



# Campeonatos Nacionais de Clubes em Pista Coberta - Fase de apuramento

FPA COMPETIÇÕES

Braga e Pombal - (27/01/2024 - 28/01/2024)

Comprimento | SUB-18 a MASTER - F | Dia 1

## Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Evelise Veiga	1996	SEN		SPORTING C P	6.07	6.03		X		6.07		X	
1	Lucinda Gomes	1995	SEN		G DESP ESTREITO	6.07	6.02		6.07		-		-	
3	Elena Llobera	1993	SEN	ESP	JUV VIDIGALENSE	5.99	5.99		X		X		X	
4	Tatiana Pereira	2006	SUB-20		S L BENFICA	5.98	5.80		5.95		5.98		5.93	
5	Ana Rita Silva	2000	SEN		A C D JARDIM SERRA	5.78	5.78		X		5.64		X	
6	Vera Monteiro	2002	SUB-23		C F OLIVEIRA DOURO	5.56	5.56		5.40		X		X	
6	Margarida Figueiredo	2001	SEN		GRECAS - VAGOS	5.56	5.56		5.35		X		X	
8	Tamiris De Liz	1995	SEN	BRA	J O MONTE ABRAÃO	5.51	5.18		5.51		-		-	
9	Marta Carriço	2007	SUB-18		A C D R ARNEIRENSE	5.45	5.45		5.38		X		5.37	
10	Mariana Novo	2000	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	5.37	5.30		5.37		5.26		-	
11	Catarina Vieira	2006	SUB-20		A D R ÁGUA DE PENHA	5.30	5.30		5.19		X		5.08	
12	Natacha Candé	2007	SUB-18		JUVENTUDE ILHA VERDE	5.27	X		5.27		X		X	
13	Leonor Saraiva	2007	SUB-18		GRUPO REC EIRENSE	5.24	X		5.09		5.24		3.56	
14	Ana Carrasqueira	1999	SEN		C BENFICA FARO WCLOC	5.13	4.87		4.96		5.13		X	
15	Lara Rego	2004	SUB-23		C A MAZAREFES	5.08	4.80		5.08		X		X	
16	Constança Faustino	2005	SUB-20		FUNDAÇÃO SALESIANOS	5.05	4.74		4.65		5.05		X	
17	Palmira Martins	1998	SEN		S CLUBE DE BRAGA	5.03	4.88		5.03		X		4.85	
18	Matilde Pereira	2004	SUB-23		MAIA A C	5.01	4.72		4.96		4.91		5.01	
19	Carla Silveira	2005	SUB-20	ANG	ASS ACAD COIMBRA	4.94	4.84		4.76		4.94		X	
20	Margarida Mascarenha	2000	SEN		A ACAD BELA VISTA	4.89	4.81		4.89		4.84		4.73	
21	Lansiiia Dmytriieva	2004	SUB-23	UKR	ESCOLA DO MOVIMENTO	4.79	4.79		X		3.62		3.82	
22	Diana Vatula	2007	SUB-18		C A MARINHA GRANDE	4.74	4.57		4.53		4.08		4.74	
23	Ana Patrícia Moreira	2000	SEN		C SPIRIDON DE GAIA	4.72	4.72		4.40		4.65		4.67	
24	Bruna Ruela	2007	SUB-18		ASS PAPA LÉGUAS	4.65	3.14		4.65		4.42		4.49	
25	Mónica Rodrigues	2001	SEN		E ATLETISMO TROFA	4.63	4.63		X		4.41		X	
26	Beatriz Alves (X)	2008	SUB-18		ATLÉTICO C BATALHA	4.57	4.54		4.57		4.51		4.55	
27	Filipa Fernandes (X)	2008	SUB-18		LUSITÂNIA LOUROSA FC	4.50	X		X		4.50		4.12	
28	Inês Fernandes (X)	2007	SUB-18		S C ESPINHO	4.30	4.03		4.15		3.67		4.30	
29	Ana Teixeira (X)	2001	SEN		S C SALGUEIROS	4.23	4.07		4.23		X		4.16	
30	Ana Paula Pinto (X)	1995	SEN		A D C C J CLARK	3.71	3.47		3.62		3.42		3.71	
NM	Eva Machado (X)	2006	SUB-20		N A DE CUCUJÃES	x	X		X		X		X	

400 metros | SUB-18 a MASTER - M | Dia 1

## Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Mauro Pereira	1998	SEN		SPORTING C P	48.85
2	André Franco	2004	SUB-23		S L BENFICA	49.07
3	Gabriel Morim	2002	SUB-23		JUV VIDIGALENSE	49.34
3	Bernardo Pereira	1997	SEN		A C D JARDIM SERRA	49.34
5	Nuno Nascimento	2002	SUB-23		S C SALGUEIROS	49.79
6	Guilherme Faias	2003	SUB-23		C ATLETISMO DE SEIA	49.91
7	Martim Faustino	2000	SEN		G DESP ESTREITO	50.03
8	Manuel Sissé	2002	SUB-23		A C R SRA DESTERRO	50.06
9	João P Ferreira	1996	SEN		S CLUBE DE BRAGA	50.14
10	Hugo J Silva	1999	SEN		A D R ÁGUA DE PENHA	50.47
11	Paulo Soares	2000	SEN		MAIA A C	50.58
12	Rúben Bari	2003	SUB-23		C P T SOBRAL CEIRA	50.86
13	Abel Fernandes	2001	SEN		C A MARINHA GRANDE	51.20
14	Carlos Carvalho	2002	SUB-23		A C PÓVOA DE VARZIM	51.31
15	Rodrigo Almeida	2004	SUB-23		GRECAS - VAGOS	51.45
16	Miguel Figueira	1995	SEN		C S S JOÃO MADEIRA	51.70
17	Rafael Anunciação	2002	SUB-23		GRUPO REC EIRENSE	51.86
18	Sérgio Carmo	1990	SEN		C A MAZAREFES	52.27



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO

100 ANOS  
1921 - 2021

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
19	Finda Sevani	1997	SEN	ANG	C I A ILHA AZUL	52.86
20	Marco Nobre	2004	SUB-23		A ACAD BELA VISTA	52.90
21	Daniel Pinto	2005	SUB-20		NÚCLEO SCP ALMADA	53.15
22	Tomás Baptista	1992	SEN		ESCOLA DO MOVIMENTO	53.21
23	Ricardo Tomé	2004	SUB-23		C BENFICA FARO WCLOC	53.39
24	Gustavo Pinho (X)	2006	SUB-20		LUSITÂNIA LOUROSA FC	54.16
25	Daniel Silva (X)	2003	SUB-23		OLÍMPICO VIANENSE	54.17
26	David Silva (X)	1997	SEN		FUNDAÇÃO SALESIANOS	54.85
26	André Rodrigues (X)	1997	SEN		JUVENTUDE ILHA VERDE	54.85
28	Cláudio Resende (X)	1986	M 35		N A DE CUCUJÃES	54.94
29	Hélio Pedroso (X)	2003	SUB-23		C ATLETISMO NAZARÉ	55.31
30	Hélder Lima (X)	2002	SUB-23		C D C NAVAIS	55.76
31	Gabriel Gonçalves (X)	2005	SUB-20		GIRA SOL	56.16
32	Matias Guerreiro (X)	2007	SUB-18		C D AREIAS S. JOÃO	56.24
33	Miguel A G Martins (X)	2002	SUB-23		ASS ACAD COIMBRA	59.04
34	João Machado (X)	2006	SUB-20		ASS PAPA LÉGUAS	60.68
35	Rafael Fragoso (X)	2006	SUB-20		S C ESPINHO	61.84
36	Jose Pedro Vieira (X)	1966	M 55		C SPIRIDON DE GAIA	62.16
37	Nuno Abade (X)	1972	M 50		A ESC ATLET CARTAXO	63.07
DSQ	Carlos Lourenço (X)	1996	SEN	ANG	C A BAIXA BANHEIRA	x (TR 17.5.1)
DSQ	Miguel Costa (X)	2004	SUB-23		CLUBE DESP DA PÓVOA	x (TR 17.2.3)

**Vara | SUB-18 a MASTER - F | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1.85	2.00	2.15	2.30	2.45	2.57	2.69	2.81	2.93	3.05	3.15	3.25	3.35	3.45	3.55	3.60	3.65	3.70	3.75
1	Cátia Pereira	1989	M 35		A C PÓVOA DE VARZIM	4.00	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	-	0	-
2	Nicole Barbosa	1998	SEN	BRA	J O MONTE ABRAÃO	3.95	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	XO	O	XO	-	-	0	
3	Raquel Marques	1999	SEN		SPORTING C P	3.60	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	O	O	O	-	XXX		
4	Joana Barreto	2004	SUB-23		S L BENFICA	3.55	-	-	-	-	-	-	-	-	-	O	O	O	XXO	O	O	XXX			
5	Filipa Dinis	2005	SUB-20		JUV VIDIGALENSE	3.25	-	-	-	-	-	-	-	-	-	O	-	XO	XXX						
6	Maria França	2006	SUB-20		S CLUBE DE BRAGA	3.05	-	-	-	-	O	O	O	O	XXO	XXX									
6	Sofia Carneiro	1998	SEN		MAIA A C	3.05	-	-	-	-	-	O	O	O	O	XXX									
6	Tânia António	1987	M 35		GRECAS - VAGOS	3.05	-	-	-	-	-	O	O	O	O	XXX									
9	Januária Pereira	1979	M 40		A C D JARDIM SERRA	2.93	-	-	-	-	-	O	O	XO	O	XXX									
10	Matilde Freitas	2008	SUB-18		A D R ÁGUA DE PENHA	2.81	-	-	-	-	O	O	XXO	XXX											
11	Liliana Manhente	1985	M 35		GRUPO REC EIRENSE	2.69	-	-	O	-	O	O	O	XXX											
12	Beatriz Soares	2003	SUB-23		ESCOLA DO MOVIMENTO	2.57	-	O	XXO	O	XO	O	XXX												
12	Diana Andrade	2001	SEN		G DESP ESTREITO	2.57	-	-	-	-	O	O	XXX												
14	Mariana Monteiro	2006	SUB-20		C SPIRIDON DE GAIA	2.30	-	O	O	O	XXX														
14	Fabiana Lucart	2004	SUB-23		C F OLIVEIRA DOURO	2.30	-	-	O	O	XXX														
14	Diana Vilar	2008	SUB-18		N A DE CUCUJÃES	2.30	-	O	O	XO	XXX														
14	Mariana Santos	2005	SUB-20		LUSITÂNIA LOUROSA FC	2.30	-	O	O	XO	XXX														
18	Sofia Rêma	1999	SEN		E ATLETISMO TROFA	2.15	O	XO	XO	XXX															
18	Íris Passos	2008	SUB-18		ATLÉTICO C BATALHA	2.15	O	O	O	XXX															
18	Cláudia Teixeira	2000	SEN		C A MAZAREFES	2.15	O	O	XXO	XXX															
18	Olga Velez	2008	SUB-18		ASS ACAD COIMBRA	2.15	O	O	O	XXX															



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1.85	2.00	2.15	2.30	2.45	2.57	2.69	2.81	2.93	3.05	3.15	3.25	3.35	3.45	3.55	3.60	3.65	3.70	3.75
22	Adriana Gonçalves	2001	SEN		C A MARINHA GRANDE	2.00	O	XO	XXX																
23	Rafaela Mateus (X)	2007	SUB-18	ANG	A ACAD BELA VISTA	1.85	O	XXX																	
23	Paula Morim (X)	2005	SUB-20		C D C NAVAIS	1.85	XO	XXX																	
SM	Inês Gomes (X)	2002	SUB-23		FUNDAÇÃO SALESIANOS	SM	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
NM	Ana Araújo (X)	2003	SUB-23		ASS PAPA LÉGUAS	SM	XXX																		

**Altura | SUB-18 a MASTER - M | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1.60	1.65	1.70	1.75	1.80	1.84	1.88	1.92	1.95	1.98	2.01	2.03	2.05	2.07	2.09	2.11	2.13	2.15	2.17
1	Gerson Baldé	2000	SEN		S L BENFICA	2.11	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	O	-	O	-	-	O	-	-	XXX
2	Gonçalo Veloso	2001	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	2.09	-	-	-	-	-	-	-	XO	O	-	O	-	XO	-	XXO	-	-	-	XXX
2	Ailton Fernandes	1999	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	2.09	-	-	-	-	-	-	-	O	-	-	O	-	O	-	O	-	-	-	XXX
4	Nelson Pinto	1998	SEN		A C D JARDIM SERRA	2.05	-	-	-	-	-	O	-	O	O	-	O	-	O	-	-	-	-	-	XXX
5	Francisco Barreto (X)	1996	SEN		FUNDAÇÃO SALESIANOS	2.03	-	-	-	O	-	O	-	O	-	O	-	O	X-	XX					
6	Pedro Correia	2005	SUB-20		GRECAS - VAGOS	2.01	-	-	-	-	O	O	O	O	O	O	O	XXX							
7	Daniel Lorente	1998	SEN	ESP	JUV VIDIGALENSE	1.95	-	-	-	-	O	O	XO	O	XO	XXX									
7	Tiago Gomes	2005	SUB-20		SPORTING C P	1.95	-	-	-	O	O	O	O	O	XXO	XXX									
7	Roman Guliy	1979	M 40		C ATLETISMO DE SEIA	1.95	-	-	O	-	O	O	XO	O	XO	X									
10	João Oliveira	2002	SUB-23		C A MARINHA GRANDE	1.92	-	-	-	O	O	O	XO	O	XXX										
10	Rafael Vilas Boas	1995	SEN		S CLUBE DE BRAGA	1.92	-	-	-	-	O	-	O	XO	XXX										
12	André Rangel	2000	SEN		G DESP ESTREITO	1.88	-	-	O	O	O	O	XO	XXX											
13	Francisco Lima	2002	SUB-23		NÚCLEO SCP ALMADA	1.84	-	-	O	O	O	XXO	XXX												
13	Miguel Hora	2003	SUB-23		MAIA A C	1.84	-	-	O	O	O	XO	XXX												
13	Pedro Vila Cova	1996	SEN		ESCOLA DO MOVIMENTO	1.84	-	-	O	-	O	XO	XXX												
13	Filipe Grilate	1991	SEN		A C R SRA DESTERRO	1.84	-	-	O	O	O	XXO	XXX												
13	Ricardo Tomé	2004	SUB-23		C BENFICA FARO WCLOC	1.84	XO	O	O	O	XO	XXO	XXX												
18	Xavier Teixeira	2001	SEN		GRUPO REC EIRENSE	1.80	-	-	O	O	O	XXX													
18	Fabio Pires	1998	SEN		C I A ILHA AZUL	1.80	O	O	XO	O	XO	XXX													
18	Marco Monteiro	2005	SUB-20		N A DE CUCUJÃES	1.80	O	O	O	O	XO	XXX													
21	Afonso Cordeiro	2008	SUB-18		JUVENTUDE ILHA VERDE	1.75	O	O	XO	XXO	XXX														
21	Duarte Pinto	2006	SUB-20		ASS PAPA LÉGUAS	1.75	O	O	O	O	XXX														
21	Rafael Silva	1996	SEN		GIRA SOL	1.75	-	-	O	XXO															
24	Daniel Penela	2008	SUB-18		OLÍMPICO VIANENSE	1.70	XO	XO	O	XXX															
25	Ricardo Pelarigo (X)	2001	SEN		A ESC ATLET CARTAXO	1.65	O	XXO	XXX																
25	Helder Coutinho (X)	1990	SEN		C A MAZAREFES	1.65	-	XO	XXX																



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1.60	1.65	1.70	1.75	1.80	1.84	1.88	1.92	1.95	1.98	2.01	2.03	2.05	2.07	2.09	2.11	2.13	2.15	2.17
27	Rui Vilas Boas (X)	2003	SUB-23		C S S JOÃO MADEIRA	1.60	O	XXX																	
NM	Eric Souza (X)	2006	SUB-20	BRA	LUSITÂNIA LOUROSA FC	SM	XXX																		
NM	Gabriel Ferreira (X)	2008	SUB-18		CLUBE DESP DA PÓVOA	SM	X																		

**400 metros | SUB-18 a MASTER - F | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Gorete Semedo	1996	SEN	STP	A C PÓVOA DE VARZIM	54.75
2	Juliana Guerreiro	2001	SEN		SPORTING C P	55.64
3	Carolina Duarte	1990	SEN		J O MONTE ABRAÃO	57.06
4	Inês Cruz	1997	SEN		G DESP ESTREITO	57.07
5	Leonor Ferreira	2004	SUB-23		S L BENFICA	57.37
6	Joana Gameiro	2004	SUB-23		JUV VIDIGALENSE	57.89
7	Bárbara Medeiros	2001	SEN		A C D JARDIM SERRA	58.23
8	Francisca Silva	2000	SEN		S CLUBE DE BRAGA	58.55
9	Océane Conceição	1999	SEN		GRECAS - VAGOS	59.70
10	Andreia Eliseu	2001	SEN		GRUPO REC EIRENSE	60.67
11	Marta Lobo (X)	2004	SUB-23		S C SALGUEIROS	61.68
12	Matilde Caldas	2006	SUB-20		MAIA A C	61.77
13	Rafaela Morgado	1998	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	61.86
14	Inês Ávila	2005	SUB-20		JUVENTUDE ILHA VERDE	62.15
15	Madalena Martins	2008	SUB-18		FUNDAÇÃO SALESIANOS	62.81
16	Mariana Lopes	2007	SUB-18		A ACAD BELA VISTA	62.92
17	Sandra Borges	1983	M 40		C F OLIVEIRA DOURO	63.89
18	Sara Neiva	2001	SEN		C A MAZAREFES	64.44
19	Beatriz Costa (X)	2001	SEN		A C D R ARNEIRENSE	65.11
20	Diana Rodrigues (X)	2001	SEN		E ATLETISMO TROFA	66.01
21	Leonor Teixeira (X)	2006	SUB-20		N A DE CUCUJÃES	67.18
22	Mafalda Cancelo (X)	2007	SUB-18		C D C NAVAIS	67.37
23	Diana Morgado (X)	1989	M 35		C A MARINHA GRANDE	73.10
24	Rafaela Queiroz (X)	2008	SUB-18		ASS PAPA LÉGUAS	75.73
25	Marta Palma (X)	2006	SUB-20		C BENFICA FARO WCLOC	76.73
26	Mariana Carvalho (X)	2008	SUB-18		ATLÉTICO C BATALHA	77.65
27	Beatriz Cunha (X)	2006	SUB-20		A D C C J CLARK	80.93
28	Adriana Costa (X)	1997	SEN		C SPIRIDON DE GAIA	81.03
29	Maria Nascimento (X)	2008	SUB-18	BRA	S C ESPINHO	83.15
DNF	Beatriz Guimarães (X)	2005	SUB-20		ASS ACAD COIMBRA	x
DNF	Célia Valente (X)	1979	M 40		LUSITÂNIA LOUROSA FC	x

**800 metros | SUB-18 a MASTER - M | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	José Carlos Pinto	1997	SEN		S L BENFICA	1:51.25
2	David Garcia	2003	SUB-23		SPORTING C P	1:52.64
3	Afonso Oliveira	2005	SUB-20		C P T SOBRAL CEIRA	1:54.79
4	Pedro Monteiro	2004	SUB-23		A D R ÁGUA DE PENA	1:55.53
5	Eduardo Pestana	2002	SUB-23		A C D JARDIM SERRA	1:55.57
6	Eduardo Beça	2004	SUB-23		GRECAS - VAGOS	1:55.74
7	Ricardo Pedra	2002	SUB-23		OLÍMPICO VIANENSE	1:55.94
8	Bruno Ávila	2002	SUB-23		C I A ILHA AZUL	1:56.25
9	Bruno Silva	1995	SEN		MAIA A C	1:57.25
10	Davide Teixeira	1992	SEN		G DESP ESTREITO	1:57.39
11	Francisco Júlio	2005	SUB-20		C ATLETISMO DE SEIA	1:57.48
12	João Marques	2002	SUB-23		S C SALGUEIROS	1:57.68
12	David Martins	2006	SUB-20		S CLUBE DE BRAGA	1:57.68
14	Nuno Coelho	1998	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	1:57.83
15	Nuno Cordeiro	2006	SUB-20		JUV VIDIGALENSE	1:58.06



Posição	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
16	Carlos Monteiro	1989	M 35	CPV	C A MAZAREFES	1:58.97
17	António Moura	1999	SEN		C S S JOÃO MADEIRA	1:59.09
18	Igor Varela	2003	SUB-23		A ACAD BELA VISTA	1:59.35
19	Manuel Dos Santos	2006	SUB-20		GIRA SOL	2:01.27
20	Tomás Nobre	2007	SUB-18		A ESC ATLET CARTAXO	2:01.82
21	Márcio Dias	2005	SUB-20		GRUPO REC EIRENSE	2:02.21
22	Eduardo Gonçalves	2005	SUB-20		NÚCLEO SCP ALMADA	2:02.69
23	Ângelo Marques	1995	SEN		A C R SRA DESTERRO	2:04.33
24	Tony Calvo (X)	1981	M 40		ESCOLA DO MOVIMENTO	2:05.62
25	Martim Matos (X)	2008	SUB-18		ASS PAPA LÉGUAS	2:06.47
26	Carlos Lourenço (X)	1996	SEN	ANG	C A BAIXA BANHEIRA	2:06.51
27	Lucas Azambujo (X)	2006	SUB-20		ASS ACAD COIMBRA	2:07.75
28	Dario Nuñez (X)	2006	SUB-20	ESP	FUNDAÇÃO SALESIANOS	2:09.01
29	Miguel Barros (X)	2007	SUB-18		C ATLETISMO NAZARÉ	2:10.34
30	João Viveiros (X)	2006	SUB-20		JUVENTUDE ILHA VERDE	2:12.59
31	Gabriel Neto (X)	2007	SUB-18		C BENFICA FARO WCLOC	2:14.15
32	Márcio Dias (X)	2005	SUB-20		S C ESPINHO	2:14.70
33	Miguel Costa (X)	2004	SUB-23		CLUBE DESP DA PÓVOA	2:15.91
34	Nuno Silva (X)	1998	SEN		C D C NAVAIS	2:21.84
35	João Cancela (X)	2008	SUB-18		C SPIRIDON DE GAIA	2:30.10
DNF	Leonardo Sá (X)	1996	SEN		C A MARINHA GRANDE	x

**800 metros | SUB-18 a MASTER - F | Dia 1**

**Série 1**

Posição	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Rita N Figueiredo	2003	SUB-23		G DESP ESTREITO	2:13.36
2	Beatriz Pereira	2004	SUB-23		MAIA A C	2:13.69
3	Mara Rodrigues	2005	SUB-20		S L BENFICA	2:14.00
4	Sara Inácio	1995	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	2:14.39
5	Mariana Vidinha	2004	SUB-23		JUV VIDIGALENSE	2:15.68
6	Marta Castro	2003	SUB-23		SPORTING C P	2:15.88
7	Celia Castro	2007	SUB-18	ESP	FUNDAÇÃO SALESIANOS	2:16.99
8	Patrícia Oliveira	1994	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	2:17.83
9	Beatriz Fernandes	2002	SUB-23		S CLUBE DE BRAGA	2:19.11
10	Anita Alves	2002	SUB-23		C F OLIVEIRA DOURO	2:19.33
11	Margarida Silva	2000	SEN		A C D JARDIM SERRA	2:21.07
12	Vera Lima	1989	M 35		GRECAS - VAGOS	2:21.96
13	Ana Silva	1998	SEN		E ATLETISMO TROFA	2:24.24
14	Diana André	2008	SUB-18		A ACAD BELA VISTA	2:26.44
15	Angelica Pereira	2000	SEN		GRUPO REC EIRENSE	2:29.05
16	Carolina Duarte (X)	1990	SEN		J O MONTE ABRAÃO	2:33.77
17	Filipa Pigarro (X)	2004	SUB-23		ASS ACAD COIMBRA	2:37.87
18	Ana Beatriz Sousa (X)	2008	SUB-18		A D C C J CLARK	2:40.19
19	Catarina Santos (X)	2008	SUB-18		C BENFICA FARO WCLOC	2:45.96
20	Catarina Sousa (X)	2008	SUB-18		S C ESPINHO	2:47.48
21	Leonor Fontes (X)	2007	SUB-18		C D C NAVAIS	2:58.57
22	Catarina Arieira (X)	2004	SUB-23		C A MAZAREFES	3:03.68
23	Aiko Numata (X)	2007	SUB-18	JPN	ATLÉTICO C BATALHA	3:08.61
23	Sónia Félix (X)	1982	M 40		N A DE CUCUJÃES	3:08.61
DNF	Ana Guedes (X)	1973	M 50		C SPIRIDON DE GAIA	x

**60 metros | SUB-18 a MASTER - M | Dia 1**

**Série 1**

Posição	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	André Prazeres	1999	SEN		S L BENFICA	6.76
2	Carlos Nascimento	1994	SEN		SPORTING C P	6.77
3	Gonçalo Mendes	1999	SEN		S CLUBE DE BRAGA	6.91
4	Gabriel Maia	2003	SUB-23		A C D JARDIM SERRA	6.96
5	Fábio Cunha	1994	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	7.03 (TM .023)



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
5	João Maria Santos (X)	2005	SUB-20		FUNDAÇÃO SALESIANOS	7.03
5	Paulo Pereira	2003	SUB-23		MAIA A C	7.03 (TM .027)
5	Ronaldinho Oliveira	1997	SEN		C I A ILHA AZUL	7.03
9	Serhii Minenko	2004	SUB-23	UKR	GRECAS - VAGOS	7.05
10	Rodrigo Rito	2000	SEN		G DESP ESTREITO	7.08
11	João Guerreiro	1998	SEN		C D AREIAS S. JOÃO	7.09
12	João Mota	2007	SUB-18		JUV VIDIGALENSE	7.11
13	Pedro Da Silva	1994	SEN		ESCOLA DO MOVIMENTO	7.12
14	Duarte Ferreira	2003	SUB-23		C A MAZAREFES	7.15
15	João Santos	2005	SUB-20		GIRA SOL	7.16
16	Diogo Bastos	2004	SUB-23		C S S JOÃO MADEIRA	7.20
17	Ademola Fagbemi	2002	SUB-23	NGR	ASS ACAD COIMBRA	7.21
18	Tiago Rocha	2001	SEN		C ATLETISMO DE SEIA	7.25
19	Guilherme Ornelas	2002	SUB-23		A D R ÁGUA DE PENHA	7.29
20	Miguel Miranda	2000	SEN		A C R SRA DESTERRO	7.31
21	Renato Ribeiro	2006	SUB-20		ASS PAPA LÉGUAS	7.34
22	André Santos	2002	SUB-23		N A DE CUCUJÃES	7.35
23	Sérgio Alves	1997	SEN		C BENFICA FARO WCLOC	7.36
24	Tomás Neiva	2007	SUB-18		OLÍMPICO VIANENSE	7.37 (YC TR 17.5.3)
25	Abel Fernandes	2001	SEN		C A MARINHA GRANDE	7.45
26	Diogo Saldanha	2001	SEN		GRUPO REC EIRENSE	7.46
27	Nuno Nascimento	2002	SUB-23		S C SALGUEIROS	7.47
28	Tomás Machado	2007	SUB-18		C P T SOBRAL CEIRA	7.48
29	André Malva	2005	SUB-20		LUSITÂNIA LOUROSA FC	7.51
30	Eduardo Aqualusa	2003	SUB-23		C ATLETISMO NAZARÉ	7.53
31	Tiago Branco	2006	SUB-20		JUVENTUDE ILHA VERDE	7.55 (TR 16.5.3 YC)
32	Hélder Lima	2002	SUB-23		C D C NAVAIS	7.67
33	Gil Pinto	2008	SUB-18		NÚCLEO SCP ALMADA	7.69
34	Paulo Pereira	2003	SUB-23		A ESC ATLET CARTAXO	7.70
35	Gabriel Rodrigues	2005	SUB-20		C A BAIXA BANHEIRA	7.73
36	Rodrigo Barbosa (X)	2005	SUB-20		S C ESPINHO	7.79
37	Paulo Viana (X)	1968	M 55		CLUBE DESP DA PÓVOA	7.80
38	Tiago Teixeira (X)	2000	SEN		C SPIRIDON DE GAIA	7.86
39	Lucas Faustini (X)	2008	SUB-18		A ACAD BELA VISTA	8.13

**Comprimento | SUB-18 a MASTER - M | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	André Pimenta	2001	SEN		SPORTING C P	7.34	7.34		X		X			7.26
2	Daniilo Almeida	1996	SEN		JUV VIDIGALENSE	7.27	6.76		X		7.27			-
3	Ivo Tavares	1996	SEN		S L BENFICA	7.16	7.16		X		X			7.13
4	Tomás Dinis	2000	SEN		MAIA A C	6.96	6.96		X		X			X
5	Ricardo Silva	2005	SUB-20		GRECAS - VAGOS	6.86	6.38		6.86		6.68			6.64
6	Bruno Leite Da Costa	1992	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	6.78	6.67		6.78		6.46			X
7	André Rodrigues	2004	SUB-23		C A MARINHA GRANDE	6.74	X		6.74		X			6.71
8	André Rangel	2000	SEN		G DESP ESTREITO	6.71	6.71		6.57		X			X
9	Sérgio F Silva	1985	M 35		A C R SRA DESTERRO	6.70	6.58		X		X			6.70
10	David Neves	2002	SUB-23		C P T SOBRAL CEIRA	6.59	X		6.59		-			-
11	Carlos Prino	1997	SEN		A D R ÁGUA DE PENHA	6.56	6.56		6.27		6.48			X
12	Nuno Sénica	2000	SEN		C ATLETISMO DE SEIA	6.49	X		6.49		X			6.48
13	Xavier Outeiro	2003	SUB-23		A C D JARDIM SERRA	6.47	X		X		6.47			X
14	Luís M F Machado	1997	SEN		S CLUBE DE BRAGA	6.34	6.34		X		X			6.34
15	Finda Sevani	1997	SEN	ANG	C I A ILHA AZUL	6.31	5.63		6.14		6.17			6.31
16	Tiago Ramos	2007	SUB-18		GIRA SOL	6.26	X		6.26		X			6.09
17	Francisco Cordoeiro	1992	SEN		ESCOLA DO MOVIMENTO	6.21	6.19		6.21		X			X
17	Guilherme Enes	2004	SUB-23		ASS PAPA LÉGUAS	6.21	6.21		-		-			-
19	Orest Bulak	1984	M 35	UKR	C D AREIAS S. JOÃO	6.20	6.20		4.58		6.20			6.14
20	João Pedro Martins	2004	SUB-23		CLUBE DESP DA PÓVOA	6.11	6.11		-		-			-
21	Rodrigo Araújo	2004	SUB-23		ASS ACAD COIMBRA	6.05	5.62		5.61		6.05			-



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
21	Henrique Santos	2004	SUB-23		C S S JOÃO MADEIRA	6.05	5.77		6.05		-		-	
23	Bruno Gaspar	2007	SUB-18		A ACAD BELA VISTA	6.04	5.34		6.04		5.93		5.85	
23	Francisco Barreto (X)	1996	SEN		FUNDAÇÃO SALESIANOS	6.04	-		6.04		X		X	
25	Rúben Caetano	1996	SEN		C A MAZAREFES	6.00	6.00		4.77		5.96		5.95	
26	Afonso Cordeiro	2008	SUB-18		JUVENTUDE ILHA VERDE	5.98	X		5.98		X		5.57	
27	Francisco Lima	2002	SUB-23		NÚCLEO SCP ALMADA	5.95	X		5.95		5.58		5.61	
28	Diogo Araújo	2004	SUB-23		OLÍMPICO VIANENSE	5.89	5.82		X		X		5.89	
29	Gaspar Araújo	1981	M 40		N A DE CUCUJÃES	5.86	X		5.86		5.85		X	
30	Tiago Mina	2000	SEN		C A BAIXA BANHEIRA	5.81	5.59		5.81		5.80		-	
31	Miguel Oliveira (X)	2005	SUB-20		A ESC ATLET CARTAXO	5.75	5.75		5.71		5.67		5.55	
32	Eduardo Aqualusa (X)	2003	SUB-23		C ATLETISMO NAZARÉ	5.69	X		X		5.24		5.69	
33	Gonçalo Cunha (X)	2003	SUB-23		S C SALGUEIROS	5.65	5.34		5.44		5.62		5.65	
34	João Sousa (X)	2005	SUB-20		LUSITÂNIA LOUROSA FC	5.60	X		X		X		5.60	
35	Rodrigo Barbosa (X)	2005	SUB-20		S C ESPINHO	4.76	4.76		4.67		4.68		4.57	
36	Duarte Lima (X)	2008	SUB-18		C D C NAVAIS	4.08	4.04		4.08		3.81		3.71	
SM	Diogo Saldanha (X)	2001	SEN		GRUPO REC EIRENSE	x	X		X		X		X	
NM	Guilherme Gaspar (X)	2004	SUB-23		C BENFICA FARO WCLOC	x	X		-		-		-	

**Peso 4kg | SUB-18 a MASTER - F | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Eliana Bandeira	1996	SEN		S L BENFICA	18.47	15.41	18.47	18.24	X
2	Francislaine Serra	1994	SEN		A C D JARDIM SERRA	15.91	15.56	X	15.91	X
3	Mariana Bento	2001	SEN		SPORTING C P	13.31	13.29	12.49	X	13.31
4	Inês Carreira	2000	SEN		GRUPO REC EIRENSE	11.91	11.57	11.91	X	11.84
5	Kseniia Yatsenko	1979	M 45	UKR	S CLUBE DE BRAGA	11.85	11.21	X	11.85	11.66
6	Mariana Pestana	2001	SEN		G DESP ESTREITO	11.72	11.72	11.68	-	-
7	Vera Goucha	2005	SUB-20		JUV VIDIGALENSE	11.21	10.59	10.70	11.21	10.46
8	Sónia Borges	1985	M 35		MAIA A C	11.13	11.13	X	10.25	11.10
9	Catarina Cardoso	2003	SUB-23		GRECAS - VAGOS	11.07	11.05	10.73	11.07	10.66
10	Fernanda Angélica	1975	M 45		A C PÓVOA DE VARZIM	11.01	11.01	10.91	X	10.72
11	Eva Gonçalves	2002	SUB-23		N A DE CUCUJÃES	10.69	10.12	10.69	X	X
12	Inês Diogo	2002	SUB-23		J O MONTE ABRAÃO	10.52	9.27	9.50	10.09	10.52
13	Bárbara Bica	2001	SEN		C SPIRIDON DE GAIA	10.28	9.34	9.06	10.16	10.28
14	Ana Granja	1999	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	9.67	9.58	9.62	9.53	9.67
15	Fátima Camara	2007	SUB-18		C F OLIVEIRA DOURO	9.50	9.11	8.99	X	9.50
16	Leonor Barros	2006	SUB-20		ASS PAPA LÉGUAS	9.35	9.12	9.35	8.60	8.69
17	Mariana Campos	2004	SUB-23		JUVENTUDE ILHA VERDE	9.29	8.80	8.88	9.29	8.72
18	Diana Rodrigues	2000	SEN		C A MAZAREFES	9.17	8.26	9.17	8.59	8.58
19	Andreia Nicolau	1991	SEN		ESCOLA DO MOVIMENTO	9.02	8.11	9.02	8.67	X
20	Mariana Santos	2005	SUB-20		LUSITÂNIA LOUROSA FC	9.00	8.25	8.37	X	9.00
21	Lilly Martins	2007	SUB-18	USA	ATLÉTICO C BATALHA	8.85	7.84	8.85	X	8.58
22	Mariana Monteiro	2006	SUB-20		S C ESPINHO	8.80	8.80	8.33	8.75	8.42
23	Elisabete Amorim	1979	M 40		FUNDAÇÃO SALESIANOS	8.75	8.75	X	8.65	X
24	Carolina Patrício	2001	SEN		A C D R ARNEIRENSE	8.73	8.26	8.32	X	8.73
25	Sofia Rêma	1999	SEN		E ATLETISMO TROFA	8.52	7.92	8.52	7.73	7.96
26	Paula Morim (X)	2005	SUB-20		C D C NAVAIS	8.28	8.12	7.94	8.05	8.28
27	Carolina D Santos (X)	2007	SUB-18		C A MARINHA GRANDE	8.19	6.88	7.99	8.17	8.19
28	Andreia Teixeira (X)	1992	SEN		A D C C J CLARK	8.03	7.54	8.03	7.89	7.73
29	Sandra Santos (X)	1984	M 35		C BENFICA FARO WCLOC	7.71	X	7.71	X	X
30	Catarina Correia (X)	1996	SEN		ASS ACAD COIMBRA	7.68	7.68	7.55	X	X
31	Inês Dolgova (X)	2005	SUB-20		A ACAD BELA VISTA	7.13	6.46	6.16	7.08	7.13
32	Sara Teixeira (X)	1997	SEN		S C SALGUEIROS	5.15	5.15	-	-	-

**60 metros | SUB-18 a MASTER - F | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Tamiris De Liz	1995	SEN	BRA	J O MONTE ABRAÃO	7.45
2	Beatriz Andrade	2001	SEN		SPORTING C P	7.56



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO



100 ANOS  
1921 - 2021



Posição	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
3	Beatriz Castelhana	2005	SUB-20		A C D R ARNEIRENSE	7.61
4	Íris Silva	2002	SUB-23		S L BENFICA	7.65
5	Patricia Alminhas	2000	SEN		G DESP ESTREITO	7.73
6	Joana Barreto Santos	2005	SUB-20		GRUPO REC EIRENSE	7.74
7	Melissa Sereno	2005	SUB-20		MAIA A C	7.75
8	Rita Barbosa	2005	SUB-20		A C D JARDIM SERRA	7.79
9	Matilde Simões	2005	SUB-20		GRECAS - VAGOS	7.86
10	Ana Mendes	1998	SEN		S CLUBE DE BRAGA	7.89
11	Mariana António	1998	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	7.91
12	Maria Quintela	2002	SUB-23		A D R ÁGUA DE PENA	7.92
13	Katerina Quinn	2008	SUB-18	GBR	JUV VIDIGALENSE	7.95
14	Maria Leonor Silva	2005	SUB-20		C BENFICA FARO WCLOC	8.10
15	Maria Do Carmo Lúcio	2008	SUB-18		FUNDAÇÃO SALESIANOS	8.11
16	Bárbara Ferraz	2008	SUB-18		C F OLIVEIRA DOURO	8.14
17	Matilde Gomes	2007	SUB-18		C A MAZAREFES	8.23
18	Mónica Rodrigues	2001	SEN		E ATLETISMO TROFA	8.28
19	Beatriz Alves	2008	SUB-18		ATLÉTICO C BATALHA	8.36
20	Bruna Oliveira	2003	SUB-23		ESCOLA DO MOVIMENTO	8.39
21	Diana Vatula	2007	SUB-18		C A MARINHA GRANDE	8.40
22	Rafaela Gomes	2006	SUB-20		A ACAD BELA VISTA	8.47
23	Ana Moreira	1999	SEN		C D C NAVAIS	8.48
24	Ana Teixeira (X)	2001	SEN		S C SALGUEIROS	8.49
25	Mariana Moura	2007	SUB-18		JUVENTUDE ILHA VERDE	8.66
26	Mariana Monteiro	2006	SUB-20		C SPIRIDON DE GAIA	8.76 (TM .753)
26	Inês Fernandes	2007	SUB-18		S C ESPINHO	8.76 (TM .752)
28	Eliana Torres	2002	SUB-23		ASS ACAD COIMBRA	8.81
29	Rafaela Freitas	2008	SUB-18		ASS PAPA LÉGUAS	8.82
30	Bruna Moreira (X)	2002	SUB-23		N A DE CUCUJÃES	9.06
31	Elisa Fernandes (X)	2006	SUB-20		LUSITÂNIA LOUROSA FC	9.17
32	Ana Paula Pinto (X)	1995	SEN		A D C C J CLARK	9.38

**1.500 metros | SUB-18 a MASTER - M | Dia 1**

**Série 1**

Posição	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Tomás R Silva	1998	SEN		SPORTING C P	3:48.23
2	Paulo Rosário	1994	SEN		S L BENFICA	3:48.67
3	David Azevedo	2000	SEN		JUV VIDIGALENSE	3:49.06
4	Lourenço Rodrigues	2004	SUB-23		JUVENTUDE ILHA VERDE	3:50.38
5	João Pais	2002	SUB-23		C ATLETISMO DE SEIA	3:51.02
6	Hugo Rocha	1997	SEN		G DESP ESTREITO	3:51.46
7	Samuel Rios	2001	SEN		MAIA A C	3:56.79
8	João Alves Lopes	1998	SEN		S CLUBE DE BRAGA	3:57.20
9	Pedro Martins	1996	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	3:59.40
10	Francisco Graça	2003	SUB-23		C P T SOBRAL CEIRA	3:59.56
11	Bruno Ávila	2002	SUB-23		C I A ILHA AZUL	4:06.37
12	Gonçalo Amorim	2002	SUB-23		OLÍMPICO VIANENSE	4:06.45
13	Guilherme Martins	2004	SUB-23		C S S JOÃO MADEIRA	4:06.62
14	Hugo Daniel Santos	1990	SEN		S C SALGUEIROS	4:06.64
15	Décio Abreu	1985	M 35		A C D JARDIM SERRA	4:08.79
16	Diogo Mota	2002	SUB-23		NÚCLEO SCP ALMADA	4:08.90
17	José Azevedo	1988	M 35		A C PÓVOA DE VARZIM	4:09.46
18	Vasco Rosa	1993	SEN		C A MARINHA GRANDE	4:10.70
19	André Antunes	2002	SUB-23		GRUPO REC EIRENSE	4:11.08
20	Marco Melo	2002	SUB-23		GRECAS - VAGOS	4:11.14
21	Seng Tou Ip	2000	SEN		ASS ACAD COIMBRA	4:11.42
22	David Pedrosa	1999	SEN		GIRA SOL	4:11.56
23	Rodrigo Gomes	2003	SUB-23		C A BAIXA BANHEIRA	4:13.77
24	Marco Marques	1983	M 40		A C R SRA DESTERRO	4:14.92
25	Daniel Sousa	1988	M 35		N A DE CUCUJÃES	4:16.01
26	João Trigueiros	1996	SEN		S C ESPINHO	4:17.12





Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
27	Abdeslam Bouasria	1990	SEN	MAR	A ACAD BELA VISTA	4:18.05
28	Tiago Costa (X)	2006	SUB-20		CLUBE DESP DA PÓVOA	4:26.43
29	Duarte Jacinto (X)	2006	SUB-20		C BENFICA FARO WCLOC	4:27.58
30	Samuel Limpinho (X)	1993	SEN		C ATLETISMO NAZARÉ	4:30.98
31	César Miranda (X)	1981	M 40		C D C NAVAIS	4:31.83
32	José Araújo (X)	1983	M 40		C A MAZAREFES	4:33.91
33	Guilherme Varela (X)	2008	SUB-18		C D AREIAS S. JOÃO	4:40.53
34	Gonçalo Barbosa (X)	2005	SUB-20		C SPIRIDON DE GAIA	4:57.22

**1.500 metros | SUB-18 a MASTER - F | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Maria Avelino	2005	SUB-20		MAIA A C	4:29.13
2	Sofia Duarte	2001	SEN		JUV VIDIGALENSE	4:31.56
3	Joana Soares	1993	SEN		A C D JARDIM SERRA	4:32.54
4	Beatriz Azevedo	2005	SUB-20		SPORTING C P	4:34.79
5	Maria Jesus	2008	SUB-18		ATLÉTICO C BATALHA	4:39.35
6	Alexandra Canedo	2002	SUB-23		GRECAS - VAGOS	4:40.24
7	Maria João Pimentel	2006	SUB-20		C F OLIVEIRA DOURO	4:46.97
8	Vanessa Carvalho	1991	SEN		S CLUBE DE BRAGA	4:47.02
9	Solange Nunes	2006	SUB-20		G DESP ESTREITO	4:47.39
10	Vera Simões	2002	SUB-23		FUNDAÇÃO SALESIANOS	4:51.79
11	Rita Costa	2004	SUB-23		S L BENFICA	4:53.29
12	Joana Bagagem	2002	SUB-23		C A MARINHA GRANDE	4:53.51
13	Bárbara Magalhães	2001	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	5:00.48
14	Alice Oliveira	2000	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	5:01.71
15	Filipa Diamantino	2002	SUB-23		E ATLETISMO TROFA	5:08.75
16	Júlia Allende	2007	SUB-18		A ACAD BELA VISTA	5:14.28
17	Joana Duarte	2003	SUB-23		GRUPO REC EIRENSE	5:15.49
18	Joana Durão (X)	1990	SEN		JUVENTUDE ILHA VERDE	5:28.12
19	Inês Saraiva (X)	2002	SUB-23		J O MONTE ABRAÃO	5:33.34
20	Fátima Veiga (X)	1991	SEN		C A MAZAREFES	5:33.81
21	Luciana Miranda (X)	2008	SUB-18		C D C NAVAIS	5:56.17
22	Regina Gilvaz (X)	1973	M 50		N A DE CUCUJÃES	5:58.53
23	Maria José Monteiro (X)	2003	SUB-23		S C ESPINHO	6:28.14
24	Fátima Barbosa (X)	2003	SUB-23		A D C C J CLARK	6:40.98
25	Maria Curvelo (X)	2006	SUB-20		LUSITÂNIA LOUROSA FC	7:28.76

**60m barreiras 1.06 | SUB-18 a MASTER - M | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Diogo Guerra	1999	SEN		MAIA A C	8.10
2	Carlos Fernandes	2003	SUB-23		S L BENFICA	8.29
2	Guilherme Almeida	2002	SUB-23		A C D JARDIM SERRA	8.29
4	Rafael Correia	1993	SEN		JUV VIDIGALENSE	8.39
5	João Fontela	1991	SEN		C S S JOÃO MADEIRA	8.47
6	Haivan Almeida	2003	SUB-23		SPORTING C P	8.49
7	David Neves	2002	SUB-23		C P T SOBRAL CEIRA	8.56
8	Martim Faustino	2000	SEN		G DESP ESTREITO	8.63
9	Ussumani Djumo	2001	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	8.67
10	João Maria Santos (X)	2005	SUB-20		FUNDAÇÃO SALESIANOS	8.69
11	Miguel Marques	2005	SUB-20		C A MARINHA GRANDE	8.70
12	Xoel Otero	2005	SUB-20	ESP	GRUPO REC EIRENSE	8.73
13	Tiago Rocha	2001	SEN		C ATLETISMO DE SEIA	8.79
14	Carlos Prino	1997	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	8.82
15	Manuel Sissé	2002	SUB-23		A C R SRA DESTERRO	8.90
16	Pedro Vila Cova	1996	SEN		ESCOLA DO MOVIMENTO	8.93
17	Bernardo Raimundo	2005	SUB-20		JUVENTUDE ILHA VERDE	9.06
18	Marco Monteiro	2005	SUB-20		N A DE CUCUJÃES	9.09



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
19	João Araújo	2001	SEN		S CLUBE DE BRAGA	9.13
20	Tiago Mina	2000	SEN		C A BAIXA BANHEIRA	9.30
21	Pedro Correia	2005	SUB-20		GRECAS - VAGOS	9.31
22	Luiz Silva	2003	SUB-23	BRA	A ESC ATLET CARTAXO	9.59
23	Gabriel Borges	2003	SUB-23		C I A ILHA AZUL	9.70
24	Eduardo Silva	2002	SUB-23		C A MAZAREFES	9.78
25	Samuel Viana (X)	2003	SUB-23		OLÍMPICO VIANENSE	9.87
26	Miguel Parejo (X)	2006	SUB-20	NED	C D AREIAS S. JOÃO	10.56
27	Luís Machado (X)	2008	SUB-18		ASS PAPA LÉGUAS	10.70
28	Bruno Júnior (X)	2004	SUB-23		C ATLETISMO NAZARÉ	12.19
FS	Daniel Silva (X)	2006	SUB-20		C SPIRIDON DE GAIA	x
DNF	João Pedro Martins (X)	2004	SUB-23		CLUBE DESP DA PÓVOA	x

**60m barreiras 0.84 | SUB-18 a MASTER - F | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Catarina Karas	2000	SEN		A C D JARDIM SERRA	8.39
2	Melissa Sereno	2005	SUB-20		MAIA A C	8.40
3	Jéssica Barreira	1997	SEN		SPORTING C P	8.46
4	Vera Monteiro	2002	SUB-23		C F OLIVEIRA DOURO	8.47
5	Fatumata Balde	2000	SEN		S L BENFICA	8.52
6	Raquel Lourenço	1996	SEN		JUV VIDIGALENSE	8.60
7	Maria Quintela	2002	SUB-23		A D R ÁGUA DE PENA	8.75
8	Andreia Carvalho	2002	SUB-23		J O MONTE ABRAÃO	8.85
9	Margarida Patrício	2004	SUB-23		G DESP ESTREITO	9.04
10	Carolina Ribeiro	2000	SEN		GRUPO REC EIRENSE	9.12
11	Sofia Castanhas	2000	SEN		GRECAS - VAGOS	9.25
12	Rocío Serrano	1999	SEN	ESP	A C PÓVOA DE VARZIM	9.27
13	Vera Castro	1992	SEN		S CLUBE DE BRAGA	9.73
14	Ariana Almeida	2005	SUB-20		A ACAD BELA VISTA	9.77
15	Filipa Rego	2005	SUB-20		C A MAZAREFES	10.11
16	Sofia Quintino	2005	SUB-20		FUNDAÇÃO SALESIANOS	10.18
17	Ana Patrícia Moreira	2000	SEN		C SPIRIDON DE GAIA	10.19
18	Sofia Santos	2003	SUB-23		E ATLETISMO TROFA	10.24
19	Bruna Ruela	2007	SUB-18		ASS PAPA LÉGUAS	10.31
20	Matilde Soares	2007	SUB-18		C A MARINHA GRANDE	10.32
21	Maria Vinagre (X)	2005	SUB-20		S C SALGUEIROS	10.82
22	Ana Moreira (X)	1999	SEN		C D C NAVAIS	10.93
23	Filipa Silva (X)	2008	SUB-18		S C ESPINHO	11.00
24	Francisca Vieira (X)	2007	SUB-18		ESCOLA DO MOVIMENTO	11.37
25	Júlia Novo (X)	2008	SUB-18		ATLÉTICO C BATALHA	12.21
26	Rita Vieira (X)	2007	SUB-18		LUSITÂNIA LOUROSA FC	12.36
27	Alexandra Monteiro (X)	2006	SUB-20		C BENFICA FARO WCLOC	12.55
DNF	Inês Gonzaga (X)	2000	SEN		JUVENTUDE ILHA VERDE	x
DNF	Francisca Cabral (X)	2003	SUB-23		ASS ACAD COIMBRA	x

**Vara | SUB-18 a MASTER - M | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	2.50	2.65	2.80	2.95	3.10	3.25	3.40	3.55	3.70	3.82	3.94	4.06	4.18	4.30	4.40	4.50	4.60	4.70	4.80
1	Rodrigo Alcobia	2005	SUB-20		S L BENFICA	5.00	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	0	-	XXO
2	Rubem Miranda	1993	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	4.90	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	XO	O	O	O	-	XO
3	Adolfo Sainz Maza	1995	SEN	ESP	MAIA A C	4.60	-	-	-	-	-	-	-	O	O	O	O	O	-	O	O	O	O	XXX	
3	Diogo Meneses	2002	SUB-23		JUV VIDIGALENSE	4.60	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	O	O	O	O	O	O	O	X	
3	Gonçalo Uva	1998	SEN		SPORTING C P	4.60	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	O	O	XXX	
6	João Araújo	2001	SEN		S CLUBE DE BRAGA	4.50	-	-	-	-	-	-	-	-	-	O	-	O	-	XXO	-	XXX			



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	2.50	2.65	2.80	2.95	3.10	3.25	3.40	3.55	3.70	3.82	3.94	4.06	4.18	4.30	4.40	4.50	4.60	4.70	4.80
7	Ícaro Miranda	1994	SEN		C S S JOÃO MADEIRA	4.40	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	O	-	XXX		
8	Guilherme Almeida	2002	SUB-23		A C D JARDIM SERRA	4.30	-	-	-	-	-	-	-	-	XO	-	O	O	O	XXX					
9	Celso Almeida	1993	SEN		GRECAS - VAGOS	4.18	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	O	O	XXX					
10	Gilberto Carvalho	1993	SEN		G DESP ESTREITO	4.06	-	-	-	-	-	-	-	-	O	-	O	XO	XXX						
11	Leandro Santos	1998	SEN		N A DE CUCUJÃES	3.94	-	-	-	O	O	O	O	XX-	O	O	XXX								
12	Gonçalo Lopes	1988	M 35		C ATLETISMO DE SEIA	3.82	-	-	-	XXO	-	XO	O	O	XXO	XXO	XXX								
12	Artur Martins	2005	SUB-20		A D R ÁGUA DE PENA	3.82	-	-	-	O	-	O	O	O	O	XXX									
14	Xoel Otero	2005	SUB-20	ESP	GRUPO REC EIRENSE	3.70	O	-	O	O	XO	O	O	O	O	XXX									
14	Gabriel Menezes	2006	SUB-20		C A MAZAREFES	3.70	-	-	-	O	-	O	XO	XX											
16	Tomás Filipe	2003	SUB-23		A C R SRA DESTERRO	3.40	-	-	-	-	-	-	XO	XXX											
16	Ricardo Santos	2007	SUB-18		C A MARINHA GRANDE	3.40	-	-	XO	O	-	XXO	O	XXX											
16	José Ribeiro	2007	SUB-18		ASS PAPA LÉGUAS	3.40	O	O	-	O	XO	O	XXX												
19	Micael Santos	2006	SUB-20		LUSITANIA LOUROSA FC	3.25	-	O	-	XO	O	XXX													
19	Francisco Cordoeiro	1992	SEN		ESCOLA DO MOVIMENTO	3.25	-	-	O	XXO	XO	XXX													
21	Rúben Ventura	1989	M 35		JUVENTUDE ILHA VERDE	3.10	-	-	-	O	O	XXX													
22	Bruno Marques	1998	SEN		A ACAD BELA VISTA	2.95	-	O	O	O	XXX														
22	Carlos Eusébio	1972	M 50		C D C NAVAIS	2.95	XO	O	O	XXX															
24	Marcos Caldeira (X)	1988	M 35		FUNDAÇÃO SALESIANOS	2.80	O	O	O	XXX															
24	Pedro Vieira	1984	M 35		OLÍMPICO VIANENSE	2.80	O	O	XXX																
NM	Bruno Marques (X)	1992	SEN		C BENFICA FARO WCLOC	SM	-	XXX																	
NM	Gabriel Borges (X)	2003	SUB-23		C I A ILHA AZUL	SM	XXX																		
NM	Miguel Ferreira (X)	1996	SEN		CLUBE DESP DA PÓVOA	SM	-	XXX																	

**Triplo Salto | SUB-18 a MASTER - F | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Lucinda Gomes	1995	SEN		G DESP ESTREITO	13.21	12.76		13.21		12.99		12.98	
2	Jéssica Barreira	1997	SEN		SPORTING C P	12.95	12.82		X		12.83		12.95	
3	Ana Rita Silva	2000	SEN		A C D JARDIM SERRA	12.22	X		12.01		12.22		X	
4	Ana Oliveira	1995	SEN		JUV VIDIGALENSE	12.14	11.83		X		12.14		X	
5	Mariana Novo	2000	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	12.04	11.95		12.04		11.78		11.94	
6	Ana Leite	2001	SEN		S L BENFICA	11.89	11.83		11.80		11.89		-	
7	Uxia Paz	2000	SEN	ESP	GRUPO REC EIRENSE	11.51	11.23		11.51		11.43		11.43	
8	Natacha Candé	2007	SUB-18		JUVENTUDE ILHA VERDE	11.41	11.41		11.06		-		-	
9	Sofia Quintino	2005	SUB-20		FUNDAÇÃO SALESIANOS	11.14	9.95		11.14		11.03		10.70	
10	Palmira Martins	1998	SEN		S CLUBE DE BRAGA	11.11	X		11.11		X		10.36	
11	Nicolle Moura	2007	SUB-18	BRA	A ACAD BELA VISTA	11.01	11.01		10.93		X		10.76	
12	Cláudia Rodrigues	1989	M 35		A D R ÁGUA DE PENA	10.88	10.63		10.88		10.46		X	
13	Inês Santos	2005	SUB-20		C F OLIVEIRA DOURO	10.80	10.72		X		X		10.80	
14	Matilde Soares	2007	SUB-18		C A MARINHA GRANDE	10.62	10.28		10.33		10.62		10.49	
15	Beatriz Santos	2002	SUB-23		GRECAS - VAGOS	10.60	X		10.46		X		10.60	
16	Nicole Barbosa	1998	SEN	BRA	J O MONTE ABRAÃO	10.54	10.12		10.42		10.17		10.54	
17	Ana Carrasqueira	1999	SEN		C BENFICA FARO WCLOC	10.45	10.45		10.37		10.36		X	



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
18	Cláudia Teixeira	2000	SEN		C A MAZAREFES	10.28	10.28		X		X			-
18	Filipa Fernandes	2008	SUB-18		LUSITÂNIA LOUROSA FC	10.28	X		10.28		10.25		10.01	
20	Isaura Correia	2008	SUB-18		A C D R ARNEIRENSE	10.25	10.16		10.14		10.25		X	
21	Carla Silveira	2005	SUB-20	ANG	ASS ACAD COIMBRA	10.18	9.90		10.03		10.08		10.18	
22	Catarina Barbosa	1996	SEN		C SPIRIDON DE GAIA	9.89	9.68		9.62		X		9.89	
23	Helena Safta	2005	SUB-20		MAIA A C	9.83	9.83		X		9.65		X	
24	Rita Costa (X)	2006	SUB-20		ASS PAPA LÉGUAS	9.60	9.50		9.45		9.54		9.60	
25	Diana Vilar (X)	2008	SUB-18		N A DE CUCUJÃES	9.59	9.59		9.23		9.46		9.45	
26	Maria João Araújo (X)	2005	SUB-20		E ATLETISMO TROFA	9.57	9.45		9.50		9.57		9.36	

**3.000 metros | SUB-18 a MASTER - M | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Miguel Moreira	2000	SEN		S L BENFICA	8:09.12
2	Duarte Santos	2003	SUB-23		SPORTING C P	8:14.59
3	Diogo Rosário	2000	SEN		S CLUBE DE BRAGA	8:21.54
4	Mourad Ed Dafali	2002	SUB-23	MAR	C BENFICA FARO WCLOC	8:22.07
5	Lounes Benamara	1998	SEN	ALG	C S S JOÃO MADEIRA	8:22.32
6	Rafael Lopes	2000	SEN		A D R ÁGUA DE PENHA	8:22.66
7	Duarte Cunha	2000	SEN		MAIA A C	8:27.45
8	Tiago Costa	1988	M 35		OLÍMPICO VIANENSE	8:29.80
9	Afonso Simão	1998	SEN		C ATLETISMO DE SEIA	8:31.63
10	Miguel Mascarenhas	1998	SEN		G DESP ESTREITO	8:34.93
11	Miguel Ribeiro	1987	M 35		S C SALGUEIROS	8:36.33
12	Diogo Ávila	2004	SUB-23		C I A ILHA AZUL	8:36.64
13	João Albano	2003	SUB-23		C P T SOBRAL CEIRA	8:36.84
14	Fernando Lemos	1983	M 40		GRECAS - VAGOS	8:40.46
15	André Silva	2002	SUB-23		JUV VIDIGALENSE	8:40.74
16	André Regufe	2002	SUB-23		A C PÓVOA DE VARZIM	8:44.91
17	António Silva	1987	M 35		A C R SRA DESTERRO	8:46.17
18	Paulo Macedo	1993	SEN		A C D JARDIM SERRA	8:47.43
19	Manuel Rodrigues	1980	M 40		A ACAD BELA VISTA	8:59.92
20	Alexandre Azevedo	1999	SEN		ASS ACAD COIMBRA	9:05.40
21	Fábio Abrantes	1990	SEN		GRUPO REC EIRENSE	9:06.12
22	Daniel Sousa	1988	M 35		N A DE CUCUJÃES	9:11.50
23	Valter Costa	1990	SEN		C A MARINHA GRANDE	9:20.50
24	Nuno Felgueiras	1984	M 35		C A MAZAREFES	9:21.09
25	Hugo Fontes	1989	M 35		GIRA SOL	9:25.06
26	Fábio Rodrigues	1990	SEN		JUVENTUDE ILHA VERDE	9:25.87
27	Rui Ferreira (X)	2004	SUB-23		S C ESPINHO	9:36.33
28	Duarte Lima (X)	2003	SUB-23		NÚCLEO SCP ALMADA	9:45.29
29	Paulo Pereira (X)	1991	SEN		C ATLETISMO NAZARÉ	9:46.07
30	Américo Moreira (X)	1989	M 35		CLUBE DESP DA PÓVOA	9:46.68
31	Tiago Cardoso (X)	1996	SEN		C SPIRIDON DE GAIA	10:01.72
32	Fernando Silva (X)	1965	M 55		C D C NAVAIS	11:27.12
DNF	Armindo Pestana (X)	1971	M 50		C A BAIXA BANHEIRA	x

**Altura | SUB-18 a MASTER - F | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1.30	1.35	1.40	1.44	1.48	1.52	1.55	1.58	1.61	1.63	1.65	1.67	1.69	1.71	1.73	1.75	1.77
1	Marta Araújo	2004	SUB-23		SPORTING C P	1.75	-	-	-	-	-	-	-	-	O	O	O	-	O	O	O	XO	XXX
2	Ana Leite	2001	SEN		S L BENFICA	1.73	-	-	-	-	O	O	XO	O	O	O	XO	O	O	XXO	XXX		
3	Carolina Ribeiro	2000	SEN		GRUPO REC EIRENSE	1.63	-	-	-	O	O	O	XO	XXO	XO	XXX							
3	Catarina Fonseca	1998	SEN		J O MONTE ABRAÃO	1.63	-	-	-	O	O	O	O	O	O	XO	XXX						
5	Ana Silva	1996	SEN		S CLUBE DE BRAGA	1.61	-	-	-	-	O	O	XO	XXO	XXO	XXX							
6	Milena Lucena	2002	SUB-23		G DESP ESTREITO	1.58	-	-	-	-	O	O	O	O	XXX								



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1.30	1.35	1.40	1.44	1.48	1.52	1.55	1.58	1.61	1.63	1.65	1.67	1.69	1.71	1.73	1.75	1.77
6	Rafaela Santos	2005	SUB-20		A C PÓVOA DE VARZIM	1.58	-	-	O	O	XO	O	XO	O	XXX								
6	Madalena Sampaio	2008	SUB-18		FUNDAÇÃO SALESIANOS	1.58	-	-	-	O	O	XXO	XO	XO	-	XXX							
9	Bárbara Silva	1999	SEN		A C D JARDIM SERRA	1.55	-	-	-	O	O	XXO	O	XXX									
10	Carlota Paiva	2008	SUB-18		MAIA A C	1.52	-	-	O	XXO	XXO	O	XXX										
10	Cláudia Rodrigues	1989	M 35		A D R ÁGUA DE PENA	1.52	-	-	-	XO	O	O	XXX										
10	Nadine Pires	2006	SUB-20		JUV VIDIGALENSE	1.52	-	-	-	O	O	O	XXX										
13	Lara Rego	2004	SUB-23		C A MAZAREFES	1.44	-	O	O	O	XXX												
13	Carolina Frada	2007	SUB-18		C F OLIVEIRA DOURO	1.44	-	O	O	O	XXX												
13	Eva Machado	2006	SUB-20		N A DE CUCUJÁES	1.44	-	-	O	XO	XXX												
13	Joana Seixas	2008	SUB-18		ATLÉTICO C BATALHA	1.44	-	O	O	O	XXX												
13	Inês Pires	2002	SUB-23		GRECAS - VAGOS	1.44	-	XO	O	O	XXX												
13	Vitória Anjos	2007	SUB-18		C BENFICA FARO WCLOC	1.44	-	-	O	O	XXX												
19	Maria João Araújo	2005	SUB-20		E ATLETISMO TROFA	1.40	O	O	XO	XXX													
19	Mariana Bento	1998	SEN		C A MARINHA GRANDE	1.40	O	O	O	XXX													
19	Marta Carriço	2007	SUB-18		A C D R ARNEIRENSE	1.40	O	O	XO														
22	Leonor Barros (X)	2006	SUB-20		ASS PAPA LÉGUAS	1.35	-	XO	XXX														
22	Tatiana Melo (X)	2000	SEN		JUVENTUDE ILHA VERDE	1.35	O	O	XXX														
22	Marta Graunke (X)	2007	SUB-18	GER	A ACAD BELA VISTA	1.35	O	O	XXX														
22	Olga Velez (X)	2008	SUB-18		ASS ACAD COIMBRA	1.35	O	XXO	XXX														
26	Marta Dias (X)	2006	SUB-20		ESCOLA DO MOVIMENTO	1.30	XXO	XXX															
NM	Erica Saldanha (X)	2006	SUB-20		C SPIRIDON DE GAIA	SM	X																
NM	Mariana Morim (X)	2007	SUB-18		C D C NAVAIS	SM	XXX																

### 3.000 metros | SUB-18 a MASTER - F | Dia 1

#### Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Vanessa Carvalho	1991	SEN		S CLUBE DE BRAGA	10:02.47
2	Rita Coelho	2000	SEN		A ACAD BELA VISTA	10:05.10
3	Ana Silva	2003	SUB-23		MAIA A C	10:10.28
4	Andreia Pingueiro	1998	SEN		JUV VIDIGALENSE	10:15.18
5	Dulce Félix	1982	M 40		S L BENFICA	10:20.76
6	Clara Barbosa	2006	SUB-20		SPORTING C P	10:22.78
7	Eva Fernandes	2000	SEN		GRUPO REC EIRENSE	10:27.03
8	Patrícia Oliveira	1994	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	10:32.34
9	Filomena Costa	1985	M 35		A C D JARDIM SERRA	10:33.88
10	Inês Pinto	1992	SEN		GRECAS - VAGOS	10:36.34
11	Diana Soares (X)	1992	SEN		S C SALGUEIROS	10:38.64
12	Ana Pereira	2004	SUB-23		A D C C J CLARK	10:49.83
13	Daniela Gregório	1994	SEN		E ATLETISMO TROFA	10:50.27
14	Edna Rodrigues	1987	M 35		G DESP ESTREITO	10:51.79
15	Caetana Neves	2008	SUB-18		A C D R ARNEIRENSE	10:52.46
16	Sandra Protásio	1989	M 35		ASS ACAD COIMBRA	10:59.57
17	Rita Gomes	2007	SUB-18		C F OLIVEIRA DOURO	11:02.75
18	Andrea Silva	1978	M 45		JUVENTUDE ILHA VERDE	11:15.63
19	Vanessa Sousa	1990	SEN		C A MAZAREFES	11:38.20
20	Inês Correia (X)	2001	SEN		C BENFICA FARO WCLOC	11:56.13



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
21	Catarina Ferreira (X)	2004	SUB-23		C A MARINHA GRANDE	12:13.60
22	Lúcia Rodrigues (X)	1987	M 35		C D C NAVAIS	13:01.00
23	Katherine Both (X)	1988	M 35		J O MONTE ABRAÃO	13:11.86
24	Anamar Pereira (X)	2008	SUB-18		ESCOLA DO MOVIMENTO	13:18.07
25	Ana Santos (X)	1973	M 50		N A DE CUCUJÃES	13:19.14
26	Isabel Aguiar (X)	1981	M 40		S C ESPINHO	14:33.13
DNF	Ana Mota (X)	1967	M 55		LUSITÂNIA LOUROSA FC	x
DNF	Maria Carvalho (X)	1999	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	x

**5.000m Marcha | SUB-18 a MASTER - M | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Rui Coelho	1994	SEN		S L BENFICA	20:29.65 (~)
2	Tiago Ramos	2003	SUB-23		SPORTING C P	20:31.37
3	Hélder Santos	1996	SEN		G DESP ESTREITO	20:59.98
4	Eduardo Camarate	2006	SUB-20		JUV VIDIGALENSE	22:04.56
5	Tiago Sucena	2004	SUB-23		C A MARINHA GRANDE	22:20.47
6	João Afonso Olim	2000	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	22:25.09
7	Manuel Marques	1978	M 45		A C D JARDIM SERRA	22:34.54 (<)
8	Rui Magalhães	1988	M 35		MAIA A C	23:13.75 (~)
9	João Pedro Vieira	1999	SEN		C P T SOBRAL CEIRA	23:20.35
10	Sérgio Vieira	1976	M 45		GRUPO REC EIRENSE	23:27.62
11	João Sustelo	1998	SEN		C D AREIAS S. JOÃO	23:42.21 (~~)
12	Bruno Coelho	2006	SUB-20		C ATLETISMO DE SEIA	23:49.13
13	Augusto Cardoso	1970	M 50		A C R SRA DESTERRO	24:07.47 (~)
14	Rodrigo Araújo	2005	SUB-20		S CLUBE DE BRAGA	24:09.83 (<)
15	António Pereira	1975	M 45		LUSITÂNIA LOUROSA FC	24:30.32
16	Jaime Santos	1972	M 50		GRECAS - VAGOS	25:11.33
17	Ricardo Santos	1975	M 45		NÚCLEO SCP ALMADA	25:29.50
18	Dionísio Ventura	1979	M 40		C I A ILHA AZUL	25:34.43
19	Luís Silva	1970	M 50		ASS ACAD COIMBRA	25:35.90
20	David Sanchez	1984	M 35	ESP	C A MAZAREFES	25:37.91 (~)
21	José Silva	1985	M 35		N A DE CUCUJÃES	26:01.23
22	André Miranda	1992	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	26:27.50
23	Celestino Pacheco	2008	SUB-18		JUVENTUDE ILHA VERDE	26:52.10
24	Paulo Cunha	1969	M 50		C S S JOÃO MADEIRA	27:02.27 (~)
25	João Pinel	2001	SEN		C A BAIXA BANHEIRA	27:18.98
26	Afonso Roll	1992	SEN		ESCOLA DO MOVIMENTO	28:52.38
27	Francisco Lima	2005	SUB-20		C ATLETISMO NAZARÉ	28:55.91
28	João Rodrigues (X)	2004	SUB-23		A ACAD BELA VISTA	30:08.36 (<<)
DSQ	Patrick Ribeiro (X)	2006	SUB-20		S C ESPINHO	x (TR 54.7.5)
DNF	Afonso Teixeira (X)	2004	SUB-23		S C SALGUEIROS	x

**Peso 7.26kg | SUB-20 a MASTER - M | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Daniel Santiago	1996	SEN		G DESP ESTREITO	16.04	15.77	16.04	X	15.83
2	Adriano Lopes	1991	SEN		S CLUBE DE BRAGA	15.19	14.69	15.19	X	X
3	Filipe Vital E Silva	1983	M 40		C S S JOÃO MADEIRA	14.65	14.65	14.38	14.20	-
4	Otoniel Badjana	1998	SEN		SPORTING C P	14.51	X	X	X	14.51
5	Vítor Rodrigues	1984	M 35		C ATLETISMO DE SEIA	14.29	13.15	14.27	X	14.29
6	Tomás Rodrigues	2001	SEN		JUV VIDIGALENSE	14.11	13.95	14.10	14.11	X
7	José Pinho	1995	SEN		N A DE CUCUJÃES	13.79	13.38	13.44	13.59	13.79
8	João Oliveira	2002	SUB-23		C A MARINHA GRANDE	13.60	13.60	13.37	X	X
9	Rémi Lima	1992	SEN		C A MAZAREFES	13.54	13.21	12.85	13.53	13.54
10	Francisco Fernandes	1996	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	13.46	13.46	X	13.06	13.35
11	Herédio Costa	1971	M 50		MAIA A C	13.44	13.17	13.27	X	13.44
12	Luís Melo	1987	M 35		JUVENTUDE ILHA VERDE	13.42	X	10.48	10.52	13.42
13	Frederico Pina	2004	SUB-23		S L BENFICA	13.32	13.25	X	X	13.32



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
14	André Gonçalves	1986	M 35		A D R ÁGUA DE PENA	13.29	12.96	13.05	12.83	13.29
15	Bruno Martins	1982	M 40		A C R SRA DESTERRO	13.12	12.87	13.12	X	X
16	Nuno Serra	1974	M 45		C P T SOBRAL CEIRA	12.94	12.54	12.60	12.67	12.94
17	Guilherme Enes	2004	SUB-23		ASS PAPA LÉGUAS	12.79	11.64	11.90	12.18	12.79
18	Vítor Hugo Gouveia	2000	SEN		A C D JARDIM SERRA	12.36	11.00	10.92	X	12.36
19	João Domingues	1998	SEN		GRUPO REC EIRENSE	12.03	11.93	11.63	X	12.03
20	Ricardo Freitas	1993	SEN		GRECAS - VAGOS	11.64	11.64	X	X	X
21	João Lima	2006	SUB-20	BRA	A ESC ATLET CARTAXO	11.40	X	11.40	X	10.49
22	João Dias	1997	SEN		ASS ACAD COIMBRA	11.25	11.25	X	10.87	10.81
23	Rafael Pedra	2000	SEN		OLÍMPICO VIANENSE	11.15	10.76	11.15	10.86	11.06
24	Dinis Rainha (X)	2002	SUB-23		FUNDAÇÃO SALESIANOS	10.94	X	10.50	10.64	10.94
25	Carlos Bornes	1994	SEN		GIRA SOL	10.88	10.60	10.88	10.57	10.87
26	Nuno São João	1987	M 35		C I A ILHA AZUL	10.60	10.22	10.60	X	10.39
27	Jorge Vilar	1993	SEN		LUSITÂNIA LOUROSA FC	10.50	10.37	10.36	X	10.50
28	Emanuel Neves	1990	SEN		ESCOLA DO MOVIMENTO	10.34	9.25	10.34	9.73	9.29
29	José Alberto Silva	1978	M 45		C D C NAVAIS	10.12	10.10	9.86	X	10.12
30	Tiago Pereira	1993	SEN		C BENFICA FARO WCLOC	9.98	9.51	9.98	X	X
31	Duarte Santos	2006	SUB-20		C ATLETISMO NAZARÉ	9.95	9.95	9.43	9.75	X
32	Luís Silva (X)	1973	M 50		C SPIRIDON DE GAIA	9.28	7.95	8.27	8.46	9.28
33	Manuel Soares (X)	1978	M 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	8.95	X	8.48	8.95	X
34	Aristides Pestana (X)	1971	M 50		C A BAIXA BANHEIRA	8.74	8.74	X	-	-
35	André Silva (X)	2005	SUB-20		NÚCLEO SCP ALMADA	7.38	6.88	X	7.02	7.38
36	Eusébio Oliveira (X)	1993	SEN		S C SALGUEIROS	6.63	6.59	6.56	6.63	6.44
37	Ricardo Oliveira (X)	2000	SEN		S C ESPINHO	5.90	5.90	5.54	5.89	5.77

**Triplo Salto | SUB-18 a MASTER - M | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Oleks Lyashchenko	1997	SEN		A C D JARDIM SERRA	14.65	14.16		14.42		14.65		X	
2	Daniilo Almeida	1996	SEN		JUV VIDIGALENSE	14.57	X		14.57		-		X	
3	Tomás Dinis	2000	SEN		MAIA A C	14.50	14.50		X		X		X	
4	Pedro Pires	2003	SUB-23		SPORTING C P	14.47	14.11		13.62		14.47		14.07	
5	Pedro Pinheiro	1998	SEN		A C PÓVOA DE VARZIM	14.33	14.30		14.33		X		X	
6	Nuno Sénica	2000	SEN		C ATLETISMO DE SEIA	14.32	14.00		14.32		14.27		13.94	
7	Marcos Caldeira (X)	1988	M 35		FUNDAÇÃO SALESIANOS	14.21	13.99		14.08		14.21		12.18	
8	João Alexandre	1990	SEN		G DESP ESTREITO	14.02	14.02		-		-		-	
9	José Pedro Neves	2002	SUB-23		GRUPO REC EIRENSE	13.91	X		X		13.76		13.91	
10	Orest Bulak	1984	M 35	UKR	C D AREIAS S. JOÃO	13.85	13.54		13.42		13.85		13.53	
11	Fabio Pires	1998	SEN		C I A ILHA AZUL	13.83	13.83		X		13.56		X	
12	Luiz Silva	2003	SUB-23	BRA	A ESC ATLET CARTAXO	13.49	13.21		13.49		13.24		13.29	
13	Bubacar Júnior	2006	SUB-20		S L BENFICA	13.37	12.88		13.37		13.26		12.96	
14	Sérgio F Silva	1985	M 35		A C R SRA DESTERRO	13.13	12.46		13.13		13.11		13.03	
15	André Rodrigues	2004	SUB-23		C A MARINHA GRANDE	12.97	X		12.97		X		X	
16	Eduardo Silva	2002	SUB-23		C A MAZAREFES	12.94	12.94		12.86		11.44		12.74	
17	Hugo J Silva	1999	SEN		A D R ÁGUA DE PENA	12.91	12.91		-		-		-	
18	Bruno Gaspar	2007	SUB-18		A ACAD BELA VISTA	12.89	12.14		12.56		X		12.89	
19	Luís M F Machado	1997	SEN		S CLUBE DE BRAGA	12.83	12.21		12.61		12.40		12.83	
20	Ricardo Silva	2005	SUB-20		GRECAS - VAGOS	12.81	12.04		12.81		11.30		X	
21	Duarte Pinto	2006	SUB-20		ASS PAPA LÉGUAS	12.68	12.67		12.56		12.66		12.68	
22	Rodrigo Araújo	2004	SUB-23		ASS ACAD COIMBRA	12.56	12.12		12.56		12.33		12.49	
23	Pedro Costa	1992	SEN		C S S JOÃO MADEIRA	12.43	12.17		X		X		12.43	
24	Tomás Alves	2004	SUB-23		JUVENTUDE ILHA VERDE	12.38	12.09		12.38		12.31		12.28	
25	Dinis Castro	2003	SUB-23		ESCOLA DO MOVIMENTO	12.22	X		X		12.22		X	
26	Pedro Pais Macedo	1996	SEN		GIRA SOL	12.18	12.11		11.72		12.18		11.73	
27	Manuel Soares (X)	1978	M 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	11.74	11.74		-		-		-	
28	Gonçalo Cunha (X)	2003	SUB-23		S C SALGUEIROS	11.70	11.70		X		-		-	
29	Tomás Neiva (X)	2007	SUB-18		OLÍMPICO VIANENSE	11.51	11.30		11.51		X		X	
30	Filipe Silva (X)	1999	SEN		LUSITÂNIA LOUROSA FC	11.48	X		X		X		11.48	
NM	Tiago Teixeira (X)	2000	SEN		C SPIRIDON DE GAIA	x	X		X		-		-	





## Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Inês Mendes	2003	SUB-23		S L BENFICA	13:26.84
2	Ana Monteiro	1998	SEN		G DESP ESTREITO	13:27.92
3	Carolina Costa	1998	SEN		SPORTING C P	13:36.69
4	Adriana Viveiros	2002	SUB-23		A D R ÁGUA DE PENA	13:50.98
5	Isa Ferreira	2006	SUB-20		JUV VIDIGALENSE	14:11.31
6	Margarida Sá	2002	SUB-23		GRUPO REC EIRENSE	14:28.76 (~)
7	Vera Santos	1981	M 40		S CLUBE DE BRAGA	15:03.24 (<)
8	Mara Ribeiro	1995	SEN		J O MONTE ABRAÃO	15:08.15
9	Andreia Sousa	1998	SEN		GRECAS - VAGOS	15:08.62 (~~)
10	Sandra Silva	1975	M 45		A C PÓVOA DE VARZIM	15:31.31
11	Lara Roque	2008	SUB-18		A ACAD BELA VISTA	15:35.83
12	Alexandra Lamas	1972	M 50		FUNDAÇÃO SALESIANOS	15:37.21
13	Andreia Freitas	1983	M 40		A C D JARDIM SERRA	15:50.00
14	Marisa Pereira	1980	M 40		C F OLIVEIRA DOURO	16:15.56
15	Júlia Sousa	1969	M 50		E ATLETISMO TROFA	16:41.24
16	Inês Belbute	2005	SUB-20		A C D R ARNEIRENSE	16:48.60
17	Matilde Angélico	2008	SUB-18		C A MARINHA GRANDE	17:05.49
18	Juliana M Ferreira	2006	SUB-20		MAIA A C	17:50.04
19	Nicole Healion	1999	SEN		JUVENTUDE ILHA VERDE	18:22.97
20	Ana Correia	1987	M 35		N A DE CUCUJÃES	18:31.68
21	Adélia Tavares (X)	1967	M 55		A D C C J CLARK	19:34.81 (<)
22	Joana Silva (X)	2001	SEN		C SPIRIDON DE GAIA	20:06.89
23	Madalena Batista (X)	2008	SUB-18		ATLÉTICO C BATALHA	20:18.61
24	Deusliene Lameu (X)	1991	SEN	BRA	C BENFICA FARO WCLOC	23:10.69 (<)
25	Rita Silva (X)	2008	SUB-18		S C ESPINHO	25:18.65 (<<)
DNF	Inês Fonseca (X)	2008	SUB-18		ASS PAPA LÉGUAS	x

## 4x400 metros | SUB-18 a MASTER - M | Dia 1

## Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	SCP		ND		SPORTING C P	3:23.31	Rui Serras-1171-SUB-20	Tomás P Silva-1178-SUB-20	Mauro Pereira-1161-SEN	Simão Bernardo-1172-SUB-23
2	JV		ND		JUV VIDIGALENSE	3:23.87	João Pinto-885-SEN	Denis Hrabar-872-SUB-18	Nuno Cordeiro-897-SUB-20	Gabriel Morim-879-SUB-23
3	MAC		ND		MAIA A C	3:24.38	Paulo Soares-968-SEN	Ricardo Reis-972-SEN	Miguel Regalo-966-SUB-23	Bruno Silva-939-SEN
4	SLB		ND		S L BENFICA	3:25.93	Diogo Barrigana-1232-SUB-23	José Carlos Pinto-1260-SEN	Raidel Acea-1273-SEN	André Franco-1220-SUB-23
5	ACPV		ND		A C PÓVOA DE VARZIM	3:27.19	Nuno Coelho-131-SEN	Lucirio F Garrido-125-MASTER	Lourenço Ribeiro-124-SUB-20	Carlos Carvalho-112-SUB-23
6	SCB		ND		S CLUBE DE BRAGA	3:27.37	David Martins-1042-SUB-20	Luís Gonçalves-1061-SEN	Afonso Gomes-1034-SUB-18	João P Ferreira-1055-SEN
7	GRECAS		ND		GRECAS - VAGOS	3:28.69	Pedro Sario-774-SUB-23	Manuel Silva-765-SUB-20	Eduardo Beça-750-SUB-23	Rodrigo Almeida-779-SUB-23
8	CAS		ND		C ATLETISMO DE SEIA	3:28.89	Francisco Júlio-406-SUB-20	David Sénica-405-SEN	António Rodrigues-401-MASTER	Guilherme Faias-408-SUB-23
9	CPTSC		ND		C P T SOBRAL CEIRA	3:30.18	Rúben Bari-572-SUB-23	Francisco Graça-564-SUB-23	Afonso Oliveira-558-SUB-20	Miguel Antunes-568-SUB-20
10	CCSJM		ND		C S S JOÃO MADEIRA	3:30.45	Miguel Figueira-470-SEN	João Djibo-466-SEN	António Moura-460-SEN	Lounes Benamara-469-SEN
11	CAMG		ND		C A MARINHA GRANDE	3:30.89	Miguel Marques-344-SUB-20	Leonardo Sá-340-SEN	Vasco Rosa-350-SEN	Abel Fernandes-325-SEN
12	CIAIA		ND		C I A ILHA AZUL	3:31.52	Ronaldinho Oliveira-555-SEN	Finda Sevani-550-SEN	Diogo Ávila-547-SUB-23	Bruno Ávila-546-SUB-23



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
13	ADRAP		ND		A D R ÁGUA DE PENA	3:31.82	Carlos Prino-180-SEN	Guilherme Omelas-183-SUB-23	Pedro Monteiro-193-SUB-23	Hugo J Silva-184-SEN
14	AJS		ND		A C D JARDIM SERRA	3:32.03	Lucas Santos-262-SUB-18	Pedro Chaves-270-SUB-20	Francisco Palmeira-255-SUB-20	Bernardo Pereira-246-SEN
15	CAM-VC		ND		C A MAZAREFES	3:32.52	Sérgio Carmo-322-SEN	Diogo Alcobia-294-SUB-18	Duarte Ferreira-296-SUB-23	Carlos Monteiro-288-MASTER
16	GDE		ND		G DESP ESTREITO	3:33.15	Martim Faustino-680-SEN	Miguel Mascarenhas-681-SEN	Davide Teixeira-666-SEN	Hugo Rocha-672-SEN
17	GRE-AA		ND		GRUPO REC EIRENSE	3:37.63	Pedro Tavares-724-SUB-20	Márcio Dias-719-SUB-20	Xavier Teixeira-735-SEN	Rafael Anunciação-725-SUB-23
18	CBF		ND		C BENFICA FARO WCLOC	3:37.84	Sérgio Alves-455-SEN	Hopolang Mathaba-442-SEN	Martim Martins-449-SUB-18	Ricardo Tomé-453-SUB-23
19	JIV		ND		JUVENTUDE ILHA VERDE	3:39.63	Tiago Branco-839-SUB-20	Lourenço Rodrigues-830-SUB-23	João Viveiros-829-SUB-20	André Rodrigues-820-SEN
20	SCS		ND		S C SALGUEIROS	3:42.04	Nuno Nascimento-1200-SUB-23	Hugo Daniel Santos-1192-SEN	João Marques-1193-SUB-23	Esménio Beirão-1189-SUB-23
21	ESCMOV		ND		ESCOLA DO MOVIMENTO	3:42.47	Pedro Da Silva-648-SEN	Tony Calvo-654-MASTER	Bruno Silva-623-SUB-20	Tomás Baptista-653-SEN
22	AABV		ND		A ACAD BELA VISTA	3:42.58	Marco Nobre-31-SUB-23	Igor Varela-19-SUB-23	Leandro Gomes-27-SUB-23	Abdeslam Bouasria-11-SEN
23	SLA		ND		NÚCLEO SCP ALMADA	3:42.78	Rafael Felisberto-1212-SUB-20	Daniel Pinto-1205-SUB-20	Diogo Mota-1206-SUB-23	Eduardo Gonçalves-1208-SUB-20
24	ACRSD		ND		A C R SRA DESTERRO	3:44.60	Manuel Sissé-154-SUB-23	Marco Marques-155-MASTER	Ângelo Marques-144-SEN	Ricardo Opinião-159-SEN
25	GS		ND		GIRA SOL	3:46.35	Carlos Veríssimo-792-SEN	Gabriel Simões-797-SUB-20	Manuel Dos Santos-802-SUB-20	João Santos-800-SUB-20
26	CABB (X)		ND		C A BAIXA BANHEIRA	3:48.08	Tiago Mina-284-SEN	Carlos Lourenço-279-SEN	Rodrigo Gomes-283-SUB-23	Gabriel Rodrigues-280-SUB-20
27	NAC (X)		ND		N A DE CUCUJÃES	3:48.22	André Santos-983-SUB-23	Gaspar Araújo-994-MASTER	Marco Monteiro-1002-SUB-20	Cláudio Resende-988-MASTER
28	PLF (X)		ND		ASS PAPA LÉGUAS	3:48.61	Renato Ribeiro-1029-SUB-20	Francisco Azevedo-1015-SUB-18	José Ribeiro-1022-SUB-18	Luís Machado-1024-SUB-18
29	CDP (X)		ND		CLUBE DESP DA PÓVOA	3:49.76	Miguel Costa-513-SUB-23	Rômulo Martins-523-SEN	Tiago Costa-525-SUB-20	Francisco Sousa-505-SUB-18
30	AAC (X)		ND		ASS ACAD COIMBRA	3:54.95	José Valente-66-SUB-18	Samuel Figueira-76-SUB-20	Eduardo Pereira -57-SEN	Ademola Fagbemi-45-SUB-23
31	CANAZ (X)		ND		C ATLETISMO NAZARÉ	3:55.01	Pedro Mendes-364-MASTER	Martim Ribeiro-359-SUB-20	Tiago Eusébio-368-SUB-18	Hélio Pedroso-358-SUB-23
32	LLFC (X)		ND		LUSITÂNIA LOUROSA FC	3:56.07	André Malva-911-SUB-20	Pedro Nadais-929-SUB-23	João Sousa-920-SUB-20	Gustavo Pinho-919-SUB-20
33	SCE (X)		ND		S C ESPINHO	3:59.77	Márcio Dias-1091-SUB-20	Ricardo Pereira-1099-SEN	Rafael Fragoso-1097-SUB-20	Ricardo Oliveira-1098-SEN
34	AEAC (X)		ND		A ESC ATLET CARTAXO	4:02.05	Miguel Oliveira-202-SUB-20	Paulo Pereira-204-SUB-23	João Lima-199-SUB-20	Ricardo Pelarigo-207-SEN
35	CSGAIA (X)		ND		C SPIRIDON DE GAIA	4:05.12	Jose Pedro Vieira-586-MASTER	Rúben Alves -590-SUB-23	Tiago Cardoso-591-SEN	Gonçalo Barbosa-583-SUB-20
DQ	CAOV (X)		ND		OLÍMPICO VIANENSE	x	Daniel Silva-370-SUB-23	Wilson Cabral -383-SEN	Gonçalo Amorim-372-SUB-23	Ricardo Pedra-379-SUB-23

**4x400 metros | SUB-18 a MASTER - F | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	SCP		ND		SPORTING C P	3:57.86	Lúcia Martinha-1152-SUB-20	Maria Poppe-1157-SUB-20	Joana Pestana-1145-SUB-20	Clara Martinha-1126-SUB-20



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO



100 ANOS  
1921 - 2021

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
2	SLB		ND		S L BENFICA	4:00.24	Leonor Ferreira-1263-SUB-23	Mara Rodrigues-1265-SUB-20	Adimizia Andrade-1214-SUB-18	Catarina Lourenço-1228-SEN
3	SCB		ND		S CLUBE DE BRAGA	4:00.92	Vera Castro-1082-SEN	Kseniia Yatsenko-1058-MASTER	Jerusa Semedo-1052-SEN	Francisca Silva-1048-SEN
4	GRE-AA		ND		GRUPO REC EIRENSE	4:02.52	Joana Barreto Santos-707-SUB-20	Carolina Ribeiro-695-SEN	Angelica Pereira-691-SEN	Andreia Eliseu-690-SEN
5	AJS		ND		A C D JARDIM SERRA	4:02.94	Bárbara Silva-245-SEN	Margarida Silva-264-SEN	Bárbara Medeiros-244-SEN	Constança Alves-249-SUB-18
6	JV		ND		JUV VIDIGALENSE	4:05.82	Carolina Castro-864-SUB-20	Joana Gameiro-882-SUB-23	Vera Goucha-909-SUB-20	Mariana Vidinha-894-SUB-23
7	GDE		ND		G DESP ESTREITO	4:06.72	Filipa Ferreira-669-SUB-23	Rita N Figueiredo-685-SUB-23	Solange Nunes-687-SUB-20	Inês Cruz-673-SEN
8	ACPV		ND		A C PÓVOA DE VARZIM	4:07.10	Mariana António-128-SEN	Rocío Serrano-136-SEN	Rafaela Santos-135-SUB-20	Gorete Semedo-120-SEN
9	MAC		ND		MAIA A C	4:08.19	Matilde Caldas-962-SUB-20	Clara Cruz-942-SUB-18	Catarina Brito-941-SUB-18	Beatriz Pereira-936-SUB-23
10	GRECAS		ND		GRECAS - VAGOS	4:09.22	Lúisa Pereira-763-SEN	Vera Lima-787-MASTER	Sofia Castanhas-785-SEN	Océane Conceição-772-SEN
11	AFS		ND		FUNDAÇÃO SALESIANOS	4:12.78	Francisca Antunes-219-SUB-23	Nádia Almeida-234-SUB-23	Eva Mota -218-SUB-18	Madalena Martins-227-SUB-18
12	JOMA		ND		J O MONTE ABRAÃO	4:12.79	Catarina Gomes-846-SUB-23	Tamiris De Liz-856-SEN	Inês Saraiva-849-SUB-23	Carolina Duarte-844-SEN
13	ADRAP		ND		A D R ÁGUA DE PENA	4:14.30	Rafaela Morgado-194-SEN	Catarina Vieira-181-SUB-20	Alice Oliveira-176-SEN	Sara Inácio-197-SEN
14	CFOD		ND		C F OLIVEIRA DOURO	4:14.55	Sandra Borges-542-MASTER	Vera Monteiro-545-SUB-23	Fabiana Lucart-535-SUB-23	Anita Alves-530-SUB-23
15	AABV		ND		A ACAD BELA VISTA	4:19.98	Mariana Lopes-33-SUB-18	Rafaela Gomes-36-SUB-20	Ariana Almeida-12-SUB-20	Diana André-16-SUB-18
16	CAM-VC		ND		C A MAZAREFES	4:21.09	Filipa Rego-300-SUB-20	Matilde Gomes-312-SUB-18	Sara Neiva-321-SEN	Lara Rego-310-SUB-23
17	EAT		ND		E ATLETISMO TROFA	4:26.59	Mónica Rodrigues-607-SEN	Diana Rodrigues-597-SEN	Daniela Gregório-595-SEN	Ana Silva-594-SEN
18	SCS (X)		ND		S C SALGUEIROS	4:26.95	Marta Lobo-1196-SUB-23	Ana Teixeira-1184-SEN	Diana Soares-1188-SEN	Maria Vinagre-1195-SUB-20
19	CBF (X)		ND		C BENFICA FARO WCLOC	4:50.48	Maria Leonor Silva-447-SUB-20	Catarina Santos-436-SUB-18	Leonor Veríssimo-446-SUB-20	Priscila Muxagata-452-SEN
20	ADCCJC (X)		ND		A D C C J CLARK	4:52.23	Ana Paula Pinto-166-SEN	Sara Sousa-173-SUB-23	Andreia Teixeira-168-SEN	Ana Pereira-167-SUB-23
21	PLF (X)		ND		ASS PAPA LÉGUAS	4:58.84	Rafaela Freitas-1027-SUB-18	Ariana Araújo-1011-SUB-18	Ana Araújo-1010-SUB-23	Rita Costa-1030-SUB-20
22	SCE (X)		ND		S C ESPINHO	5:18.00	Catarina Sousa-1085-SUB-18	Maria Nascimento -1094-SUB-18	Eva Pinto-1086-SUB-18	Maria José Monteiro-1092-SUB-23







## Estatística Clubes

Sigla	Associação	Nº atletas Masculino	Nº atletas Feminino	Nº atletas Total	Participações Masculino	Participações Feminino	Participações Total
AABV	Algarve	8	12	20	9	12	21
AAC	Coimbra	8	8	16	9	10	19
ACB-L	Leiria	0	9	9	0	10	10
ACDRA	Leiria	0	7	7	0	8	8
ACPV	Porto	12	10	22	12	12	24
ACRSD	Guarda	10	0	10	12	0	12
ADCCJC	Aveiro	0	7	7	0	8	8
ADRAP	Madeira	10	10	20	12	12	24
AEAC	Santarém	7	0	7	8	0	8
AFS	Lisboa	6	10	16	9	11	20
AJS	Madeira	11	11	22	12	12	24
CABB	Setúbal	7	0	7	9	0	9
CAM-VC	Viana do Castelo	11	9	20	12	11	23
CAMG	Leiria	9	9	18	12	11	23
CANAZ	Leiria	8	0	8	9	0	9
CAOV	Viana do Castelo	10	0	10	11	0	11
CAS	Guarda	10	0	10	12	0	12
CASJ	Algarve	6	0	6	7	0	7
CBF	Algarve	8	9	17	9	10	19
CCSJM	Aveiro	12	0	12	12	0	12
CDCNAV	Porto	7	7	14	8	9	17
CDP	Porto	8	0	8	11	0	11
CFOD	Porto	0	11	11	0	12	12
CIAIA	Faial	8	0	8	12	0	12
CPTSC	Coimbra	8	0	8	9	0	9
CSGAIA	Porto	7	8	15	8	10	18
EAT	Porto	0	9	9	0	12	12
ESCMOV	Porto	8	7	15	10	7	17
GDE	Madeira	10	11	21	12	12	24
GRE-AA	Coimbra	10	11	21	12	12	24
GRECAS	Aveiro	10	12	22	12	12	24
GS	Coimbra	9	0	9	9	0	9
JIV	São Miguel	11	9	20	12	10	22
JOMA	Lisboa	0	9	9	0	12	12
JV	Leiria	11	12	23	12	12	24
LLFC	Aveiro	8	7	15	8	9	17
MAC	Porto	11	11	22	12	12	24
NAC	Aveiro	8	9	17	10	11	21
PLF	Braga	7	7	14	9	9	18
SCB	Braga	10	10	20	12	12	24
SCE	Aveiro	7	8	15	8	9	17
SCP	Lisboa	12	11	23	12	12	24
SCS	Porto	7	5	12	9	6	15
SLA	Setúbal	8	0	8	9	0	9
SLB	Lisboa	12	11	23	12	12	24
_NaoFederado		-	-	58	-	-	58
_Total		350	296	704	404	339	801



## Estatística Escalão

Escalão	Nº atletas Masculino	Nº atletas Feminino	Nº atletas Total	Participações Masculino	Participações Feminino	Participações Total
SUB-18	22	60	82	25	70	95
SUB-20	52	51	103	59	60	119
SUB-23	85	52	137	104	55	159
SEN	136	98	234	156	118	274
M 35	24	14	38	28	15	43
M 40	11	10	21	11	10	21
M 45	7	4	11	8	4	12
M 50	10	5	15	10	5	15
M 55	3	2	5	3	2	5
_NaoFederado	-	-	58	-	-	58

