



SUB-20 MASCULINOS

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

100 Metros - MQ Sub20 11,35

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
10,81	+1,9	Ernesto Rodrigues	2006	Lisboa	20/jul/24	
11,02	+1,2	João Mota	2007	Viana do Castelo	27/jul/24	
11,18	+1,9	Rafael Dias	2008	Beja	06/jul/24	
11,41	-0,6	António Vasconcelos	2008	Coimbra	20/jul/24	
11,43	+1,3	Denis Hrabar	2007	Lisboa	08/jun/24	
11,59	-0,6	Salvador Oliveira	2008	Coimbra	20/jul/24	
11,80	+1,9	Rafael Morgado	2008	Beja	06/jul/24	
11,81	+0,7	Vadym Skafaryk	2006	Pombal	11/mai/24	
11,91	-0,6	Eduardo Camacho	2009	Leiria	29/jun/24	
12,21	+0,7	Salvador Meneses	2010	Leiria	29/jun/24	
12,37	+0,7	Diogo Ramalho	2007	Pombal	11/mai/24	
13,07	+0,4	José Chicharo	2009	Leiria	29/jun/24	
13,27	+0,4	André Ribeiro	2009	Leiria	29/jun/24	

Marcas com vento anti-regulamentar

10,77	+4,6	Ernesto Rodrigues	2006	Viana do Castelo	27/jul/24	
10,91	+4,6	João Mota	2007	Viana do Castelo	27/jul/24	
11,06	+3,0	Rafael Dias	2008	Beja	06/jul/24	
11,53	+3,6	Salvador Oliveira	2008	Vagos	12/mai/24	

200 Metros - MQ Sub20 23,00

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
22,37	-0,2	João Mota	2007	Leiria	30/jun/24	
22,43	-1,5	Ernesto Rodrigues	2006	Viseu	14/jul/24	
23,28	+0,7	António Vasconcelos	2008	Coimbra	21/jul/24	
23,34	-0,1	Rafael Dias	2008	Leiria	23/jun/24	
23,81	+0,3	Salvador Oliveira	2008	Pombal	09/jun/24	
24,39	-0,2	Eduardo Camacho	2009	Leiria	30/jun/24	
25,20	-0,5	Jaime Rolla	2008	Marinha Grande	04/mai/24	
25,42	pc	Diogo Ramalho	2007	Pombal	14/jan/24	
25,69	0,0	Felipe Santos	2009	Leiria	12/jun/24	
25,82	pc	Rodrigo Ramos	2009	Pombal	21/jan/24	
25,94	pc	Afonso Martins	2007	Pombal	14/jan/24	
25,99	0,0	Salvador Meneses	2010	Leiria	12/jun/24	
28,46	pc	João Silva	2009	Pombal	21/jan/24	
29,37	0,0	José Martins	2010	Leiria	12/jun/24	

Marcas com vento anti-regulamentar

22,33	+4,3	Ernesto Rodrigues	2006	Lisboa	21/jul/24	
-------	------	-------------------	------	--------	-----------	--

400 Metros - MQ Sub20 51,70

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
50,60		Nuno Cordeiro	2006	Viana do Castelo	27/jul/24	
50,86		Denis Hrabar	2007	Banska Bystrica	20/jul/24	
52,97	pc	Rafael Vieira	2005	Pombal	14/fev/24	
54,72		Rafael Dias	2008	Leiria	5/jun/24	
54,89		Diogo Ramalho	2007	Lisboa	17/jul/24	
56,79	pc	António Vasconcelos	2008	Pombal	14/fev/24	
56,84		Rafael Morgado	2008	Beja	6/jul/24	
58,31		Jaime Rolla	2008	Leiria	5/jun/24	

800 Metros - MQ Sub20 1:59.00

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
1:50.10		Nuno Cordeiro	2006	Neustad	2/ago/24	Recorde Distrital Sub20
2:04.87		Leonardo Jacinto	2006	Pombal	9/jun/24	
2:09.18	pc	João Fernandes	2008	Pombal	21/jan/24	
2:10.12		André Ribeiro	2009	Lagoa	19/mai/24	
2:10.20	pc	Rafael Vieira	2005	Pombal	14/jan/24	
2:12.41		Nuno Dias	2008	Marinha Grande	4/mai/24	
2:13.48		José Chicharo	2009	Leiria	30/jun/24	
2:15.19		Rodrigo Fidalgo	2008	Marinha Grande	4/mai/24	
2:30.19		José Martins	2010	Pombal	11/mai/24	

1500 Metros - MQ Sub20 4:08.00

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
3:56.37		Tiago Jorge	2006	Leiria	5/jun/24	
4:10.02	pc	Leonardo Jacinto	2006	Braga	24/fev/24	
4:13.47	pc	Pedro Rodrigues	2006	Pombal	14/fev/24	



SUB-20 MASCULINOS

4:24.83		Denis Hrabar	2007	Banska Bystrica	21/jul/24
4:28.50	pc	João Fernandes	2008	Pombal	20/jan/24
4:29.93		Nuno Dias	2008	Leiria	29/jun/24
4:33.05		Rodrigo Fidalgo	2008	Leiria	5/jun/24
4:33.88		André Ribeiro	2009	Lagoa	18/mai/24
4:50.59		Rafael Morgado	2008	Beja	07/jul/24
5:33.43		Miguel Antunes	2009	Marinha Grande	04/mai/24

3000 Metros - MQ Sub20 9:10.00

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
8:32.40		Tiago Jorge	2006	Lisboa	02/jun/24	
8:36.27		Pedro Rodrigues	2006	Viana do Castelo	28/jul/24	
8:47.24		Leonardo Joacinto	2006	Viana do Castelo	28/jul/24	
9:46.65		Nuno Dias	2008	Leiria	30/jun/24	
9:58.64	pc	João Fernandes	2008	Pombal	14/jan/24	
10:24.33		Rodrigo Fidalgo	2008	Leiria	30/jun/24	

5000 Metros - MQ Sub20 16:50.00 (9:20.00 - 3000m)

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
14:43.09		Pedro Rodrigues	2006	Maia	25/mai/24	
14:47.72		Tiago Jorge	2006	Maia	25/mai/24	
16:00.41		Leonardo Jacinto	2006	Leiria	12/jun/24	

110 Metros Barreiras (1,00) - MQ Sub20 17,00 (16,00 - 0,91 / 17,20 - 1,06)

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

Marcas com vento anti-regulamentar

17,03	+3,0	Salvador Oliveira	2008	Lisboa	16/jun/24	
-------	------	-------------------	------	--------	-----------	--

400 Metros Barreiras (0,91) - MQ Sub20 60,00

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
63,42		Rafael Dias	2008	Vagos	12/mai/24	
65,98		Diogo Ramalho	2007	Pombal	09/jun/24	

3000 Metros Obstáculos (0,91) - MQ Sub20 10:40.00 (6:35.00 2000m obst)

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
9:28.90		Tiago Jorge	2006	Pombal	09/jun/24	

Salto em Altura - MQ Sub20 1,80)

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
1,91		Denis Hrabar	2007	Lagoa	18/mai/24	
1,83		Salvador Oliveira	2008	Beja	07/jul/24	
1,74	pc	Rafael Morgado	2008	Ourense	16/mar/24	
1,70	pc	João Martins	2005	Pombal	14/jan/24	
1,68		Pedro Marcelino	2009	Leiria	30/jun/24	
1,65		Felipe Santos	2009	Pombal	9/jun/24	
1,56		Rodrigo Ramos	2009	Leiria	30/jun/24	
1,54	pc	António Vasconcelos	2008	Pombal	16/dez/23	
1,50		Salvador Meneses	2010	Leiria	30/jun/24	
1,48	pc	Diogo Ramalho	2007	Pombal	16/dez/23	
1,45	pc	Rafael Dias	2008	Pombal	16/dez/23	
1,42		Eduardo Camacho	2009	Pombal	07/abr/24	
1,40		Jaime Rolla	2008	Marinha Grande	02/dez/23	
1,36		José Martins	2010	Pombal	7/abr/24	
1,35		Francisco Atafona	2011	Almeirim	30/mar/24	
1,35		Eduardo Santos	2011	Leiria	12/jun/24	
1,33	pc	Lucas Morgado	2012	Batalha	9/fev/24	pavilhão
1,30		André Baranov	2011	Leiria	12/jun/24	
1,20	pc	Tomás Barateiro	2011	Pombal	23/dez/23	
1,20	pc	Pedro Mota	2011	Pombal	23/dez/23	

Triplo Salto - MQ Sub20 13,00

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
14,11	+1,4	Denis Hrabar	2007	Viana do Castelo	28/jul/24	
12,72		António Vasconcelos	2008	Pombal	21/jan/24	
12,05		Salvador Oliveira	2008	Pombal	14/jan/24	
11,59		Diogo Ramalho	2007	Pombal	07/jan/24	
11,16		Rodrigo Ramos	2009	Pombal	17/jan/24	
11,12		Felipe Santos	2009	Pombal	17/jan/24	
10,86	-0,2	André Ribeiro	2009	Leiria	29/jun/24	
10,34		Jaime Rolla	2008	Pombal	17/dez/23	

Marcas com vento anti-regulamentar



SUB-20 MASCULINOS

Salto em Comprimento - MQ Sub20 6,60

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
6,94	-0,9	Denis Hrabar	2007	Banska Bystrica	20/jul/24	
6,62	pc	Salvador Oliveira	2008	Pombal	16/dez/23	
6,28	+1,2	Vadym Skafaryk	2006	Leiria	5/jun/24	
6,19	pc	João Martins	2005	Pombal	13/jan/24	
5,96	pc	Rafael Morgado	2008	Braga	3/fev/24	
5,93	-0,3	Diogo Ramalho	2007	Leiria	30/jun/24	
5,83	-1,0	António Vasconcelos	2008	Coimbra	20/jul/24	
5,76	+1,0	Rafael Dias	2008	Pombal	11/mai/24	
5,62	+0,9	Rodrigo Ramos	2009	Pombal	06/abr/24	
5,55	+0,6	Pedro Marcelino	2009	Viseu	15/jun/24	
5,50	+1,0	João Morato	2011	Leiria	16/jun/24	
5,45	+0,8	Salvador Meneses	2010	Pombal	26/mai/24	
5,44	pc	Afonso Martins	2007	Pombal	06/jan/24	
5,32	+0,2	Jaime Rolla	2008	Marinha Grande	18/mai/24	
5,12	pc	Felipe Santos	2009	Pombal	23/dez/23	
5,12	pc	Francisco Atafona	2011	Pombal	09/mar/24	
4,93	pc	Guilherme Pereira	2008	Pombal	06/jan/24	
4,85	+0,3	Eduardo Camacho	2009	Pombal	06/abr/24	
4,80	pc	Lucas Morgado	2012	Pombal	03/mar/24	
4,55	0,0	José Martins	2010	Leiria	30/jun/24	
4,46	pc	Eduardo Santos	2011	Pombal	03/mar/24	
4,19	+0,5	André Baranov	2011	Pombal	06/abr/24	
4,16	pc	Pedro Mota	2011	Pombal	03/mar/24	
4,10	+0,9	Daniel Hrabar	2012	Pombal	06/abr/24	
4,05	+1,1	Tomás Barateiro	2011	Pombal	06/abr/24	
4,03	pc	Daniel Hrabar	2012	Pombal	03/mar/24	
3,67	pc	Gaspar Pereira	2012	Pombal	27/jan/24	
3,64	-0,6	Martim Silva	2013	Leiria	16/jun/24	
3,48	pc	Diogo Orfão	2012	Pombal	03/mar/24	
3,44	-0,6	André Martins	2014	Leiria	16/jun/24	
3,34	+0,6	Lourenço Luís	2012	Leiria	16/jun/24	
3,27	pc	Henrique Gaio	2012	Pombal	03/mar/24	
3,09	pc	Rui Rodrigues	2011	Pombal	27/jan/24	
2,90	pc	Tomás Fidalgo	2011	Pombal	03/mar/24	

Marcas com vento anti-regulamentar

6,41	+2,1	Vadym Skafaryk	2006	Lisboa	06/jul/24	
5,56	+2,2	Pedro Marcelino	2009	Viseu	15/jun/24	

Salto com Vara - MQ Sub20 3,50

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
4,41		Denis Hrabar	2007	Beja	06/jul/24	
4,40		Luca Cruz	2006	Viana do castelo	27/jul/24	
3,50	pc	Rafael Morgado	2008	Braga	04/fev/24	
3,10	pc	João Martins	2005	Braga	25/fev/24	
3,00	pc	Pedro Marcelino	2009	Pombal	20/jan/24	
2,70	pc	Salvador Oliveira	2008	Pombal	17/dez/23	
2,50		Rodrigo Ramos	2009	Leiria	15/nov/23	
2,30	pc	Rodrigo Ramos	2009	Pombal	17/dez/23	
2,20		Filipe Fernandes	2008	Leiria	15/nov/23	
2,20	pc	Rafael Dias	2008	Pombal	17/dez/23	
2,00	pc	António Vasconcelos	2008	Pombal	17/dez/23	

Lançamento do Peso (6) - MQ Sub20 12,00

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
14,86	pc	Denis Hrabar	2007	Braga	25/fev/24	
11,74		Ruben Santos	2005	CNL - Leiria	22/jun/24	
10,40	pc	João Martins	2005	Braga	24/fev/24	

Lançamento do Disco (1,750) - MQ Sub20 34,50

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
39,73		Rúben Santos	2005	Viana do Castelo	28/jul/24	

Lançamento do Martelo (6) - MQ Sub20 37,00

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
46,50		Nikita Miroshnyk	2008	Viana do Castelo	27/jul/24	

Lançamento do Dardo (800) - MQ Sub20 42,00

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
60,85		Rúben Santos	2005	Viseu	13/jul/24	
43,17		João Santos	2005	Lisboa	20/jul/24	



SUB-20 MASCULINOS

41,73 Rafael Morgado 2008 Lisboa 16/jun/24

Decatlo - MQ Sub20 4700 (3600 Hep)

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

5000 Metros Marcha - MQ Sub20 26:00.00

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
21:26.21		Eduardo Camarate	2006	Viseu	13/jul/24	

10000 Metros Marcha - MQ Sub20 58:00

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
<u>43:47.72</u>		<u>Eduardo Camarate</u>	<u>2006</u>	<u>Lisboa</u>	<u>20/jul</u>	<u>Recorde Distrital Sub20, Sub23 e Absoluto</u>

4x100 Metros

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
43,08			2006	Viana do Castelo	27/jul/24	
		Ernesto Rodrigues (06), João Mota (07), Rafael Dias (08) e António Vasconcelos (08)				
43,28			2007	Beja	06/jul/24	
		António Vasconcelos (08), Rafael Dias (08), Salvador Oliveira (08) e João Mota (07)				
45,01			2008	Leiria	29/jun/24	
		António Vasconcelos (08), Rafael Dias (08), Salvador Oliveira (08) e Eduardo Camacho (09)				
48,77			2007	Leiria	29/jun/24	
		José Chicharo (09), Pedro Marcelino (09), Diogo Ramalho (07) e Salvador Meneses (10)				

4x400 Metros

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
3:29.47			2006	Viana do Castelo	28/jul/24	
		Rafael Dias (08), Denis Hrabar (07), António Vasconcelos (08) e Nuno Cordeiro (06)				
3:38.97	pc		2005	Braga	25/fev/24	
		Ernesto Rodrigues (06), Rafael Vieira (05), Rafael Dias (08) e Salvador Oliveira (08)				
4:04.74			2008	Lisboa	16/jun/24	MISTA
		Marta Feliciano (08), Leonor Ascenso (08), António Vasconcelos (08) e Diogo Ramalho (07)				

60 Metros

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
7,39	+0,2	Salvador Oliveira	2008	Marinha Grande	02/dez/23	
7,62	+0,2	António Vasconcelos	2008	Marinha Grande	02/dez/23	
7,77	+0,7	Diogo Ramalho	2007	Marinha Grande	02/dez/23	
7,91	+1,5	Salvador Meneses	2010	Marinha Grande	02/dez/23	
8,15	+1,8	Felipe Santos	2009	Marinha Grande	04/nov/23	
8,24	+1,5	Francisco Atafona	2011	Marinha Grande	02/dez/23	
8,24	+0,2	Rodrigo Ramos	2009	Marinha Grande	02/dez/23	
8,27	+0,2	Jaime Rolla	2008	Marinha Grande	02/dez/23	