



SUB-20 MASCULINOS

Qualquer comentário ou correção a este ranking enviar a: joabernardo@juventudevigalense.org

60 Metros - MQ Sub20 7,30 (11,35 - 100M)

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
7,11		João Mota	2007	Pombal	28/jan/24	
7,17		Ernesto Rodrigues	2006	Braga	24/fev/24	
7,32		António Vasconcelos	2008	Pombal	14/fev/24	
7,35		Rafael Dias	2008	Pombal	14/fev/24	
7,37		Denis Hrabar	2007	Ourense	16/mar/24	
7,38		Salvador Oliveira	2008	Pombal	23/dez/23	
7,46		Rafael Morgado	2008	Ourense	16/mar/24	
7,50		João Martins	2005	Braga	24/fev/24	
7,63		Eduardo Camacho	2009	Pombal	20/jan/24	
7,79		Salvador Meneses	2010	Pombal	16/dez/23	
7,90		Diogo Ramalho	2007	Pombal	16/dez/23	
8,00		Rodrigo Ramos	2009	Pombal	16/dez/23	
8,00		Francisco Atafona	2011	Pombal	09/mar/24	
8,01		Felipe Santos	2009	Pombal	23/dez/23	
8,10		Pedro Marcelino	2009	Pombal	16/dez/23	
8,38		Jaime Rolla	2008	Pombal	30/dez/23	
8,61		Lucas Morgado	2012	Pombal	03/mar/24	
8,79		Pedro Mota	2011	Pombal	03/mar/24	
9,15		Eduardo Santos	2011	Pombal	23/dez/23	
9,22		José Martins	2010	Pombal	20/jan/24	
9,71		Daniel Hrabar	2012	Pombal	03/mar/24	
9,99		Daniel Martins	2012	Pombal	23/dez/23	
10,17		Rui Rodrigues	2011	Pombal	17/dez/23	
10,27		Diogo Orfão	2012	Pombal	03/mar/24	
10,36		Guilherme Silva	2012	Pombal	17/dez/23	
10,51		Henrique Gaio	2012	Pombal	03/mar/24	
11,34		Tomás Fidalgo	2011	Pombal	03/mar/24	

200 Metros

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
22,85		João Mota	2007	Pombal	07/jan/24	
23,05		Ernesto Rodrigues	2006	Pombal	14/jan/24	
24,09		Rafael Dias	2008	Pombal	21/jan/24	
25,13		Eduardo Camacho	2009	Pombal	21/jan/24	
25,42		Diogo Ramalho	2007	Pombal	14/jan/24	
25,56		Jaime Rolla	2008	Pombal	21/jan/24	
25,82		Rodrigo Ramos	2009	Pombal	21/jan/24	
25,94		Afonso Martins	2007	Pombal	14/jan/24	
28,46		João Silva	2009	Pombal	21/jan/24	

400 Metros - MQ Sub20 53,20 (52,00 - Ar Livre)

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
52,97		Rafael Vieira	2005	Pombal	14/fev/24	
54,90		Rafael Dias	2008	Pombal	14/fev/24	
56,79		António Vasconcelos	2008	Pombal	14/fev/24	
61,93		Jaime Rolla	2008	Pombal	30/dez/23	

800 Metros - MQ Sub20 2:02.00

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
1:58.06		Nuno Cordeiro	2006	Pombal	28/jan/24	
2:09.18		João Fernandes	2008	Pombal	21/jan/24	
2:10.20		Rafael Vieira	2005	Pombal	14/jan/24	
2:13.38		Nuno Dias	2008	Pombal	14/jan/24	
2:16.57		André Ribeiro	2009	Pombal	21/jan/24	
2:18.38		Rodrigo Fidalgo	2008	Pombal	21/jan/24	
2:21.40		José Chicharo	2009	Pombal	21/jan/24	
2:41.73		José Martins	2010	Pombal	21/jan/24	

1000 Metros

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
2:36.60		Nuno Cordeiro	2006	Pombal	20/jan/24	
2:44.31		Denis Hrabar	2007	Braga	04/fev/24	
2:53.61		Rafael Morgado	2008	Braga	04/fev/24	
3:01.65		Diogo Ramalho	2007	Pombal	17/dez/23	
3:03.55		Rodrigo Ramos	2009	Pombal	17/dez/23	
3:05.45		Salvador Oliveira	2008	Pombal	17/dez/23	
3:08.14		António Vasconcelos	2008	Pombal	17/dez/23	
3:13.25		Pedro Marcelino	2009	Pombal	17/dez/23	
3:15.74		Rafael Dias	2008	Pombal	17/dez/23	
3:24.48		Eduardo Camacho	2009	Pombal	17/dez/23	
3:27.81		Lucas Morgado	2012	Pombal	23/dez/23	



SUB-20 MASCULINOS

3:28.95	Tomás Barateiro	2011	Pombal	23/dez/23
3:44.05	João Martins	2005	Braga	25/fev/24
3:57.33	Daniel Martins	2012	Pombal	23/dez/23
3:57.34	Daniel Hrabar	2012	Pombal	23/dez/23

1500 Metros - MQ Sub20 4:13.00

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
4:04.83		Tiago Jorge	2006	Pombal	4/fev/24	
4:10.02		Leonardo Jacinto	2006	Braga	24/fev/24	
4:13.47		Pedro Rodrigues	2006	Pombal	14/fev/24	
4:28.50		João Fernandes	2008	Pombal	20/jan/24	
4:31.24		Nuno Dias	2008	Pombal	20/jan/24	
4:56.52		Rodrigo Fidalgo	2008	Pombal	20/jan/24	

3000 Metros - MQ Sub20 9:20.00

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
8:40.89		Pedro Rodrigues	2006	Braga	25/fev/24	
8:49.21		Tiago Jorge	2006	Braga	25/fev/24	
8:52.47		Leonardo Jacinto	2006	Pombal	20/jan/24	
9:58.64		João Fernandes	2008	Pombal	14/jan/24	
10:27.87		Nuno Dias	2008	Pombal	30/dez/23	

60 Metros Bar (1.00) - MQ Sub20 9,40 (8,90 - 0.91 / 17,00 - 110M Bar 1.00 / 16,00 - 110M Bar 0.91)

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

Salto em Altura - MQ Sub20 1,85

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
1,90		Denis Hrabar	2007	Pombal	02/mar/24	
1,74		Rafael Morgado	2008	Ourense	16/mar/24	
1,70		João Martins	2005	Pombal	14/jan/24	
1,69		Salvador Oliveira	2008	Pombal	16/dez/23	
1,56		Felipe Santos	2009	Batalha	9/fev/24	pavilhão
1,54		António Vasconcelos	2008	Pombal	16/dez/23	
1,48		Diogo Ramalho	2007	Pombal	16/dez/23	
1,48		Salvador Meneses	2010	Pombal	16/dez/23	
1,48		Rodrigo Ramos	2009	Pombal	16/dez/23	
1,48		Pedro Marcelino	2009	Pombal	20/jan/24	
1,45		Rafael Dias	2008	Pombal	16/dez/23	
1,33		Eduardo Camacho	2009	Pombal	16/dez/23	
1,33		Eduardo Santos	2011	Batalha	9/fev/24	pavilhão
1,33		Francisco Atafona	2011	Batalha	9/fev/24	pavilhão
1,33		Lucas Morgado	2012	Batalha	9/fev/24	pavilhão
1,27		José Martins	2010	Batalha	9/fev/24	pavilhão
1,20		Tomás Barateiro	2011	Pombal	23/dez/23	
1,20		Pedro Mota	2011	Pombal	23/dez/23	

Triplo Salto - MQ Sub20 13,30

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
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	
10,34		Jaime Rolla	2008	Pombal	17/dez/23	

Salto em Comprimento - MQ Sub20 6,55

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
6,74		Denis Hrabar	2007	Ourense	16/mar/24	
6,62		Salvador Oliveira	2008	Pombal	16/dez/23	
6,19		João Martins	2005	Pombal	13/jan/24	
6,16		Vadym Skafaryk	2006	Pombal	13/jan/24	
5,96		Rafael Morgado	2008	Braga	3/fev/24	
5,79		António Vasconcelos	2008	Pombal	16/dez/23	
5,74		Diogo Ramalho	2007	Pombal	20/jan/24	
5,56		Rafael Dias	2008	Pombal	16/dez/23	
5,44		Afonso Martins	2007	Pombal	06/jan/24	
5,24		Pedro Marcelino	2009	Pombal	16/dez/23	
5,21		Jaime Rolla	2008	Pombal	13/jan/24	
5,12		Felipe Santos	2009	Pombal	23/dez/23	
5,12		Francisco Atafona	2011	Pombal	09/mar/24	
5,02		Rodrigo Ramos	2009	Pombal	28/jan/24	
4,93		Guilherme Pereira	2008	Pombal	06/jan/24	
4,91		Salvador Meneses	2010	Pombal	28/jan/24	
4,80		Diogo Camacho	2009	Pombal	16/dez/23	
4,80		Lucas Morgado	2012	Pombal	03/mar/24	



SUB-20 MASCULINOS

4,46	Eduardo Santos	2011	Pombal	03/mar/24
4,34	Eduardo Camacho	2009	Pombal	28/jan/24
4,26	José Martins	2010	Pombal	20/jan/24
4,16	Pedro Mota	2011	Pombal	03/mar/24
4,03	Daniel Hrabar	2012	Pombal	03/mar/24
3,67	Gaspar Pereira	2012	Pombal	27/jan/24
3,48	Diogo Orfão	2012	Pombal	03/mar/24
3,27	Henrique Gaio	2012	Pombal	03/mar/24
3,15	Lourenço Luís	2012	Pombal	27/jan/24
3,09	Rui Rodrigues	2011	Pombal	27/jan/24
2,90	Tomás Fidalgo	2011	Pombal	03/mar/24

Salto com Vara - MQ Sub20 3,40

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
4,40		Denis Hrabar	2007	Ourense	17/mar/24	
4,28		Luca Cruz	2006	Braga	24/fev/24	
3,50		Rafael Morgado	2008	Braga	04/fev/24	
3,10		João Martins	2005	Braga	25/fev/24	
3,00		Pedro Marcelino	2009	Pombal	20/jan/24	
2,70		Salvador Oliveira	2008	Pombal	17/dez/23	
2,30		Rodrigo Ramos	2009	Pombal	17/dez/23	
2,20		Rafael Dias	2008	Pombal	17/dez/23	
2,00		António Vasconcelos	2008	Pombal	17/dez/23	

Lançamento do Peso (6kg) - MQ Sub20 11,80 (13,20 - 5kg)

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
14,86		Denis Hrabar	2007	Braga	25/fev/24	
10,40		João Martins	2005	Braga	24/fev/24	

5000 Metros Marcha - MQ Sub20 26:30.00

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
<u>21:28.28</u>		<u>Eduardo Camarate</u>	<u>2006</u>	<u>Pombal</u>	<u>13/jan/24</u>	<u>Recorde Distrital Sub-20</u>

10000 Metros Marcha - MQ Sub20 55:00.00

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

Heptatlo - MQ Sub20 3.600 (4.500 - Dec)

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
3043		João Martins	2005	Braga	24/fev/24	

4 X 200 Metros

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

4 X 400 Metros

Marca	Vento	Nome	Ano	Local	Data	Observações
3:38.97		Ernesto Rodrigues (06), Rafael Vieira (05), Rafael Dias (08) e Salvador Oliveira (08)	2005	Braga	25/fev/24	