul/20	
54,05		Paulo Castro	2002	Pombal	26/jan/20	
54,76		Simão Pereira	2000	Pombal	26/jan/20	

800 Metros						MQ CN S23 - 1:57.00 / CP - 1:54.00
Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
1:54.50		João Bernardo	1993	Pombal	25/jan/20	
1:57.36		Hugo Ganchas	1996	Pombal	25/jan/20	
1:59.81		Miguel Silva	2000	Pombal	01/mar/20	
2:00.26		Tiago Guilherme	1999	Pombal	16/fev/20	
2:01.77		Miguel Simões	2001	Pombal	25/jan/20	
2:02.50		Rafael Lopes	2000	Braga	09/fev/20	
2:10.35		Tiago Conde	1998	Marinha Grande	01/jul/20	

1000 Metros						
Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
2:55.74		André Oliveira	2000	Pombal	01/mar/20	

1500 METROS						MQ CN S23 - 4:04.00 / CP - 3:58.00
Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
3:53.86		João Bernardo	1993	Pombal	08/fev/20	
3:56.22		Hugo Ganchas	1996	Pombal	01/fev/20	
4:05.13		Tiago Guilherme	1999	Pombal	29/fev/20	
4:06.06		Rafael Lopes	2000	Braga	07/mar/20	
4:32.63		Tiago Conde	1998	Marinha Grande	19/jul/20	
4:51.70		Marco Gameiro	2000	Pombal	14/dez/19	

3000 METROS						
Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
8:16.45		Hugo Ganchas	1996	Pombal	01/mar/20	
8:32.70		Rafael Lopes	2000	Braga	26/jan/20	
9:26.86		Tiago Godinho	1992	Marinha Grande	18/jul/20	
10:56.23		Marco Gameiro	2000	Pombal	08/jul/20	



SENIORES MASCULINOS

5000 METROS							MQ CN S23 - 15:50.00 / CP - 14:55.00
Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações	
10.000 Metros							
Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações	
110 METROS BARREIRAS - 1,06							MQ CN S23 - 17.00 / CP - 16.30
Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações	
15,10	+0,3	Rafael Correia	1993	Lisboa	08/ago/20		
17,54	+1,2	João Mota	1998	Marinha Grande	05/jul/20		
Marcas com vento anti-regulamentar							
14,98	+3,6	Rafael Correia	1993	Marinha Grande	25/jul/20		
400 METROS BARREIRAS - 0.91							MQ CN S23 - 59.00 / CP - 58.00
Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações	
59,44		João Mota	1998	Marinha Grande	19/jul/20		
60,00		André Oliveira	2000	Marinha Grande	19/jul/20		
2000 METROS OBSTÁCULOS (S/ VALA)							MQ CN S23 - 10:05.00 / CP - 9:45.00
Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações	
5:50.03		João Bernardo	1993	Pombal	15/jul/20		
SALTO EM ALTURA							MQ CN S23 - 1,91 / CP - 1,96
Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações	
2,00		Simão Pereira	2000	Castelo Branco	18/jul/20		
1,85		Yoelvis Companioni	2004	Braga	09/fev/20		
1,81		André Petriv	2003	Pombal	28/dez/19		
1,83		André Oliveira	2000	Pombal	29/fev/20		
1,80		Diogo Meneses	2002	Pombal	11/jan/20		
TRIPLO-SALTO							MQ CN S23 - 13,60 / CP - 14,10
Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações	
15,17	0,0	Gil Manuel	1994	Lisboa	08/ago/20		
13,58	pc	Eduardo Oliveira	2004	Braga	09/fev/20		
12,94	pc	Adelino E. Santo	1998	Pombal	25/jan/20		
Marcas com vento anti-regulamentar							
15,28	+3,3	Gil Manuel	1994	Marinha Grande	25/jul/20		
SALTO EM COMPRIMENTO							MQ CN S23 - 6,75 / CP - 7,10
Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações	
7,07	0,0	André Pimenta	2001	Marinha Grande	18/jul/20		
7,07	+0,9	Gil Manuel	1994	Pombal	01/ago/20		
7,04	pc	André Oliveira	2000	CAR Jamor	25/jan/20		
7,00	pc	João Pinto	1997	Braga	22/fev/20		
6,78	pc	Eduardo Oliveira	2004	Pombal	15/fev/20		
6,63	+0,5	Simão Pereira	2000	Marinha Grande	05/jul/20		
6,54	+1,8	Diogo Meneses	2002	Marinha Grande	05/jul/20		
6,29	pc	Adelino E. Santo	1998	Pombal	14/dez/19		
Marcas com vento anti-regulamentar							
7,24	+2,9	Gil Manuel	1994	Pombal	01/ago/20		
7,20	+2,3	André Pimenta	2001	Lisboa	08/ago/20		
SALTO COM VARA							MQ CN S23 - 3,90 / CP - 4,35
Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações	
4,35		Diogo Meneses	2002	Pombal	15/fev/20		
4,00		Guilherme Pereira	2003	Pombal	25/jan/20		
3,90		André Oliveira	2000	Pombal	15/dez/19		
LANÇAMENTO DO PESO - 7,260 Kg							MQ CN S23 - 12,00 / CP - 14,20
Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações	
<u>16,67</u>		<u>Daniel Santiago</u>	<u>1995</u>	<u>Braga</u>	<u>23/fev/20</u>	<u>Recorde Distrital</u>	
12,50		João Domingues	1998	CNL - Leiria	20/jun/20		
10,06		André Oliveira	2000	Pombal	29/fev/20		
9,70		Kevin Ferreira	1999	CNL - Leiria	09/ago/20		



SENIORES MASCULINOS

LANÇAMENTO DO DISCO - 2 Kg MQ CN S23 - 36,00 / CP - 44,00

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
52,63		Marco Pons	1993	CNL - Leiria	09/ago/20	
43,40		João Domingues	1998	CNL - Leiria	26/jul/20	

LANÇAMENTO DO MARTELO - 7,260 Kg MQ CN S23 - 36,00 / CP - 45,00

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
49,30		Carlos Malaquias	2001	CNL - Leiria	09/ago/20	

LANÇAMENTO DO DARDO - 800 GR MQ CN S23 - 47,00 / CP - 53,00

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
58,41		Tiago Pires	1998	Vagos	07/mar/20	
53,99		Diogo Baptista	2001	CNL - Leiria	09/ago/20	

Pentatlo MQ CN S23 - 5.100 / CP - 5.300

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
3343		André Oliveira	2000	Lisboa	08/ago/20	

5000 Metros MARCHA

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
19:03.47		Ricardo Fernandes	1992	Marinha Grande	25/jul/20	

5000 Metros MARCHA

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
22:54.45		Pedro Santos	1986	Braga	22/fev/20	

10.000 Metros MARCHA MQ CN S23 - 55:00.00 / CP - 49:00.00

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

4x100 Metros

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

4x400 Metros

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
3:28.56			1994	Pombal	01/fev/20	
3:29.72		André Oliveira (00), Miguel Simões (01), Marcelo Gomes (01), Tiago Freire (94)	1998	Braga	7/mar/20	
3:29.89		Miguel Simões (01), Simão Pereira (00), Miguel Silva (00), João Mota (98)	2001	Pombal	16/fev/20	
3:32.59		Diogo Meneses (02), Francisco Silva (03), Paulo Castro (02), Miguel Simões (01)	1994	Pombal	01/mar/20	
		João Mota (98), Miguel Silva (00), Miguel Simões (01), Tiago Freire (94)				

Provas não oficiais para o Escalão

300 Metros

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
36,52		André Oliveira	2000	Jamor	05/jan/20	