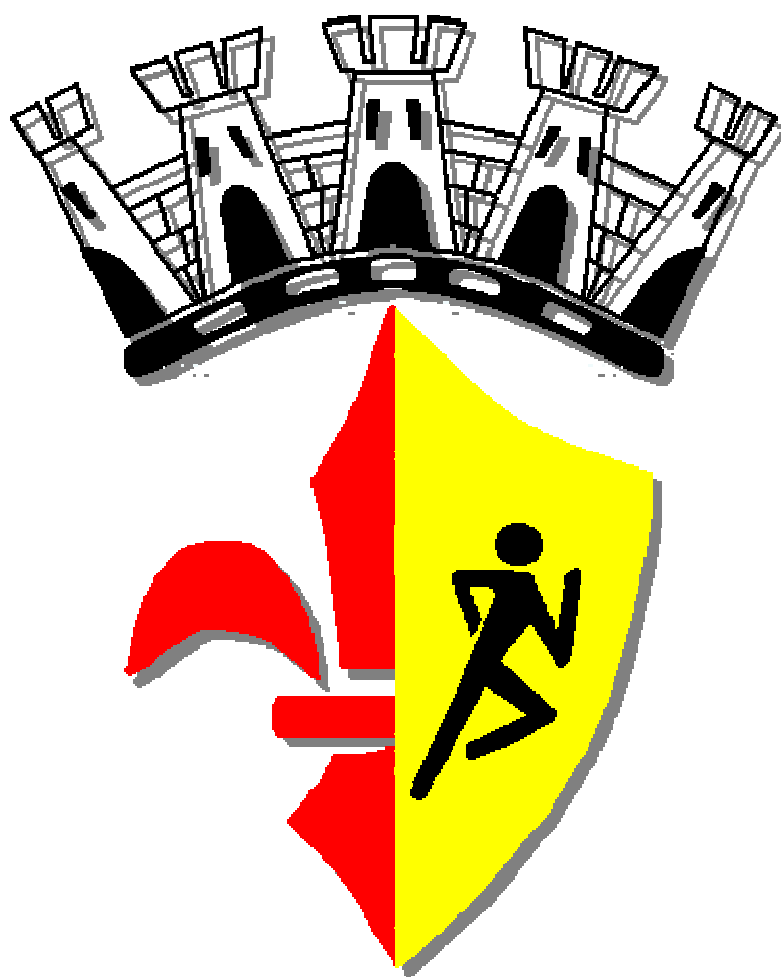


ASSOCIAÇÃO DISTRIITAL DE ATLETISMO DE LEIRIA



ANUÁRIO

ÉPOCA 2015

ÍNDICE

ABREVIATURAS DE CLUBES.....	2
CLUBES FILIADOS NA ÉPOCA DE 2014/2015	3
NÚMERO TOTAL DE ATLETAS POR ESCALÃO ÉPOCA 2014/2015.....	4
MAPA COMPARATIVO DE CLUBES E ATLETAS INSCRITOS	5
RANKING DE INFANTIS	7
RANKING DE INICIADOS	11
RANKING DE JUVENIS.....	16
RANKING DE JUNIORES.....	22
RANKING SENIORES	27
RECORDES DE INFANTIS MASCULINOS – AR LIVRE	34
RECORDES DE INFANTIS FEMININOS – AR LIVRE	35
RECORDES DE INICIADOS MASCULINOS – AR LIVRE	36
RECORDES DE INICIADOS FEMININOS – AR LIVRE	37
RECORDES DE JUVENIS MASCULINOS – AR LIVRE	38
RECORDES DE JUVENIS FEMININOS – AR LIVRE.....	40
RECORDES DE JUNIORES MASCULINOS – AR LIVRE	42
RECORDES DE JUNIORES FEMININOS – AR LIVRE.....	44
RECORDES SUB-23 MASCULINOS – AR LIVRE	46
RECORDES SUB-23 FEMININOS – AR LIVRE	47
RECORDES ABSOLUTOS MASCULINOS – AR LIVRE	48
RECORDES ABSOLUTOS FEMININOS – AR LIVRE	50
RECORDES INFANTIS MASCULINOS - PC.....	53
RECORDES INFANTIS FEMININOS - PC.....	54
RECORDES INICIADOS MASCULINOS - PC.....	55
RECORDES INICIADOS FEMININOS - PC.....	56
RECORDES JUVENIS MASCULINOS - PC.....	57
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS	57
RECORDES JUVENIS FEMININOS - PC	58
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS	58
RECORDES JUNIORES MASCULINOS - PC.....	59
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS	59
RECORDES JUNIORES FEMININOS – PC	60
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS	60
RECORDES SUB-23 MASCULINOS - PC	61
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS	61
RECORDES SUB-23 FEMININOS – PC.....	62
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS	62
RECORDES ABSOLUTOS MASCULINOS – PC.....	63
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS	63
RECORDES ABSOLUTOS FEMININOS – PC	64
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS	64

ABREVIATURAS DE CLUBES

ACDR Arneirese	Associação Cultural Desportiva Recreativa Arneirese
ACRDR	Associação Cultural Recreativa Desportiva da Reixida
AC Vermoil	Atlético Clube Vermoil
ACB-L	Atlético Clube da Batalha
ADR Mata	Associação Desportiva e Recreativa da Mata (Milagres)
AE-CA	Agrupamento de Escolas Cister Alcobaça
B Anjos	Associação Desportiva Cultural Recreativa Bairro Anjos
BVB-L	Bombeiros Voluntarios de Bombarral
CAM Grande	Clube de Atletismo da Marinha Grande
C.A BARREIRA	Clube de Atletismo da Barreira
CANAZ	Clube de Atletismo da Nazaré
CAOB	Clube Atletismo de Óbidos
CB Alc.	Casa Benfica em Alcobaça
COLIPO	Clube Atletismo Colipo
CPRAB	Centro Popular Recreativo A-Do-Barbas
CRA-L	Clube Recreativo Amieirinhense
CRPR	Centro Recreativo Popular de Ribafria
CSP VI	Centro Social Paroquial Paulo VI
D. POMBAL	Cué tara Desportivo de Pombal
GAC Vento	Grupo Amigos Casais do Vento
GAC-L	Grupo Atletismo Caranguejeira
GAU Bajouca	Grupo Alegre Unido da Bajouca
GDP-L	Grupo Desportivo das Pedreiras
IDV	Industrial Desportivo Viegrense
J. Vidigalense	Juventude Vidigalense
LMA-L	Leiria Marcha Atlética
M.C. LEIRIA	Maratona Clube Leiria
MARINHENSE	Atlético Clube Marinhense
MMI NAZARÉ	Meia Maratona Internacional da Nazaré
NDAP	Núcleo Desporto Amador de Pombal
ÓPTICA 2001	Associação Atletismo Peniche (Óptica 2001)
UDSG	União Desportiva Santiago da Guarda (Ansião)

CLUBES FILIADOS NA ÉPOCA DE 2014/2015

1 - Agrupamento de Escolas Cister Alcobaça	Alcobaça
2 - Associação Cultural Desportiva Recreativa Arneirense	Caldas da Rainha
3 - Assoc. Cult Rec. Melhoramentos Silveirinha Grande e Claras	Silveirinha Grande
4 - Associação Cultural Desportiva da Reixida	Cortes - Leiria
5 - Associação Desportiva e Recreativa da Mata	Milagres – Leiria
6 - Associação Desportiva Cultural Recreativa Bairro dos Anjos	Leiria
7 - Atlético Clube da Batalha	Batalha
8 - Atlético Clube Vermoil	Vermoil / Pombal
9 - Bombeiros Voluntários Bombarral	Bombarral
10 - Casa do Benfica em Alcobaça	Alcobaça
11 - Centro de Cultura, Recreio e Desporto da Burinhosa	Pataias
12 - Centro Popular e Recreativo A-do-Barbas	Maceira/Leiria
13 - Centro Sócio-Cult. Rec. Filarmónica da Charneca	Pombal
14 - Centro Social e Paroquial Paulo VI	Leiria
15 - Centro Recreativo Popular Ribafria	Ribafria / Alcobaça
16 - Clube Atletismo da Barreira	Barreira / Leiria
17- Clube Atletismo da Marinha Grande	Marinha Grande
18 - Clube Atletismo da Nazaré	Nazaré
19 - Clube Atletismo de Óbidos	Óbidos
20 - Clube Desportivo Ribeirense	Porto de Mós
21 - Clube Recreativo Amieirinhense	Marinha Grande
22 – Clube Veteranos do Lis	Leiria
23 - Grupo Alegre e Unido da Bajouca	Bajouca / Leiria
24 - Grupo Amigos Casais do Vento	Alvaiázere
25 - Grupo de Atletismo de Caranguejeira	Caranguejeira / Leiria
26 - Grupo Desportivo de Pedreiras	Pedreiras / Porto Mós
27 - Grupo Desportivo Recreativo das Figueiras	Figueiras / M. Grande
28 - Industrial Desportivo Viegrense	Vieira / M. ^a Grande
29 - Juventude Vidigalense	Vidigal / Leiria
30 - Leiria Marcha Atlético	Leiria
31 - Nucleo do Desporto Amador de Pombal	Pombal
32 - Offtel Runners	Leiria
33 - S.F.U 1º Dez/1902 – Atouguia da Baleia	Peniche
34 - Sociedade Recreativa da Jardoeira	Jardoeira / Batalha
35 - União Desportiva Santiago da Guarda	Ansião

NÚMERO TOTAL DE ATLETAS POR ESCALÃO ÉPOCA 2014/2015

ESCALÕES	MASCULINOS	FEMININOS	TOTAL
BENJAMINS A	75	69	144
BENJAMINS B	49	49	98
INFANTIS	74	64	138
INICIADOS	67	76	143
JUVENIS	88	56	144
JUNIORES	61	43	104
SENIORES	136	62	208
VETERANOS	204	21	225
TOTAIS	754	440	1194

MAPA COMPARATIVO DE CLUBES E ATLETAS INSCRITOS

ÉPOCA	CLUBES	ATLETAS
1976 / 1977	7	87
1977 / 1978	28	846
1978 / 1979	25	761
1979 / 1980	17	647
1980 / 1981	13	479
1981 / 1982	17	566
1982 / 1983	14	390
1983 / 1984	18	551
1984 / 1985	14	439
1985 / 1986	15	396
1986 / 1987	20	532
1987 / 1988	22	570
1988 / 1989	26	623
1989 / 1990	21	247
1990 / 1991	21	360
1991 / 1992	18	378
1992 / 1993	20	386
1993 / 1994	23	492
1994 / 1995	19	543
1995 / 1996	23	625
1996 / 1997	23	776
1997 / 1998	19	724
1998 / 1999	18	668
1999 / 2000	23	870
2000 / 2001	24	773
2001 / 2002	26	926
2002 / 2003	30	941
2003 / 2004	28	872
2004 / 2005	28	861
2005 / 2006	32	1008
2006 / 2007	32	1189
2007 / 2008	33	1220
2008 / 2009	34	1437
2009 / 2010	34	1398
2010 / 2011	34	1204
2011 / 2012	31	1183
2012 / 2013	33	1195
2013 / 2014	32	1209
2014 / 2015	35	1194

RANKING

ANUAL

2015

RANKING DE INFANTIS**60 M**

Rodrigo Fragoso	02	AE-CA	8,19	M ^a Inês Teixeira	02	CAMG	8,48
Diogo Meneses	02	JV	8,22	Adriana Amaral	02	JV	8,63
João Lopes	02	NDAP	8,52 pc	Sarta Sani	02	JV	8,74
Francisco Silva	03	JV	8,55	Carolina Carvalho	03	AE-CA	8,80
Tomás Leitão	02	JV	8,79	Diana Knyazevych	03	JV	8,82
Pedro Fernandes	02	CAMG	8,80	Sofia Lavreshina	03	ACV	8,88
Eduardo F. Oliveira	04	JV	8,81	Joana Gomes	02	JV	8,95
Eduany Cassoba	03	JV	8,92	Camila Carreira	02	JV	9,03
Francisco Vilhena	02	CAMG	9,15	Bruna Simões	02	JV	9,29
Duarte Gonçalves	04	ACV	9,15	Diana Silva	02	JV	9,30
Vento + 2 m /s				Vento + 2 m /s			
				M ^a Inês Teixeira	02	CAMG	8.39

150 M

Francisco Silva	03	JV	20,54	Adriana Amaral	02	JV	20,97 pc
Diogo Meneses	02	JV	20,64 pc	M ^a Inês Teixeira	02	CAMG	21,50 pc
João Lopes	02	NDAP	20,92 pc	Sarta Sani	02	JV	21,80
Tomás Leitão	02	JV	21,25	Diana Knyazevych	03	JV	21,91 pc
Eduardo F.Oliveira	04	JV	22,18 pc	Diana Silva	02	JV	23,21
Daniel Sarchuk	03	ACV	22,45	Ana Rita Pina	03	CRPR	23,30
Diogo Mendes	03	CAMG	22,54	Carolina Carvalho	03	AE-CA	23,51
Alexandre Marques	02	GAUB	22,63	Joana Bagagem	02	ACB-L	23,52 pc
Martim Costa	03	NDAP	22,64 pc	Ana Brystrova	03	ADRM	23,58 pc
José Neves	02	ACV	23,02	M ^a João Abreu	03	ACV	23,69 pc

600 M

Rodrigo Marques	02	CAOB	1.46,70	Laura Ramos	02	CPRAB	1.44,16
Rafael Plamadela	02	CA Naz	1.50,80	Lara Duarte	04	CAOB	1.55,90
Francisco Vilhena	02	CAMG	1.52,60	Joana Gomes	02	JV	1.57,74
Tiago Gonçalves	02	BA	1.54,19	Leonor Reis	02	CAOB	2.01,65 pc
Martim Costa	03	NDAP	1.54,52 pc	Ana Brystrova	03	ADRM	2.03,96 pc
Daniel Amado	04	JV	1.54,86 pc	Érica Mendes	02	JV	2.05,23
Francisco Félix	03	CAOB	1.57,03 pc	Joana Bagagem	02	ACB-L	2.05,44 pc
Afonso Marques	04	ACV	2.00,55	Joana Gameiro	04	JV	2.06,91
Diogo Mendes	03	CAMG	2.00,80	Beatriz Pereira	04	CAOB	2.07,80
João Gonçalves	03	CAMG	2.01,29	Euarda Silva	05	JV	2.08,01

1.000 M

Francisco Machado	02	JV	3.10,71	Laura Ramos	02	CPRAB	3.12,26
Francisco Silva	03	JV	3.21,44	Sofia Lavreshina	03	ACV	3.32,33
Francisco Félix	03	CAOB	3.22,66	Joana Gomes	02	JV	3.32,61
Diogo Meneses	02	JV	3.23,39	Leonor Reis	02	CAOB	3.34,78
Martim Costa	03	NDAP	3.23,40	Joana Bagagem	02	ACB-L	3.39,99
Andrii Melnyk	02	JV	3.26,03	Ana Brystova	03	ADRM	3.41,62
Rodrigo Fragoso	02	AE-CA	3.27,26	M ^a Inês Teixeira	02	CAMG	3.42,26
Francisco Vilhena	02	CAMG	3.29,30	Joana Gameiro	04	JV	3.45,89
Rafael Plamadela	02	CANAZ	3.31,84	Diana Knyazevych	03	JV	3.47,46
João Duque	03	BA	3.32,86	Rita Silva	03	JV	3.48,96

Ranking 2015

(0,76) / 60 BARREIRAS / (0,76)

Rodrigo Fragoso	02	AE-CA	10,65	M ^a Inês Teixeira	02	CAMG	11,07
Diogo Meneses	02	JV	10,81	Adriana Amaral	02	JV	11,18 pc
Tomás Leitão	02	JV	10,85	Diana Knyazevych	03	JV	11,24
Francisco Silva	03	JV	10,95	Sofia Lavreshina	03	ACV	11,65 pc
Pedro Fernandes	02	CAMG	11,65	Sarta Sani	02	JV	11,68
Francisco Vilhena	02	CAMG	11,89	Joana Gomes	02	JV	11,71 pc
Daniel Sarchuk	03	ACV	12,11 pc	Melissa Sotto Mayor	03	ACV	11,95
João Domingues	02	GAUB	12,25 pc	Laura Carreira	03	GAUB	12,38 pc
Andrii Melnyk	02	JV	12,36	M ^a João Abreu	03	ACV	12,63
Danilo Santos	03	ACV	12,53 pc	Mariana Almeida	03	CB Alc.	13,06

Vento + 2 m /s

Sarta Sani	02	JV	11,54
------------	----	----	--------------

VARA

Francisco Silva	03	JV	1,90	Melissa Sotto Mayor	03	ACV	1,60 pc
José Neves	02	ACV	1,70 pc				

ALTURA

Daniel Sarchuk	03	ACV	1,43 pc	Sofia Lavreshina	03	ACV	1,36
Danilo Santos	03	ACV	1,40 pc	M ^a Inês Teixeira	02	CAMG	1,30 pc
Diogo Meneses	02	JV	1,36	Lara Duarte	04	CAOB	1,30
Eduardo F. Oliveira	04	JV	1,30	Joana Ferreira	03	ACV	1,27 pc
Daniel Amado	04	JV	1,27	Ana Matilde Reis	04	JV	1,27
Afonso Marques	04	ACV	1,27	Melissa Sotto Mayor	03	ACV	1,25
Pedro Fernandes	02	CAMG	1,25 pc	Ana Rita Pina	03	CRPR	1,25
Andrii Melnyk	02	JV	1,25	Teresa Santos	04	JV	1,24
José Neves	02	ACV	1,25	Adriana Amaral	02	JV	1,20
Mauro Ferreira	03	JV	1,20	Camila Carreira	02	JV	1,19
Saúl Santos	02	JV	1,20				
Rodrigo Fragoso	02	AE-CA	1,20				

COMPRIMENTO

Diogo Meneses	02	JV	4,77	M ^a Inês Teixeira	02	CAMG	4,74
Rodrigo Fragoso	02	AE-CA	4,75	Adriana Amaral	02	JV	4,38
Pedro Fernandes	02	CAMG	4,60	Joana Gomes	02	JV	4,27
Daniel Sarchuk	03	ACV	4,38	Diana Knyazevych	03	JV	4,26
Eduany Cassoba	03	JV	4,37	Sofia Lavreshina	03	ACV	4,03
Francisco Félix	03	CAOB	4,31	Sarta Sani	02	JV	3,89
José Neves	02	ACV	4,24	Camila Carreira	02	JV	3,86
Andrii Melnyk	02	JV	4,15	Carolina Carvalho	03	AE-CA	3,68
Francisco Silva	03	JV	4,13 pc	Catarina Soares	05	JV	3,66
Afonso Marques	04	ACV	4,08	Beatriz Lourenço	04	ACV	3,65

Vento + 2 m /s

Francisco Félix	03	CAOB	4,38	Laura Ramos	02	CPRAB	4,09
				Beatriz Lourenço	04	ACV	3,66

Vento + 2 m /s

(3Kg) / PESO / (2 Kg)

Rodrigo Marques	02	CAOB	9,92	Camila Carreira	02	JV	11,50
Guilherme Lourenço	02	CAOB	8,90	Mariana Almeida	03	CB Alc.	8,38
Pedro Fernandes	02	CAMG	8,81 pc	Adriana Amaral	02	JV	7,93 pc
Diogo Meneses	02	JV	8,71	Inês Cordeiro	02	JV	7,93
David Pereira	03	CAMG	8,67	Joana Gomes	02	JV	7,48 pc
André Roberto	02	JV	8,55	Mariana Simões	03	ACV	7,18
Rodolfo Carvalho	02	AE-CA	8,42	Sarta Sani	02	JV	7,06
Andrii Melnyk	02	JV	7,76	M ^a Inês Teixeira	02	CAMG	7,04
Francisco Silva	03	JV	7,68	Diana Knyazevych	03	JV	6,98
Rodrigo Fragoso	02	AE-CA	7,42	Melissa Sotto Mayor	03	ACV	6,60



Ranking 2015

(500 g) DARDO (400 g)

André Roberto	02	JV	29,56	Camila Carreira	02	JV	23,32
Rodolfo Carvalho	02	AE-CA	25,30	Diana Almeida	02	JV	22,90
Pedro Fernandes	02	CAMG	23,42	M ^a João Abreu	03	ACV	15,83
Saúl Santos	02	JV	23,14	Mariana Simões	03	ACV	15,24
Rafael Costa	03	JV	20,31	Mellissa Sotto Mayor	03	ACV	13,50
Eduardo Felix	02	CAOB	20,26	Joana Ferreira	03	ACV	13,19
Andrii Melnyk	02	JV	19,57	Rafaela Martins	02	CB Alc.	11,76
Guilherme Lourenço	02	CAOB	16,81	Mariana Almeida	03	CB Alc.	11,69
Guilherme Pereira	03	JV	16,14	Sara Pedro	02	JV	11,05
Alexandre Marques	02	GAUB	15,70	YuliyaKlyuchka	03	JV	10,91

DISCO (750 g)

David Pereira	03	CAMG	20,46	Camila Carreira	02	JV	29,42
Rodrigo Vicente	02	CAMG	17,17				
Saúl Santos	02	JV	15,23				
Guilherme Santana	02	BVB-L	13,73				

(3 KG) MARTELO (2 KG)

Diogo Meneses	02	JV	18,93	Camila Carreira	02	JV	26,91
Saúl Santos	02	JV	17,39	Adriana Amaral	02	JV	21,04

3.000 M / MARCHA / 3.000 M

Gustavo Gomes	03	CAMG	19.32,43	Leonor Reis	02	CAOB	18.30,70
				Ana Catarina Costa	02	GACV	19.31,20
				Inês Rodrigues	02	GACV	20.29,60
				Ana Carolina Santos	02	CAMG	21.01,78
				Joana Rodrigues	02	GACV	23.29,50

PENTATLO

60m / Comp. / 60B 076 / Peso3 / 1000 m

60m / Peso2 / 60B 076 / Comp. / 1000 m

Rodrigo Fragoso	02	AE-CA	1913	M ^a Inês Teixeira	02	CAMG	2501
Diogo Meneses	02	JV	1879	Diana Knyazevych	03	JV	2221
Francisco Silva	03	JV	1627	Joana Gomes	02	JV	2130
Pedro Fernandes	02	CAMG	1541	Sarta Sani	02	JV	2025
Andrii Melnyk	02	JV	1454	Camila Carreira	02	JV	1902
Francisco Vilhena	02	CAMG	1181	Adriana Amaral	02	JV	1635
João Carreira	02	BA	969	Mariana Almeida	03	CB Alc.	1379
João Duque	03	BA	922	Diana Pereira	03	JV	1279
João Gonçalves	03	CAMG	894	Ana Carolina Santos	02	CAMG	824
Diogo Mendes	03	CAMG	865				



Ranking 2015

4 x 60 M

J. Vidigalense	32.27	J. Vidigalense	32.47
Rafael Costa (03), Francisco Silva (03) Andril Melnyk (02), Diogo Meneses (02)		Diana Knyazevych (03), Camila Carreira (02) Sarta Sani (02), Adriana Amaral (02)	
CAM Grande	34.18	J. Vidigalense (Benj.)	40.06
Diogo Mendes (03), João Gonçalves (03) Francisco Vilhena (02), Pedro Fernandes (02)		Catarina Soares (05), Sara Brites (06) M ^ª João Bartolomeu (04), Eduarda Silva (05)	
AC Vermoil	37.61	AC Vermoil (Benj.)	41.69
Eduardo Fernandes (04), Rodrigo Neves (04) Afonso Lopes (04), Duarte Gonçalves (04)		Francisca Abreu (06), Rafaela Pereira (05) Tânia Pereira (05), Sara Batista (04)	
Bairro Anjos	38.16	CAM Grande (Benj.)	41.99
Rui Conceição (03), João P. Lopes (03) Tiago Gonçalves (02), João Duque (03)		Ângela Vaz (05), Maria Pereira (04) Rute Lourenço (04), Camélia Terently (04)	
CAM Grande (Benj.)	39.46	Bairro Anjos (Benj.)	43.47
André Rodrigues (04), André Bráz (04) Francisco Gomes (04), Rafael Saraiva (04)		Samanta Cardoso (06), Constança Gonçalves (06) Marta Lopes (05), Joana Bento (04)	

RANKING DE INICIADOS**80 m**

Rodrigo Agostinho	01	JV	9,44	Bárbara Mota	00	ACV	10,66
Gonçalo Soares	01	AE-CA	9,55	Alina Humenyuk	00	JV	10,70
Tiago Martins	00	AE-CA	9,82	Carina Silva	01	CRPR	10,73
Márcio Alves	01	CAMG	9,94	M ^a Inês Teixeira	02	CAMG	10,95
Rafael Freitas	00	AE-CA	10,04	Ana Sofia Pascoal	00	JV	10,96
André Pimenta	01	JV	10,11	Juliana Brites	00	JV	11,01
Leandro Santos	00	CAMG	10,14	Eduarda Ferreira	01	JV	11,02
Guilherme Carolino	01	AE-CA	10,17	Adriana Amaral	02	JV	11,14
Rodrigo Ferreira	00	GAUB	10,24	Beatriz Fernandes	00	ACDRA	11,38
Henrique Cachado	00	CAOB	10,25	Inês Ferreira	01	ACDRA	11,57
Vento + 2 m /s				Vento + 2 m /s			
Tiago Martins	00	AE-CA	9,81	Bárbara Mota	00	ACV	10,56
				M ^a Inês Teixeira	02	CAMG	10,78
				Beatriz Fernandes	00	ACDRA	10,78
				Ana Filipa Frias	00	CAMG	11,22
				Sarta Sani	02	JV	11,24
				Inês Santos	01	JV	11,28

250 M

Tiago Martins	00	AE-CA	31,83	Carina Silva	01	CRPR	35,47
Márcio Alves	01	CAMG	32,91	Bárbara Mota	00	ACV	36,15
Rafael Freitas	00	AE-CA	32,92	Ana Sofia Pascoal	00	JV	36,92
Rui Simões	01	CSPVI	35,76	Tânia Rodrigues	01	AE-CA	37,17
Pedro Cardoso	00	GAUB	42,14	Carina Silva	00	JV	37,86
João Francisco	01	ACV	42,18	Ana Filipa Frias	00	CAMG	39,26
				Inês Santos	01	JV	39,78
				Patricia Fernandes	01	IDV	40,54
				Bruna Coelho	01	IDV	44,43

800 M

Henrique Cachado	00	CAOB	2.07,55	Daria Melnyk	00	JV	2.20,57
Eduardo J. Oliveira	00	BA	2.09,03	Diana Santos	01	AE-CA	2.26,97
Rodrigo Ferreira	00	GAUB	2.09,55	Laura Ramos	02	CPRAB	2.30,05
João Cruz	00	JV	2.16,01	Laura Santos	01	AE-CA	2.31,78
Miguel Simões	01	JV	2.16,98	Sofia Duarte	01	CAOB	2.36,55
Daniel Santos	01	ACV	2.18,64	Clara Pinto	01	BA	2.39,03
Gabriel Santos	00	CAMG	2.22,02 pc	Beatriz Francisco	00	GAC-L	2.41,76
João Vasão	00	GDP-L	2.27,23 pc	M ^a João Esteves	01	CAMG	2.49,09
Leandro Santos	00	CAMG	2.33,80	Inês Alves	01	ADRM	2.50,62
João Neves	00	JV	2.39,59 pc	Juliana Brites	00	JV	2.51,87

1.000 M

Henrique Cachado	00	CAOB	2.47,32	Laura Ramos	02	CPRAB	3.12,26
Rodrigo Ferreira	00	GAUB	2.51,87	Daria Melnik	00	JV	3.13,40
Miguel Simões	01	JV	2.57,30	Diana Santos	01	AE-CA	3.18,95
Miguel Silva	00	ACB-L	2.58,25	Clara Pinto	01	BA	3.23,83
João Cruz	00	JV	2.58,79	Sofia Duarte	01	CAOB	3.27,16
Gabriel Santos	00	CAMG	3.01,48	Beatriz Santos	00	GAC-L	3.28,50
Rafael Freitas	00	AE-CA	3.10,45	Inês Alves	01	ADRM	3.29,38
Francisco Machado	02	JV	3.10,71	Beatriz Francisco	00	GAC-L	3.29,45
Rodrigo Agostinho	01	JV	3.19,11	Sofia Lavreshina	03	ACV	3.32,33
Leandro Santos	00	CAMG	3.20,60	Joana Gomes	02	JV	3.32,61

Ranking 2015

1.500 M

Henrique Cachado	00	CAOB	4.24,79	Daria Melnyk	00	JV	5.03,63 pc
Eduardo J. Oliveira	00	BA	4.46,85 pc	Joana Pontes	00	GACV	5.16,95
João Cruz	00	JV	4.48,45	Beatriz Santos	00	GAC-L	5.29,66
Gabriel Santos	00	CAMG	4.51,46 pc	Beatriz Francisco	00	GAC-L	5.30,14
João Vasão	00	GDP-L	5.05,75	M ^a João Henriques	01	IDV	5.43,30
Hugo Patrício	01	BVB-L	5.31,89	M ^a João Esteves	01	CAMG	5.51,28 pc
Ricardo Silvério	01	BA	5.56,27 pc	Daniela Cardoso	00	GAC-L	5.57,00
				Érica Lavos	01	IDV	6.06,27

100 M (0,84) / BARREIRAS / 80 M (0,76)

Rodrigo Agostinho	01	JV	15,66	Juliana Brites	00	JV	12,30
André Pimenta	01	JV	16,38	Eduarda Ferreira	01	JV	13,37
Rodrigo Ferreira	00	GAUB	16,3	Alina Humenyuk	00	JV	13,53
Gonçalo Soares	01	AE-CA	17,14	Ana Filipa Frias	00	CAMG	14,26
Rafael Freitas	00	AE-CA	17,58	Daria Melnyk	00	JV	14,43
Tiago Martins	00	AE-CA	17,5	Iara Duque	00	JV	15,13
Miguel Simões	01	JV	18,29	M ^a João Esteves	01	CAMG	15,31
Miguel Costa	00	AE-CA	18,62	Inês Santos	01	JV	15,53
Leandro Santos	00	CAMG	18,89	Inês Carreira	00	JV	15,71
Telmo Abreu	00	CAMG	19,15	Daniela Schwartz	00	AE-CA	15,85
		Vento + 2 m/s				Vento + 2 m/s	
João Nunes	00	JV	15,73	Alina Humenyuk	00	JV	13,27
Tiago Martins	00	AE-CA	16,80	Sarta Sani	02	JV	15,46
				Clara Pinto	01	BA	15,73

250 M BARREIRAS (0,76)

Rafael Freitas	00	AE-CA	35,45	Carina Silva	00	JV	40,35
João Neves	00	JV	35,50	Ana Filipa Frias	00	CAMG	41,77
Tiago Martins	00	AE-CA	35,59	Tânia Rodrigues	01	AE-CA	42,88
Miguel Simões	01	JV	40,93	Inês Santos	01	JV	43,99
Rodrigo Borges	01	CAMG	49,09	Clara Pinto	01	BA	44,37

1.500 M OBSTÁCULOS (0,76) S/ VALA

Henrique Cachado	00	CAOB	4.43,40	Inês Alves	01	ADRM	5.58,72
Eduardo J. Oliveira	00	BA	4.59,20	Daria Melnik	00	JV	5.14,39
Miguel Simões	01	JV	5.09,69	Joana Pontes	00	GACV	5.22,5
João Cruz	00	JV	5.11,07	Sofia Duarte	01	CAOB	5.39,72
Rodrigo Ferreira	00	GAUB	5.16,45	M ^a João Henriques	01	IDV	6.13,1
Hugo Patrício	01	BVB-L	5.46,48	M ^a João Esteves	01	CAMG	6.17,76
Rodrigo Borges	01	CAMG	6.09,24				

VARA

Simão Lameiro	01	JV	2,50	Bárbara Mota	00	ACV	2,96
Rodrigo Borges	01	CAMG	2,00	Mariana Neves	00	JV	2,40
Francisco Silva	03	JV	1,90	Iara Duque	00	JV	2,10
José Neves	02	ACV	1,70 pc	Melissa Sotto Mayor	03	ACV	1,60 pc



Ranking 2015

ALTURA

Miguel Costa	00	AE-CA	1,57	Iara Duque	00	JV	1,48
Rodrigo Agostinho	01	JV	1,56	Eduarda Ferreira	01	JV	1,48
Eduardo J. Oliveira	00	BA	1,54	Juliana Brites	00	JV	1,42
André Pimenta	01	JV	1,54	Daria Melnyk	00	JV	1,42
Erikson Cassoba	00	JV	1,52	Sofia Duarte	01	CAOB	1,36
Rodrigo Ferreira	00	GAUB	1,52	Sofia Lavreshina	03	ACV	1,36
Gonçalo Soares	01	AE-CA	1,50	Carina Silva	01	CRPR	1,32
Rafael Freitas	00	AE-CA	1,47	M ^a João Esteves	01	CAMG	1,30
Rafael Ramusga	00	JV	1,45	M ^a Inês Teixeira	02	CAMG	1,30 pc
Henrique Cachado	00	CAOB	1,44	Lara Duarte	04	CAOB	1,30

COMPRIMENTO

Rodrigo Agostinho	01	JV	6,26	Juliana Brites	00	JV	5,37
André Pimenta	01	JV	5,70	Eduarda Ferreira	01	JV	4,97
Rafael Freitas	00	AE-CA	5,45	Alina Humenyuk	00	JV	4,95
Gonçalo Soares	01	AE-CA	5,43	Bárbara Mota	00	ACV	4,93 pc
Tiago Martins	00	AE-CA	5,27	M ^a Inês Teixeira	02	CAMG	4,74
Rodrigo Ferreira	00	GAUB	5,25 pc	Mariana Carvalho	00	CAMG	4,65 pc
Leandro Santos	00	CAMG	5,12	M ^a João Esteves	01	CAMG	4,59
Pedro Silvano	00	JV	5,07 pc	Mariana Neves	00	JV	4,54
Márcio Alves	01	CAMG	5,06	Daria Melnyk	00	JV	4,47
Miguel Simões	01	JV	5,01	Inês Carreira	00	JV	4,46
		Vento + 2 m /s				Vento + 2 m /s	
Guilherme Carolino	01	AE-CA	5,14	Juliana Brites	00	JV	5,46

TRIPLO

Rodrigo Agostinho	01	JV	12,16	Juliana Brites	00	JV	11,45
André Pimenta	01	JV	11,86	Eduarda Ferreira	01	JV	10,98
Rodrigo Ferreira	00	GAUB	11,67	M ^a João Esteves	01	CAMG	10,22
Diogo Meneses	02	JV	10,72	Tânia Rodrigues	01	AE-CA	9,50
Erikson Cassoba	00	JV	10,23	Iara Duque	00	JV	8,70
Pedro Silvano	00	JV	10,17 pc	Nânci Rodrigues	01	AE-CA	8,11
Márcio Alves	01	CAMG	9,39				
		Vento + 2 m /s				Vento + 2 m /s	
Rodrigo Ferreira	00	GAUB	11,97				
Erikson Cassoba	00	JV	10,32				

(4 Kg) / PESO / (3 Kg)

José Costa	00	GACV	11,23	Micaela Sereno	00	JV	13,32
Gonçalo Soares	01	AE-CA	11,16	Inês Carreira	00	JV	11,85
Márcio Alves	01	CAMG	10,51	Laura Monteiro	01	JV	10,29
João Moreira	01	GDP-L	9,88	Juliana Brites	00	JV	9,55
Rodrigo Agostinho	01	JV	9,75	Camila Carreira	02	JV	9,39
João Costa	01	JV	9,38	Eduarda Ferreira	01	JV	9,22
Miguel Costa	00	AE-CA	9,28	M ^a Eduarda Ferreira	01	JV	8,89
Henrique Cachado	00	CAOB	9,25	Bárbara Mota	00	ACV	8,44
Gabriel Santos	00	CAMG	9,10	Iara Duque	00	JV	8,23
Rodrigo Marques	02	CAOB	8,71	Alina Humenyuk	00	JV	8,19



Ranking 2015

(1 Kg) / DISCO / (750 g)

Tiago Maia	00	BVB-L	33,10	Micaela Sereno	00	JV	47,10
João Costa	01	JV	29,83	Inês Carreira	00	JV	36,62
Rodrigo Agostinho	01	JV	29,04	Laura Monteiro	01	JV	32,13
Márcio Alves	01	CAMG	24,85	Camila Carreira	02	JV	29,42
José Costa	00	GACV	23,30	Ana Fernandes	00	CAMG	19,56
Telmo Santos	01	CSPVI	22,51	Carolina Patricio	01	BVB-L	16,08
Pedro Silvano	00	JV	21,93				
Simão Lameiro	01	JV	21,36				
Rodrigo Vicente	02	CAMG	15,10				

(600g) / DARDO / (500g)

Pedro Silvano	00	JV	47,85	Inês Carreira	00	JV	35,27
Gabriel Santos	00	CAMG	27,07	Sara Ferreira	00	JV	30,53
Telmo Abreu	00	CAMG	26,24	Alina Humenyuk	00	JV	25,21
Tiago Ribeiro	00	JV	25,90	Ana Fernandes	00	CAMG	24,49
Andrii Melnyk	02	JV	24,02	Micaela Salgado	01	ACV	24,09
Henrique Cachado	00	CAOB	23,43	Daria Melnyk	00	JV	23,39
Rodrigo Agostinho	01	JV	22,58	Diana Almeida	02	JV	21,22
Miguel Costa	00	AE-CA	22,54	Eduarda Ferreira	01	JV	20,56
Miguel Simões	01	JV	21,29	Carolina Patricio	01	BVB-L	20,23
Rodrigo Ferreira	00	GAUB	20,51	Camila Carreira	02	JV	20,09

(4 Kg) / MARTELO / (3 kg)

João Moreira	01	GDP-L	21,29	Laura Monteiro	01	JV	43,23
				Micaela Sereno	00	JV	36,94

4.000 M / MARCHA / 4.000 M

Rodrigo Lopes	01	GACV	26.36.5	Joana Pontes	00	GACV	22.41,7
				Cristiana Carvalho	00	GACV	26.36.2

HEPTATLO

80 m / Comp./Dardo 6 / 100B (084) / Alt./ Peso 4 / 1.000

Rodrigo Agostinho	01	JV	3306
Gonçalo Sousa	01	AE-CA	3019
André Pimenta	01	JV	2930
Henrique Cachado	00	CAOB	2903
Rafael Freitas	00	AE-CA	2847
Márcio Alves	01	CAMG	2578
Miguel Simões	01	JV	2486
Leandro Santos	00	CAMG	2381
Telmo Abreu	00	CAMG	2265
Hugo Patricio	01	BVB-L	1423

80B (0,76 / Dardo 5 / Altura / 80 m / Comp. / Peso3 / 800

Juliana Brites	00	JV	3671
Eduarda Ferreira	01	JV	3503
Daria Melnyk	00	JV	3424
Alina Humenyuk	00	JV	3205
Inês Carreira	00	JV	3083
Mª João Esteves	01	CAMG	2810
Ana Filipa Frias	00	CAMG	2568
Iara Duque	00	JV	2444
Ana Fernandes	00	CAMG	2437
Inês Santos	01	JV	2350



Ranking 2015

4 x 80 M

Seleção ADAL Márcio Alves (01), Tiago Martins (00) Rodrigo Ferreira (00), Rodrigo Agostinho (01)	37,80	Seleção ADAL Micaela Sereno (00), Juliana Brites (00) Alina Humenyuk (00), Inês Carreira (00)	41,91
AE-Cister Alcobaça Rodrigo Fragoso (02), Rafael Freitas (00) Tiago Martins (00), Gonçalo Sousa (01)	38,61	J. Vidigalense Mariana Neves (00), Carina Silva (00) Alina Humenyuk (00), Inês Carreira (00)	43,10
J. Vidigalense Francisco Silva (03), Miguel Simões (01) Francisco Machado (02), André Pimenta (01)	40,73	CAM Grande Ana Filipa Frias (00), M ^a Inês Teixeira (02) Ana Fernandes (00), M ^a João Esteves (01)	43,77
CAM Grande Diogo Mendes (03), Márcio Alves (01) Leandro Santos (00), Pedro Fernandes (02)	42,16	ID Vieirense Patrícia Fernandes (01)M ^a João Henriques (01) Érica Lavos (01), Bruna Coelho (01)	48,24
GAU Bajouca Bernardo Coelho (03), Tiago Cabecinhas (01) Rodrigo Ferreira (00), Alexandre Marques (02)	50,92		



RANKING DE JUVENIS**100 M**

Ricardo Ribeiro	99	CAMG	11,24	Joana Carlos	99	JV	12,07
Rafael Gonçalves	98	ACV	11,33	Bruna Santos	98	JV	12,92
João Leal	98	JV	11,50	Cláudia Freire	98	ACV	12,98
Rodrigo Duarte	98	JV	11,56	Bárbara Mota	00	ACV	13,05
Pedro Machado	98	JV	11,57	Mariana Castro	98	JV	13,09
Miguel Baptista	99	JV	11,57	Alina Humenyuk	00	JV	13,38
Erilk Kostrystsya	99	JV	11,59	Rute Mota	99	GAUB	13,48
Rodrigo Agostinho	01	JV	11,61	Inês Lopes	99	CAMG	13,50
Lucas Dias	99	ACV	11,67	Ana Sofia Pascoal	00	JV	13,74
Hugo Simões	98	JV	11,78	Carolina Esteves	99	CAMG	13,80
Vento + 2 m /s				Vento + 2 m /s			
Ricardo Ribeiro	99	CAMG	11,01	Joana Carlos	99	JV	12,01
Lucas Dias	99	ACV	11,27	Bruna Santos	98	JV	12,66
Rodrigo Duarte	98	JV	11,28	Cláudia Freire	98	ACV	12,89
João Silva	99	ACV	11,39	Mariana Castro	98	JV	13,04
Erilk Kostrystsya	99	JV	11,42	Ana Conde	98	JV	13,58
Rodrigo Agostinho	01	JV	11,55	Mariana Santos	99	ACV	13,68

200 M

Lucas Dias	99	ACV	22,98	Joana Carlos	99	JV	25,26
Rafael Gonçalves	98	ACV	22,99 pc	Sónia Machado	98	JV	26,49
Rodrigo Duarte	98	JV	23,62	Bruna Santos	98	JV	27,33
Erilk Kostrystsya	99	JV	23,75	Cláudia Freire	98	ACV	27,64
João Leal	98	JV	23,81 pc	Inês Lopes	99	CAMG	27,69
Ricardo Ribeiro	99	CAMG	23,88	Beatriz Duarte	98	ACV	27,78
Miguel Baptista	99	JV	24,14	Carina Silva	01	CRPR	27,82
Rui M. Marques	98	GAUB	24,31 pc	Mariana Castro	98	JV	28,04
João Silva	99	ACV	24,34	Rute Mota	99	GAUB	28,36
Rodrigo Agostinho	01	JV	24,36	Inês Maneiro	99	JV	28,42
Vento + 2 m /s				Vento + 2 m /s			
Ricardo Ribeiro	99	CAMG	23,19	Bruna Santos	98	JV	26,84
Erilk Kostrystsya	99	JV	23,63	Mariana Castro	98	JV	27,75
Miguel Baptista	99	JV	23,95	Rute Mota	99	GAUB	28,07
Rui M. Marques	98	GAUB	24,17				

300 M

João Leal	98	JV	35,95	Beatriz Duarte	98	ACV	43,94
Miguel Baptista	99	JV	37,04	Bruna Santos	98	JV	45,49
Rodrigo Duarte	98	JV	37,19	Sónia Machado	98	JV	45,53
Ricardo Ribeiro	99	CAMG	37,52	Catarina Santos	99	JV	45,58
Rodrigo Ferreira	00	GAUB	38,07	Carina Silva	01	CRPR	45,7
Erilk Kostrystsya	99	JV	38,11	M ^o João Esteves	01	CAMG	46,23
Filipe Santos	98	ACV	38,33	Carina Silva	00	JV	46,61
Pedro Machado	98	JV	39,08	Tânia Rodrigues	01	AE-CA	46,6
Rafael Gariso	98	NDAP	39,41	Ana Conde	98	JV	46,81
Bryan Rodrigues	98	ACV	39,97	Mariana Castro	98	JV	46,89

Ranking 2015

800 M

Samuel Santos	99	JV	1.59,55	Daria Melnyk	00	JV	2.20,57
João Ferreira	99	NDAP	2.05,00	Rute Ferreira	98	NDAP	2.21,79
Diogo Ramalho	98	UDSG	2.05,24	Esther Madueke	98	ACDRA	2.23,96 pc
Rodolfo Silva	98	NDAP	2.05,35	Diana Santos	01	AE-CA	2.26,97
João Leal	98	JV	2.05,67	Laura Ramos	02	CPRAB	2.30,05
Henrique Cachado	00	CAOB	2.07,55	Laura Santos	01	AE-CA	2.31,78
Eduardo J. Oliveira	00	BA	2.09,03	Sónia Machado	98	JV	2.33,98
Rodrigo Ferreira	00	GAUB	2.09,55	Sofia Duarte	01	CAOB	2.36,55
Bruno M. Gomes	99	NDAP	2.11,32 pc	Clara Pinto	01	BA	2.39,03
Bruno F. Gomes	99	BA	2.13,24	Beatriz Francisco	00	GAC-L	2.41,76

1.000 M

Samuel Santos	99	JV	2.37,99	Laura Ramos	02	CPRAB	3.12,26
João Leal	98	JV	2.41,57	Daria Melnik	00	JV	3.13,40
Rodolfo Silva	98	NDAP	2.41,94	Rute Ferreira	98	NDAP	3.14,20
João Ferreira	99	NDAP	2.45,65	Diana Santos	01	AE-CA	3.18,95
Henrique Cachado	00	CAOB	2.47,32	Bruna Costa	98	BA	3.22,21
Miguel Baptista	99	JV	2.50,14	Clara Pinto	01	BA	3.23,83
Bruno F. Gomes	99	BA	2.51,42	Daniela Rodrigues	98	CAMG	3.24,76
Rodrigo Ferreira	00	GAUB	2.51,87	Rita Camponês	99	GAC-L	3.27,12
Pedro Henrique	98	BA	2.54,63	Sofia Duarte	01	CAOB	3.27,16
David Alex. Lopes	99	BA	2.54,98	Beatriz Santos	00	GAC-L	3.28,50

1.500 M

Samuel Santos	99	JV	4.15,76	Esther Madueke	98	ACDRA	4.53,22 pc
Rodolfo Silva	98	NDAP	4.17,55	Rute Ferreira	98	NDAP	4.55,23
João Ferreira	99	NDAP	4.23,12	Daria Melnyk	00	JV	5.03,63 pc
Henrique Cachado	00	CAOB	4.24,79	Joana Pontes	00	GACV	5.16,95
Pedro Henrique	98	BA	4.30,84	Bruna Costa	98	BA	5.22,02
Anas Kalda	99	BA	4.31,42	Daniela Rodrigues	98	CAMG	5.26,03 pc
Bruno M. Gomes	99	NDAP	4.36,59	Beatriz Santos	00	GAC-L	5.29,66
Bruno F. Gomes	99	BA	4.39,93	Beatriz Francisco	00	GAC-L	5.30,14
André Carmo	98	CAMG	4.45,00	M ^a João Henriques	01	IDV	5.43,30
Eduardo J. Oliveira	00	BA	4.46,85 pc	M ^a João Esteves	01	CAMG	5.51,28 pc

3.000 M

Samuel Sntos	99	JV	9.16,71 pc	Daniela Rodrigues	98	CAMG	11.41,97 pc
Rodolfo Silva	98	NDAP	9.41,63	Bruna Costa	98	BA	12.01,30
Pedro Henrique	98	BA	9.58,80	Tânia Pires	99	JV	12.25,92
André Carmo	98	CAMG	10.11,75 pc	Vitória Sá	98	NDAP	13.11,35 pc
Filipe Gonçalves	99	BVB-L	10.34,31	Mariana Mota	99	GAUB	17.42,20
António Quaresma	99	JV	10.41,10				
Alexandre Oliveira	98	JV	11.15,47				
João Pires	99	GDP-L	11.16,74				

110 (0,91) / BARREIRAS / 100 (0,76)

João Silva	99	ACV	15,28	Juliana Brites	00	JV	15,43
Tomás Marreiros	98	ACV	15,48	Sónia Machado	98	JV	15,53
Pedro Machado	98	JV	16,09	Mariana Santos	99	ACV	17,56
Ricardo Ribeiro	99	CAMG	16,31	Maiara Silva	98	BA	17,62
Mário Alexandre	99	AE-CA	17,42	Mariana Bento	98	CAMG	17,77
Rui M. Marques	98	GAUB	17,61	Carolina Esteves	99	CAMG	17,88
João Mota	98	ACV	18,21	Ana Filipa Frias	01	CAMG	18,22
Pedro Jaulino	98	GAUB	19,30	Beatriz Domingues	98	CAMG	19,13
Raúl Santos	99	BVB-L	19,47	Inês Lopes	99	CAMG	19,14



Ranking 2015

Alexandre Henriques	99	BVB-L	19,48	Catarina Santos	99	JV	19,74
Tomás Marreiros	98	ACV	15,31	Mariana Santos	99	ACV	16,62

(0,84) / 300 M BARREIRAS / (0,76)

Carlos Marques	98	CAMG	45,08	Carolina Esteves	99	CAMG	51,51
João Nunes	00	JV	47,42	Carina Silva	00	JV	51,74
Rodrigo Borges	01	CAMG	64,51	Inês Santos	01	JV	52,80
				Clara Pinto	01	BA	54,65

(0,76) / 2.000 M OBSTÁCULOS / (0,76)

Rodolfo Silva	98	NDAP	6.19,08	Rute Ferreira	98	NDAP	7.37,65
Samuel Santos	99	JV	6.21,53	Bruna Costa	98	BA	8.11,17
Pedro Henrique	98	BA	6.49,24				
Filipe Gonçalves	99	BVB-L	7.01,32				
Anas Kalda	99	BA	7.02,02				
António Quaresma	99	JV	7.04,98				
Bruno Gomes	99	BA	7.28,51				
Nisio Henriques	99	LMA-L	7.37,68				
Raúl Santos	99	BVB-L	7.45,20				

ALTURA

Pedro Machado	98	JV	1,83	Beatriz Domingues	98	CAMG	1,61 pc
Bryan Rodrigues	98	ACV	1,80 pc	Sónia Machado	98	JV	1,60 pc
Tomás Marreiros	98	ACV	1,76 pc	Mariana Bento	98	CAMG	1,50 pc
Hugo Simões	98	JV	1,70	Bárbara Andrade	98	JV	1,50 pc
Carlos Marques	98	CAMG	1,68 pc	Iara Duque	00	JV	1,48
Rui Rainho	98	ACV	1,65 pc	Eduarda Ferreira	01	JV	1,48
Rui M. Marques	98	GAUB	1,64 pc	Carolina Esteves	99	CAMG	1,45
Pedro Jaulino	98	GAUB	1,63	Juliana Brites	00	JV	1,42
João Mota	98	ACV	1,60 pc	Daria Melnyk	00	JV	1,42
Filipe Gonçalves	99	BVB-L	1,59	Maiara Silva	98	BA	1,41
Mário Alexandre	99	AE-CA	1,59				

VARA

Rui M. Marques	98	GAUB	4,70	Maiara Silva	98	BA	3,00
Tomás Marreiros	98	ACV	4,36	Bárbara Mota	00	ACV	2,96
Pedro Machado	98	JV	3,50	Ana Conde	98	JV	2,70
Carlos Ribeiro	99	UDSG	3,40	Bárbara Andrade	98	JV	2,70 pc
Hugo Simões	98	JV	2,80	Mariana Neves	00	JV	2,40
Alexandre Henriques	99	BVB-L	2,50	Iara Duque	00	JV	2,10
Simão Lameiro	01	JV	2,50	Melissa Sotto Mayor	03	ACV	1,60 pc
Volodymyr Hrebynyuk	99	BA	2,40 pc				
Mário Alexandre	99	AE-CA	2,30				
Filipe Gonçalves	99	BVB-L	2,10				



Ranking 2015

COMPRIMENTO

Bryan Rodrigues	98	ACV	6,85	Suzana Cruz	98	CAMG	5,57
Hugo Brigido	98	GAC-L	6,28	Sónia Machado	98	JV	5,41
Rodrigo Agostinho	01	JV	6,26	Juliana Brites	00	JV	5,37
Rui M. Marques	98	GAUB	6,04	Joana Carlos	99	JV	5,12
Lucas Dias	99	ACV	6,02 pc	Eduarda Ferreira	01	JV	4,97
Pedro Machado	98	JV	5,90	Alina Humenyuk	00	JV	4,95
Erik Kostrytsya	99	JV	5,85	Bárbara Mota	00	ACV	4,93 pc
Tomás Marreiros	98	ACV	5,80	Carolina Esteves	99	CAMG	4,85 pc
Ricardo Ribeiro	99	CAMG	5,71	Bruna Santos	98	JV	4,80
André Pimenta	01	JV	5,70	M ^a Inês Teixeira	02	CAMG	4,74

Vento + 2 m /s

Bryan Rodrigues	98	ACV	6,98	Juliana Brites	00	JV	5,46
Hugo Brigido	98	GAC-L	6,47	Carolina Esteves	99	CAMG	4,99
Rui M. Marques	98	GAUB	6,16	Bruna Santos	98	JV	4,88
Erik Kostrytsya	99	JV	6,11	Maiara Silva	98	BA	4,78

Vento + 2 m /s

TRIPLO

Bryan Rodrigues	98	ACV	13,62	Juliana Brites	00	JV	11,45
Hugo Simões	98	JV	13,29	Eduarda Ferreira	01	JV	10,98
Rodrigo Agostinho	01	JV	12,16	Suzana Cruz	98	CAMG	10,74 pc
Rui M. Marques	98	GAUB	12,08 pc	Bárbara Andrade	98	JV	10,57 pc
André Pimenta	01	JV	11,86	M ^a João Esteves	01	CAMG	10,22
Rodrigo Ferreira	00	GAUB	11,67	Rute Mota	99	GAUB	10,06
Tomás Marreiros	98	ACV	11,30 pc	Beatriz Domingues	98	CAMG	10,06 pc
Rúben Antunes	99	JV	11,26 pc	Mariana Bento	98	CAMG	10,06 pc
Mário Alexandre	99	AE-CA	11,10	Tânia Rodrigues	01	AE-CA	9,50
Diogo Meneses	02	JV	10,72	Iara Duque	00	JV	8,70

Vento + 2 m /s

Rodrigo Ferreira	00	GAUB	11,97	Suzana Cruz	98	CAMG	11,26
Mário Alexandre	99	AE-CA	11,24				

Vento + 2 m /s

(5 Kg) / PESO / (3 Kg)

André Santos	98	JV	13,03	Micaela Sereno	00	JV	13,32
João Domingues	98	CPRAB	12,45	Sónia Machado	98	JV	13,04
Pedro Machado	98	JV	12,10	Inês Carreira	00	JV	11,85
Rúben Antunes	99	JV	11,82 pc	Maiara Silva	98	BA	11,17
Hugo Cordeiro	99	NDAP	11,08	Katy Soares	98	JV	10,90
Tiago Pires	98	JV	10,75	Mariana Bento	98	CAMG	10,59 pc
Hugo Ferreira	99	BA	10,69	Laura Monteiro	01	JV	10,29
José Costa	00	GACV	10,42	Bárbara Andrade	98	JV	9,64 pc
Rui M. Marques	98	GAUB	10,31 pc	Juliana Brites	00	JV	9,55
Alexandre Figueiredo	98	JV	10,03	Camila Carreira	02	JV	9,39

(1,5 Kg) / DISCO / (1 Kg)

Rúben Antunes	99	JV	35,76	Micaela Sereno	00	JV	41,27
André Santos	98	JV	34,04	Mariana Bento	98	CAMG	37,08
Pedro Machado	98	JV	31,70	Katy Soares	98	JV	31,18
João Domingues	98	CPRAB	30,01	Inês Carreira	00	JV	30,05
Alexandre Henriques	99	BVB-L	29,17	Patrícia Cravo	99	ACV	27,68
Hugo Cordeiro	99	NDAP	27,72	Laura Monteiro	01	JV	26,71
Bernardo Coelho	98	JV	25,86	Ana Fernandes	00	CAMG	18,00
Rafael Teixeira	98	JV	23,23	Ana Carolina Pereira	99	CAMG	17,12
Tomás Marreiros	98	ACV	20,83	Carolina Patricio	01	BVB-L	12,67
Mário Alexandre	99	AE-CA	19,72	Mariana Mota	99	GAUB	9,91



Ranking 2015

(700 g) / DARDO / (500 g)

Tiago Pires	98	JV	58,49	Mariana Bento	98	CAMG	40,65
Bernardo Coelho	98	JV	49,94	Inês Carreira	00	JV	35,27
Pedro Silvano	00	JV	42,33	Patrícia Cravo	99	ACV	30,53
Ricardo Bogalho	99	JV	40,51	Sara Ferreira	00	JV	30,53
Hugo Cordeiro	99	NDAP	34,07	Manuela Martins	98	ACV	29,59
Alexandre Henriques	99	BVB-L	32,84	Maiara Silva	98	BA	28,37
Pedro Machado	98	JV	32,44	Sonia Machado	98	JV	27,95
Alexandre Figueiredo	98	JV	32,39	Alina Humenyuk	00	JV	25,21
Bryan Rodrigues	98	ACV	31,43*	Ana Fernandes	00	CAMG	24,49
Ricardo Ribeiro	99	CAMG	30,32	Micaela Salgado	01	ACV	24,09

*Dardo 800gr.

(5 Kg) / MARTELO / (3 Kg)

Rúben Antunes	99	JV	61,45	Laura Monteiro	01	JV	43,23
Rafael Teixeira	98	JV	53,98	Micaela Sereno	00	JV	36,94
André Santos	98	JV	47,87	Janine Oliveira	99	CB Alc.	17,69
Tiago Pires	98	JV	28,66				
Bernardo Coelho	98	JV	21,33				

5.000 M / MARCHA / 5.000 M

Vasco Santos	98	CAMG	24.00,10	Rita Vazão	99	GDP-L	28.01,11
				Joana Pontes	00	GACV	29.22,56
				Tânia Pires	99	JV	29.41,77
				Cristiana Carvalho	00	GACV	33.19,07
				Marta Ferreira	99	GACV	36.28,99

OCTATLO / HEPTATLO

**100 m / Comp. / Peso 5 / 300 m / 110 B (0,91) /
Altura / Dardo 7 / 1.000 m**

Pedro Machado	98	JV	4552
Ricardo Ribeiro	99	CAMG	4060
Bernardo Coelho	98	JV	3562

**100 B (0,76) / Altura / Peso 3 / 200 m /
Comp. / Dardo 6 / 800 m**

Sónia Machado	98	JV	4547
Maiara Silva	98	BA	3305
Mariana Bento	98	CAMG	2991
Carolina Esteves	99	CAMG	2945
Beatriz Domingues	98	CAMG	2493
Catarina Santos	99	JV	2413

DECATLO

**100 m / Comp. / Peso 5 / Altura / 400 m /
110 B (0,91) / Disco 1,5/ Vara / Dardo 7 / 1.500 m**

Pedro Machado	98	JV	5300
Tomás Marreiros	98	ACV	4933
Filipe Gonçalves	98	BVB-L	3763
Alexandre Henriques	99	BVB-L	3453
Mário Alexandre	99	AE-CA	3231
Raúl Santos	99	BVB-L	3076
Rúben Santos	98	CB Alc.	749



4 x 100 M

Seleção ADAL Ricardo Ribeiro (98), João Leal (98) Bryan Rodrigues (98), Pedro Machado (98)	44,79	J. Vidigalense Mariana Castro (98), Bruna Santos (98), Alina Humenyuk (00), Joana Carlos (99)	50,15
J. Vidigalense Miguel Baptista (98), João Leal (98) Rodrigo Duarte (98), Hugo Simões (98)	44,91	Seleção ADAL Cláudia Freire (98), Sónia Machado (98) Bruna Santos (98), Suzana Cruz (98)	51,44
Seleção ADAL (Inic.) Tiago Martins (00), Gonçalo Soares (01) Rodrigo Ferreira (00), Rodrigo Agostinho (01)	46,99	Seleção ADAL Inic Carina Silva (01), Juliana Brites (00) Alina Humenyuk (00), Bárbara Mota (00)	52,27
AE- Cister Alcobaça Mário Alexandre (99), Rafael Freiras (00) Gonçalo Soares (01), Tiago Martins (00)	47,79	AC Vermoil Mariana Santos (98), Bárbara Mota (00) Cláudia Freire (98), Beatriz Duarte (98)	52,29
Bairro Anjos Otávio Miguel (01), Pedro Henrique (98) Bruno F. Gomes (99), Pedro Ferreira (00)	54,37	CAM Grande Ana Filipa Frias (00), M ^a João Esteves (01) Ana Fernandes (00), Inês Lopes (99)	54,97

ESTAFETA "MEDLEY"

J. Vidigalense Erilk Kostrystsya (99), Rodrigo Duarte (98) Miguel Baptista (98), João Leal (98)	2.02,67	J. Vidigalense Mariana Castro (98), Catarina Santos (99) Carina Silva (00), Ana Conde (98)	2.35,65
AE- Cister Alcobaça Guilherme Carolino (01), Gonçalo Soares (01) Tiago Martins (00), Rafael Freitas (00)	2.16,76		

RANKING DE JUNIORES

100 m

João Pinto	97	CAMG	10,84	Joana Carlos	99	JV	12,07
Rafael Vieira	97	JV	10,9	Sofia Gomes	97	ACV	12,68
Pedro Fernando	97	ACDRA	11,21	Bruna Santos	98	JV	12,92
Ricardo Ribeiro	99	CAMG	11,24	Cláudia Freire	98	ACV	12,98
Rafael Gonçalves	98	ACV	11,33	Bárbara Mota	00	ACV	13,05
Diogo Semedo	97	BA	11,34	Mariana Castro	98	JV	13,09
Miguel Lopes	97	JV	11,39	Beatriz Dinis	96	CAMG	13,31
Duarte Eusébio	97	JV	11,3	Alina Humenyuk	00	JV	13,38
Rodrigo Duarte	98	JV	11,56	Rute Mota	99	GAUB	13,48
Pedro Machado	98	JV	11,57	Inês Lopes	99	CAMG	13,50
Miguel Baptista	99	JV	11,57				

Vento + 2 m /s

João Pinto	97	CAMG	10,66
Ricardo Ribeiro	99	CAMG	11,01
Lucas Dias	99	ACV	11,27
Rodrigo Duarte	98	JV	11,28
João Silva	99	ACV	11,39
Erilk Kostrystsya	99	JV	11,42
Rodrigo Agostinho	01	JV	11,55

Vento + 2 m /s

Joana Carlos	99	JV	12,01
Sofia Gomes	97	ACV	12,35
Bruna Santos	98	JV	12,66
Mónica Mota	97	ACV	12,86
Cláudia Freire	98	ACV	12,89
Mariana Castro	98	JV	13,04
Beatriz Dinis	96	CAMG	13,21

200 M

João Pinto	97	CAMG	21,81	Joana Carlos	99	JV	25,26
João Ribeiro	97	UDSG	22,90 pc	Evelise Veiga	96	JV	25,46
Lucas Dias	99	ACV	22,98	Sofia Gomes	97	ACV	26,16
Rafael Gonçalves	98	ACV	22,99 pc	Sónia Machado	98	JV	26,49
Miguel Lopes	97	JV	23,20	Beatriz Dinis	96	CAMG	27,25 pc
Marcos Ramos	96	JV	23,1	Bruna Santos	98	JV	27,33
Pedro Fernando	97	ACDRA	23,41	Mónica Mota	97	ACV	27,55
Rodrigo Duarte	98	JV	23,62	Cláudia Freire	98	ACV	27,64
Erilk Kostrystsya	99	JV	23,75	Inês Lopes	99	CAMG	27,69
João Leal	98	JV	23,81 pc	Andreia Grácio	96	JV	27,69 pc

Vento + 2 m /s

João Pinto	97	CAMG	21,68
Pedro Fernando	97	ACDRA	23,03
Miguel Lopes	97	JV	23,06
Ricardo Ribeiro	99	CAMG	23,19
Bernardo Pereira	97	GAC-L	23,37
Erilk Kostrystsya	99	JV	23,63

Vento + 2 m /s

Bruna Santos	98	JV	26,84
--------------	----	----	--------------

400 M

Marcos Ramos	96	JV	49,63	Beatriz Duarte	98	ACV	63,12 pc
Bernardo Pereira	97	GAC-L	50,56	Esther Madueke	98	ACDRA	63,93 pc
João Leal	98	JV	50,94	Sofia Gomes	97	ACV	65,04
André Eleutério	97	UDSG	51,50 pc	Carolina Esteves	99	CAMG	65,96 pc
João Ribeiro	97	UDSG	52,50 pc	Jéssica Ferreira	96	CAMG	66,12 pc
Eduardo Valério	96	JV	53,07	Ana Conde	98	JV	66,84 pc
Tiago Vieira	96	UDSG	53,48 pc	Catarina Santos	99	JV	67,70 pc
Miguel Baptista	99	JV	53,93	Gabriele Carvalho	96	BA	68,03
Lucas Das	99	ACV	54,12 pc	Bárbara Coelho	97	CAMG	69,28 pc
Rui M. Marques	98	GAUB	54,30 pc	Mafalda Matias	98	BA	70,94



Ranking 2015

800 M

Tiago Vieira	96	UDSG	1.55,41	Cátia Ferreira	96	NDAP	2.18,81
Marcos Ramos	96	JV	1.57,37	Daria Melnyk	00	JV	2.20,57
André Eleutério	97	UDSG	1.58,93 pc	Rute Ferreira	98	NDAP	2.21,79
Samuel Santos	99	JV	1.59,55	Filipa Eutíquio	96	JV	2.22,05 pc
João Ferreira	99	NDAP	2.05,00	Esther Madueke	98	ACDRA	2.23,96 pc
Diogo Ramalho	98	UDSG	2.05,24	Mariana Cordeiro	96	CAMG	2.25,27
Rodolfo Silva	98	NDAP	2.05,35	Diana Santos	01	AE-CA	2.26,97
João Leal	98	JV	2.05,67	Anais da Silva	97	JV	2.27,98
Henrique Cachado	00	CAOB	2.07,55	Laura Ramos	02	CPRAB	2.30,05
Eduardo J. Oliveira	00	BA	2.09,03	Laura Santos	01	AE-CA	2.31,78

1.500 M

Edgar Alexandre	96	UDSG	4.14,43 pc	Anais da Silva	97	JV	4.39,49
Samuel Santos	99	JV	4.15,76	Joana Ferreira	97	ADRM	4.45,90
Rodolfo Silva	98	NDAP	4.17,55	Cátia Ferreira	96	NDAP	4.48,64
Ivo Madureira	96	CAOB	4.22,36	Esther Madueke	98	ACDRA	4.53,22 pc
João Ferreira	99	NDAP	4.23,12	Rute Ferreira	98	NDAP	4.55,23
Henrique Cachado	00	CAOB	4.24,79	Filipa Eutíquio	96	JV	4.55,59 pc
Pedro Henrique	98	BA	4.30,84	Mariana Cordeiro	96	CAMG	4.58,70
Anas Kalda	99	BA	4.31,42	Daria Melnyk	00	JV	5.03,63 pc
Francisco Gomes	97	BA	4.31,43	Joana Pontes	00	GACV	5.16,95
Bruno M. Gomes	99	NDAP	4.36,59	Bruna Costa	98	BA	5.22,02

3.000 M

Samuel Sntos	99	JV	9.16,71 pc	Joana Ferreira	97	ADRM	10.05,40 pc
André Simões	97	JV	9.33,81 pc	Anais da Silva	97	JV	10.08,39
Rodolfo Silva	98	NDAP	9.41,63	Filipa Eutiquio	96	JV	11.02,79 pc
Pedro Henrique	98	BA	9.58,80	Daniela Rodrigues	98	CAMG	11.41,97 pc
André Carmo	98	CAMG	10.11,75 pc	Eduarda Vidigueira	96	JV	11.43,60
Pedro Lopes	96	JV	10.15,54 pc	Joana Domingues	97	CAMG	11.52,35 pc
Carlos Alves	97	ACV	10.19,42 pc	Bruna Costa	98	BA	12.01,30
Filipe Gonçalves	99	BVB-L	10.34,31	Tânia Pires	99	JV	12.25,92
António Quaresma	99	JV	10.41,10	Vitória Sá	98	NDAP	13.11,35 pc
Alexandre Oliveira	98	JV	11.15,47	Mariana Mota	99	GAUB	17.42,20

5.000 M

João Nogueira	96	JV	18.22,58	Joana Domingues	97	CAMG	21.02,47
Alexandre Oliveira	98	JV	20.36,18				

110 M (1,00) / BARREIRAS / 100 M (0,84)

Duarte Eusébio	97	JV	15,51	Sónia Machado	98	JV	16,23
Eduardo Valério	96	JV	16,36	Andreia Grácio	96	JV	17,57
Pedro Machado	98	JV	17,47	Mariana Santos	99	ACV	18,59
		Vento + 2 m /s				Vento + 2 m /s	
João Silva	99	ACV	15,45	Mariana Santos	99	ACV	17,82
				Mariana Bento	98	CAMG	17,88
				Mariana Castro	98	JV	19,75
				Rute Mota	99	GAUB	20,48

(0,91) / 400 BARREIRAS / (0,76)

Tomás Marreiros	98	ACV	60,59	Carolina Esteves	99	CAMG	73,35
João Mota	98	ACV	67,53	Catarina Santos	99	JV	85,21
Diogo Pedro	97	BA	69,07	Beatriz Domingues	98	CAMG	90,59
Bernardo Coelho	98	JV	73,73				



Ranking 2015

(0,91) / 3.000 M OBSTÁCULOS / (0,76)

Ivo Madureira	96	CAOB	10.48,89	Filipa Eutiquio	96	JV	12.19,62
Carlos Alves	97	ACV	11.04,42	Joana Domingues	97	CAMG	13.27,55

ALTURA

Miguel Pinheiro	96	JV	1,84	Beatriz Domingues	98	CAMG	1,61 pc
Pedro Machado	98	JV	1,83	Sónia Machado	98	JV	1,60 pc
Eduardo Valério	96	JV	1,83	Camila Soares	97	JV	1,51 pc
Bryan Rodrigues	98	ACV	1,80 pc	Mariana Bento	98	CAMG	1,50 pc
Tomás Marreiros	98	ACV	1,76 pc	Bárbara Andrade	98	JV	1,50 pc
Hugo Simões	98	JV	1,70	Andreia Grácio	96	JV	1,49
Carlos Marques	98	CAMG	1,68 pc	Iara Duque	00	JV	1,48
Duarte Eusébio	97	JV	1,66 pc	Eduarda Ferreira	01	JV	1,48
Rui Rainho	98	ACV	1,65 pc	Sara Mota	97	JV	1,47 pc
Francisco Rodrigues	97	JV	1,65 pc	Carolina Esteves	99	CAMG	1,45
Nuno Carvalho	96	JV	1,65 pc	Sofia Gomes	97	ACV	1,45 pc

VARA

Rui M. Marques	98	GAUB	4,70	Andreia Grácio	96	JV	3,30
Tomás Marreiros	98	ACV	4,36	Sara Mota	97	JV	3,00
Duarte Eusébio	97	JV	4,35	Mónica Mota	97	ACV	3,00
Miguel Lopes	97	JV	4,20	Maiara Silva	98	BA	3,00
Francisco Rodrigues	97	JV	3,70	Bárbara Mota	00	ACV	2,96
Eduardo Valério	96	JV	3,70	Beatriz Moniz	97	JV	2,80
Pedro Machado	98	JV	3,50	Ana Conde	98	JV	2,70
Carlos Ribeiro	99	UDSG	3,40	Bárbara Andrade	98	JV	2,70 pc
Hugo Simões	98	JV	2,80	M ^a Isabel Santos	96	JV	2,50
Alexandre Henriques	99	BVB-L	2,50	Mariana Neves	00	JV	2,40
Simão Lameiro	01	JV	2,50				

COMPRIMENTO

Oleksandr Lyashchenko	97	CAMG	7,48	Evelise Veiga	96	JV	6,10 pc
Bryan Rodrigues	98	ACV	6,85	Suzana Cruz	98	CAMG	5,57
João Pinto	97	CAMG	6,67 pc	Sónia Machado	98	JV	5,41
Eduardo Valério	96	JV	6,36 pc	Juliana Brites	00	JV	5,37
Hugo Brigido	98	GAC-L	6,28	Andreia Grácio	96	JV	5,31
Rodrigo Agostinho	01	JV	6,26	Joana Carlos	99	JV	5,12
Ângelo Santos	96	CAMG	6,22 pc	Mónica Mota	97	ACV	5,12
Duarte Eusébio	97	JV	6,09 pc	Eduarda Ferreira	01	JV	4,97
Diogo Pedro	97	BA	6,08 pc	Alina Humenyuk	00	JV	4,95
Rui M. Marques	98	GAUB	6,04	Bárbara Mota	00	ACV	4,93 pc
		Vento + 2 m /s				Vento + 2 m /s	
Bryan Rodrigues	98	ACV	6,98	Evelise Veiga	96	JV	6,18
Hugo Brigido	98	GAC-L	6,47	Juliana Brites	00	JV	5,46
Rui M. Marques	98	GAUB	6,16	Carolina Esteves	99	CAMG	4,99
Erik Kostrytsya	99	JV	6,11				

TRIPLO

Oleksandr Lyashchenko	97	CAMG	15,08 pc	Evelise Veiga	96	JV	12,83
Ângelo Santos	96	CAMG	13,63	Juliana Brites	00	JV	11,45
Bryan Rodrigues	98	ACV	13,62	Eduarda Ferreira	01	JV	10,98
Hugo Simões	98	JV	13,29	Suzana Cruz	98	CAMG	10,74 pc
Francisco Rodrigues	97	JV	13,15 pc	Bárbara Andrade	98	JV	10,57 pc
Rodrigo Agostinho	01	JV	12,16	M ^a João Esteves	01	CAMG	10,22



Ranking 2015

Rui M. Marques	98	GAUB	12,08 pc	Rute Mota	99	GAUB	10,06
André Pimenta	01	JV	11,86	Beatriz Domingues	98	CAMG	10,06 pc
Rodrigo Ferreira	00	GAUB	11,67	Mariana Bento	98	CAMG	10,06 pc
Tomás Marreiros	98	ACV	11,30 pc	Tânia Rodrigues	01	AE-CA	9,50
Vento + 2 m /s				Vento + 2 m /s			
Oleksandr Lyashchenko	97	CAMG	15,35				

(6 Kg) / PESO / (4 kg)

Miguel Carreira	96	JV	15,01 pc	Ophelie de Oliveira	96	JV	12,89
João Ferreira	97	CAMG	13,26	Mariana Cerejo	97	JV	11,56 pc
Oleksandr Lyaschenko	97	CAMG	12,59 pc	Sónia Machado	98	JV	10,67
Valentyn Zavadsky	96	CAMG	11,69 pc	Rita Sebastião	96	JV	10,11 pc
Eduardo Valério	96	JV	10,99	Beatriz Dinis	96	CAMG	9,52 pc
Duarte Eusébio	97	JV	10,59	Andreia Grácio	96	JV	9,46
Rúben Antunes	99	JV	10,43 pc	Diana Pina	96	CAOB	9,45 pc
Pedro Machado	98	JV	10,18 pc	Maiara Silva	98	BA	9,17
Daniel Abreu	96	ACV	10,12	Mariana Bento	98	CAMG	8,87 pc
Hugo Cordeiro	99	NDAP	10,10	Tatiana Silva	97	JV	8,68 pc

(1,750 Kg) / DISCO / (1 Kg)

Miguel Carreira	96	JV	42,45	Ophelie de Oliveira	96	JV	45,34
João Ferreira	97	CAMG	39,03	Micaela Sereno	00	JV	41,27
Rúben Antunes	99	JV	30,45	Mariana Bento	98	CAMG	37,08
Pedro Machado	98	JV	30,30	Mariana Cerejo	97	JV	34,88
Tiago Pires	98	JV	30,24	Katy Soares	98	JV	31,18
Eduardo Valério	96	JV	29,93	Inês Carreira	00	JV	30,05
Daniel Abreu	96	ACV	27,98	Patrícia Cravo	99	ACV	27,68
Hugo Cordeiro	99	NDAP	26,68	Laura Monteiro	01	JV	26,71
Rafael Teixeira	98	JV	25,35	Tatiana Silva	97	JV	22,05
André Santos	98	JV	24,66	Ana Fernandes	00	CAMG	18,00

(800 g) / DARDO / (600 g)

Tiago Pires	98	JV	55,98	Mariana Bento	98	CAMG	36,59
Oleksandr Lyaschenko	97	CAMG	55,29	Rita Sebastião	96	JV	35,13
Nuno Carvalho	96	JV	51,74	Andreia Grácio	96	JV	29,68
Bernardo Coelho	98	JV	47,87	Patrícia Cravo	99	ACV	29,20
Eduardo Valério	96	JV	40,41	Sónia Machado	98	JV	26,24
Duarte Eusébio	97	JV	39,30	Manuela Martins	98	ACV	22,93
Francisco Rodrigues	97	JV	32,44	Katy Soares	98	JV	19,33
Hugo Cordeiro	99	NDAP	32,34	Teresa Sampaio	97	JV	18,24
Bryan Rodrigues	98	ACV	31,43	Tânia Pires	99	JV	15,05
Daniel Abreu	96	ACV	30,03	Jéssica Ferreira	96	CAMG	14,03

(6 Kg) / MARTELO / (4 Kg)

Miguel Carreira	96	JV	68,38	Daniela Paço	96	JV	55,57
João Ferreira	97	CAMG	58,61	Tatiana Silva	97	JV	34,68
Rúben Antunes	99	JV	55,56	Mariana Cerejo	97	JV	30,66
Rafael Teixeira	98	JV	48,98				
André Santos	98	JV	43,09				
Valentyn Zavadsky	96	CAMG	36,67				

10.000 M / MARCHA / 10.000 M



DECATLO / HEPTATLO

**100m /Comp. / Peso 6 /Altura /400m
110B (1.06) / Disco 1.75 / Vara /Dardo 8 / 1.500 m**

**100B 0.84 / Altura / Peso 4/ 200 m
Comp./ Dardo 6 / 800 m**

Eduardo Valério	96	JV	5890
Duarte Eusébio	97	JV	5603
Pedro Machado	98	JV	5235
Miguel Lopes	97	JV	3386

Sónia Machado	98	JV	4254
Andreia Grácio	96	JV	3229

4 x 100 M

Seleção ADAL (Juv.) 44,79
Ricardo Ribeiro (98), João Leal (98)
Bryan Rodrigues (98), Pedro Machado (98)

J. Vidigalense (Jun.) 48.80
Andreia Grácio (96), Evelise Veiga (96)
Bruna Santos (98), Joana Carlos (99)

J. Vidigalense (Juv.) 44,91
Miguel Baptista (98), João Leal (98)
Rodrigo Duarte (98), Hugo Simões (98)

AC Vermoil (Jun.) 51,02
Mariana Santos (99), Sofia Gomes (97)
Mónica Mota (97), Cláudia Freire (98)

J. Vidigalense (Jun.) 44,98
Eriik Kostrystsya (99), Miguel Lopes (97)
Miguel Baptista (99), Duarte Eusébio (97)

J. Vidigalense (Juv.) 51.27
Mariana Castro (98), Bruna Santos (98),
Alina Humenyuk (00), Joana Carlos (99)

Seleção ADAL (Inic.) 46,99
Tiago Martins (00), Gonçalo Soares (01)
Rodrigo Ferreira (00), Rodrigo Agostinho (01)

Seleção ADAL (Juv.) 51,44
Cláudia Freire (98), Sónia Machado (98)
Bruna Santos (98), Suzana Cruz (98)

AE- Cister Alcobaça (Juv.) 47,79
Mário Alexandre (99), Rafael Freiras (00)
Gonçalo Soares (01), Tiago Martins (00)

Seleção ADAL (Inic.) 52,27
Carina Silva (01), Juliana Brites (00)
Alina Humenyuk (00), Bárbara Mota (00)

4 x 4 00 M

J. Vidigalense 3.30,74
Miguel Baptista (99), Miguel Lopes (97)
Eriik Kostrystsya (99), João Leal (98)

AC Vermoil 4.27,32
Mariana Santos (99), Sofia Gomes (97)
Mónica Mota (97), Beatriz Duarte (98)

Bairro Anjos 3.54,10
Diogo Semedo (97), Pedro Valério (97)
Hugo Ferreira (99), Francisco Gomes (97)

CAM Grande 4.28,43
Inês Lopes (99), Bárbara Coelho (97)
Joana Domingues (97), Mariana Cordeiro (96)

J. Vidigalense 4.54,53
Catarina Santos (99), Andreia Grácio (96)
Beatriz Moniz (97), Sara Mota (97)

RANKING SENIORES**100 M**

Pedro Bernardo	89	JV	10,75	Joana Carlos	99	JV	12,07
Claudino Tavares	92	JV	10,81	Sofia Gomes	97	ACV	12,68
João Pinto	97	CAMG	10,84	Daniela Ferreira	89	JV	12,88
Wilson Martins	88	JV	10,7	Bruna Santos	98	JV	12,92
Dyllan Pedro	95	JV	11,08	Cláudia Freire	98	ACV	12,98
Rafael Vieira	97	JV	10,9	Bárbara Mota	00	ACV	13,05
Alexandre Carneira	94	ACDRA	10,9	Mariana Castro	98	JV	13,09
Marco Rodrigues	95	JV	11,19	Beatriz Dinis	96	CAMG	13,31
Pedro Fernando	97	ACDRA	11,21	Alina Humenyuk	00	JV	13,38
Ricardo Ribeiro	99	CAMG	11,24	Rute Mota	99	GAUB	13,48

Vento + 2 m /s

Pedro Bernardo	89	JV	10,63
João Pinto	97	CAMG	10,66
Dyllan Pedro	95	JV	10,80
Ricardo Ribeiro	99	CAMG	11,01
Marco Rodrigues	95	JV	11,03
Rafael Correia	93	ACDRA	11,15

Vento + 2 m /s

Joana Carlos	99	JV	12,01
Sofia Gomes	97	ACV	12,35
Bruna Santos	98	JV	12,66
Mónica Mota	97	ACV	12,86
Cláudia Freire	98	ACV	12,89
Mariana Castro	98	JV	13,04
Beatriz Dinis	96	CAMG	13,21

200 M

João Pinto	97	CAMG	21,81	Jéssica Viegas	94	JV	25,06
Pedro Bernardo	89	JV	22,02	Joana Carlos	99	JV	25,26
Dyllan Pedro	95	JV	22,27	Evelise Veiga	96	JV	25,46
Bruno Gualberto	88	JV	22,33 pc	Leslie Delgado	89	JV	25,61
Wilson Martins	88	JV	22,55	Sofia Gomes	97	ACV	26,16
João Ribeiro	97	UDSG	22,90 pc	Sónia Machado	98	JV	26,49
Lucas Dias	99	ACV	22,98	Daniela Ferreira	89	JV	26,63
Rafael Gonçalves	98	ACV	22,99 pc	Beatriz Dinis	96	CAMG	27,25 pc
Alexandre Carneira	94	ACDRA	23,12	Bruna Santos	98	JV	27,33
Miguel Lopes	97	JV	23,20	Mónica Mota	97	ACV	27,55

Vento + 2 m /s

João Pinto	97	CAMG	21,68
Cláudio Tavares	92	JV	21,73
Dyllan Pedro	95	JV	22,08
Pedro Fernando	97	ACDRA	23,03
Miguel Lopes	97	JV	23,06
Ricardo Ribeiro	99	CAMG	23,19

Vento + 2 m /s

Jéssica Viegas	94	JV	24,90
Bruna Silva	94	JV	26,63
Bruna Santos	98	JV	26,84

400 M

Tiago Freire	94	JV	49,05	Leslie Delgado	89	JV	57,06
Dyllan Pedro	95	JV	49,54	Jéssica Viegas	94	JV	58,68
Marcos Ramos	96	JV	49,63	Bruna Silva	94	JV	60,79
Bruno Gualberto	88	JV	50,44	Ana Beatriz Fernandes	95	ACDRA	61,39 pc
Bernardo Pereira	97	GAC-L	50,56	Beatriz Duarte	98	ACV	63,12 pc
João Leal	98	JV	50,94	Ana Queirós Alves	94	ADRM	63,62 pc
André Eleutério	97	UDSG	51,50 pc	Esther Madueke	98	ACDRA	63,93 pc
Wilson Conniott	93	ACV	51,92	Sofia Gomes	97	ACV	65,04
João Ribeiro	97	UDSG	52,50 pc	Carolina Esteves	99	CAMG	65,96 pc
Carlos Madeira	94	JV	52,80	Jéssica Ferreira	96	CAMG	66,12 pc

800 M

Tiago Freire	94	JV	1.51,47	Micaela Lopes	92	JV	2.09,68 pc
Mário Mendes	88	JV	1.52,81 pc	Ana B. Fernandes	95	ACDRA	2.12,94



Ranking 2015

Wilson Conniott	93	ACV	1.53,51	Ana Queiróz Alves	94	ADRM	2.13,29
Tiago Vieira	96	UDSG	1.55,41	Cátia Ferreira	96	NDAP	2.18,81
Marcos Ramos	96	JV	1.57,37	Daria Melnyk	00	JV	2.20,57
André Eleutério	97	UDSG	1.58,93 pc	Rute Ferreira	98	NDAP	2.21,79
Samuel Santos	99	JV	1.59,55	Filipa Eutíquio	96	JV	2.22,05 pc
Licínio Silva	92	GAUB	2.04,74 pc	Esther Madueke	98	ACDRA	2.23,96 pc
Fábio Gomes	94	GAUB	2.04,99 pc	Mariana Cordeiro	96	CAMG	2.25,27
João Ferreira	99	NDAP	2.05,00	Diana Santos	01	AE-CA	2.26,97

1.500 M

Rúben Silva	93	JV	3.50,56 pc	Micaela Lopes	92	JV	4.28,10
Hugo Correia	91	JV	3.54,5	Ana Queiróz Alves	94	ADRM	4.37,09
Wilson Conniott	93	ACV	3.59,18 pc	Anais da Silva	97	JV	4.39,49
Mário Mendes	88	JV	4.02,27 pc	Jéssica Matos	94	JV	4.43,78 pc
Tiago Freire	94	JV	4.04,87 pc	Ana B. Fernandes	95	ACDRA	4.44,58
Edgar Alexandre	96	UDSG	4.14,43 pc	Joana Ferreira	97	ADRM	4.45,90
Samuel Santos	99	JV	4.15,76	Cátia Ferreira	96	NDAP	4.48,64
Rodolfo Silva	98	NDAP	4.17,55	Esther Madueke	98	ACDRA	4.53,22 pc
Licínio Silva	92	GAUB	4.18,36	Rute Ferreira	98	NDAP	4.55,23
Nataniel Lopes	81	JV	4.20,25 pc	Filipa Eutíquio	96	JV	4.55,59 pc

3.000 M

Hugo Correia	91	JV	8.10,89	Micaela Lopes	92	JV	9.45,30
Rúben Silva	93	JV	8.30,14 pc	Emília Kumos	86	JV	9.49,67 pc
Nataniel Lopes	81	JV	9.09,09 pc	Joana Ferreira	97	ADRM	10.05,40 pc
Bruno Gaspar	82	ACV	9.09,78 pc	Anais da Silva	97	JV	10.08,39
Samuel Sntos	99	JV	9.16,71 pc	Jéssica Matos	94	JV	10.13,01 pc
André Simões	97	JV	9.33,81 pc	Patricia Rosado	88	ACDRA	10.54,86 pc
Rodolfo Silva	98	NDAP	9.41,63	Filipa Eutiquio	96	JV	11.02,79 pc
Pedro Henrique	98	BA	9.58,80	Daniela Rodrigues	98	CAMG	11.41,97 pc
Pedro Lopes	96	JV	10.15,54 pc	Eduarda Vidigueira	96	JV	11.43,60
Carlos Alves	97	ACV	10.19,42 pc	Joana Domingues	97	CAMG	11.52,35 pc

5.000 M

Hugo Correia	91	JV	14.18,66	Emília Kumos	86	JV	17.16,11
Tiago Marques	83	JV	15.59,65	Patricia Rosado	88	ACDRA	18.38,09
Eduardo Ramalho	94	ACDRA	16.03,36	Joana Jacinto	90	BA	20.17,12
Bruno Gaspar	82	ACV	16.13,63	Deolinda Costa	74	ACV	20.33,54
Nataniel Lopes	81	JV	16.15,13	Joana Domingues	97	CAMG	21.02,47
Miguel Ângelo	71	ACV	16.43,76	Liliana Neves	81	NDAP	21.52,93
Eamnuel Cardoso	90	CAMG	17.12,55				
Licínio Pereira	56	IDV	17.27,15				
João Nogueira	96	JV	18.22,58				
Cristovão Jorge	79	CAMG	18.29,90				

10.000 M

Nataniel Lopes	81	JV	33.35,55
Bruno Gaspar	82	ACV	33.37,88
Eduardo Ramalho	94	ACDRA	33.42,84
Ricardo Henriques	84	CRA-L	34.24,84
Jorge Marcelino	73	IDV	35.21,34
Pedro Capela	80	GAUB	35.39,89
Lícinio Pereira	56	IDV	35.45,33
José Raimundo	62	CRA-L	36.18,00
Paulo Simão	69	CRA-L	36.21,44



Ranking 2015

Otelo Pereira 75 GAUB **37.45,27**

MARATONA

Jorge Aires	74	CAB-L	2:36,58	Patícia Carreira	91	Offtel	2:55,20
Miguel Ângelo	71	ACV	2:41,21	Adriana Ascenso	77	CAB-L	4:19,16
Nuno Dias	78	CAB-L	2:44,37				
Ricardo Oliveira	75	CRA-L	2:46,08				
Mário Henriques	69	ACV	2:46,08				
Sérgio Tomás	77	CAB-L	2:59,58				
Germano Capela	67	CAB-L	2:51,32				
Paulo Cruz	79	CAB-L	3:08,56				
Cristiano Casalinho	83	CAB-L	3:51,30				

110 M (1,06) / BARREIRAS / 100 M (0,84)

Rafael Correia	93	ACDRA	14,84	Larissa Vieira	95	JV	14,58
Ricardo Mendes	94	JV	15,59	Daniela Ferreira	89	JV	15,37
Duarte Eusébio	97	JV	16,15	Sónia Machado	98	JV	16,23
João Silva	99	ACV	16,70	Bruna Silva	94	JV	17,13
Eduardo Valério	96	JV	16,87	Andreia Grácio	96	JV	17,57
Tiago Gamelas	90	JV	17,4	Diana Morgado	89	CAMG	17,62
Diogo Correia	89	JV	21,34	Mariana Santos	99	ACV	18,59
				Andreia Pinto	93	CAMG	19,25

Vento + 2 m /s

Rafael Correia	93	ACDRA	14,78	Larissa Vieira	95	JV	14,45
				Mariana Santos	99	ACV	17,82
				Mariana Bento	98	CAMG	17,88
				Mariana Castro	98	JV	19,75
				Rute Mota	99	GAUB	20,48

Vento + 2 m /s

(0,91) / 400 M BARREIRAS / (0,76)

Bruno Gualberto	88	JV	55,48	Leslie Delgado	89	JV	60,39
Alexandre Sousa	87	CAMG	58,55	Bruna Silva	94	JV	66,05
Tomás Marreiros	98	ACV	60,59	Carolina Esteves	99	CAMG	73,35
Carlos Madeira	94	JV	66,43	Catarina Santos	99	JV	85,21
João Mota	98	ACV	67,53	Beatriz Domingues	98	CAMG	90,59
Fábio Gomes	94	GAUB	67,98				
Diogo Pedro	97	BA	69,07				
Bernardo Coelho	98	JV	73,73				

(0,91) / 3.000 M OBSTÁCULOS / (0,76)

Rúben Silva	93	JV	9.01,70	Jéssica Matos	94	JV	10.49,57
Nataniel Lopes	81	JV	9.46,60	Filipa Eutiquio	96	JV	12.19,62
Ivo Madureira	96	CAOB	10.48,89	Joana Domingues	97	CAMG	13.27,55
Carlos Alves	97	ACV	11.04,42				
Micael Rodrigues	93	NDAP	12.40,84				

ALTURA

Ricardo Mendes	94	JV	2,03 pc	Liliana Viana	85	JV	1,74
Alexandre Lucas	95	CAMG	1,92	Beatriz Domingues	98	CAMG	1,61 pc
Miguel Pinheiro	96	JV	1,84	Sónia Machado	98	JV	1,60 pc
Pedro Machado	98	JV	1,83	Daniela Ferreira	89	JV	1,52
Eduardo Valério	96	JV	1,83	Camila Soares	97	JV	1,51 pc
Bryan Rodrigues	98	ACV	1,80 pc	Mariana Bento	98	CAMG	1,50 pc
Bruno Pereira	81	CAMG	1,80 pc	Bárbara Andrade	98	JV	1,50 pc
Tomás Marreiros	98	ACV	1,76 pc	Andreia Grácio	96	JV	1,49
Kevin Santos	93	ACV	1,75 pc	Iara Duque	00	JV	1,48
Hugo Simões	98	JV	1,70	Eduarda Ferreira	01	JV	1,48



Ranking 2015

VARA

Pedro M. Soares	93	CAMG	4,80 pc	Lidia Alberto	93	JV	3,60
Rui M. Marques	98	GAUB	4,70	Andreia Grácio	96	JV	3,30
Tomás Marreiros	98	ACV	4,36	Ana Patricia Silva	93	CAMG	3,20 pc
Duarte Eusébio	97	JV	4,35	Sara Mota	97	JV	3,00
Miguel Lopes	97	JV	4,20	Mónica Mota	97	ACV	3,00
Francisco Rodrigues	97	JV	3,70	Maiara Silva	98	BA	3,00
Eduardo Valério	96	JV	3,70	Bárbara Mota	00	ACV	2,96
George Silva	76	JV	3,70	Beatriz Moniz	97	JV	2,80*
Pedro Machado	98	JV	3,50	Bárbara Andrade	98	JV	2,70 pc
Carlos Ribeiro	99	UDSG	3,40	Ana Conde	98	JV	2,70*
Ivo Morais	86	ACRDR	3,40				

*prova rua

COMPRIMENTO

Oleksandr Lyashchenko	97	CAMG	7,48	Evelise Veiga	96	JV	6,10 pc
Miguel Marques	95	JV	7,36 pc	Suzana Cruz	98	CAMG	5,57
Dyllan Pedro	95	JV	6,90	Sónia Machado	98	JV	5,41
Bryan Rodrigues	98	ACV	6,85	Yolanda Xavier	94	JV	5,38
Kevin Santos	93	ACV	6,74 pc	Juliana Brites	00	JV	5,37
João Alexandre	90	JV	6,74	Andreia Grácio	96	JV	5,31
João Pinto	97	CAMG	6,67 pc	Lidia Alberto	93	JV	5,30
Ricardo Mendes	94	JV	6,62 pc	Daniela Ferreira	89	JV	5,29
Eduardo Valério	96	JV	6,36 pc	Joana Carlos	99	JV	5,12
Hugo Brigido	98	GAC-L	6,28	Mónica Mota	97	ACV	5,12

Vento + 2 m /s

Alexandre Cardeira	94	ACDRA	6,42	Evelise Veiga	96	JV	6,18
				Juliana Brites	00	JV	5,46

Vento + 2 m /s

TRIPLO

João Alexandre	90	JV	15,43	Evelise Veiga	96	JV	12,83
Ricardo Mendes	94	JV	15,13	Yolanda Xavier	94	JV	12,25
Oleksandr Lyashchenko	97	CAMG	15,08 pc	Juliana Brites	00	JV	11,45
Ângelo Santos	96	CAMG	13,63	Larissa Vieira	95	JV	11,34
Bryan Rodrigues	98	ACV	13,62	Eduarda Ferreira	01	JV	10,98
Hugo Simões	98	JV	13,29	Ana Patricia Silva	93	CAMG	10,75 pc
Francisco Rodrigues	97	JV	13,15	Suzana Cruz	98	CAMG	10,74 pc
Wilson Martins	88	JV	13,13	Bárbara Andrade	98	JV	10,57 pc
Rodrigo Agostinho	01	JV	12,16	Andreia Pinto	93	CAMG	10,55
Rui M. Marques	98	GAUB	12,08 pc	Mª João Esteves	01	CAMG	10,22

Vento + 2 m /s

Oleksandr Lyashchenko	97	CAMG	15,35	Larissa Vieira	95	JV	11,74
-----------------------	----	------	--------------	----------------	----	----	--------------

Vento + 2 m /s

(7,260 Kg) / PESO / (4 Kg)

Adriano Lopes	91	JV	15,28 pc	Ophelie de Oliveira	96	JV	12,89
Tiago Pereira	91	ACV	14,59	Francislaine Serra	94	JV	12,75 pc
Miguel Carreira	96	JV	13,10	Juliana Pereira	95	JV	11,76 pc
João Ferreira	97	CAMG	12,33	Cristiana Oliveira	84	CAMG	11,60
Daniel Dias	92	JV	11,06	Mariana Cerejo	97	JV	11,56 pc
Steve Patricio	88	JV	10,46 pc	Sónia Machado	98	JV	10,67
Bernardo Brasil	95	JV	10,37	Rita Sebastião	96	JV	10,11 pc
Tiago Gamelas	90	JV	10,36	Beatriz Dinis	96	CAMG	9,52 pc
Oleksandr Lyaschenko	97	CAMG	10,34 pc	Andreia Grácio	96	JV	9,46
Diogo Correia	89	JV	10,12	Diana Pina	96	CAOB	9,45 pc
João Pereira	93	CAMG	9,77				
Luís Fernandes	88	JV	9,77				



Ranking 2015

(2 Kg) / DISCO / (1 Kg)

Adriano Lopes	91	JV	43,04	Juliana Pereira	95	JV	48,99
Luís Fernandes	88	JV	42,33	Ophelie de Oliveira	96	JV	45,34
Daniel Dias	92	JV	40,31	Micaela Sereno	00	JV	41,27
João Ferreira	97	CAMG	35,87	Mariana Bento	98	CAMG	37,08
Tiago Pereira	91	ACV	34,09	Mariana Cerejo	97	JV	34,88
André Simões	93	BVB-L	30,65	Katy Soares	98	JV	31,18
Tiago Gamelas	90	JV	29,21	Inês Carreira	00	JV	30,05
Diogo Correia	89	JV	28,30	Patrícia Cravo	99	ACV	27,68
Diogo Costa	91	BVB-L	27,70	Laura Monteiro	01	JV	26,71
Bernardo Brasil	95	JV	27,66	Tatiana Silva	97	JV	22,05

(800 g) / DARDO / (600 g)

Tiago Pires	98	JV	55,98	Mariana Bento	98	CAMG	36,59
Oleksandr Lyaschenko	97	CAMG	55,29	Rita Sebastião	96	JV	35,13
Miguel Lavrador	95	JV	53,90	Andreia Grácio	96	JV	29,68
Kevin Pedro	93	JV	52,09	Patrícia Cravo	99	ACV	29,20
Marcos Ferreira	88	JV	52,04	Liliana Vieira	85	JV	28,96
Nuno Carvalho	96	JV	51,74	Juliana Pereira	95	JV	28,11
Tiago Gamelas	90	JV	49,15	Sónia Machado	98	JV	26,24
Bernardo Coelho	98	JV	47,87	Daniela Ferreira	89	JV	24,40
Diogo Correia	89	JV	45,89	Bruna Silva	94	JV	24,36
Miguel Lucas	71	CAMG	44,89	Manuela Martins	98	ACV	22,93

(7,260 Kg) / MARTELO / (4 Kg)

Miguel Carreira	96	JV	59,68	Daniela Paço	96	JV	55,57
Michael Fonseca	93	JV	54,79	Mafuta Maketa	89	JV	47,85
João Ferreira	97	CAMG	48,39	Mª Inês Domingos	95	CAMG	46,99
Tiago Pereira	91	ACV	42,93	Tatiana Silva	97	JV	34,68
Firuz Akilov	94	JV	41,46	Mariana Cerejo	97	JV	30,66
Luís Fernandes	88	JV	39,03				
Bernardo Brasil	95	JV	36,23				
Nuno Martins	71	CB Alc.	26,78				

10.000 M / MARCHA / 10.000 M

Daniela Cardoso	91	LMA-L	47.47,04
Vitória Oliveira	92	JV	47.51,55
Vera Portela	95	NDAP	55.43,58
Tânia Alves	91	JV	1:11.01,66

5.000 M / MARCHA / 5.000 M

Pedro Miguel Santos	92	JV	22.13,21	Daniela Cardoso	91	LMA-L	22.56,48
Cristiano António	88	ACV	23.34,23	Vitória Oliveira	92	JV	23.54,86
Vasco Santos	98	CAMG	24.00,10 pc	Vera Portela	95	NDAP	26.34,24
André Salgueiro	95	GDP-L	26.20,40				
Rui Duarte	83	ACV	28.31,48 pc				
Carlos Carmino	57	LMA-L	29.07,79				
Diogo Oliveira	90	ACV	40.08,00				

DECATLO / HEPTATLO

**100m / Comp/ Peso7/Altura / 400m /110B (1,06)
/Disco2 /Vara /Dardo8 /1500m**

Eduardo Valério	96	JV	5558
Tiago Gamelas	90	JV	5074
Diogo Correia	89	JV	3802

100B / Altura/ Peso 4/ 200m / Comp./ Dardo 6/ 800m

Sónia Machado	98	JV	4254
Daniela Ferreira	89	JV	3992
Bruna Silva	94	JV	3643
Andreia Grácio	96	JV	3229



4 x 100 M

J. Vidigalense (Sen.) 41,97 Cláudio Tavares (92), Wilson Martins (88) Dyllan Pedro (95), Bruno Gualberto (88)	J. Vidigalense (Jun.) 48,80 Andreia Grácio (96), Evelise Veiga (96) Bruna Santos (98), Joana Carlos (99)
Seleção ADAL (Sub-23) 44,07 Diogo Semedo (97), Alexandre Cardeira (94) Eduardo Valério (96), Pedro Fernando (97)	J. Vidigalense (Juv.) 48,90 Bruna Santos (98), Evelise Veiga (96), Daniela Ferreira (89), Jéssica Viegas (94)
CAM Grande (Sub-23) 44,16 João Pereira (93), João Pinto (97) Ângelo Santos (96), Ricardo Ribeiro (99)	J. Vidigalense (Sub-23) 49,45 Andreia Grácio (96), Larissa Vieira (95) Bruna Silva (94), Jéssica Viegas (94)
Seleção ADAL (Juv.) 44,79 Ricardo Ribeiro (98), João Leal (98) Bryan Rodrigues (98), Pedro Machado (98)	AC Vermoil (Jun.) 51,02 Mariana Santos (99), Sofia Gomes (97) Mónica Mota (97), Cláudia Freire (98)
J. Vidigalense (Juv.) 44,91 Miguel Baptista (98), João Leal (98) Rodrigo Duarte (98), Hugo Simões (98)	J. Vidigalense (Juv.) 51,27 Mariana Castro (98), Bruna Santos (98), Alina Humenyuk (00), Joana Carlos (99)

4 x 400 M

J. Vidigalense (Sen.) 3.19,77 João Leal (98), Tiago Freire (94), Bruno Gualberto (88), Dyllan Pedro (95)	J. Vidigalense (Sen.) 3.56,31 pc Jéssica Viegas (94), Leslie Delgado (89) Evelise Veiga (96), Micaela Lopes (92)
J. Vidigalense (Sub-23) 3.26,47 Eduardo Valério (96), Bruno Coelho (93), Tiago Freire (94), Dyllan Pedro (95)	J. Vidigalense (Sub-23) 4.22,06 M ^a Isabel Santos (96), Bruna Silva (94) Jéssica Matos (94), Evelise Veiga (96)
J. Vidigalense (Jun.) 3.30,74 Miguel Baptista (99), Miguel Lopes (97) Eriik Kostrystsya (99), João Leal (98)	AC Vermoil (Jun.) 4.27,32 Mariana Santos (99), Sofia Gomes (97) Mónica Mota (97), Beatriz Duarte (98)
AC Vermoil (Sen.) 3.36,58 João Rebelo (95), Bryan Rodrigues (98) Nelson Ferreira (79), Wilson Conniott (93)	CAM Grande (Jun.) 4.28,43 Inês Lopes (99), Bárbara Coelho (97) Joana Domingues (97), Mariana Cordeiro (96)
CAM Grande (Sen.) 3.38,98 João Pereira (93), Ricardo Ribeiro (99) Nelson Pereira (96), Alexandre Sousa (97)	AC Vermoil (Sen.) 4.45,78 pc Manuela Martins (98), Inês Lopes (95) Deonilde Costa (74), Sofia Gomes (97)

1.000 M

Wilson Conniott 93 ACV 2.35,33	Cátia Ferreira 96 NDAP 3.08,19
Samuel Santos 99 JV 2.37,99	Laura Ramos 00 CPRAB 3.12,26
João Leal 98 JV 2.41,57	Mariana Cordeiro 96 CAMG 3.13,01
Rodolfo Silva 98 NDAP 2.41,94	Daria Melnik 00 JV 3.13,40
João Ferreira 99 NDAP 2.45,65	Rute Ferreira 98 NDAP 3.14,20
Henrique Cachado 00 CAO B 2.47,32	Diana Santos 01 AE-CA 3.18,95
Miguel Baptista 99 JV 2.50,14	Bruna Costa 98 BA 3.22,21
Bruno F. Gomes 99 BA 2.51,42	Clara Pinto 01 BA 3.23,83
Rodrigo Ferreira 00 GAUB 2.51,87	Daniela Rodrigues 98 CAMG 3.24,76
Fábio Gomes 94 GAUB 2.52,18	Bruna Silva 94 JV 3.24,92



RECORDES

DISTRITAIS

AR LIVRE

RECORDES DE INFANTIS MASCULINOS – AR LIVRE

60 M	Rafael Gonçalves	98	AC Vermoil	7.64	EM Leiria	14-05-2011
150 m	Fábio Dias	97	AC Vermoil	18.50	EM Leiria	29-05-2010
600 M	João Leal	98	J.Vidigalense	1.35,77pc	EC Pombal	10-12-2011
1.000 M	Casimiro Gomes	77	B. Anjos	2.50,1	Açoteias	11-03-1990
60 M Bar (0,76)	Fábio Dias	97	AC Vermoil	8.95 pc	EC Pombal	11-12-2010
Altura	Alexandre Figueiredo	98	J.Vidigalense	1.76	EM Leiria	25-06-2011
Vara	Miguel Pinheiro	96	AC Vermoil	2.40 pc	EC Pombal	05-12-2009
Comprimento	Eduardo Valério	96	J.Vidigalense	5.86 pc	EC Pombal	26-12-2009
Quadruplo	Rodrigo Gameiro	00	J.Vidigalense	13.66	EM Leiria	15-06-2013
Peso (3 Kg)	Oleksandr Lyashchenko	97	CAM Grande	14.55	EC Pombal	18-12-2010
Dardo (500 g)	Fábio Moreira	99	J.Vidigalense	34.85	CNL Leiria	04-07-2012
Disco (750 g)	André Santos	98	J.Vidigalense	41.33	CNL Leiria	17-12-2011
Martelo (3 Kg)	Carlos Oliveira	93	J.Vidigalense	38.62	CD Caldas	07-06-2006
3.000 M Marcha	Marcelo Gomes	97	GD Pedreiras	15.16.96	EM Leiria	29-05-2010
4 x 60 M	Seleção (1)			30.01	EM Leiria	01-05-2009
	J. Vidigalense (2)			31.16	E.Luso	11-04-2009
Pentatlo	Fábio Dias	97	AC Vermoil	2706 pts	E.Luso	10-11/04/2010
	60 M / Comp. / 60 B (0,76) / Peso 3 / 1000					
	7.78 / 5.00 / 9.39 / 10.38 / 3.14.47					
	625 / 382 / 662 / 508 / 529					

(1) Miguel Carreira (96), Eduardo Valério (96), Fábio Dias (97), Ricardo Bárbara (96)

(2) Miguel Carreira (96), Tiago Vieira (96), Eduardo Valério (96), Ricardo Bárbara (96)

PROVAS QUE NÃO CONSTAM NO PROGRAMA OFICIAL

2.000 M Marcha	Gonçalo Fonseca	79	B. Anjos	10.01.4	EM Leiria	11-04-1992
Arremesso Bola	José Fragona	92	J.Vidigalense	58.62	CD Caldas	11-06-2005
Tetratlo	Casimiro Gomes	77	B. Anjos	1957 pts	EN	30/06-01/07/90
	60 m / Comp. / Peso3 / 1000					
Tetratlo	Bernardo Lopes	93	J.Vidigalense	1935 pts	EMMG	15-16/07/2006
	60B 076 / Altura / Peso3 / 1000					



RECORDES DE INFANTIS FEMININOS – AR LIVRE

F E M I N I N O S

60 M		Sarah Dias	95	J.Vidigalense	8.12 pc	EC Pombal	06-12-2008
150 M	man	Sarah Dias	95	J.Vidigalense	19.3	P. Óbidos	31-05-2008
	elect	Joana Carlos	99	J.Vidigalense	19.62	EM Leiria	02-06-2012
600 M		Laura Ramos	02	CPR Barbas	1.44,16	EM Pomba	10-06-2015
1.000 M		Joana Ferreira	97	J.Vidigalense	3.10.21	Fontelo	24-04-2010
60 M (0,76)Bar		Sarah Dias	95	J.Vidigalense	10.02 pc	EC Pombal	30-12-2007
Altura		Beatriz Alves	96	J.Vidigalense	1.48	EM Leiria	10-05-2009
Vara		Mariana Neves	00	J.Vidigalense	2.30 pc	EC Pombal	24-02-2013
		Bárbara Mota	00	AC Vermoil	2.30	EM Pombal	30-06-2013
Comprimento		Catarina Rafael	77	B. Anjos	4.96	EN	01-07-1990
Quadruplo		Juliana Brites	01	J.Vidigalense	12.97 pc	EC Pombal	09-03-2013
Peso (2 Kg)		Cristiana Oliveira	84	CAM Grande	13.32	EMMG	15-03-1997
Dardo (400 g)		Sarah Dias	95	J.Vidigalense	26.98	CNL Leiria	27-07-2008
Disco (750 g)		Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	39.07	P Lovelhe	28-07-2004
Martelo (2 Kg)		Laura Monteiro	01	J.Vidigalense	41.00	CNL Leiria	16-07-2014
3.000 M Marcha		Tatiana Rodrigues	97	CAM Grande	17.37,00	E.Luso	02-05-2009
4 x 60 M		J. Vidigalense (1)			32.31	EM Leiria	02-06-2012
Pentatlo		Sarah Dias	95	J.Vidigalense	2849 pts	EULx	03-04/05/2008

60 M / Peso2 / 60B 076 / Comp. / 1.000 m

8.42 / 9.81 / 10.52 / 4.71 / 3.47.31

849 / 517 / 618 / 482 / 383

(1) Catarina Santos (99), Mariana Neves (00), Mariana Sousa (99), Joana Carlos (99)

PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA OFICIAL

1.000 M Marcha	Márcia Sampaio	79	B. Anjos	5.13.83	Fontelo	25-04-1992
2.000 M Marcha	Tânia Pires	99	J.Vidigalense	10.59,2 pc	EC Pombal	08-12-2012
Arremesso Bola	Jessica Joaquim	92	B. Anjos	48.87	CD Caldas	10-06-2005
Tetratlo	Catarina Rafael	77	B. Anjos	2131 pts	EN	30/06-01/07/90

60 m / Peso2 / Comp. / 1000



Ranking 2015

Tetratlo

Ana Vasconcelos 92 ACDRA 2006 pts P.Óbidos 23-24/04/2005
 60B 076 / Peso2 / Altura / 1000
 10.32 / 8.21 / 1.44 / 3.53.03
 653 / 452 / 555 / 346

RECORDES DE INICIADOS MASCULINOS – AR LIVRE

80 M	Lucas Dias	99	AC Vermoil	9.29	EU Lx	14-06-2014
250 M	João Pinto	97	CAM Grande	30.08	EM Pombal	10-06-2012
800 M	Casimiro Gomes	77	B. Anjos	2.02.00	EN	14-06-1992
1.500 M	Paulo Pinto	71	CS Paulo VI	4.07.72	EN	14-06-1986
100 M Bar (0,84)	Rafael Gonçalves	98	AC Vermoil	13.67	EM Fátima	02-06-2013
250 M Bar (0,76)	Artur Koshchuk	94	J.Vidigalense	33.02	EM Leiria	10-05-2009
1.500 m Obst.	Afonso Esteves	96	Arneirense	4.38.60	EM Leiria	04-06-2011
Altura	Fábio Dias	97	AC Vermoil	1.90	EM Leiria	02-07-2011
Vara	Fábio Dias	97	AC Vermoil	3.70	P.Abrantes	30-06-2012
Comprimento	João Rocha	92	B. Anjos	6.30	E. Covilhã	13-05-2007
	Artur Koshchuk	94	J.Vidigalense	6.30 pc	EC Pombal	12-12-2009
Quadruplo	Tomás Marreiros	98	AC Vermoil	14.88 pc	EC Pombal	24-02-2013
Triplo	Eduardo Valério	96	J.Vidigalense	13.20	EM Pombal	19-06-2011
Peso (4 Kg)	Oleksandr Lyashchenko	97	CAM Grande	15.16	EM Pombal	10-06-2012
Disco (1 Kg)	Miguel Carreira	96	J.Vidigalense	60.33	CNL Leiria	10-08-2011
Dardo (600 g)	Oleksandr Lyashchenko	97	CAM Grande	57.60	CNL Leiria	15-12-2012
Martelo (4 Kg)	Rúben Antunes	99	J.Vidigalense	60.32	CNL Leiria	02-08-2014
4.000 M Marcha	José Silva	84	B. Anjos	18.22.1	Rio Maior	24-05-1998
4 x 80 M	Sel. Leiria (1)			36.26	EN	09-05-1993
Clubes	J. Vidigalense (2)			37.86	EM Leiria	14-04-2007
Heptatlo	Eduardo Valério	96	J.Vidigalense	4286 pts	E.Luso	14-15/05/2011
	80 m / Comp. / Dardo 6 / 100B 084 / Peso 4 / Altura / 1.000 m					
	9.61 / 6.20 / 42.18 / 14.47 / 9.46 / 1.83 / 3.07.49					
	717 / 630 / 474 / 766 / 453 / 653 / 593					

(1) Pedro Soares, Ricardo Santo, Jorge Batista, Alexandre Teixeira

(2) Jessy Neves (93), Vítor Mendes (92), Bernardo Lopes (93), Telmo Filipe (92)

PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA OFICIAL

80 M Bar man	João Fonseca	76	B. Anjos	11.8	EM Leiria	14-04-1991
(0,84) elect	Paulo Pires	78	B. Anjos	12.20	EN	08-05-1993
300 M Bar (0,76)	Bruno Gualberto	88	J.Vidigalense	41.47	P.Abrantes	06-07-2003
300 M	João Ribeiro	97	UDSG	37.34	E. Pombal	26-05-2012
Dardo (400 g)	João Santos	84	J.Vidigalense	52.25	P.U.Aveiro	27-06-1999
3.000 M Marcha	Gonçalo Fonseca	79	M.C.Leiria	15.41.5	EM Leiria	30-04-1994



Ranking 2015

Pentatlo	Casimiro Gomes	77	B. Anjos	3085 pts	VRSAntº	16-17/05/92
Hexatlo	João Alexandre	90	J.Vidigalense	3017pts	P. Óbidos	23-24/04/2005
	100B (0,84) / Comp. / Dardo 4 / Altura / Peso 4 / 1.000 m					
	15.46 / 5.44 / 40.61 / 1.72 / 10.04 / 3.17.08					
	542 / 469 / 451 / 560 / 488 / 507					

RECORDES DE INICIADOS FEMININOS – AR LIVRE

F E M I N I N O S

80 M	Joana Carlos	99	J.Vidigalense	9,81	EM Pombal	04-05-2014
250 M	Joana Carlos	99	J. Vidigalense	33.70	EM Pombal	22-06-2014
800 M	Ana Queiróz Alves	94	J.Vidigalense	2.14,55	E.Luso	28-06-2009
1.500 M	Ana Queiróz Alves	94	J.Vidigalense	4.36.62	E.Luso	27-06-2009
80 M Bar (0,76)	Eva Vital	92	Arneirense	11.90	EM Leiria	19-05-2007
250 M Bar (0,76)	Anais Baptista	94	J.Vidigalense	37,0	EMMG	23-05-2009
elect	Anais Baptista	94	J.Vidigalense	37,35	EM Leiria	01-05-2009
1.500 m Obst.	Joana Ferreira	97	ADR Mata	5.10.73	EM Leiria	04-06-2011
Altura	Cláudia Gameiro	80	J.Vidigalense	1.64	EULx	14-05-1995
Vara	Bárbara Mota	00	AC Vermoil	2.96	EM Fátima	21-06-2015
Comprimento	Catarina Rafael	77	B. Anjos	5.45	Fontelo	25-04-1992
Quadruplo	Juliana Brites	00	J.Vidigalense	13.75	EM Pombal	21-06-2014
Triplo	Anais Baptista	94	J.Vidigalense	11.56 pc	EC Pombal	13-12-2009
Peso (3 Kg)	Cristiana Oliveira	84	CAM Grande	13.82	Rio Maior	19-06-1999
Disco (750 g)	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	50.64	CNL Leiria	30-07-2006
Dardo (500 g)	Marta Mendes	95	J.Vidigalense	38.61	EMMG	02-05-2010
Martelo (3 Kg)	Jessica Galvão	95	Arneirense	49.89	CNL Leiria	11-12-2010
4.000 M Marcha	Ágata Mendes	95	GAC Vento	21.47.4	EMMG	23-05-2009
4 x 80 M	J.Vidigalense (1)			40.02	EM Leiria	10-05-2009
Heptatlo	Sónia Machado	98	J.Vidigalense	4019 pts	E.Luso	04/05-5-2013
	80B(0,76) / Dardo 5 / Altura / 80 m / Comp. / Peso 3 / 800 m					
	13.03 / 21.92 / 1.42 / 10.80 / 5.15 / 10.25 / 2.41.82					
	737 / 325 / 534 / 724 / 601 / 546 / 552					

(1) Daniela Ribeiro (94), Sarah Dias (95), Anais Baptista (94), Bruna Silva (94)

PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA OFICIAL

300 M	Catarina Rafael	77	B. Anjos	42.9	EN	05-07-1992
1.000 M	Ana Queirós Alves	94	J. Vidigalense	2.56.17	E.Albufeira	17-05-2009
60 M Bar (0,76)	Catarina Rafael	77	B. Anjos	9.31	Fontelo	25-04-1992
300 M Bar (0,76)	Anais Baptista	94	J.Vidigalense	46.48	EM Leiria	11-06-2009
Milha	Joana Ferreira	97	ADR Mata	5.20,20	P.Tomar	07-07-2012
3.000 M Marcha	Ana Fonseca	85	B. Anjos	15.25.7	EMMG	29-01-2000
Disco (1 Kg)	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	40.90	CNL Leiria	30-07-2006
Dardo (400 g)	Joana Gonçalves	83	J.Vidigalense	44.32	VRSAntº	10-05-1998
2.000 M Marcha	Sandra Monteiro	77	B. Anjos	9.35.4	EN	02-05-1992



Ranking 2015

Pentatlo	Catarina Rafael	77	B. Anjos	3064 pts	VRSAnt ^o	16-17/05/92
Hexatlo	Eva Vital	92	Arneirense	3113 pts	EMMG	8-9/04/2006
	80B(0,76) / Altura / Dardo 4 / Comp. / Peso 3 / 800 m					
	12.37 / 1.48 / 19.86 / 5.34 / 6.39 / 2.44.10					
	751 / 599 / 286 / 654 / 296 / 527					

RECORDES DE JUVENIS MASCULINOS – AR LIVRE

100 M	João Pinto	97	CAM Grande	10.84	EU Pombal	21-06-2014
200 M	Duarte Basílio	75	B. Anjos	22.01	Fontelo	31-05-1992
300 M	João Moniz	94	J.Vidigalense	35.30	E.Luso	14-05-2011
800 M	Raimundo Santos	67	Marinhense	1.54.85	EN	21-07-1984
1.500 M	Raimundo Santos	67	Marinhense	3.56.85	EN	20-07-1984
3.000 M	Nuno Pereira	78	J.Vidigalense	8.41.4	1 ^o Maio/Braga	02-07-1995
110 M Bar (0,91)	Bruno Gualberto	88	J.Vidigalense	14.44	E. Seixal	25-06-2005
300 M Bar (0,84)	João Moniz	94	J.Vidigalense	38.79	EM Pombal	18-06-2011
2.000 M Obst.	Homilzio Santos	92	Arneirense	6.14.61	E.Luso	28-06-2009
Altura	Rodolfo Brites	91	B. Anjos	2.04	P. Faro	07-06-2008
Vara	Rui M. Marques	97	GAU Bajouca	4.70	Braga	04-07-2015
Comprimento	Bruno Carmo Oleksandr	81	J.Vidigalense	7.07	EMC	10-06-1998
Triplo	Lyashchenko	97	CAM Grande	14.64	EM Fátima	07-07-2013
Peso (5 Kg)	Carlos Dinis	77	J.Vidigalense	16.67	Fontelo	27-04-1994
Disco (1,5 Kg)	Miguel Carreira Oleksandr	96	J.Vidigalense	49.45	EM Fátima	01-06-2013
Dardo (700 g)	Lyashchenko	97	CAM Grande	59.21	CNL Leiria	21-07-2012
Martelo (5 Kg)	Carlos Vicente	88	Arneirense	68.44	EMMG	19-07-2005
5.000 M Marcha	José Silva	84	B. Anjos	21.18.28	Rio Maior	10-05-2000
10Km Marcha (Est)	José Silva	84	B. Anjos	44.32	Rio Maior	15-04-2000
4 x 100 M	J. Vidigalense (1)			43.65	EU Lx	09-07-2011
4 x 300 M	J. Vidigalense (2)			2.32.98	P. Abrantes	24-06-2007
Estafeta Medley	J. Vidigalense (3)			2.02.67	EM Fátima	21-06-2015
Octatlo Técnico	Kevin Wilson	90	B. Anjos	5056 pts	V. Novas	2/3-06/2007
	110B(0.91) / Comp. / Peso 5 / Alt. / Disco1,5 / Vara / Dardo 7 / 1.000 m					
	15.42 / 6.80 / 12.99 / 1.82 / 35.48 / 3.15 / 43.65 / 2.54.60					
	799 / 767 / 667 / 644 / 573 / 393 / 495 / 718					
Octatlo	Kevin Wilson	90	B. Anjos	5717 pts	Ostrava	21-22/04/2007
	100 m / Comp. / Peso 5 / 300m / 110B(0.91) / Altura / Dardo 7 / 1.000m					
	11.24 / 6.73 / 12.38 / 36.35 / 15.73 / 1.88 / 45.15 / 2.53.24					
	808 / 750 / 629 / 822 / 763 / 696 / 517 / 732					



Ranking 2015

- (1) João Miguel Silva (94), João Moniz (94), Dyllan Pedro (95), Artur Koshchuk (94)
 (2) João Alexandre (90), Rafael Soares (91), Luís Batista (91), Cristiano Carreira (90)
 (3) Eriik Kostrystsya (99), Rodrigo Duarte (98), Miguel Baptista (98), João Leal (98)

PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA OFICIAL

100 Jardas	Bruno Gualberto	88	J.Vidigalense	10.82	Fontelo	01-05-2005
400 M man	Duarte Basílio	75	B. Anjos	48.5	EN	17-05-1992
elect	Duarte Basílio	75	B. Anjos	48.78	Fontelo	30-05-1992
1.000 M	Duarte Basílio	75	B. Anjos	2.30.2	Fontelo	22-03-1992
2.000 M	Ricardo Henriques	84	CAM Grande	5.53.32	EM Leiria	02-12-2000
100 M Bar (0,91)	Filipe Santos	73	B. Anjos	14.10	Maia	16-06-1990
	Carlos Pires	76	B. Anjos	14.10	Maia	19-06-1993
200 m Bar (0,76)	Gonçalo Gameiro	83	J.Vidigalense	28.88	EULx	19-02-2000
400 M Bar (0,84)	João Moniz	94	J. Vidigalense	56.19	EM Leiria	22-05-2011
1.500 M Obst.	Jorge Valente	71	Marinhense	4.29.8	EN	28-05-1988
4 x 400 M	Bairro Anjos (3)			3.32.96	Maia	24-05-1992
Hexatlo	João Afonso	76	B. Anjos	4066 pts	EN	05-06/06/93
Estafeta Sueca	J.Vidigalense (4)			2.27.24	Fontelo	01-05-2005
Octatlo IAAF	Kevin Wilson	90	B. Anjos	5719 pts	Ostrava	11-12/07/2007
	100 m / Comp. / Peso 5 / 400 m / 110B(0.91) / Altura / Dardo 7 / 1.000m					
	11.35 / 6.50 / 13.55 / 50.96 / 15.68 / 1.83 / 48.93 / 2.49.49					
	784 / 697 / 701 / 771 / 769 / 653 / 573 / 771					
Decatlo	Pedro Machado	98	J. Vidigalense	5300 pts	EM Fátima	20-21/06/2015
	100m / Comp. / Peso 5 / Altura / 400 m / 110B (0,91) / Disco1,5 / Vara / Dardo 7 / 1.500 m					
	11.57 / 5.80 / 10.95 / 1.75 / 56,15 / 16.26 / 27.72 / 3.50 / 32.44 / 5.30.50					
	738 / 544 / 543 / 585 / 553 / 704 / 420 / 482 / 334 / 397					

- (3) Duarte Basílio (75), João Afonso (76), João Fonseca (76), George Silva (76)
 (4) Luís Fernandes (88), Steve Patrício (88), Diogo Santos (89), Bruno Gualberto (88)

RECORDES DE JUVENIS FEMININOS – AR LIVRE

100 M	Eva Vital	92	Arneirense	12.05	EM Leiria	24-04-2008
200 M	Joana Carlos	99	J.Vidigalense	25.26	Braga	05-07-2015
300 M	Carla Santos	91	J.Vidigalense	41.12	EM Leiria	19-04-2008
800 M	Ana Queiroz Alves	94	J.Vidigalense	2.14.55	E.Luso	28-06-2009
1.500 M	Ana Queiroz Alves	94	J.Vidigalense	4.36.62	E.Luso	27-06-2009
3.000 M	Joana Ferreira	97	ADR Mata	10.10.68	EC Pombal	09-02-2014
100 M Bar (0,76)	Eva Vital	92	Arneirense	13.39	Tampere (FIN)	22-07-2009
300 M Bar (0,76)	Anaïs Baptista	94	B. Anjos	44.88	Guimarães	20-06-2010
2.000 M Obst.	Joana Domingos	93	Arneirense	7.20.02	EM Leiria	03-06-2010
Altura	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	1.70 pc 1.70 pc	EC Pombal P. Alpiarça	13-01-2008 02-02-2008
Vara	Vera Lavrador	88	J.Vidigalense	3.40	Fontelo	16-07-2005
Comprimento	Eva Vital	92	Arneirense	5.98	Fontelo	30-05-2009
	Evelise Veiga	96	J.Vidigalense	5.98 pc	EC Pombal	16-02-2013
Triplo	Ana Ferreira	78	MMI Nazaré	12.10	1º Maio/Braga	01-07-1995
Peso (3 Kg)	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	14.83	CNL Leiria	24-02-2007
Disco (1 Kg)	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	53.94	CNL Leiria	01-03-2008
Dardo (500 g)	Marta Mendes	95	J.Vidigalense	45.27	P.Abrantes	01-07-2012
Martelo (3 Kg)	Jessica Galvão	95	Arneirense	59.91	CNL Leiria	22-05-2011
5.000 M Marcha	Raquel Carvalho	83	B. Anjos	24.56.1	P.Almada	04-08-2000
5Km March (Est)	Raquel Carvalho	83	B. Anjos	26.34	V.Figueira	01-04-2000
4 x 100 M	Sel. Leiria (1)			49.76	EM Fátima	02-06-2013
Clubes	J. Vidigalense (2)			49.80	Guimarães	19-06-2010
4 x 300 M	J. Vidigalense (3)			2.57.43	Guimarães	20-06-2010
Estafeta Medley	AC Vermoil (4)			2.28.83	Guimarães	23-06-2013
Heptatlo	Sónia Machado	98	J.Vidigalense	4547 pts	EM Fátima	20-21/05/2015
	100B(0,76) / Altura / Peso 3 / 200 m / Comp. / Dardo 6 / 800 m					
	15.58 / 1.51 / 12.67 / 26.53 / 5.18 / 27.95 / 2.33.98					
	767 / 632 / 706 / 751 / 609 / 438 / 644					

(1) Mónica Mota (97), Beatriz Dinis (96), Jéssica Ferreira (96), Evelise Veiga (96)

(2) Veronika Zhukova (93), Anaïs Baptista (94), Mónica Rino (94), Sarah Dias (95)



Ranking 2015

- (3) Bruna Silva (94), Anaïs Baptista (94), Carine Moreira (94), Daniela Pereira (94)
 (4) Mónica Mota (97), Sofia Gomes (97), Manuela Martins (98), Jéssica Ferreira (96)

PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA OFICIAL

400 M	Maria Valinho Frazão	87	J.Vidigalense	58.63	E. Covilhã	26-06-2004
100 Jardas	Cátia Ferreira	83	J.Vidigalense	11.49	EULx	19-02-2000
1.000 M	Ana Queiroz Alves	94	J. Vidigalense	2.54.61	Moscovo	21-05-2010
2.000 M	Carina Febra	83	CAM Grande	7.00.40	EM Leiria	28-11-1999
Milha	Joana Ferreira	97	ADR Mata	5.20,20	P.Tomar	07-07-2012
80 M Bar (0,76)	Eva Vital	92	Arneirense	11.90	EMMG	19-05-2007
400 M Bar (0,76)	Anaïs Baptista	94	J.Vidigalense	64.18	EULx	13-06-2010
3.000 M Marcha	Sandra Monteiro	77	B. Anjos	13.59.3	EN	23-04-1994
4.000 M Marcha	Sandra Monteiro	77	B. Anjos	18.53.39	Fontelo	18-06-1994
4 x 200 m	J. Vidigalense (1)			1.53.3	EC Pombal	05-12-2009
	(1) Mónica Rino (94), Verónika Zhukova (93), Anaïs Baptista (94), Daniela Pereira (94)					
4 x 400 M	CAM Grande (2)			4.14.19	EULx	02-07-2000
	(2) Marina Marinheiro (83) , Carina Febra (83), Cândida Bairrada (84), Rute Freire (84)					
Hexatlo	Liliana Viana	85	Arneirense	3804 pts	EMMG	27-28/07/2002
	100B(0,76) / Alt. / Peso 3 / Comp. / Dardo 6 / 800 m					
	15.02 / 1.65 / 11.45 / 5.07 / 27.68 / 2.43.48					
	839 / 795 / 625 / 578 / 433 / 534					

RECORDES DE JUNIORES MASCULINOS – AR LIVRE

100 M	man	Bruno Ferreira	90	Arneirense	10.4	EMC	02-07-2008
		Bruno Ferreira	90	Arneirense	10.84	Cáceres	12-07-2008
	elect	João Pinto	97	CAM Grande	10.84	EM Pombal	21-06-2014
		João Pinto	97	CAM Grande	10.84	Luso	05-07-2014
		João Pinto	97	CAM Grande	10.84	Braga	04-07-2015
200 M		João Pinto	97	CAM Grande	21.81	EM Pombal	28-06-2015
400 M		Luís Freitas	79	B. Anjos	47.63	Maia	18-07-1998
800 M	elect	Tiago Freire	94	J.Vidigalense	1.53.35	Inatel / Lx	17-07-2013
1.500 M		Paulo Pinto	71	D. Pombal	3.52.91	Maia	12-05-1990
3.000 M		Fernando Figueiredo	66	Marinhense	8.22.94	EJA	13-07-1985
5.000 M		Nuno Pereira	78	B. Anjos	14.38.36	EULx	02-07-1997
110 M Bar (1,00)		Bruno Gualberto	88	J.Vidigalense	14.42	EULx	27-07-2006
400 M Bar (0,91)		Telmo Correia	82	J.Vidigalense	53.15	EULx	11-07-2001
3.000 M Obst.		Idelberto Ferreira	80	B. Anjos	9.10.29	Maia	19-07-1998
Altura		Carlos Pereira	87	J.Vidigalense	2.13 pc	N.Espinho	25-02-2006
Vara		Rui M. Marques	98	GAU Bajouca	4.70	Braga	04-07-2015
Comprimento		Oleksandr Lyashchenko	95	CAM Grande	7.48	Braga	04-07-2015
Triplo		Oleksandr Lyashchenko	95	CAM Grande	15.08 pc	EC Pombal	15-02-2015
Peso (6 kg)		Francisco Belo	91	J.Vidigalense	18.16	Moncton	21-07-2010
Disco (1,750 Kg)		Francisco Belo	91	J.Vidigalense	52.89	Setúbal	04-07-2010
Dardo (800 g)		Tiago Pires	98	J.Vidigalense	55.98	Braga	04-07-2015
Martelo (6Kg)		Miguel Carreira	96	J.Vidigalense	68.38	CN Leiria	08-08-2015
10.000 M Marcha		José Silva	84	B. Anjos	45.26.95	Debrecen	14-07-2001
20Km Marcha (Est)		Gonçalo Fonseca	79	B. Anjos	1.37:42	Cacia	08-02-1998
4 x 100 M		J.Vidigalense (1)			42.70	EM Guarda	02-08-2008
4 x 400 M		Bairro Anjos (2)			3.22.86	Fontelo	13-06-1998
Decatlo		Kevin Wilson	90	B. Anjos	6531 pts	E.Luso	31/5-1/6-08

100 m / Comp. / Peso 6 / Alt. / 400 / 110B / Disco 1.75 / Vara / Dardo8 / 1.500
 11.21 / 6.93 / 12.75 / 1.78 / 51.57 / 15.83 / 37.21 / 3.40 / 44.43 / 4.56.52
 814 / 797 / 652 / 610 / 744 / 752 / 618 / 457 / 507 / 580

(1) Ruben Monteiro (89), Gonçalo Ribeiro (89), Cristiano Carreira (90), João Gradiz (89)

(2) Filipe Ferreira (79), Manuel Neves (79), Paulo Ferreira (79) , Luís Freitas (79)

PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS NACIONAIS

100 Jardas	Duarte Basílio	75	B. Anjos	10.33	EN	27-02-1994
300 M	João Moniz	94	JV	35.30	EM Leiria	04-06-2011
500 M	João Afonso	76	J.Vidigalense	65.24	Fontelo	01-05-1995
1.000 M	Duarte Basílio	75	B. Anjos	2.30.2	Fontelo	22-03-1992
2.000 M	Carlos Matos	77	B. Anjos	5.45.4	EM Leiria	14-12-1996
10.000 M	João Ferreira	76	J.Vidigalense	31.09.1	1º Maio / Braga	13-07-1995
110 M Bar (1,06)	Bruno Gualberto	88	J.Vidigalense	15.20	P. Abrantes	16-07-2006
200 M Bar (0,91)	George Silva	76	B. Anjos	27.55	EN	20-02-1993
300 M Bar (0,91)	Alexandre Sousa	87	J.Vidigalense	41.1	EULx	22-04-2006
5.000 M Marcha	José Silva	84	B. Anjos	21.18.28	Rio Maior	10-05-2000
10Km Marcha (Est)	José Silva	84	B. Anjos	44.32	Rio Maior	15-04-2000
Milha	Nuno Pereira	78	J.Vidigalense	4.47.55	EN	21-02-1993
Disco (2Kg)	Paulo Bernardo	74	B. Anjos	48.56	Fontelo	30-05-1993
4 x 200 M	J. Vidigalense (3) (3) Rafael Soares (81) , Gonçalo Ribeiro (89), Miguel Martins (90) , Cristiano Carreira (90)			1.32.18pc	N. Espinho	23-02-2008
Estafeta Sueca	J. Vidigalense (4) (4) Alexandre Sousa (87), Carlos Lopes (87), Nuno Santos (86), Carlos Pereira (87)			2.09.40	Fontelo	01-05-2005
Decatlo	Carlos Dinis	77	J.Vidigalense	5966 pts	EULx	27-28/07/96
100 m / Comp. / Peso 7 / Alt. / 400 / 110B / Disco2 / Vara / Dardo8 / 1.500						
11.63 / 6.69 / 12.44 / 1.71 / 54.48 / 17.12 / 37.74 / 3.25 / 43.30 / 5.00.67						
725 / 741 / 633 / 552 / 620 / 612 / 619 / 418 / 490 / 556						

RECORDES DE JUNIORES FEMININOS – AR LIVRE

100 M	Cátia Ferreira	83	J.Vidigalense	12.04	EULx	13-07-2002
200 M	Cátia Ferreira	83	J.Vidigalense	25.01	1º Maio / Braga	10-06-2001
400 M	Maria Valinho Frazão	87	J.Vidigalense	57.90	Fontelo	16-07-2005
800 M	Ana B. Fernandes	95	Arneirense	2.13.06	1º Maio / Braga	13-07-2014
1.500 M	Júlia Santos	72	Arneirense	4.32.55	Maia	10-08-1991
3.000 M	Júlia Santos	72	Arneirense	9.47.72	Maia	21-07-1991
5.000 M	Madalena Carriço	79	B. Anjos	17.19.33	EMC	20-07-1997
100 M Bar (0,84)	Eva Vital	92	Arneirense	13.66	EM Leiria	21-06-2009
400 M Bar (0,76)	Anaïs Baptista	94	J.Vidigalense	64.18	EULx	13-06-2010
3.000 M Obst.	Filipa Eutiquio	96	J.Vidigalense	11.16.36	EM Fátima	31-05-2014
Altura	Irina Rodrigues	92	J.Vidigalense	1.70 pc	EC Pombal	13-01-2008
	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	1.70 pc	P. Alpiarça	02-02-2008
Vara	Vera Lavrador	88	J.Vidigalense	3.62	EM Leiria	03-06-2006
	Vera Lavrador	88	J.Vidigalense	3.62	E. Seia	22-07-2006
Comprimento	Evelise Veiga	96	J.Vidigalense	6.10 pc	EC Pombal	21-02-2015
Triplo	Evelise Veiga	96	J.Vidigalense	12.83	Suécia	16-07-2015
Peso (4 Kg)	Mª Rosário Rodrigues	88	Arneirense	13.79	CD Caldas	28-06-2006
Disco (1 Kg)	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	53.94	CNL Leiria	01-03-2008
Dardo (600 g)	Joana Gonçalves	83	J.Vidigalense	48.19	E.Ourense	23-02-2002
Martelo (4 Kg)	Vânia Silva	80	J.Vidigalense	57.53	EM Leiria	29-05-1999
10.000 m Marcha	Raquel Carvalho	83	B. Anjos	48.54.23	1º Maio	07-07-2001
10Km Marcha (Est)	Raquel Carvalho	83	B. Anjos	50.12	Dudince (Svk)	19-05-2001
4 x 100 M	J. Vidigalense (1)			47.83	EM Fátima	06-07-2013
4 x 400 M	J. Vidigalense (2)			4.03.30	Luso	24-06-2012
Heptatlo	Catarina Rafael	77	B. Anjos	4886 pts	EULx	27-28/04/1996
	100 B(0,84) / Alt. / Peso 4 / 200m / Comp. / Dardo 6 / 800 m					
	15.55 / 1.56 / 10.70 / 27.41 / 5.58 / 37.30 / 2.19.15					
	770 / 689 / 575 / 678 / 723 / 616 / 835					

(1) Jéssica Veiga (94), Tatiana Rosário (94), Débora Clemente (94), Evelise Veiga (96)

(2) Bruna Silva (94), Sara Oliveira (93), Evelise Veiga (96), Carine Moreira (94)

PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS NACIONAIS

100 Jardas	Cátia Ferreira	83	J.Vidigalense	11.49	EULx	19-02-2000
300 m	Carla Santos	91	J.Vidigalense	41.12	EM Leiria	19-04-2008
1.000 M	Ana Queirós Alves	94	J. Vidigalense	2.54.61	Moscovo	21-05-2010
2.000 M	Madalena Carriço	79	B. Anjos	6.31.2	EM Leiria	14-12-1996
200 M Bar (0,76)	Catarina Rafael	77	B. Anjos	31.4	EN	20-02-1993
4 x 200 M	J. Vidigalense (3)			1.50.24pc	EC Pombal	24-01-2010
Estafeta Sueca	J. Vidigalense (4)			2.25.37	Fontelo	01-05-2005
3.000 M Marcha	Raquel Carvalho	83	B. Anjos	13.44.07	EM Leiria	21-06-2001
5.000 M Marcha	Raquel Carvalho	83	B. Anjos	24.22.66	EM Guarda	17-06-2001
Milha	Joana Ferreira	97	ADR Mata	5.20,20	P.Tomar	07-07-2012

(3) Verónika Zhukova (93), Daniela Pereira (94), Carine Moreira (94), Carla Santos (91)

(4) Maria Frazão (87), Joana Tomás (86), Juliana Neto (86), Diana Gaspar (87)

RECORDES SUB-23 MASCULINOS – AR LIVRE

100 M man	Bruno Ferreira	90	Arneirense	10.4	EMC	02-07-2008
elect	Giziel Lima	92	J.Vidigalense	10.64	1º Maio/Braga	12-07-2014
200 M	João Pinto	97	CAM Grande	21.81	EM Pombal	28-06-2015
400 M	Luís Freitas	79	B. Anjos	47.63	Maia	18-07-1998
800 M	Cristóvão Fernandes	83	B. Anjos	1.49,75	S.Maur Fosse	11-06-2003
1.500 M	Carlos Santos	73	Óptica 2001	3.44.94	Maia	16-07-1994
3.000 M	Carlos Santos	73	Óptica 2001	8.02.97	E.B.Funchal	18-07-1994
5.000 M	Carlos Santos	73	Óptica 2001	14.23.72	Maia	20-04-1994
10.000 M	Vítor Vasco	70	Óptica 2001	29.48,95	Maia	25-04-1992
110 M Bar (1,06)	Bruno Gualberto	88	J.Vidigalense	14.41	EM Leiria	14-06-2009
400 M Bar (0,91)	Bruno Gualberto	88	J.Vidigalense	51.14	Kaunas	16-07-2009
3.000 M Obst.	Rúben Silva	93	J.Vidigalense	8.57,41	EU Lx	27-07-2014
Altura	Carlos Pereira	87	J.Vidigalense	2.13 pc	N. Espinho	25-02-2006
Vara	Pedro M. Soares	93	CAM Grande	4.80 pc	EC Pombal	08-02-2015
Comprimento	Oleksandr Lyashchenko	95	CAM Grande	7.48	Braga	04-07-2015
Triplo	Bruno Carmo	81	B. Anjos	15.37	E. Elvas	14-06-2003
Peso (7,260 kg)	Francisco Belo	91	J.Vidigalense	16.43	EULx	14-07-2010
Disco (2 Kg)	Paulo Bernardo	74	B. Anjos	53.16	Fontelo	01-05-1995
Dardo (800 g)	Carlos Dinis	77	J.Vidigalense	60.71	EM Leiria	25-07-1998
Martelo 7.260 Kg)	Carlos Vicente	88	J.Vidigalense	64.82	CNL Leiria	21-02-2009
10.000 M Marcha	Crsitiano António	88	AC Vermoil	44.47:80	EM Leiria	17-07-2010
20KM Marcha (pista)	Cristiano António	88	AC Vermoil	1.33:41	Rio Maior	01-05-2010
20Km Marcha (Estr)	Cristiano António	88	AC Vermoil	1.32:12	La Corunha	19-07-2010
4 x 100 M	J.Vidigalense (1)			42.35	1º Maio/Braga	12-07-2014
4 x 400 M	J.Vidigalense (2)			3.20.83	EM Leiria	14-06-2009
Decatlo	Carlos Dinis	77	J.Vidigalense	6630 pts	EULx	1-2/05-1999

100 m / Comp. / Peso 7 / Alt. / 400 / 110B (1,06) / Disco 2 / Vara / Dardo8 / 1.500
 11.68 / 6.72 / 12.90 / 1.82 / 53.45 / 16.87 / 36.27 / 4.17 / 55.44 / 4.46.88
 715 / 748 / 661 / 644 / 663 / 638 / 589 / 665 / 669 / 638

(1) Marco Rodrigues (95), Dyllan Pedro (95), Eduardo Valério (96), Giziel Lima (92)

(2) Diogo Reis (89), Cristiano Carreira (90), Tiago Dias (90), Bruno Gualberto (88)

RECORDES SUB-23 FEMININOS – AR LIVRE

100 M	Cátia Ferreira	83	J.Vidigalense	12.04	EULx	13-07-2002
200 M	Cátia Ferreira	83	J.Vidigalense	25.01	1º Maio/ Braga	10-06-2001
400 M	Jéssica Viegas	94	J.Vidigalense	57.89	EU Leiria	07-06-2014
800 M	Micaela Lopes	92	J.Vidigalense	2.07.46	E. Luso	22-07-2012
1.500 M	Micaela Lopes	92	J.Vidigalense	4.30.74	EULx	07-07-2012
3.000 M	Marta Martins	92	J.Vidigalense	9.46.11pc	EC Pombal	10-02-2103
5.000 M	Marta Martins	92	J.Vidigalense	16.54.80	EULx	08-06-2103
10.000 M	Marta Martins	92	J.Vidigalense	34.17.64	Marató - ESP	06-04-2013
100 M Bar (0,84)	Eva Vital	92	Arneirense	13.66	EM Leiria	21-06-2009
400 M Bar (0,76)	Catarina Bastos	86	J.Vidigalense	60.71	E. Luso	15-06-2006
3.000 M Obst.	Jéssica Matos	94	J.Vidigalense	10.49.57	Vagos	13-06-2015
Altura	Liliana Viana	85	J.Vidigalense	1.73 pc	E. Luso	11-02-2006
Vara	Vera Lavrador	88	J.Vidigalense	3.62	EM Leiria	03-06-2006
	Vera Lavrador	88	J.Vidigalense	3.62	E. Seia	22-07-2006
Comprimento	Evelise Veiga	96	J.Vidigalense	6.10 pc	EC Pombal	21-02-2015
Triplo	Evelise Veiga	96	J.Vidigalense	12.83	Suécia	16-07-2015
Peso (4 Kg)	Mª Rosário Rodrigues	88	Arneirense	13.79	CD Caldas	28-06-2006
Disco (1 Kg)	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	53.94	CNL Leiria	01-03-2008
Dardo (600 g)	Joana Gonçalves	83	J.Vidigalense	49.03	EULx	08-06-2003
Martelo (4 Kg)	Vânia Silva	80	J.Vidigalense	68.43	Madrid	03-07-2002
10.000 m Marcha	Raquel Carvalho	83	B. Anjos	48.54.23	1º Maio/ Braga	07-07-2001
10Km Marcha (Estr)	Raquel Carvalho	83	B. Anjos	50.12	Dudince (Svk)	19-05-2001
20Km Marcha (Estr)	Daniela Cardoso	91	LMA-L	1:40.41	Corunha	01-06-2013
4 x 100 M	J. Vidigalense (1)			47.83	EM Fátima	06-07-2013
4 x 400 M	J.Vidigalense (2)			3.55.67	Leiria	28-07-2013
Heptatlo	Catarina Rafael	77	B. Anjos	4886 pts	EULx	27-28/04/1996
	100 B(0,84) / Alt. / Peso 4 / 200m / Comp. / Dardo 6 / 800 m					
	15.55 / 1.56 / 10.70 / 27.41 / 5.58 / 37.30 / 2.19.15					
	770 / 689 / 575 / 678 / 723 / 616 / 835					

(1) Jéssica Veiga (94), Tatiana Rosário (94), Débora Clemente (94), Evelise Veiga (96)

(2) Jéssica Veiga (94), Micaela Lopes (92), Evelise Veiga (2), Sara Martins (92)

RECORDES ABSOLUTOS MASCULINOS – AR LIVRE

100 M	Pedro Bernardo	89	J. Vidigalense	10.48	Guimarães	12-05-2013
200 M	Pedro Bernardo	89	J. Vidigalense	21.66	EM Leiria	28-07-2013
400 M	Luís Freitas	79	B. Anjos	47.63	Maia	18-07-1998
800 M	Amílcar Leal	75	J.Vidigalense	1.48.72	E.B. Funchal	30-06-2001
1.500 M	Carlos Santos	73	Óptica 2001	3.44.94	Maia	16-07-1994
5.000 M	Carlos Santos	73	B. Anjos	14.08.54	EULx	22-05-1997
10.000 M	Vítor Vasco	70	Óptica 2001	29.35.1	Maia	20-07-1994
110 M Bar (1,06)	Bruno Gualberto	88	J.Vidigalense	14.41	EM Leiria	14-06-2009
400 M Bar (0,91)	Bruno Gualberto	88	J.Vidigalense	51.14	Kaunas	16-07-2009
3.000 M Obst.	Paulo Carreira	72	Óptica 2001	8.50.66	Maia	31-05-1995
Altura	Carlos Pereira	87	J.Vidigalense	2.13 pc	N.Espinho	25-02-2006
Vara	Pedro M. Soares	93	CAM Grande	4.80 pc	EC Pombal	08-02-2015
Comprimento	Oleksandr Lyashchenko	95	CAM Grande	7.48	Braga	04-07-2015
Triplo	Carlos Calado	75	B. Anjos	16.58 pc	Espanha	20-02-2005
Peso (7,260 Kg)	Francisco Belo	91	J.Vidigalense	16.43	EULx	14-07-2010
Disco (2 kg)	Paulo Bernardo	74	B. Anjos	60.61	EULx	24-07-2005
Dardo (800 g)	Carlos Dinis	77	J.Vidigalense	60.71	EM Leiria	25-07-1998
Martelo (7,260 Kg)	Carlos Vicente	88	J.Vidigalense	64.82	CNL Leiria	21-02-2009
20KM Marcha (pista)	Cristiano António	88	AC Vermoil	1.33:41	Rio Maior	01-05-2010
20Km Marcha (Estr)	Cristiano António	88	AC Vermoil	1.31:33	Rio Maior	04-01-2014
50Km Marcha (Estr)	Gonçalo Fonseca	79	B. Anjos	4:18.22	Turim	13-10-2002
4 x 100 M	J. Vidigalense (1)			42.06	EU Lx	08-06-2013
4 x 400 M	J. Vidigalense (2)			3.18.80	EU Lx	09-06-2103
Maratona	Mário Sousa	61	Óptica 2001	2:12:12	Veneza	09-10-1994
Decatlo	Carlos Dinis	77	J.Vidigalense	6630 pts	EULx	01-02/05/99

100 m / Comp. / Peso 7 / Alt. / 400m / 110 B / Disco / Vara / Dardo / 1.500

11.68 / 6.72 / 12.90 / 1.82 / 53.45 / 16.87 / 36.27 / 4.17 / 55.44 / 4.46.88

715 / 748 / 661 / 644 / 663 / 638 / 589 / 665 / 669 / 638

(1) Marco Rodrigues (95), Pedro Bernardo (89), Dyllan Pedro (95), Artur Koshchuuk (94)

(2) João Moniz (94), Tiago Freire (94), Dyllan Pedro (95), Pedro Fontes (88)



PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA OFICIAL

100 Jardas	Duarte Basílio	75	B. Anjos	10.33	EN	27-02-1994
300 M	César Pedreira	86	J.Vidigalense	34.99	INATEL Lx	06-05-2007
500 M	Amílcar Leal	75	J.Vidigalense	65.09	EULx	27-02-1999
1.000 M	Cristóvão Fernandes	83	B. Anjos	2.25.2	Stade Les Perrets	29-03-2003
2.000 M	Avelino Frias	64	J.Vidigalense	5.36.3	EM Leiria	06-12-1997
3.000 M	Carlos Santos	73	Óptica 2001	8.02.97	E.B. Funchal	18-07-1994
100 Km	Rogério Vieira	66	C.A. Barreira	8:25:10	Viana Castelo	28-06-2003
200 M Bar (0,91)	João António	75	J.Vidigalense	26.47	EULx	22-02-1997
300 M Bar (0,91)	Alexandre Sousa	87	J.Vidigalense	41.1	EULx	22-04-2006
Milha	Paulo Pinto	71	D.Pombal	4.15.96	EN	11-05-1991
4 x 200 M	J. Vidigalense (3)			1.30.44pc	N. Espinho	07-02-2010
Estafeta Sueca	J. Vidigalense (4)			1.59.16	Fontelo	01-05-1995
5.000 m Marcha	José Silva	84	B. Anjos	21.18.28	Rio Maior	10-05-2000
10.000 M Marcha	Cristiano António	88	AC Vermoil	44.47.80	EM Leiria	17-07-2010
10KmMarcha (Estr)	José Silva	84	B. Anjos	44.32	Rio Maior	15-04-2000
35Km Marcha Est	Cristiano António	88	AC Vermoil	2:53.26	Quarteira	01-02-2014

(3) Pedro Lopes (92), Gonçalo Ribeiro (89), Cristiano Carreira (90), Bruno Gualberto (88)

(4) Artur Ribeiro, Duarte Basílio (75), João Afonso (76), Filipe Delgado

RECORDES ABSOLUTOS FEMININOS – AR LIVRE

100 M	Cátia Ferreira	83	J.Vidigalense	12.04	EULx	13-07-2002
200 M	Cátia Ferreira	83	J.Vidigalense	25.01	1º Maio / Braga	10-06-2001
400 M	Lilian Silva	82	J.Vidigalense	56.06	EULx	28-07-2007
800 M	Lilian Silva	82	J.Vidigalense	2.06.53	E. Luso	15-06-2006
1.500 M	Lilian Silva	82	J.Vidigalense	4.25.00 pc	N. Espinho	18-02-2006
3.000 M	Micaela Lopes	92	J.Vidigalense	9.45.30	Maia	01-08-2015
5.000 M	Sara Pinho	81	J.Vidigalense	16.48.12	EM Leiria	04-06-2005
10.000 M	Marta Martins	92	J.Vidigalense	34.17.64	Marató - ESP	06-04-2013
100 M Bar (0,84)	Eva Vital	92	Arneirense	13.66	EM Leiria	21-06-2009
400 M Bar (0,76)	Catarina Bastos	86	J.Vidigalense	60.71	E. Luso	15-06-1995
3.000 M Obst.	Jéssica Matos	94	J.Vidigalense	10.49.57	Vagos	13-06-2015
Altura	Liliana Viana	85	Individual	1.82	EU Lx	30-07-2011
Vara	Vera Lavrador	88	J.Vidigalense	3.62	EM Leiria	03-06-2006
	Vera Lavrador	88	J.Vidigalense	3.62	E. Seia	22-07-2006
Comprimento	Evelise Veiga	96	J.Vidigalense	6.10 pc	EC Pombal	21-02-2015
Triplo	Evelise Veiga	96	J.Vidigalense	12.83	Suécia	16-07-2015
Peso (4 Kg)	Mª Rosário Rodrigues	74	Arneirense	13.79	CD Caldas	28-06-2006
Disco (1 Kg)	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	53.94	CNL Leiria	01-03-2008
Dardo (600 g)	Joana Gonçalves	83	J.Vidigalense	49.03	EULx	08-06-2003
Martelo (4 Kg)	Vânia Silva	80	J.Vidigalense	68.82	EULx	14-07-2004
10.000 m Marcha	Daniela Cardoso	91	LMA-L	47.47.04	EM Leiria	01-03-2015
20Km Marcha (Est)	Daniela Cardoso	91	LMA-L	1:35.43	Rio Maior	18-04-2015
4 x 100 M	J. Vidigalense (1)			47.83	EM Fátima	06-07-2013
4 x 400 M	J.Vidigalense (2)			3.55.67	Leiria	28-07-2013
Maratona	Sara Brito	70	CA Barreira	3:07.27	Porto	03-11-2013
Heptatlo	Catarina Rafael	77	B. Anjos	4886 pts	EULx	27-28/4/1996
	100 B / Alt. / Peso 4 / 200 m / Comp. / Dardo 6 / 800 m					
	15.55 / 1.56 / 10.70 / 27.41 / 5.58 / 37.30 / 2.19.15					
	770 / 689 / 575 / 678 / 723 / 616 / 835					

(1) Jéssica Veiga (94), Tatiana Rosário (94), Débora Clemente (94), Evelise Veiga (96)

(2) Jéssica Veiga (94), Micaela Lopes (92), Evelise Veiga (2), Sara Martins (92)

PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA OFICIAL

100 Jardas	Cátia Ferreira	83	J.Vidigalense	11.49	EULx	19-02-2000
300 M	Carla Santos	91	J.Vidigalense	41.12	EM Leiria	19-04-2008
1.000 M	Ana Queirós Alves	94	J. Vidigalense	2.56.17	E.Albufeira	17-04-2009
2.000 M	Madalena Carriço	79	B. Anjos	6.31.2	EM Leiria	14-12-1997
200 M Bar (0,76)	Ibraina Lima	76	J.Vidigalense	30.18	EULx	27-02-1999
300 M Bar (0,76)	Catarina Bastos	86	J.Vidigalense	43.9	EULx	22-04-2006
4 x 200 M	J.Vidigalense (3)			1.47.78	Fontelo	01-05-2003
Estafeta Sueca	J.Vidigalense (4)			2.25.37	Fontelo	01-05-2005
3.000 M Marcha	Daniela Cardoso	91	LMA-L	12.59.15 pc	EC Pombal	14-02-2015
5.000 M Marcha	Daniela Cardoso	91	LMA-L	22.56.48	EM Leiria	19-07-2015
10Km Marcha Est	Raquel Carvalho	83	B. Anjos	50.12	Dudince (SvK)	19-05-2001
Milha	Joana Ferreira	97	ADR Mata	5.20,20	P.Tomar	07-07-2012

(3) Juliana Neto (86) , Mafalda Ribeiro (83), Maria Frazão (87) , Cátia Ferreira (83)

(4) Maria Frazão (87), Joana Tomás (86), Juliana Neto (86), Diana Gaspar (87)

RECORDES

DISTRITAIS

PISTA COBERTA

RECORDES INFANTIS MASCULINOS - PC

60 m	Rodrigo Duarte	98	J.Vidigalense	7.81	EC Pombal	10-12-2011
150 m	Fábio Dias	97	AC Vermoil	18.52	EC Pombal	11-12-2010
600 m	João Leal	98	J.Vidigalense	1.35.77	EC Pombal	10-12-2011
60 Bar	Fábio Dias	97	AC Vermoil	8.95	EC Pombal	11-12-2010
1.000 m	Edgar Salvador	97	UDS Guarda	3.02.28	EC Pombal	18-12-2010
	Eduardo Valério	96	J.Vidigalense	1.65	EC Pombal	05-12-2009
Altura	Fábio Dias	97	AC Vermoil	1.65	P.Óbidos	20-11-2010
	Alexandre Figueiredo	98	J.Vidigalense	1.65	EC Pombal	12-03-2011
	Alexandre Figueiredo	98	J.Vidigalense	1.65	EC Pombal	03-12-2011
Comprimento	Eduardo Valério	96	J.Vidigalense	5.86	EC Pombal	26-12-2009
Quadruplo	Guilherme Dias	01	J.Vidigalense	12.39	EC Pombal	09-03-2013
Vara	Miguel Pinheiro	96	AC Vermoil	2.40	EC Pombal	05-12-2009
Peso (3 kg)	Oleksandr Lyashchenko	97	CAM Grande	14.55	EC Pombal	18-12-2010
2.000 Marcha	João Santos	99	AC Vermoil	11.31,1	EC Pombal	08-12-2012
Triatlo Técnico	Fábio Dias	97	AC Vermoil	1500 pts	N. Espinho	23-01-2010
	60 B (0,76) / Peso 3 / Comp.					
	9.61 / 10.06 / 5.06					

PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS

Triatlo						
60m /Peso3 /Comp.	Alexandre Costa	86	J.Vidigalense	1171 pts	P. Braga	23-01-1999
4 x 150 m	J. Vidigalense (1)			1.27,51	EC Pombal	18-12-2010



RECORDES INFANTIS FEMININOS – PC

60 m	Sarah Dias	95	J.Vidigalense	8.12	EC Pombal	06-12-2008
150 m	Sarah Dias	95	J.Vidigalense	20.18	EC Pombal	01-03-2008
600 m	Filipa Eutiquio	96	CB Alcobaça	1.44.7	EC Pombal	07-12-2009
60 B (0,76)	Sarah Dias	95	J.Vidigalense	10.02	EC Pombal	30-12-2007
1.000 m	Filipa Eutiquio	96	CB Alcobaça	3.12.19	EC Pombal	21-02-2009
Altura	Rita Santos	76	B. Anjos	1.49	P. Braga	16-12-1989
Comprimento	Sarah Dias	95	J.Vidigalense	4.87	EC Pombal	28-12-2008
Quadruplo	Juliana Brites	00	J.Vidigalense	12.97	EC Pombal	09-03-2013
Vara	Mariana Neves	00	J.Vidigalense	2.30	EC Pombal	24-02-2013
Peso (2 kg)	Catarina Rosa	89	CAM Grande	10.96	P. Braga	05-02-2001
2.000 Marcha	Tânia Pires	99	J.Vidigalense	10.59,2	EC Pombal	08-12-2012
Triatlo Técnico	Sarah Dias	95	J.Vidigalense	1750 pts	EC Pombal	27-01-2008
	60 B (0,76) / Peso 2 / Comp.					
	10.11	/	10.35	/	4.80	
	692	/	552	/	506	

PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS

Triatlo						
60m /Peso2 /Comp.	Magda Marques	82	MMI Nazaré	1221 pts	P. Aveiro	08-01-1995
4 x 150 m	AC Vermoil (1)			1.27,8	EC Pombal	18-12-2010
	Cláudia Freire (98), Esmeralda Marques (97), Stefany Oliveira (97), Manuela Martins (98)					



RECORDES INICIADOS MASCULINOS - PC

60 m	Artur Koshchuk	94	J.Vidigalense	7.29	EC Pombal	05-12-2009
250 m	João Ribeiro	97	UDS Guarda	30.64	EC Pombal	30-12-2012
800 m	Edgar Alexandre	97	UDS Guarda	2.06.13	EC Pombal	17-12-2011
1.500 m	Leonel Ferreira	90	Arneirense	4.40.99	P. Braga	12-02-2005
60 Bar (0,84)	Fábio Dias	97	AC Vermoil	8.53	N. Espinho	22-01-2012
Altura	Fábio Dias	97	AC Vermoil	1.88	N. Espinho	22-01-2012
Vara	Fábio Dias	97	AC Vermoil	3.70	EC Pombal	08-12-2012
Comprimento	Artur Koshchuk	94	J.Vidigalense	6.30	EC Pombal	13-12-2009
Quadruplo	Tomás Marreiros	98	AC Vermoil1	14.88	EC Pombal	24-02-2013
Triplo	Eduardo Valério	96	J.Vidigalense	13.15	EC Pombal	18-12-2011
Peso (4 kg)	Oleksandr Lyashchenko	97	CAM ^a Grande	14.40	EC Pombal	08-12-2012
3.000 Marcha	Bruno Pedro	93	GAC Vento	14.35,77	EC Pombal	27-01-2008
Triatlo Técnico	Eduardo Valério	96	J.Vidigalense	1854 pts	EC Pombal	09-01-2011
60 B (0.84) / Comp. / Peso 4						
8.87 / 5.71 / 11.13						
775 / 525 / 554						

PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS

300 m elect	Artur Koshchuk	94	J.Vidigalense	40.37	EC Pombal	27-01-2008
man	Joel Gomes	94	AC Vermoil	39.7	EC Pombal	05-12-2009
Triatlo Opc. 60m bar. /Peso4 /Alt.	Fábio Dias	96	AC Vermoil	1794 pts	EC Pombal	01-01-2011
Tetratlo	Paulo Pires	76	B. Anjos	2096 pts	P. Aveiro	06-07/02/93
Pentatlo 60/ Comp /Peso4 60B / Alt.	Bruno Carmo	81	J.Vidigalense	2465 pts	P. Aveiro	06-07/01/96

RECORDES INICIADOS FEMININOS - PC

60 m	Eva Vital	92	Arneirense	8.04	P. Alpiarça	24-02-2007
250 m	Joana Carlos	99	J.Vidigalense	34.09	EC Pombal	28-12-2014
800 m	Joana Ferreira	97	ADR Mata	2.24.25	EC Pombal	26-02-2012
1.500 m	Ana Queiróz Alves	94	J.Vidigalense	5.01.8	EC Pombal	06-12-2008
60 Bar (0,76)	Eva Vital	92	Arneirense	8.90*	P. Alpiarça	24-02-2007
Altura	Cláudia Gameiro	80	J.Vidigalense	1.62	P. Aveiro	15-01-1995
Vara	Bárbara Mota	00	AC Vermoil	2,75	EC Pombal	04-01-2015
Comprimento	Sarah Dias	95	J.Vidigalense	5.33	N. Espinho	23-01-2010
Quadruplo	Mariana Bento	98	CAM Grande	12.76	EC Pombal	24-02-2013
Triplo	Anaïs Baptista	94	J.Vidigalense	11.56	EC Pombal	13-12-2009
Peso (3 kg)	Cristiana Oliveira	84	CAM Grande	12.89	P. Alpiarça	27-02-1999
3.000 m Marcha	Ágata Mendes	95	GAC. Vento	16.51.9	EC Pombal	05-12-2009
Triatlo Técnico 60b /peso3/comp	Sarah Dias	95	J.Vidigalense	1908 pts	N. Espinho	23-01-2010
Comp. / 60 B (0.76) / Peso 3						
5.33 / 9.68 / 9.30						

*) barreiras de Juvenis femininos

PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS

300 m	Ana Rita Fernandes	93	Arneirense	44.37	EC Pombal	27-01-2008
300 m (man.)	Ana Alves	94	J.Vidigalense	43.7	EC Pombal	05-12-2009
Triatlo 60m/Peso3/Comp	Alexandra Fernandes	84	B. Anjos	1492 pts	P. Braga	23-01-1999
Tetratlo	Ágata Correia	79	B. Anjos	2127 pts	P. Aveiro	06-07/02/93
Pentatlo 60/ Alt /Peso3 60B / Comp.	Alexandra Fernandes	84	B. Anjos	2926 pts	N. Espinho	19-20/12/98

RECORDES JUVENIS MASCULINOS - PC

60 m	João Pinto	97	CAM Grande	6.93	EC Pombal	28-12-2014
200 m	João Pinto	97	CAM Grande	22.21	EC Pombal	23-02-2014
300 m	João Moniz	94	J. Vidigalense	36.22	EC Pombal	20-02-2011
800 m	Thibaut Junqueira	92	B. Anjos	1.58.02	EC Pombal	21-02-2009
1.500 m	Homilzio Santos	92	Arneirense	4.10.74	N. Espinho	17-01-2009
3.000 m	Pedro Santos	92	J.Vidigalense	8.58.74	EC Pombal	13-12-2009
60 Bar (0,91)	João Rocha	92	B. Anjos	8.24	P. Alpiarça	07-03-2009
Altura	Ricardo Mendes	94	J.Vidigalense	2.00	EC Pombal	23-01-2011
Vara	Miguel Lopes	97	J.Vidigalense	4.10	EC Pombal	28-12-2014
	Rui M. Marques	98	GAU Bajouca	4.10	EC Pombal	03-01-2015
	Rui M. Marques	98	GAU Bajouca	4.10	P. Braga	17-01-2015
Comprimento	Miguel Marques	95	J.Vidigalense	6.83	EC Pombal	30-12-2012
Triplo	Oleksandr Lyashchenko	97	CAM Grande	14,46	EC Pombal	06-12-2014
Peso (5 kg)	Carlos Dinis	77	J.Vidigalense	15.83	P. Aveiro	17-12-1994
5.000 m						
Marcha	José Silva	84	B. Anjos	21.50.89	N. Espinho	05-02-2000
4 x 200 m	AC Vermoil (1)			1.36.63	P. Braga	18-01-2015
Triatlo						
Técnico	Kevin Wilson	90	B. Anjos	2155 pts	P. Alpiarça	03-02-2007
60 B/Peso5/Altura						

(1) Lucas Dias (99), Bryan Rodrigues (99), Rafael Gonçalves (98), João Silva (99)

PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS

400 m	Duarte Basílio	75	B. Anjos	50.5	P. Braga	29-02-1992
Milha	Edgar Alexandre	96	UDSG	4.37.75	EC Pombal	01-03-2013
4 x 300 m	J. Vidigalense (2)			2.49.4	EC Pombal	07-12-2008
4 x 400 m	Bairro Anjos (3)			3.42.27	P. Braga	29-12-1995
Triatlo						
60m/Peso5/Altura	Gonçalo Gameiro	83	J.Vidigalense	1725 pts	P. Braga	29-01-2000
Pentatlo						
60m/Comp/Peso5	João Afonso	76	B. Anjos	3433 pts	P. Aveiro	06-07/02/1993
60 B 0.91/Altura						

(1) Dyllan Pedro (95), Luís Ferreira (92), Ricardo Fernandes (92), Fábio Remigio (93)

(3) Pedro Soares, Jorge Batista, Paulo Pires, Ricardo Santo

Ranking 2015

Hexatlo Luís Cardoso 85 B. Anjos 3384 pts P. Braga 29-30/12/2001
60 m / Comp. / Peso5 / 60 B 0,91 / Altura / 1.000 m
 7.73 / 5.81 / 12.44 / 9.5 / 1.58 / 3.11.87

RECORDES JUVENIS FEMININOS - PC

60 m	Eva Vital	92	Arneirense	7.56	EC Pombal	21-02-2009
200 m	Carla Santos	91	J.Vidigalense	26.20	N. Espinho	03-02-2008
300 m	Carla Santos	91	J.Vidigalense	43.16	N. Espinho	23-12-2007
800 m	Ana Queiróz Alves	94	J.Vidigalense	2.16.18	EC Pombal	24-01-2010
1.500 m	Ana Queiróz Alves	94	J.Vidigalense	4.40.56	EC Pombal	23-01-2010
3.000 m	Joana Ferreira	97	ADR Mata	10.10.68	EC Pombal	09-02-1014
60 Bar (0,76)	Eva Vital	92	Arneirense	8.64	EC Pombal	10-01-2009
Altura	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	1.70	EC Pombal	13-01-2008
Vara	Vera Lavrador	88	J.Vidigalense	3.10	P. Alpiarça	02-02-2008
Comprimento	Evelise Veiga	96	J. Vidigalense	5.98	EC Pombal	16-02-2013
Triplo	Anaïs Baptista	94	J.Vidigalense	11.56	EC Pombal	13-12-2009
Peso (3 kg)	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	14.44	P. Alpiarça	22-12-2007
3.000 m Marcha	Sandra Monteiro	77	B. Anjos	14.13.0	P. Braga	20-02-1994
4 x 200 m	J. Vidigalense (1)			1.52.68	P. Braga	18-01-2015
Triatlo Técnico 60B/Peso3/Altura	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	2364pts	P. Alpiarça	02-02-2008
Pentatlo	Sónia Machado	98	J. Vidigalense	3440 pts	EC Pombal	28-02-2015

60 B 0.76/ Altura / Peso 3 / Comp. / 800 m

9.26 / 1.58 / 11.97 / 5.08 / 2.35.00

856 / 712 / 659 / 581 / 632

(1) Mariana Castro (98), Bruna Santos (98), Catarina Santos (99), Joana Carlos (99)

PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS

400 m	Maria Frazão	87	J.Vidigalense	60.41	N. Espinho	06-03-2004
Milha	Mariana Cordeiro	96	CAM Grande	5.31.54	EC Pombal	09-03-2013
4 x 300 m	Arneirense (2)			3.12.0	EC Pombal	07-12-2008
	(2) Joana Brito (92), Ana B. Fernandes (95), Jessica Ferreira (94), Liliana Vitória (94)					
4 x 400 m	J.Vidigalense (3)			4.18.61	P. Braga	02-02-1997
	(3) Cláudia Dinis (81), Vânia Silva (80), Ana Gaspar (80), Nélia Rodrigues (80)					



Ranking 2015

Triatlo 60m/Peso 3/Altura	Cátia Ferreira	83	J.Vidigalense	1956 pts	P. Braga	29-01-2000
Pentatlo 60m/Comp/Peso 3 60 B 0.76/Altura	Catarina Rafael	77	B. Anjos	3159 pts	P. Aveiro	06-7/02/1993

RECORDES JUNIORES MASCULINOS - PC

60 m	João Pinto	97	CAM Grande	6,89	EC Pombal	14-12-2015
200 m	João Pinto	97	CAM Grande	22.21	EC Pombal	23-02-2014
400 m	Luís Freitas	79	B. Anjos	49.12	N. Espinho	21-02-1998
	Luís Freitas	79	B. Anjos	49.12	N. Espinho	28-02-1998
800 m	Thibaut Junqueira	92	NDA Pombal	1.56.36	EC Pombal	16-01-2011
1.500 m	Ricardo A. Fernandes	91	J.Vidigalense	3.59.96	N. Espinho	06-02-2010
3.000 m	Idelberto Ferreira	80	B. Anjos	8.47.4	N. Espinho	18-01-1998
60 Bar (1,00)	Bruno Gualberto	88	J.Vidigalense	8.29	N. Espinho	11-02-2006
60 Bar (1,06)	Bruno Gualberto	88	J.Vidigalense	8.47	N. Espinho	26-02-2006
Altura	Carlos Pereira	87	J.Vidigalense	2.13	N. Espinho	25-02-2006
Vara	Pedro M. Soares	93	CAM Grande	4.35	EC Pombal	30-12-2012
Comprimento	Oleksandr Lyashchenko	97	CAM Grande	7.38	EC Pombal	14-02-2015
Triplo	Oleksandr Lyashchenko	97	CAM Grande	15.08	EC Pombal	15-02-2015
Peso (6 kg)	Francisco Belo	91	J.Vidigalense	16.27	N. Espinho	25-01-2009
5.000 m Marcha	Bruno Pedro	93	GAC Vento	21.41.36	EC Pombal	14-01-2012
4 x 400 m	B. Anjos (1)			3.27.03	N. Espinho	01-03-1998
Heptatlo	Kevin Wilson	90	B. Anjos	4798 pts	EC Pombal	29-30/12/2007

60 m / Comp. /Peso 6 / Altura / 60B 1,00 / Vara / 1.000 m
 7.15 / 6.75 / 11.86 / 1.84 / 8.95 / 3.70 / 3.00.21
 830 / 755 / 598 / 661 / 757 / 535 / 662

(1) Filipe Ferreira (79), Paulo Ferreira (79), Manuel Neves (79) , Luís Freitas (79)

PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS

300 m	João Moniz	94	J.Vidigalense	36.22	EC Pombal	20-02-2011
Milha	Edgar Alexandre	96	UDSG	4.37.75	EC Pombal	09-03-2013
1.000 m	Tiago Dias	90	J.Vidigalense	2.33.79	EC Pombal	26-12-2009
Peso (7.260 Kg)	Francisco Belo	91	J.Vidigalense	15.64	N. Espinho	28-02-2010
4 x 200 m	J.Vidigalense (2)			1.32.18	N. Espinho	23-02-2008

(2) Rafael Soares (81) , Gonçalo Ribeiro (89), Miguel Martins (90) , Cristiano Carreira (90)

Pentatlo 60m/Comp/Peso 7 60 B 1,06 /Altura	Pedro Raposo	74	B. Anjos	3358 pts	P. Aveiro	06-07/02/1993
---	--------------	----	----------	----------	-----------	---------------



Ranking 2015

Heptatlo	João Afonso	76	J.Vidigalense	4333 pts	P. Braga	21-22/01/1995
	60 m / Comp. / Peso 7 / Altura / 60B 1,06 / Vara / 1.000 m					
	7.27 / 6.68 / 10.09 / 1.78 / 9.95 / 2.70 / 2.40.55					
	789 / 739 / 491 / 610 / 551 / 286 / 867					

RECORDES JUNIORES FEMININOS – PC

60 m	Eva Vital	92	Arneirense	7.56	EC Pombal	21-02-2009
200 m	Tatiana Rosário	94	J.Vidigalense	25.20	EC Pombal	20-01-2013
400 m	Maria Frazão	87	J.Vidigalense	58.64	N. Espinho	05-03-2005
800 m	Ana Queiróz Alves	94	J.Vidigalense	2.16.18	EC Pombal	24-01-2010
1.500 m	Madalena Carricho	79	B. Anjos	4.39.80	P. Braga	15-02-1997
3.000 m	Marta Martins	92	J.Vidigalense	9.59.62	EC Pombal	27-02-2011
60 Bar (0,84)	Eva Vital	92	Arneirense	8.56	EC Pombal	01-03-2009
Altura	Cláudia Gameiro	80	J.Vidigalense	1.70	N. Espinho	15-02-1998
	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	1.70	EC Pombal	13-01-2008
Vara	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	1.70	P. Alpiarça	02-02-2008
	Vera Lavrador	88	J.Vidigalense	3.54	P. Braga	04-02-2006
Comprimento	Evelise Veiga	96	J.Vidigalense	6.10	EC Pombal	21-02-2015
Triplo	Evelise Veiga	96	J.Vidigalense	12.57	EC Pombal	22-02-2015
Peso (4 kg)	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	12.99	EC Pombal	05-01-2008
3.000 m Marcha	Sandra Monteiro	77	B. Anjos	13.34.36	P. Braga	17-02-1996
4 x 200 m	J.Vidigalense (1)			1.43.92	EC Pombal	20-01-2103
Pentatlo	Catarina Rafael	77	B. Anjos	3446 pts	P. Braga	03-02-1996
	60 B 0.76/ Altura / Peso 4 / Comp. / 800 m					
	9.42 / 1.50 / 11.02 / 5.41 / 2.26.99					
	824 / 621 / 596 / 674 / 731					

(1) Jéssica Viegas (94), Tatiana Rosário (94), Débora Clemente (94), Evelise Veiga (96)

PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS

Milha	Mariana Cordeiro	96	CAM Grande	5.31.54	EC Pombal	09-03-2013
4 x 400 m	J.Vidigalense (2)			4.11.42	N. Espinho	06-03-2005

(2) Ana Grácio (87), Joana Tomás (86), Juliana Neto (86), Maria Frazão (87)



RECORDES SUB-23 MASCULINOS - PC

60 m	João Pinto	97	CAM Grande	6,89	EC Pombal	14-12-2015
200 m	João Pinto	97	CAM Grande	22.21	EC Pombal	23-02-2014
400 m	Bruno Gualberto	88	J.Vidigalense	48.83	EC Pombal	31-01-2010
800 m	Cristóvão Fernandes	83	B. Anjos	1.52.74	N. Espinho	23-02-2003
1.500 m	Rúben Silva	93	J.Vidigalense	3.54.68	EC Pombal	21-02-2015
3.000 m	Carlos Santos	73	Óptica 2001	8.19.88	P. Braga	19-02-1995
60 Bar (1,06)	Bruno Gualberto	88	J.Vidigalense	8.25	EC Pombal	14-02-2010
Altura	Carlos Pereira	87	J.Vidigalense	2.13	N. Espinho	25-02-2006
Vara	Pedro M. Soares	93	CAM Grande	4.80	EC Pombal	08-02-2015
Comprimento	Oleksandr Lyashchenko	97	CAM Grande	7.38	EC Pombal	14-02-2015
Triplo	Bruno Carmo	81	B. Anjos	15.15	P. Alpiarça	10-03-2003
	João Alexandre	90	J.Vidigalense	15.15	N. Espinho	05-02-2012
Peso (7260 kg)	Adriano Lopes	91	J.Vidigalense	15.84	N. Espinho	19-02-2012
5.000 m Marcha	Bruno Pedro	93	GAC Vento	21.35.9	EC Pombal	02-02-2013
4 x 200 m	J.Vidigalense (1)			1.30.44	N. Espinho	07-02-2010
	(1) Pedro Lopes(92), Gonçalo Ribeiro(89), Cristiano Carreira(90), Bruno Gualberto(88)					
Heptatlo	João Afonso	76	J.Vidigalense	4379 pts	P. Braga	3/4-02-1996
	60 m / Comp. /Peso 7 / Altura / 60B 1,06 / Vara / 1.000 m					
	7.30 / 6.56 / 11.19 / 1.78 / 10.22 / 3.01 / 2.40.92					
	779 / 711 / 557 / 610 / 500 / 359 / 863					

PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS

300 m	João Moniz	94	J.Vidigalense	36.22	EC Pombal	20-02-2011
Milha	Edgar Alexandre	96	UDSG	4.37.75	EC Pombal	09-03-2013
1.000 m	Tiago Dias	90	J.Vidigalense	2.33.79	N. Espinho	26-12-2009
4 x 400 m	J. Vidigalense (2)			3.22.00	EC Pombal	31-01-2010
	(2) Cristiano Carreira (90), Pedro Lopes (92), Diogo Reis (89) , Bruno Gualberto (88)					

RECORDES SUB-23 FEMININOS – PC

60 m	Eva Vital	92	Arneirense	7.56	EC Pombal	21-02-2009
200 m	Tatiana Rosário	94	J.Vidigalense	25.20	EC Pombal	20-01-2013
400 m	Maria Frazão	87	J.Vidigalense	58.64	N. Espinho	05-03-2005
800 m	Micaela Lopes	92	J.Vidigalense	2.16.17	N. Espinho	05-02-2012
1.500 m	Micaela Lopes	92	J. Vidigalense	4.34.55	EC Pombal	29-01-2012
3.000 m	Marta Martins	92	J.Vidigalense	9.46.11	EC Pombal	10-02-2013
60 Bar (0,84)	Eva Vital	92	Arneirense	8.56	EC Pombal	01-03-2009
Altura	Liliana Viana	85	J.Vidigalense	1.73	N. Espinho	11-02-2006
Vara	Vera Lavrador	88	J.Vidigalense	3.54	P. Braga	04-02-2006
Comprimento	Evelise Veiga	96	J. Vidigalense	6.10	EC Pombal	21-02-2015
Triplo	Evelise Veiga	96	J. Vidigalense	12.57	EC Pombal	22-02-2015
Peso (4 kg)	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	12.99	EC Pombal	05-01-2008
3.000 m Marcha	Sandra Monteiro	77	B. Anjos	13.34.36	P. Braga	17-02-1996
4 x 400 m	J.Vidigalense (1)			4.11.42	N. Espinho	06-03-2005
	(1) Ana Grácio (87), Joana Tomás (86), Juliana Neto (86) , Maria Frazão (87)					
Pentatlo	Catarina Rafael	77	B. Anjos	3446 pts	P. Braga	03-02-1996
	60 B 0.76/ Altura / Peso 4 / Comp. / 800 m					
	9.42 / 1.50 / 11.02 / 5.41 / 2.26.99					
	824 / 621 / 596 / 674 / 731					

PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS

300 m	Sara Martins	91	J. Vidigalense	42.65	P. Braga	30-12-2012
600 m	Catarina Rafael	77	B. Anjos	1.44,12	P. Braga	26-01-1997
Milha	Mariana Cordeiro	96	CAM Grande	5.31.54	EC Pombal	09-03-2013
4 x 200 m	J.Vidigalense (2)			1.43.7	EC Pombal	03-02-2013
	(2) Debora Clemente (94), Sara Martins (91), Jéssica Viegas (94), Tatiana Rosário (94)					



RECORDES ABSOLUTOS MASCULINOS – PC

60 m	Paulo Neves	74	B. Anjos	6.84	N. Espinho	29-01-2000
200 m	João Pinto	97	CAM Grande	22.21	EC Pombal	23-02-2014
400 m	Bruno Gualberto	88	J.Vidigalense	48.83	EC Pombal	31-01-2010
800 m	Amílcar Leal	75	J.Vidigalense	1.51.94	N. Espinho	28-01-2001
1.500 m	António Oliveira	66	B. Anjos	3.53.62	N. Espinho	14-02-2004
3.000 m	Avelino Frias	64	J.Vidigalense	8.12.11	P. Braga	16-02-1997
60 Bar (1,06)	Luís Fernandes	82	J.Vidigalense	8.08	N. Espinho	13-02-2005
Altura	Carlos Pereira	87	J.Vidigalense	2.13	N. Espinho	25-02-2006
Vara	Pedro M. Soares	93	CAM Grande	4.80	EC Pombal	08-02-2015
Comprimento	Carlos Calado	75	B. Anjos	7.38	Espanha	15-01-2005
	Oleksandr Lyashchenko	97	CAM Grande	7.38	EC Pombal	14-02-2015
Triplo	Carlos Calado	75	B. Anjos	16.58	Espanha	20-02-2005
Peso (7260 kg)	Adriano Lopes	91	J.Vidigalense	15.84	N. Espinho	19-02-2012
5.000 m Marcha	Bruno Pedro	93	GAC Vento	21.35.9	EC Pombal	02-02-2013
4 x 400 m	J.Vidigalense (1)			3.22.00	EC Pombal	31-01-2010
Heptatlo	Pedro Raposo	74	B. Anjos	4497 pts	P. Braga	21-22/01/1995

60 m / Comp. / Peso 7 / Altura / 60B 1,06 / Vara / 1.000 m

7.28 / 6.50 / 9.05 / 1.99 / 9.16 / 3.00 / 2.54.02

785 / 697 / 429 / 794 / 711 / 357 / 724

(1) Cristiano Carreira (90), Pedro Lopes (92), Diogo Reis (89) , Bruno Gualberto (88)

PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS

300 m	João Moniz	94	J.Vidigalense	36.22	EC Pombal	20-02-2011
Milha	Edgar Alexandre	96	UDSG	4.37.75	EC Pombal	09-03-2013
1.000 m	Tiago Dias	90	J.Vidigalense	2.33.79	EC Pombal	26-12-2009
4 x 200 m	J. Vidigalense (2)			1.30.44	N. Espinho	07-02-2010

(2) Pedro Lopes(92), Gonçalo Ribeiro(89), Cristiano Carreira(90), Bruno Gualberto(88)

Pentatlo 60m/Comp/Peso 7 60 B 1,06 /Altura	Pedro Raposo	74	B. Anjos	3358 pts	P. Aveiro	06-7/02/1993
---	--------------	----	----------	----------	-----------	--------------

RECORDES ABSOLUTOS FEMININOS – PC

60 m	Eva Vital	92	Arneirense	7.56	EC Pombal	21-02-2009
200 m	Tatiana Rosário	94	J.Vidigalense	25.20	EC Pombal	20-01-2013
400 m	Madalena Fernandes	63	Colipo	57.69	P. Braga	04-02-1989
800 m	Lilian Silva	82	J.Vidigalense	2.07.76	P. Braga	04-02-2006
1.500 m	Lilian Silva	82	J.Vidigalense	4.25.00	N. Espinho	18-02-2006
3.000 m	Marta Martins	92	J.Vidigalense	9.46.11	EC Pombal	10-02-2013
60 Bar (0,84)	Eva Vital	92	Arneirense	8.56	EC Pombal	01-03-2009
Altura	Liliana Viana	85	J.Vidigalense	1.73	N. Espinho	11-02-2006
Vara	Vera Lavrador	88	J.Vidigalense	3.54	P. Braga	04-02-2006
Comprimento	Evelise Veiga	96	J.Vidigalense	6.10	EC Pombal	21-02-2015
Triplo	Evelise Veiga	96	J. Vidigalense	12.57	EC Pombal	22-02-2015
Peso (4 kg)	Sónia Grácio	74	J.Vidigalense	13.24	P. Braga	17-01-2004
3.000 m Marcha	Daniela Cardoso	91	LMA-L	12.59.15 pc	EC Pombal	14-02-2015
4 x 400 m	J.Vidigalense (1)			3.56.31	EC Pombal	22-02-2015
Pentatlo	Catarina Rafael	77	B. Anjos	3446 pts	P. Braga	03-02-1996

60 B 0.84/ Altura / Peso 4 / Comp. / 800 m

9.42 / 1.50 / 11.02 / 5.41 / 2.26.99

824 / 621 / 596 / 674 / 731

(1) Jéssica Viegas (94), Leslie Delgado (89), Evelise Veiga (96), Micaela Lopes (92)

PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS

300 m	Sara Martins	91	J. Vidigalense	42.65	P. Braga	30-12-2012
600 m	Catarina Rafael	77	B. Anjos	1.44.12	P. Braga	26-01-1997
Milha	Mariana Cordeiro	96	CAM Grande	5.31.54	EC Pombal	09-03-2013
4 x 200 m	J.Vidigalense (2)			1.43.7	EC Pombal	03-02-2013

(1) Debora Clemente (94), Sara Martins (91), Jéssica Viegas (94), Tatiana Rosário (94)

NOTAS: