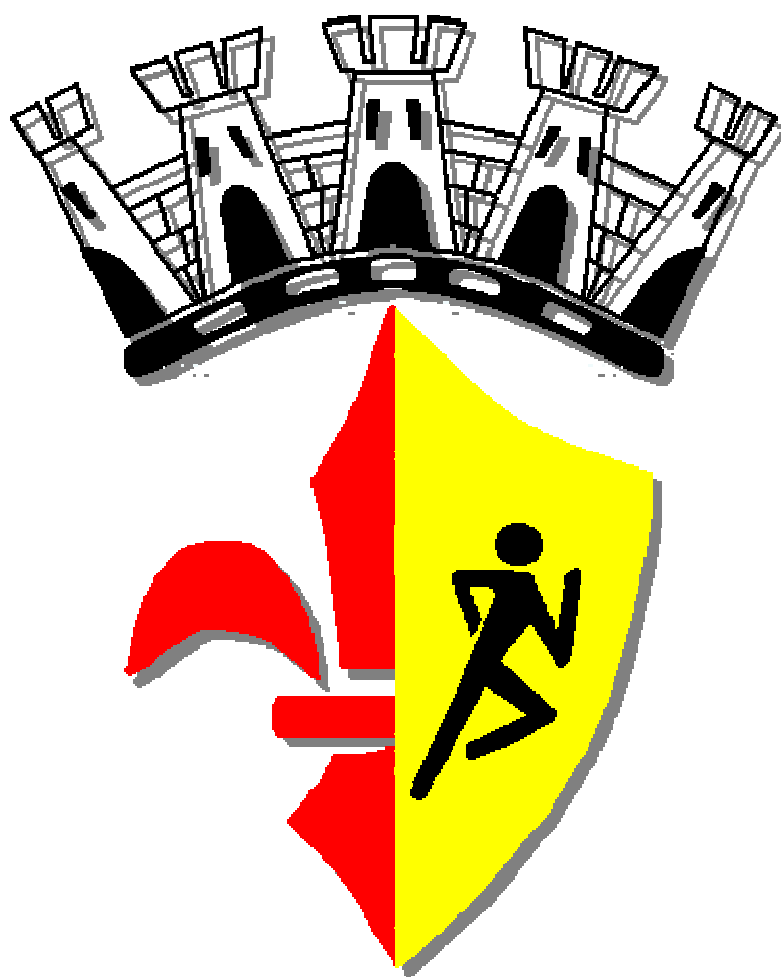


ASSOCIAÇÃO DISTRIITAL DE ATLETISMO DE LEIRIA



ANUÁRIO

ÉPOCA 2007 / 2008

ÍNDICE

ABREVIATURAS DE CLUBES.....	2
PISTAS.....	3
RECINTOS COBERTOS.....	4
CLUBES FILIADOS NA ÉPOCA DE 2007/2008	5
NÚMERO TOTAL DE ATLETAS POR ESCALÃO ÉPOCA 2007/2008.....	6
MAPA COMPERATIVO DE CLUBES E ATLETAS INSCRITOS.....	7
RANKING DE INFANTIS	9
RANKING DE INICIADOS	13
RANKING DE JUVENIS.....	18
RANKING DE JUNIORES.....	24
RANKING SENIORES	29
RECORDES DE INFANTIS MASCULINOS – AR LIVRE	37
RECORDES DE INFANTIS FEMININOS – AR LIVRE	38
RECORDES DE INICIADOS MASCULINOS – AR LIVRE	39
RECORDES DE INICIADOS FEMININOS – AR LIVRE	40
RECORDES DE JUVENIS MASCULINOS – AR LIVRE	41
RECORDES DE JUVENIS FEMININOS – AR LIVRE.....	43
RECORDES DE JUNIORES MASCULINOS – AR LIVRE	45
RECORDES DE JUNIORES FEMININOS – AR LIVRE.....	47
RECORDES SUB-23 MASCULINOS – AR LIVRE	49
RECORDES SUB-23 FEMININOS – AR LIVRE	50
RECORDES ABSOLUTOS MASCULINOS – AR LIVRE	51
RECORDES ABSOLUTOS FEMININOS – AR LIVRE	53
RECORDES INFANTIS MASCULINOS - PC.....	57
RECORDES INFANTIS FEMININOS - PC.....	57
RECORDES INICIADOS MASCULINOS - PC.....	58
RECORDES INICIADOS FEMININOS - PC.....	59
RECORDES JUVENIS MASCULINOS - PC.....	60
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS	60
RECORDES JUVENIS FEMININOS - PC.....	61
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS	61
RECORDES JUNIORES MASCULINOS - PC.....	62
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS	62
RECORDES JUNIORES FEMININOS – PC	63
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS	63
RECORDES SUB-23 MASCULINOS - PC	64
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS	64
RECORDES SUB-23 FEMININOS – PC.....	65
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS	65
RECORDES ABSOLUTOS MASCULINOS – PC.....	66
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS	66
RECORDES ABSOLUTOS FEMININOS – PC	67
PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS	67

ABREVIATURAS DE CLUBES

2 AP	Associação Atletismo de Pombal
ACDRA ARNEIRENSE	Associação Cultural Desportiva Recreativa Arneirense
AC CARNIDE	Associação Cultural Carnide
AC VERMOIL	Atlético Clube Vermoil
AR SOUTOS	Associação Recreativa Soutos
B. ANJOS	Associação Desportiva Cultural Recreativa Bairro Anjos
CAM GRANDE	Clube de Atletismo da Marinha Grande
C.A BARREIRA	Clube de Atletismo da Barreira
CASG	Centro Amizade e Animação Social Santiago Guarda (Ansião)
C A NAZARÉ	Clube de Atletismo da Nazaré
CA ÓBIDOS	Clube Atletismo de Óbidos
CB ALCOBAÇA	Casa Benfica em Alcobaca
CRP RIBAFRIA	Centro Recreativo Popular de Ribafria
COLIPO	Clube Atletismo Colipo
CORTES	Centro Popular Cultura e Recreio das Cortes
CSM-L	Colégio São Mamede – Leiria
CSP VI	Centro Social Paroquial Paulo VI
CUÉT. D. POMBAL	Cuétara Desportivo de Pombal
EP MARRAZES	Escola Preparatória Marrazes
EP D.DINIS	Escola Preparatória D. Dinis
GA CASAIS VENTO	Grupo Amigos Casais do Vento
GDC BRAVA	Grupo Desportivo Costa Brava
GD PEDREIRAS	Grupo Desportivo das Pedreiras
I.D VIEIRENSE	Industrial Desportivo Vieirense
J.VIDIGALENSE	Juventude Vidigalense
M.C. LEIRIA	Maratona Clube Leiria
MARINHENSE	Atlético Clube Marinhense
MMI NAZARÉ	Meia Maratona Internacional da Nazaré
ÓPTICA 2001	Associação Atletismo Peniche (Óptica 2001)

PISTAS

AÇOTEIAS	Aldeia das Açoteias (Algarve)
CÁCERES	Estádio Cáceres (Espanha)
CD CALDAS	Complexo Desportivo Caldas Rainha
CD BEJA	Complexo Desportivo Fernando Mamede – Beja
CNL LEIRIA	Centro Nacional Lançamento de Leiria
E.B.FUNCHAL	Estádio dos Barreiros (Funchal)
E. COVILHÃ	Estádio da Covilhã
E.J.A.	Estádio José Alvalade
E.M.C.	Estádio Municipal de Coimbra
E.ELVAS	Estádio Municipal de Elvas
E.M.G	Estádio Municipal da Guarda
E. LAGOS	Estádio de Lagos
EM LEIRIA	Estádio Municipal de Leiria
E.M.M.G.	Estádio Municipal Marinha Grande
RIO MAIOR	Estádio Municipal Rio Maior
E. LUSO	Estádio do Luso
E.N.	Estádio Nacional
E.U.C.	Estádio Universitário de Coimbra
E.U.LX.	Estádio Universitário de Lisboa
E. OURENSE	Estádio de Ourense
E. SEIA	Estádio de Seia
E. SEIXAL	Estádio do Seixal
FONTELO	Estádio do Fontelo (Viseu)
LUZ	Estádio da Luz (Lisboa)
MAIA	Estádio da Maia (Porto)
1º MAIO	Estádio 1º de Maio (Braga)
NIVELLES	Estádio de Nivelles (Alemanha)
P. ABRANTES	Pista de Atletismo de Abrantes
P. ALMADA	Pista Municipal de Almada
P. GUIMARÃES	Pista de Atletismo Gémeos Castro
P. INATEL PORTO	Pista do INATEL (Porto)
P. FARO	Pista de Faro
P. LOVELHE	Pista de Lovelhe (Viana do Castelo)
P. ÓBIDOS	Pista de Óbidos
P.U.AVEIRO	Pista da Universidade de Aveiro
P.V.R.STº.ANTº.	Pista Vila Real Stº António
P. V.CASTELO	Pista Viana do Castelo
P. VENDAS NOVAS	Pista de Vendas Novas (Évora)
S. Maur Fosse	Saint – Maur – des – Fossés (França)
SALAMANCA	Estádio de Salamanca (Espanha)

RECINTOS COBERTOS

E.C POMBAL	ExpoCentro de Pombal
P. AVEIRO	Pavilhão Rec. Recinto Feiras (Aveiro)
N. ESPINHO	Nave Espinho
P. ALCANENA	Pavilhão Alcanena
P. ALPIARÇA	Pavilhão Alpiarça
P. BRAGA	Pavilhão Exposição Desportos (Braga)
P. MARRAZES	Pavilhão Marrazes
P. MONTIJO	Pavilhão do Montijo
P. NAZARÉ	Pavilhão Municipal Nazaré

CLUBES FILIADOS NA ÉPOCA DE 2007/2008

1 – Associação Atletismo de Pombal (2 AP)	Pombal
2 – Associação Atletismo Aventura e Caminhada (3 AC)	Juncal – Porto de Mós
3 – Associação Cultural Desportiva Recreativa Arneirense	Caldas da Rainha
4 – Associação Cultural Desportiva Recreativa Casal da Quinta	Leiria
5 – Associação Cultural Recreativa dos Soutos	Caranguejeira / Leiria
6 – Associação Cultural de Carnide	Carnide / Pombal
7 – Associação Desportiva Cultural Recreativa Bairro dos Anjos	Leiria
8 – Associação Recreativa Cultural Desportiva do Grou	Leiria
9 – Atlético Clube Marinhense	Marinha Grande
10 – Atlético Clube Vermoil	Vermoil / Pombal
11 – Casa do Benfica em Alcobaça	Alcobaça
12 – Casa do Povo de Castanheira de Pêra	Castanheira de Pêra
13 – Centro Amizade Animação Social Santiago da Guarda	Ansião
14 – Centro de Cultura, Recreio e Desporto da Burinhosa	Pataias
15 – Centro Popular e Recreativo A-do-Barbas	Maceira/Leiria
16 – Centro Recreativo Popular de Ribafria	Ribafria
17 – Centro Social e Paroquial Paulo VI	Leiria
18 – Clube Atletismo da Barreira	Barreira / Leiria
19 – Clube Atletismo da Marinha Grande	Marinha Grande
20 – Clube Atletismo da Nazaré	Nazaré
21 – Clube Atletismo de Óbidos	Óbidos
22 – Clube Veteranos do Lis	Leiria
23 - Colégio N.ª Sr.ª de Fátima	Leiria
24 - Colégio São Mamede	São Mamede
25 – Grupo Alegre e Unido da Bajouca	Bajouca / Leiria
26 – Grupo Amigos Casais do Vento	Alvaiázere
27 – Grupo Atletismo da Freguesia de Vidais	Vidais / Caldas Rainha
28 – Grupo Desportivo Costa Brava	Peniche
29 - Grupo Desportivo de Pedreiras	Pedreiras / Porto Mós
30 - Grupo Desportivo Recreativo das Figueiras	Figueiras / M. Grande
31 - Industrial Desportivo Vieirense	Vieira / M.ª Grande
32 - Juventude Vidigalense	Vidigal / Leiria
33 - Meia Maratona Internacional da Nazaré	Nazaré

NÚMERO TOTAL DE ATLETAS POR ESCALÃO ÉPOCA 2007/2008

ESCALÕES	MASCULINOS	FEMININOS	TOTAL
BENJAMINS A	38	34	72
BENJAMINS B	62	44	108
INFANTIS	97	76	173
INICIADOS	94	88	182
JUVENIS	101	82	183
JUNIORES	68	44	112
SENIORES	125	47	172
VETERANOS	197	23	220
TOTAIS	782	438	1220

MAPA COMPERATIVO 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

RANKING

ANUAL

2007 / 2008

RANKING DE INFANTIS

60 M

Lucian Corici	95	CASG	8,32	Sarah Dias	95	JV	8,16
Miguel Marques	95	JV	8,41 pc	Soraia Carnide	95	JV	8,63
Dyllan Pedro	95	JV	8,44	Andreia Mesquita	95	BA	8,89
Miguel Morais	95	CAMG	8,72	Evelise Veiga	96	CSP VI	8,90
Miguel Silva	96	JV	8,81	Beatriz Dinis	96	JV	8,99 pc
David Batista	95	ACDRA	8,87	Ana Isabel Santos	95	CAMG	9,01
João Gaspar	95	JV	9,16	Jessica Marques	95	CSM-L	9,02
Miguel Lavrador	95	JV	9,16	Ana Beatriz Fernandes	95	ACDRA	9,05
Rui Costa	95	JV	9,23	Jessica Jorge	95	JV	9,10 pc
Tiago Vieira	96	JV	9,23	Juliana Pereira	95	JV	9,13
		Vento + 2 m /s				Vento + 2 m /s	
Miguel Marques	95	JV	8,37	Soraia Carnide	95	JV	8,3
João Pinto	97	CAMG	8,2	Beatriz Dinis	96	JV	8,84
Fábio Dias	97	BA	8,4	Evelise Veiga	96	CSP VI	8,6
Miguel Morais	95	CAMG	8,5	Jessica Marques	95	CSM-L	8,8
João Sousa	95	IDV	8,9	Ana Isabel Santos	95	CAMG	8,95
Gabriel Brito	95	CAMG	8,97				
João Gaspar	95	JV	8,99				

150 M

Dyllan Pedro	95	JV	19,5	Sarah Dias	95	JV	19,3
David Batista	95	ACDRA	20,5	Soraia Carnide	95	JV	21,11
Miguel Morais	95	CAMG	20,7	Evelise Veiga	96	CSP VI	20,9
Etienne Rosa	96	JV	21,7	Ana Beatriz Fernandes	95	ACDRA	21,6
João Sousa	95	IDV	21,7	Bárbara Paulista	95	ACDRA	22,23
Rui Costa	95	JV	21,9	Nency Domingues	95	IDV	22,1
Paulo Loureiro	95	ACC	22,40	Beatriz Dinis	96	JV	22,38
Miguel Pinheiro	96	BA	22,64	Jessica Marques	95	CSM-L	22,2
Tiago Vieira	96	JV	22,96	Jessica Silva	96	CSM-L	22,4
Alexandre Monteiro	95	JV	23,04	Marta Mendes	95	JV	22,93
		Vento + 2 m /s					
Paulo Loureiro	95	ACC	21,1				
Tiago Vieira	96	JV	22,3				
Leandro Amada	95	IDV	22,3				
Alexandre Monteiro	95	JV	22,4				

600 M

Dyllan Pedro	95	JV	1.42,86	Ana Beatriz Fernandes	95	ACDRA	1.47,2
David Batista	95	ACDRA	1.49,3	Ana Isabel Santos	95	CAMG	1.49,8
João Pinto	97	CAMG	1.50,8	Filipa Eutiquio	96	CB Alc.	1.51,9
João Gaspar	95	JV	1.51,6	Carolina Oliveira	95	JV	1.58,2
Paulo Loureiro	95	ACC	1.51.69 pc	Cristina Lopes	95	JV	1.58,33
Rui Marto	96	CSM-L	1.53.54 pc	Sarah Dias	95	JV	1.58,93 pc
Miguel Silva	96	JV	1.54,27 pc	Clara Marques	96	JV	1.59,0
Tiago Ponte	95	ACV	1.54.64 pc	Nency Domingues	95	IDV	1.59,4
Francisco Rodrigues	97	JV	1.54,9	Mariana Cordeiro	96	CAMG	2.01,3
Miguel Morais	95	CAMG	1.55,43 pc	Helena Ferreira	96	ACDRA	2.02,94 pc

1.000 M



Ranking 2008

Dyllan Pedro	95	JV	3.13,67	Filipa Eutiquio	96	CB Alc	3.12,32
David Batista	95	ACDRA	3.14,06	Ana Isabel Santos	95	CAMG	3.23,68
João Gaspar	95	JV	3.20,50	Ana Carolina Oliveira	95	JV	3.26,4
Miguel Silva	96	JV	3.22,56	Ana Beatriz Fernandes	95	ACDRA	3.26,49
Francisco Rodrigues	97	JV	3.23,70	Cristina Lopes	95	JV	3.34,7
Miguel Carreira	96	JV	3.25,42	Clara Marques	96	JV	3.36,31
João Pinto	97	CAMG	3.25,50	Nency Domingues	95	IDV	3.44,35
Tiago Figueira	95	BA	3.25,96	Juliana Pereira	95	JV	3.47,15
Rui Costa	95	JV	3.27,3	Sarah Dias	95	JV	3.47,31
Carlos Vitorino	95	IDV	3.27,81	Helena Ferreira	96	ACDRA	3.48,39

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

Miguel Marques	95	JV	9,70	Sarah Dias	95	JV	10,02 pc
Dyllan Pedro	95	JV	10,30	Andreia Mesquita	95	BA	11,44 pc
Lucian Corici	95	CASG	10,57	Marta Mendes	95	JV	11,64
Rui Costa	95	JV	11,08 pc	Juliana Pereira	95	JV	12,17
Pedro Sousa	96	CSM-L	11,1	Soraia Carnide	95	JV	12,1
Gabriel Brito	95	CAMG	11,4	Joana Santos	96	CSM-L	12,1
Miguel Silva	96	JV	11,73	Nency Domingues	95	IDV	12,41
Miguel Lavrado	95	JV	11,7	Filipa Eutiquio	96	CB Alc	12,58
João Gaspar	95	JV	12,29	Madalena Lopes	96	BA	12,93 pc
Etienne Rosa	96	JV	12,29	Evelise Veiga	96	CSP VI	13,00 pc
		Vento + 2 m /s				Vento + 2 m /s	
Ricardo Pereira	95	CAMG	11,11	Nency Domingues	95	IDV	11,88
Ângelo Santos	96	JV	11,9	Filipa Eutiquio	96	CB Alc	12,23

VARA

Dyllan Pedro	95	JV	1,80
--------------	----	----	-------------

ALTURA

Miguel Marques	95	JV	1,58	Sarah Dias	95	JV	1,43
Dyllan Pedro	95	JV	1,49	Beatriz Alves	96	JV	1,40
Miguel Silva	96	JV	1,43	Andreia Mesquita	95	BA	1,28
David Batista	95	ACDRA	1,43	Patrícia Ivo	95	CSM-L	1,26
Rui Costa	95	JV	1,35	Filipa Eutiquio	96	CB Alc	1,25
João Gaspar	95	JV	1,35	Juliana Pereira	95	JV	1,25
António Brito	95	CAOB	1,35	Cristina Lopes	95	JV	1,20
Miguel Pinheiro	96	BA	1,25 pc	Ana Rita Tereso	97	JV	1,14
Pedro Sousa	96	CSM-L	1,25	Ana Beatriz Fernandes	95	ACDRA	1,10
Gabriel Brito	95	CAMG	1,25	Ana Brites	95	BA	1,10

COMPRIMENTO

Miguel Marques	95	JV	5,45 pc	Sarah Dias	95	JV	4,80 pc
Dyllan Pedro	95	JV	5,03	Juliana Pereira	95	JV	4,25
Miguel Moraes	95	CAMG	4,59	Evelise Veiga	96	CSP VI	4,23
Rui Costa	95	JV	4,50	Andreia Mesquita	95	BA	4,08
João Gaspar	95	JV	4,53	Marta Mendes	95	JV	4,08
Miguel Silva	95	JV	4,53 pc	Beatriz Dinis	96	JV	4,05
Lucian Corici	95	CASG	4,47	Ana Beatriz Fernandes	95	ACDRA	4,00
Fábio Dias	97	BA	4,44	Cristina Lopes	95	JV	3,97 pc
João Pinto	97	CAMG	4,40	Nency Domingues	95	IDV	3,88
Paulo Loureiro	95	ACC	4,35	Jessica Silva	96	CSM-L	3,87
		Vento + 2 m /s				Vento + 2 m /s	
Miguel Moraes	95	CAMG	5,39	Sarah Dias	95	JV	5,06



Ranking 2008

Gabriel Brito	95	CAMG	4,46	Evelise Veiga	96	CSP VI	4,59
				Nency Domingues	95	IDV	4,16
Sem controlo de anemómetro							
Rui Costa	95	JV	4,54	Juliana Pereira	95	JV	4,34

(3Kg) / PESO / (2 Kg)

Lucian Corici	95	CASG	11,02	Andreia Mesquita	95	BA	11,08
Bernardo Oliveira	95	CSM-L	10,91	Sarah Dias	95	JV	10,61
Miguel Lavrador	95	JV	10,33	M ^a Inês Domingos	95	CAMG	10,16
Gabriel Brito	95	CAMG	10,29	Juliana Pereira	95	JV	10,10
Igor Rodrigues	95	JV	10,18	Patrícia Ivo	95	CSM-L	9,47
Rui Costa	95	JV	8,93	Marta Mendes	95	JV	8,14
André Santos	96	JV	8,83	Soraia Domingues	95	CAMG	8,07
Miguel Carreira	96	JV	8,57	Daniela Fernandes	95	CB Alc.	7,82
Miguel Marques	95	JV	8,54	Cristina Lopes	95	JV	7,49
Dyllan Pedro	95	JV	8,00	Jessica Marques	95	CSM-L	7,07

(500 g) DARDO (400 g)

Miguel Lavrador	95	JV	29,88	Sarah Dias	95	JV	26,98
Miguel Marques	95	JV	27,72	Juliana Pereira	95	JV	25,52
Igor Rodrigues	96	JV	25,84	Marta Mendes	95	JV	24,32
Rui Costa	95	JV	25,42	Patrícia Ivo	95	CSM-L	20,26
Bernardo Oliveira	95	CSM-L	23,73	Filipa Eutiquio	96	CB Alc.	19,03
Nuno Fernandes	95	CSM-L	23,08	Andreia Mesquita	95	BA	17,70
Miguel Morais	95	CAMG	22,76	Daniela Fernandes	95	CB Alc.	14,98
Pedro D. Soares	96	CAMG	21,81	Cristiana Lopes	95	JV	14,12
André Santos	96	JV	21,58	Khrystyna Kletsko	96	JV	13,96
Telmo Pereira	96	IDV	20,68*	Soraia Domingues	95	CAMG	11,59

*engenho de 600 g

DISCO (750 g)

Igor Rodrigues	96	JV	32,93	M ^a Inês Domingos	95	CAMG	23,60
Miguel Lavrador	95	JV	26,23*	Andreia Mesquita	95	BA	20,94
André Santos	96	JV	17,93	Diana Carmo	95	CAMG	15,58
Rui Costa	95	JV	16,31*				
Lucian Corici	95	CASG	16,22*				

*engenho de 1Kg

(3 KG) MARTELO (2 KG)

Miguel Lavrador	95	JV	28,03	M ^a Inês Domingos	95	CAMG	25,32*
				Marta Mendes	95	JV	17,17*

*engenho de 3Kg

3.000 M / MARCHA / 3.000 M

Bruno Pires	95	GDP	20.14,30	Ágata Mendes	95	GACV	18.43,8
				Adriana Vieira	95	GDP	18.50,7
				Marisa Paulino	96	CAMG	19.52,5
				Mariana Pinheiro	95	CAMG	19.53,7
				Bruna Moreira	95	GDP	20.06,9
				Clara Marques	96	JV	22.30,5
				Cristina Lopes	95	JV	22.38,4



Ranking 2008
PENTATLO

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

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

Dyllan Pedro	95	JV	2163	Sarah Dias	95	JV	2849
Miguel Marques	95	JV	2067	Juliana Pereira	95	JV	2289
Lucian Corici	95	CASG	1936	Andreia Mesquita	95	BA	2138
David Batista	95	ACDRA	1642	Ana Beatriz Fernandes	95	ACDRA	2074
Gabriel Brito	95	CAMG	1544	Ana Isabel Santos	95	CAMG	2058
Rui Costa	95	JV	1525	Nency Domingues	95	IDV	2041
João Gaspar	95	JV	1427	Filipa Eutiquio	96	CB Alc	1924
Ricardo Pereira	95	CAMG	1426	Marta Mendes	95	JV	1875
Miguel Lavrador	95	JV	1392	Clara Marques	96	JV	1764
Miguel Morais	95	CAMG	1371	Beatriz Dinis	96	JV	1750
						Vento + 4 m /s	
				Filipa Eutiquio	96	CB Alc	2196

4 x 60 M

J. Vidigalense	32.45	J. Vidigalense	32.3
Miguel Silva (96), Miguel Marques (95) Dyllan Pedro (95), Igor Rodrigues (95)		Cristina Lopes (95), Sarah Dias (95) Juliana Pereira (95), Marta Mendes (95)	
Seleção	33.32	Colégio São Mamede	35.6
Leonardo Amada (95), Miguel Marques (95) Dyllan Pedro (95), Tiago Vieira (96)		Jessica Marques (95), Jessica Silva (96) Joana Santos (96), Patrícia Ivo (95)	
CAM Grande (Benj.)	36.9	ACDR Arneirense	37.90
Carlos Marques (98), Tiago Silva (99) Oleksandr Lysachenko (97), João Pinto (97)		Bruna Mateus (97), Ana Beatriz Fernandes (95) Sofia Chaves (95), Joana Lopes (95)	
J. Vidigalense (Benj.)	37.1	J. Vidigalense (Benj.)	41.00
Tiago Pires (98), Luís Torres (97) Dário Joaquim (98), Francisco Rodrigues (97)		Tânia Pires (99), Camila Soares (97) Daniela Jorge (97), Joana Ferreira (97)	
Bairro Anjos (Benj.)	39.6	AC Carnide (Benj.)	42.60
Diogo Gameiro (98), Luís Faria (96) José Silva (98), Fábio Dias (97)		Carolina Lopes (99), Diana Domingues (97) Marisa Gomes (97), Tânia Rodrigues (97)	

RANKING DE INICIADOS

80 m

Daniel Mimoso	93	ACDRA	9,44	Andreia Pinto	93	CAMG	10,65
João Pereira	93	CAMG	9,83	Ana Rita Fernandes	93	ACDRA	10,92
Artur Koshchuk	94	JV	9,85	Daniela Ribeiro	94	JV	10,98
Pedro Brito	94	CAMG	9,91	Diana Oliveira	93	CAMG	10,99
Dylan Silva	93	CAMG	9,98	Anais Baptista	94	JV	11,03
Bernardo Lopes	93	JV	10,06	Ana Patrícia Silva	93	CAMG	11,17
João Pedro	93	JV	10,08	Sara Rodrigues	93	GDCB	11,27
João Moniz	94	JV	10,23	Bruna Silva	94	JV	11,30
Ivan Mendes	93	CASG	10,29	Sara Oliveira	93	CAMG	11,35
Rafael Oliveira	93	JV	10,38	Mónica Rino	94	JV	11,36
		Vento + 2 m /s				Vento + 2 m /s	
Daniel Mimoso	93	ACDRA	9,31	Sarah Dias	95	JV	10,31
Dylan Silva	93	CAMG	9,54	Diana Oliveira	93	CAMG	10,58
João Pereira	93	CAMG	9,62	Andreia Pinto	93	CAMG	10,64
Rafael Oliveira	93	JV	9,64	Anais Baptista	94	JV	10,75
João Moniz	94	JV	9,70	Daniela Ribeiro	94	JV	10,79
Ivan Mendes	93	CASG	9,89	Ana Filipa Silva	93	CAMG	10,98
Ricardo Guincho	93	MMI Nazaré	9,94	Ana Maria Lopes	93	JV	10,98

250 M

Daniel Mimoso	93	ACDRA	31,47	Andreia Pinto	93	CAMG	35,49
Rafael Oliveira	93	JV	31,72	Bruna Silva	94	JV	35,78
Ivan Mendes	93	CASG	32,70	Ana Patrícia Silva	93	CAMG	36,08
Fábio Remigio	93	JV	32,99	Daniela Ribeiro	94	JV	38,03
Ricardo Guincho	93	MMI Nazaré	33,04	Anais Baptista	94	JV	38,09
Diogo Cordeiro	93	GDP	33,21	Ana Maria Lopes	94	JV	40,14
Artur Koshchuk	94	JV	33,67	Mariana Simões	94	JV	42,37
João Moniz	94	JV	34,33				
Nelson Pereira	94	JV	35,68				
Marco Martins	93	CASG	36,83				

800 M

Ivan Mendes	93	CASG	2.09,70	Ana Queiróz Alves	94	JV	2.18,09
João Luís Lopes	93	BA	2.14,75	Ana Rita Fernandes	93	ACDRA	2.21,74
Simão Vazão	93	GDP	2.15,41	Joana Domingos	93	ACDRA	2.27,54
Frederico Canoeiro	93	JV	2.15,50	Sara Oliveira	93	CAMG	2.39,92
Fábio Ribeiro	93	CASG	2.17,89	Anais Baptista	94	JV	2.40,25
Steven Freire	94	GDP	2.18,53	Mariana Simões	94	JV	2.41,68
Daniel Murraças	94	CA Nazaré	2.18,55	Fabiola Lucart	94	BA	2.43,36
Nelson Pereira	94	JV	2.20,85	Iara Rocha	93	MMI Nazaré	2.43,61
Ludovic Santos	93	BA	2.21,13	Daniela Valério	94	CB Alc.	2.45,01
Benedito Santos	94	ACV	2.21,58	Jessica Ferreira	94	ACDRA	2.47,44

1.000 M

Ivan Mendes	93	CASG	2.50,02	Ana Queiroz Alves	94	JV	2.59,17
Patrick Gomes	93	BA	2.50,11	Ana Rita Fernandes	93	ACDRA	3.06,39
Simão Vazão	93	GDP	2.59,2	Joana Domingos	93	ACDRA	3.08,94
David Murraças	94	CA Nazaré	3.01,40	Filipa Eutiquio	96	CB Alc	3.12,32
Nelson Pereira	94	JV	3.02,25	Daniela Cruz	94	GDP	3.22,0
Steven Freire	94	GDP	3.05,0	Ana Isabel Santos	95	CAMG	3.23,68
Oleh Palamarchuk	94	CAMG	3.08,5	Ana Beatriz Fernandes	95	ACDRA	3.26,49
Eusébio Salvador	94	CASG	3.10,2	Ana Carolina Oliveira	95	JV	3.26,4
Benedito Santos	94	ACV	3.12,29	Sara Oliveira	93	CAMG	3.31,5
Dyllan Pedro	95	JV	3.13,67	Mariana Simões	94	JV	3.32,49



Ranking 2008

1.500 M

Simão Vazão	93	GDP	4.41,80	Ana Queiróz Alves	94	JV	4.48,90
Ivan Mendes	93	CASG	4.42,96	Ana Rita Fernandes	93	ACDRA	5.07,28
Frederico Canoeiro	93	JV	4.43,89	Joana Domingos	93	ACDRA	5.20,45
Nelson Pereira	94	JV	4.53,82	Daniela Cruz	94	GDP	5.28,04
Eusébio Salvador	94	CASG	4.59,49	Fabiola Lucart	94	BA	5.38,04
Manuel Gonçalves	93	JV	5.13,31	Marisa Jesus	93	CAMG	5.48,47
Nuno Coelho	93	JV	5.17,09	Ana Ribeiro	94	JV	5.54,32
Bruno Piaça	94	GDCB	5.17,83	Luciana Jesus	93	CAMG	5.56,51
Alexandre Amaro	93	CASG	5.19,30	Mariana Simões	94	JV	5.58,62
Flávio Dinis	94	IDV	5.21,85	Kelly Santos	94	JV	6.04,04

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

Daniel Mimoso	93	ACDRA	14,67	Anais Baptista	94	JV	13,13
João Moniz	94	JV	16,39	Sofia Pereira	93	BA	14,29
Artur Koshchuk	94	JV	16,91	Ana Filipa Silva	93	CAMG	14,37
Bruno Lopes	93	JV	17,28	Ania Morouço	93	CAMG	14,40
Ivan Mendes	93	CASG	17,29	Sara Rodrigues	93	GDCB	14,40
Bernardo Lopes	93	JV	17,29	Lídia Alberto	93	JV	14,61
Tiago Simões	93	BA	17,49	Mariana Simões	94	JV	14,78
João Pereira	93	CAMG	17,60	Sara Espinha	93	CAMG	14,6
Ricardo Silva	93	BA	17,98	Ana Patrícia Silva	93	CAMG	14,87
Pedro Brito	94	CAMG	18,40	Daniela Ribeiro	94	JV	14,98

Vento + 2 m/s

Daniel Mimoso	93	ACDRA	14,66	Anais Baptista	94	JV	12,58
Rafael Oliveira	93	JV	15,01	Lídia Alberto	93	JV	12,99
Bernardo Lopes	93	JV	15,81	Ana Filipa Silva	93	CAMG	13,59
Dylan Silva	93	CAMG	15,83	Sarah Dias	95	JV	13,79
João Moniz	94	JV	16,12	Sofia Pereira	93	BA	13,90
Ricardo Silva	93	BA	17,24	Ania Morouço	93	CAMG	14,13
David Mota	93	JV	17,28	Mariana Simões	94	JV	14,67
Manuel Gonçalves	93	JV	17,67	Diana Oliveira	93	CAMG	14,72
				Fabiana Domingos	93	CAMG	14,85

Vento + 2 m/s

250 M (0,76) BARREIRAS

Ivan Mendes	93	CASG	34,27	Anais Baptista	94	JV	39,49
Daniel Mimoso	93	ACDRA	34,49	Mariana Simões	94	JV	40,91
Rafael Oliveira	93	JV	35,09	Sara Oliveira	93	CAMG	41,18
João Moniz	94	JV	35,91	Sofia Pereira	93	BA	41,45
Fábio Ribeiro	93	CASG	37,18	Ana Filipa Silva	93	CAMG	42,10
Steven Freire	94	GDP	37,93	Ana Rita Fernandes	93	ACDRA	42,11
David Mota	93	JV	38,34	Bruna Silva	94	JV	42,14
Bruno Lopes	93	JV	39,57	Sara Espinha	93	CAMG	43,34
Francisco Ribeiro	93	ACDRA	42,79	Lídia Alberto	93	JV	43,70
André Guerreiro	94	GDCB	46,07	Ania Morouço	93	CAMG	43,99

1.500 M OBSTÁCULOS (0,76) S/ VALA

Simão Vazão	93	GDP	4.59,04	Joana Domingos	93	ACDRA	5.34,26
Nelson Pereira	94	JV	5.04,05	Daniela Cruz	94	GDP	5.40,50
Eusébio Salvador	94	CASG	5.07,86	Fabiola Lucart	94	BA	5.54,26
Manuel Gonçalves	93	JV	5.23,81	Mariana Simões	94	JV	6.07,89
				Luciana Jesus	93	CAMG	6.31,08



Ranking 2008

VARA

Ricardo Silva	93	BA	3,00	Ana Patrícia Silva	93	CAMG	2,60
Pedro Soares	93	CAMG	2,90	Ana Filipa Silva	93	CAMG	2,45
Bruno Lopes	93	JV	2,70	Vanessa Nora	93	CAMG	2,00
Eusébio Salvador	94	CASG	2,10	Lídia Alberto	93	JV	2,00
Artur Koshchuk	94	JV	1,90	Mariana Simões	94	JV	2,00
Dyllan Pedro	95	JV	1,80	Fabiola Lucart	94	BA	2,00
				Mónica Rino	94	JV	1,90

ALTURA

Daniel Mimoso	93	ACDRA	1,68	Diana Oliveira	93	CAMG	1,45
Ricardo Silva	93	BA	1,64	Sarah Dias	95	JV	1,43
Sérgio Gomes	93	ACDRA	1,62	Sara Rodrigues	93	GDCB	1,41 pc
Marco Martins	93	CASG	1,62	Beatriz Alves	96	JV	1,40
Miguel Marques	95	JV	1,58	Sara Espinha	93	CAMG	1,35
João Pereira	93	CAMG	1,57	Carolina Lopes	93	JV	1,35
Kevin Santos	93	ACV	1,57	Lídia Alberto	93	JV	1,32 pc
Bruno Lopes	93	JV	1,54 pc	Andreia Pinto	93	CAMG	1,32 pc
João Moniz	94	JV	1,54	Cristiana Faria	94	JV	1,32
Bernardo Lopes	93	JV	1,54	Ana Filipa Silva	93	CAMG	1,32

COMPRIMENTO

Dylan Silva	93	CAMG	5,88	Anais Baptista	94	JV	5,00
Bernardo Lopes	93	JV	5,69	Lídia Alberto	93	JV	4,92
João Moniz	94	JV	5,56	Sarah Dias	95	JV	4,80 pc
Pedro Brito	94	CAMG	5,47	Sofia Pereira	93	BA	4,69
Miguel Marques	95	JV	5,45 pc	Andreia Pinto	93	CAMG	4,64
Daniel Mimoso	93	ACDRA	5,32	Stephanie Pereira	93	JV	4,63 pc
Rafael Oliveira	93	JV	5,21	Diana Oliveira	93	CAMG	4,55 pc
João Pereira	93	CAMG	5,14	Sara Oliveira	93	CAMG	4,47
Steven Freire	94	GDP	5,03	Ana Patrícia Silva	93	CAMG	4,44
Dyllan Pedro	95	JV	5,03	Ana Filipa Silva	93	CAMG	4,44
		Vento + 2 m /s				Vento + 2 m /s	
Dylan Silva	93	CAMG	6,01	Sarah Dias	95	JV	5,06
Rafael Oliveira	93	JV	5,88	Sofia Pereira	93	BA	4,81
Bernardo Lopes	93	JV	5,83	Jessica Gordo	94	CSP VI	4,68
João Moniz	94	JV	5,65	Evelise Veiga	96	CSP VI	4,59
Ricardo Guincho	93	MMI Nazaré	5,32	Ana Patrícia Silva	93	CAMG	4,49
João Pereira	93	CAMG	5,23	Mónica Rino	94	JV	4,48
Ricardo Silva	93	BA	5,18	Diana Oliveira	93	CAMG	4,47

TRIPLO

João Moniz	94	JV	11,85	Anais Baptista	94	JV	10,74
Dylan Silva	93	CAMG	11,74	Andreia Pinto	93	CAMG	10,56
Ivan Mendes	93	CASG	11,21	Ana Patrícia Silva	93	CAMG	10,04
Sérgio Gomes	93	ACDRA	10,33 pc	Sara Oliveira	93	CAMG	9,97
Bruno Lopes	93	JV	10,21	Barbara Ribeiro	93	JV	9,81
Dyllan Pedro	95	JV	10,09	Mónica Rino	94	JV	9,76
Kevin Santos	93	ACV	9,93	Ana Filipa Silva	93	CAMG	9,39 pc
				Sofia Pereira	93	BA	9,34 pc
		Vento + 2 m /s		Lídia Alberto	93	JV	8,77
Dylan Silva	93	CAMG	12,13	Cristiana Faria	94	JV	8,52
João Moniz	94	JV	11,88				
Ivan Mendes	93	CASG	11,37			Vento + 2 m /s	
Bruno Lopes	93	JV	10,79	Anais Baptista	94	JV	10,89
Fábio Remigio	93	JV	10,79	Sara Oliveira	93	CAMG	10,32



Ranking 2008

David Mota	93	JV	10,79	Barbara Ribeiro	93	JV	10,21
Fábio Ribeiro	93	CASG	10,67	Ana Maria Lopes	94	JV	9,76
Dyllan Pedro	95	JV	10,54	Inês Silva	93	CSM-L	8,96
Bruno Silva	93	CSM-L	10,08				
Bruno Gonçalves	93	MMIN	10,06				

(4 Kg) / PESO / (3 Kg)

Bernardo Lopes	93	JV	14,98	Helena Fernandes	93	CSP VI	10,63
João Pereira	93	CAMG	12,64	Andreia Mesquita	95	BA	9,41
Daniel Mimoso	93	ACDRA	11,76	Vanessa Nora	93	CAMG	9,32
Rafael Nogueira	93	CASG	11,11	Fabiana Domingos	93	CAMG	9,09
Pedro Brito	94	CAMG	11,09	Diana Oliveira	93	CAMG	9,02
João Moniz	94	JV	10,98	Tânia Domingos	93	ACDRA	8,98
Ricardo Silva	93	BA	10,42	Stephanie Pereira	93	JV	8,77
André Esgaio	93	MMI Nazaré	9,78	Mª Inês Domingos	95	CAMG	8,31
Dylan Silva	93	CAMG	9,21	Patrícia Ivo	95	CSM-L	8,10
Pedro Soares	93	CAMG	9,14	Anais Baptista	94	JV	8,09

(1 Kg) / DISCO / (750 g)

Bernardo Lopes	93	JV	47,06	Helena Fernandes	93	CSP VI	31,64
João Moniz	94	JV	35,94	Fabiana Domingos	93	CAMG	31,25
João Pereira	93	CAMG	32,69	Vanessa Nora	93	CAMG	25,79
Daniel Mimoso	93	ACDRA	31,39	Beatriz Barbara	94	CAMG	25,70
Manuel Gonçalves	93	JV	28,96	Mª Inês Domingos	95	CAMG	23,60
Ricardo Silva	93	BA	28,53	Andreia Mesquita	95	BA	20,94
Daniel Jerónimo	93	ACDRA	27,28	Jessica Gordo	94	CSP VI	20,11
Alexandre Amaro	93	CASG	27,26	Cristiana Faria	94	JV	17,15
Pedro Soares	93	CAMG	26,86	Mariana Simões	94	JV	16,76
Bruno Alves	93	CAMG	26,52	Diana Carmo	95	CAMG	15,58

(600g) / DARDO / (500g)

Bernardo Lopes	93	JV	45,40	Anais Baptista	94	JV	26,13
Eusébio Salvador	94	CASG	36,61	Vanessa Nora	93	CAMG	23,70
Daniel Jerónimo	93	ACDRA	36,30	Diana Oliveira	93	CAMG	21,46
Artur Koshchuk	94	JV	34,47	Marta Mendes	95	JV	19,82
Manuel Gonçalves	93	JV	30,89	Ana Bonifácio	94	JV	19,19
Pedro Soares	93	CAMG	30,63	Fabiola Lucart	94	BA	18,39
Kevin Pedro	93	JV	28,57	Ania Morouço	93	CAMG	18,31
Alexandre Amaro	93	CASG	27,82	Lídia Alberto	93	JV	17,24
João Pereira	93	CAMG	27,49	Patrícia Ivo	95	CSM-L	16,66
Bruno Alves	93	CAMG	27,28	Sofia Pereira	93	BA	16,48

(4 Kg) / MARTELO / (3 kg)

Alexandre Amaro	93	CASG	29,43	Fabiana Domingos	93	CAMG	39,98
André Esgaio	93	MMI Nazaré	28,33	Cristiana Faria	94	JV	29,37
Daniel Jerónimo	93	ACDRA	22,01	Mª Inês Domingos	95	CAMG	25,32
Miguel Lavrador	95	JV	18,61	Beatriz Bárbara	94	CAMG	19,26
Eduardo Nogueira	94	JV	17,90	Marta Mendes	95	JV	17,17

4.000 M / MARCHA / 4.000 M

Bruno Pedro	93	GACV	19.35,27	Luciana Jesus	93	CAMG	22.34,96
Gonçalo Lopes	93	GACV	24.48,93	Marisa Jesus	93	CAMG	24.03,71
David Simões	93	GACV	25.06,78	Adriana Vieira	95	GDP	25.11,08
				Mariana Pinheiro	95	CAMG	26.51,31
				Marisa Oleiro	94	GDP	27.49,14
				Marisa Paulino	96	CAMG	28.52,74



Ranking 2008

Cristiana Gomes	93	GDP	30.15,12
Cristiana Lopes	95	JV	31.04,67
Joana Marques	94	JV	34.18,83

HEPTATLO

80 m/ Comp./Dardo 6 / 100B (084) / Alt./ Peso 4 / 1.000				80B (0,76 / Dardo 5 / Altura / 80 m / Comp. / Peso3 / 800			
Daniel Mimoso	93	ACDRA	3492	Anais Baptista	94	JV	3244
Bernardo Lopes	93	JV	3421	Ana Rita Fernandes	93	ACDRA	2970
João Pereira	93	CAMG	3291	Diana Oliveira	93	CAMG	2847
Rafael Oliveira	93	JV	3253	Sara Rodrigues	93	GDCB	2824
João Moniz	94	JV	3135	Andreia Pinto	93	CAMG	2675
Dylan Silva	93	CAMG	2997	Mariana Simões	94	JV	2637
Pedro Brito	94	CAMG	2871	Ana Filipa Silva	93	CAMG	2627
Ivan Mendes	93	CASG	2829	Sara Oliveira	93	CAMG	2606
Ricardo Silva	93	BA	2696	Mónica Rino	94	JV	2582
Manuel Gonçalves	93	JV	2623				
						Vento + 4 m /s	
				Anais Baptista	94	JV	3457
				Diana Oliveira	93	CAMG	2852
				Sofia Pereira	93	BA	2846
				Ana Filipa Silva	93	CAMG	2806
				Ania Morouço	93	CAMG	2670
				Cristiana Faria	94	JV	2607

4 x 80 M

Seleccção	37.68	Seleccção	41.41
Ivan Mendes (93), Dylan Silva (93)		Ana Queiroz Alves (94), Ana Rita Fernandes (93)	
Bernardo Lopes (93), Artur Koshchuk (94)		Andreia Pinto (93), Diana Oliveira (93)	
CAM Grande	38.78	CAM Grande	41.60
Pedro Soares (93), João Pereira (93)		Diana Oliveira (93), Ana Patrícia Silva (93)	
Pedro Brito (93) , Dylan Silva (93)		Sara Oliveira (93), Andreia Pinto (93)	
J. Vidigalense	38.79	J. Vidigalense	41.74
Fábio Remigio (93), Bernardo Lopes (93)		Ana Maria Lopes (94), Bruna Silva (94)	
Artur Koshchurk (94), Rafael Oliveira (93)		Anais Baptista (94), Daniela Ribeiro (94)	
ADCR Bairro dos Anjos	40.71	Colégio São Mamede	47.39
David Neves (93), João Lopes (93)		Jessica Marques (95), Inês Silva (93)	
Ludvic Santos (93), Ricardo Silva (93)		Patrícia Ivo (95), Bárbara Ribeiro (94)	
ACDR Arneirense	41.59		
Daniel Mimoso (93), Sérgio Gomes (93)			
Francisco Ribeiro (93), Daniel Jerónimo (93)			

RANKING DE JUVENIS

100 M

João Rocha	92	BA	11,2	Eva Vital	92	ACDRA	12,05
Volodymyr Strokov	91	JV	11,66	Carla Santos	91	JV	12,92
Rafael Soares	91	JV	11,78	Ana Rita Filipe	91	JV	13,35
Micael Gonçalves	91	ACC	11,81	Irina Rodrigues	91	JV	13,38
Filipe Oliveira	91	BA	11,83	Sara Dias	92	BA	13,40
Rodolfo Brites	91	BA	11,86	Eduarda Isidoro	91	ACDRA	13,45
Ruben Silva	91	JV	11,93	Beatrysa Lyashchenko	91	CAMG	13,61
Elton Ingres	91	CAMG	11,99	Eduarda Isidoro	91	ACDRA	13,70
João Pereira	91	CAMG	12,16	Ana Fernandes	91	ACC	13,77
Vítor Mendes	92	JV	12,22	Mónica Rino	94	JV	13,78
Vento + 2 m /s				Vento + 2 m /s			
João Rocha	92	BA	11,32	Carla Santos	91	JV	12,44
Rafael Soares	91	JV	11,3	Ana Rita Filipe	91	JV	13,19
Rodolfo Brites	91	BA	11,49	Sara Dias	92	BA	13,21
Micael Gonçalves	91	ACC	11,56	Cyntia Silva	91	CAMG	13,66
Elton Ingres	91	CAMG	11,79	Sara Oliveira	93	CAMG	13,68
António Mota	91	ACDRA	11,84				
Kevin Gaspar	91	BA	12,00				
Igor Khodak	91	JV	12,11				
Ruben Ferreira	92	CAOB	12,14				
João Ligeiro	92	JV	12,18				

200 M

João Rocha	92	BA	23,33	Carla Santos	91	JV	26,12
Filipe Oliveira	91	BA	23,51	Eva Vital	92	ACDRA	26,25
Rafael Soares	91	JV	23,71 pc	Andreia Pinto	93	CAMG	26,8 pc
Volodymyr Strokov	91	JV	23,76	Miriam Tavares	91	ACDRA	27,50
Micael Gonçalves	91	ACC	23,99 pc	Sara Dias	92	BA	27,80
Ruben Silva	91	JV	24,16	Ana Rita Filipe	91	JV	27,83
Elton Ingres	91	CAMG	24,42 pc	Eduarda Isidoro	91	ACDRA	27,96
Rodolfo Brites	91	BA	24,75 pc	Anais Baptista	94	JV	28,17
Rui Estrada	91	JV	24,83	Joana Brito	92	ACDRA	28,39 pc
João Marques	92	JV	24,88	Daniela Ribeiro	94	JV	28,46
Vento + 2 m/s				Vento + 2 m/s			
Volodymyr Strokov	91	JV	23,32	Carla Santos	91	JV	25,68
Micael Gonçalves	91	ACC	23,74	Eva Vital	92	ACDRA	25,90
Daniel Mimoso	93	ACDRA	23,87	Andreia Pinto	93	CAMG	27,00
António Mota	91	ACDRA	24,88	Ana Rita Fernandes	93	ACDRA	27,42
				Ana Rita Filipe	91	JV	27,54
				Sara Dias	92	BA	27,59

300 M

João Rocha	92	BA	37,08	Carla Santos	91	JV	41,12
Volodymyr Strokov	91	JV	37,10	Miriam Tavares	91	ACDRA	43,57
Rodolfo Brites	91	BA	37,49	Ana Rita Fernandes	93	ACDRA	44,07
Rafael Soares	91	JV	37,54	Ana Patrícia Silva	93	CAMG	44,49
Kevin Gaspar	91	BA	37,77	Joana Brito	92	ACDRA	44,64
Elton Ingrês	91	CAMG	38,79	Sara Oliveira	93	CAMG	44,79
Ruben Silva	91	JV	39,01	Catarina Vieira	91	CAMG	44,79
Thibaut Junqueira	92	BA	39,04	Ana Rita Filipe	91	JV	45,05
João Ritto	92	BA	39,43	Ana Queiróz Alves	94	JV	45,18
João Pereira	93	CAMG	39,68	Daniela Dias	91	ACDRA	45,19

Ranking 2008

800 M

Thibaut Junqueira	92	BA	1.58,98	Ana Queiróz Alves	94	JV	2.18,09
Kevin Gaspar	91	BA	2.01,46	Ana Rita Fernandes	93	ACDRA	2.21,74
João Leal	91	JV	2.02,01	Soraia Lopes	92	BA	2.24,90
André Nazaré	91	ACDRA	2.02,41	Joana Brito	92	ACDRA	2.25,32
Homilzio Santos	92	ACDRA	2.05,67	Joana Domingos	93	ACDRA	2.27,54
Ivan Mendes	93	CASG	2.09,70	Daniela Dias	91	ACDRA	2.28,32
João Luís Lopes	93	BA	2.14,75	Catarina Vieira	91	CAMG	2.29,71
José Neves	92	JV	2.15,03	Daniela Cardoso	91	BA	2.37,93
Simão Vazão	93	GDP	2.15,41	Eva Vital	92	ACDRA	2.39,15
Frederico Canoeiro	93	JV	2.15,50	Sara Oliveira	93	CAMG	2.39,92

1.000 M

João Leal	91	JV	2.37,62	Ana Queiroz Alves	94	JV	2.59,17
Thibaut Junqueira	92	BA	2.41,8	Ana Rita Fernandes	93	ACDRA	3.06,39
André Nazaré	91	ACDRA	2.42,2	Joana Domingos	93	ACDRA	3.08,94
Homilzio Santos	92	ACDRA	2.45,6	Soraia Lopes	92	BA	3.10,22
Kevin Gaspar	91	BA	2.45,62	Catarina Vieira	91	CAMG	3.13,7
Ivan Mendes	93	CASG	2.50,02	Catarina Carvalho	92	CAMG	3.14,0
Patrick Gomes	93	BA	2.50,11	Joana Brito	92	ACDRA	3.14,3
Pedro Santos	92	JV	2.52,0	Daniela Cruz	94	GDP	3.22,0
Vitalie Savca	91	ACDRA	2.52,9	Daniela Dias	91	ACDRA	3.22,5
Rodolfo Brites	91	BA	2.56,60	Ana Carolina Matias	91	BA	3.29,5

1.500 M

João Leal	91	JV	4.04,75	Ana Queiróz Alves	94	JV	4.48,90
Thibaut Junqueira	92	BA	4.18,85	Catarina Vieira	91	CAMG	5.02,25
André Nazaré	91	ACDRA	4.27,16	Catarina Carvalho	92	CAMG	5.02,43
Homilzio Santos	92	ACDRA	4.27,67	Soraia Lopes	92	BA	5.03,89
Pedro Santos	92	JV	4.29,09	Ana Rita Fernandes	93	ACDRA	5.07,28
José Neves	92	JV	4.40,06	Joana Brito	92	ACDRA	5.18,81
Simão Vazão	93	GDP	4.41,80	Daniela Dias	91	ACDRA	5.19,42
Ivan Mendes	93	CASG	4.42,96	Joana Domingos	93	ACDRA	5.20,45
Frederico Canoeiro	93	JV	4.43,89	Ana Carolina Matias	91	BA	5.22,83
Vitalie Savca	91	ACDRA	4.49,41	Daniela Cruz	94	GDP	5.28,04

3.000 M

João Leal	91	JV	9.15,32	Mariana Costa	91	JV	10.17,68
Pedro Santos	92	JV	9.27,66	Catarina Carvalho	92	CAMG	10.47,95 pc
José Neves	92	JV	9.46,83	Inês Nobre	92	JV	11.12,62
João Bento	92	JV	10.06,39	Ana Carolina Matias	91	BA	11.15,80
				Soraia Lopes	92	BA	11.17,40
				Catarina Vieira	91	CAMG	11.32,29 pc
				Marisa Jesus	93	CAMG	12.54,22
				Catarina Francisco	92	JV	12.56,40
				Luciana Jesus	93	CAMG	13.15,45

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

Elton Ingrês	91	CAMG	15,29	Eva Vital	92	ACDRA	14,41
João Rocha	92	BA	15,30	Anais Baptista	94	JV	16,22
Rodolfo Brites	91	BA	15,93	Irina Rodrigues	91	JV	16,30
Ruben Silva	91	JV	16,20	Ana Vasconcelos	92	ACDRA	16,87
Homilzio Santos	92	ACDRA	18,21	Ana Rita Ferreira	91	ACDRA	17,06
Ricardo António	91	BA	18,65	Liliana Jorge	91	JV	17,54
Mikael Sousa	91	BA	18,89	Ania Mouroco	93	CAMG	17,66
Telmo Filipe	92	JV	19,31	Sara Espinha	93	CAMG	17,78



Ranking 2008

Kevin Gaspar	91	BA	19,43				
Telmo Oliveira	91	JV	19,55				
		Vento + 2 m/s					
João Rocha	92	BA	14,76				
Rodolfo Brites	91	BA	15,86				
Luís Batista	91	JV	17,85				
Kevin Gaspar	91	BA	18,29				
Ricardo António	91	BA	18,59				
Telmo Filipe	92	JV	18,95				
João Tavares	92	ACDRA	19,23				

Vento + 2 m/s

Eva Vital	92	ACDRA	14,01
Ana Vasconcelos	92	ACDRA	16,69

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

João Rocha	92	BA	40,13	Anais Baptista	94	JV	49,23
Rodolfo Brites	91	BA	41,3	Sara Oliveira	93	CAMG	51,02
Daniel Mimoso	93	ACDRA	42,24	Andreia André	91	ACDRA	51,18
Kevin Gaspar	91	BA	42,5	Sara Espinha	94	CAMG	51,30
João Tavares	92	ACDRA	43,39	Mariana Simões	94	JV	52,08
Rafael Oliveira	93	JV	43,51	Bruna Silva	93	JV	52,21
Ivan Mendes	93	CASG	43,86	Ana Rita Ferreira	91	ACDRA	53,58
Volodymyr Stokov	91	JV	43,87	Sofia Pereira	93	BA	53,63
João Moniz	94	JV	44,06	Ana Carolina Matias	91	BA	54,62
João Ritto	92	BA	45,48	Ania Morouço	93	CAMG	54,87

(0,76) / 2.000 M OBSTÁCULOS / (0,76)

João Leal	91	JV	6.18,48	Catarina Carvalho	92	CAMG	7.35,27
Pedro Santos	92	JV	6.20,32	Ana Carolina Matias	91	BA	7.48,93
Homilzio Santos	92	ACDRA	6.24,60	Soraia Lopes	92	BA	8.14,40
José Neves	92	JV	6.51,12	Inês Nobre	92	JV	8.18,90
João Bento	92	JV	6.54,00	Daniela Dias	91	ACDRA	8.19,78
Bruno Brites	92	BA	9.57,01	Catarina Francisco	92	JV	9.03,46

ALTURA

Rodolfo Brites	91	BA	2,04	Irina Rodrigues	91	JV	1,70 pc
Elton Ingres	91	CAMG	1,82 pc	Eva Vital	92	ACDRA	1,54 pc
Ruben Silva	91	JV	1,80 pc	Ana Vasconcelos	92	ACDRA	1,53 pc
Ruben Ferreira	92	CAOB	1,74	Liliana Jorge	91	JV	1,50 pc
James Wilson	91	BA	1,68 pc	Diana Oliveira	93	CAMG	1,45
Daniel Mimoso	93	ACDRA	1,68	Ana Rita Ferreira	92	ACDRA	1,44
João Rocha	92	BA	1,66 pc	Sarah Dias	95	JV	1,43
Mikael Sousa	91	BA	1,65	Sara Rodrigues	93	GDCB	1,41 pc
Vítor Mendes	92	JV	1,65	Beatriz Alves	96	JV	1,40
Ricardo Silva	93	BA	1,64	Sara Espinha	93	CAMG	1,35
				Carolina Lopes	93	JV	1,35

VARA

Luís Ferreira	92	JV	3,45	Ana Patrícia Silva	93	CAMG	2,60
Ricardo António	91	BA	3,40	Verónica Jerónimo	91	ACDRA	2,60
Vítor Mendes	92	JV	3,20 pc	Ana Filipa Silva	93	CAMG	2,45
Rodolfo Brites	91	BA	3,00	Ana Vasconcelos	92	ACDRA	2,20
Ricardo Silva	93	BA	3,00	Lídia Alberto	93	JV	2,00
Pedro Soares	93	CAMG	2,90	Mariana Simões	94	JV	2,00
Bruno Silva	92	JV	2,80	Fabiola Lucart	94	BA	2,00
Elton Ingrês	91	CAMG	2,70	Vanessa Nora	93	CAMG	2,00
Bruno Lopes	93	JV	2,70	Mónica Rino	94	JV	1,90
Luís Batista	91	JV	2,60				



Ranking 2008

COMPRIMENTO

Ruben Silva	91	JV	6,74	Eva Vital	92	ACDRA	5,72
Rodolfo Brites	91	BA	6,52	Irina Rodrigues	91	JV	5,04
João Rocha	92	BA	6,51	Anais Baptista	94	JV	5,00
Elton Ingres	91	CAMG	6,37	Lídia Alberto	93	JV	4,92
Ernest Kibungo	92	BA	6,10	Ana Vasconcelos	92	ACDRA	4,89
Dylan Silva	93	CAMG	5,88	Liliana Jorge	91	JV	4,80
Dyllan Pedro	93	JV	5,83	Sarah Dias	95	JV	4,80 pc
Bernardo Lopes	93	JV	5,69	Sofia Pereira	93	BA	4,69
João Moniz	94	JV	5,56	Andreia Pinto	93	CAMG	4,64
João Ligeiro	92	JV	5,55	Stephanie Pereira	93	JV	4,63 pc

Vento + 2 m/s

Ruben Silva	91	JV	6,82
Dylan Silva	93	CAMG	6,01
Rafael Oliveira	93	JV	5,88
Bernardo Lopes	93	JV	5,83
João Moniz	94	JV	5,65
João Ligeiro	92	JV	5,58

Vento + 2 m/s

Irina Rodrigues	91	JV	5,21
Sarah Dias	95	JV	5,06
Liliana Jorge	91	JV	4,85
Sofia Pereira	93	BA	4,81

TRIPLO

Ruben Silva	91	JV	14,07	Liliana Jorge	91	JV	11,41 pc
Elton Ingres	91	CAMG	13,36	Anais Baptista	94	JV	10,74
João Rocha	92	BA	12,95 pc	Andreia Pinto	93	CAMG	10,56
Rodolfo Brites	91	BA	12,90	Ana Rita Ferreira	91	ACDRA	10,05
Ernest Kibungo	92	BA	12,10	Ana Patrícia Silva	93	CAMG	10,04
João Moniz	94	JV	11,85	Ana Vasconcelos	92	ACDRA	10,00 pc
João Sousa	91	ACDRA	11,82 pc	Sara Oliveira	93	CAMG	9,97
Dylan Silva	93	CAMG	11,74	Barbara Ribeiro	93	JV	9,81
João Ritto	92	BA	11,66	Mónica Rino	94	JV	9,76
João Ligeiro	92	JV	11,61	Fani Ferreira	92	BA	9,57

Vento + 2 m/s

Elton Ingres	91	CAMG	13,55
Rodolfo Brites	91	BA	13,05
Dylan Silva	93	CAMG	12,13
João Moniz	94	JV	11,88

Vento + 2 m/s

Anais Baptista	94	JV	10,89
Sara Oliveira	93	CAMG	10,32
Barbara Ribeiro	93	JV	10,21
Ana Rita Ferreira	91	ACDRA	10,08
Ana Maria Lopes	94	JV	9,76

(5 Kg) / PESO / (3 Kg)

Tiago Pereira	91	JV	14,85	Irina Rodrigues	91	JV	14,59
Bernardo Lopes	93	JV	12,77 pc	Ana Patrícia Inácio	91	CAMG	12,83
Elton Ingres	91	CAMG	12,43 pc	Ana Rita Henriques	92	ACDRA	12,35
Luís Batista	91	JV	12,18	Helena Fernandes	93	CSP VI	10,63
Ruben Silva	91	JV	11,55	Verónica Jerónimo	91	ACDRA	10,00
James Wilson	91	BA	11,16	Ana Rita Ferreira	91	ACDRA	9,53
Vítor Mendes	92	JV	10,49	Andreia Mesquita	95	BA	9,41
Rodolfo Brites	91	BA	10,39	Vanessa Nora	93	CAMG	9,32
João Moniz	94	JV	10,33	Fabiana Domingos	93	CAMG	9,09
Flávio Gonçalves	91	CASG	9,90	Diana Oliveira	93	CAMG	9,02

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

Luís Batista	91	JV	38,95	Irina Rodrigues	91	JV	53,94
James Wilson	92	BA	36,64	Ana Patrícia Inácio	91	CAMG	36,90
Fernando Mação	91	BA	35,05	Helena Fernandes	93	CSP VI	30,36
Tiago Pereira	92	JV	34,63	Fabiana Domingos	93	CAMG	28,77
Bernardo Lopes	93	JV	34,61	Alina Matasova	92	CAMG	23,88
Elton Ingres	91	CAMG	33,21	Cecília Cordeiro	92	GDP	18,87



Ranking 2008

João Moniz	94	JV	29,95	Nadia Pedrosa	92	CAMG	17,40
Rodolfo Brites	91	BA	29,03	Ana Antunes	91	BA	17,03
Ricardo António	91	BA	25,77	Mariana Simões	94	JV	13,03
Ruben Silva	91	JV	23,90	Vanda Tavares	92	GDP	12,27

(700 g) / DARDO / (600 g)

James Wilson	91	BA	44,45	Ana Rita Ferreira	91	ACDRA	38,22
José Fragona	92	JV	43,21	Verónica Jerónimo	91	ACDRA	36,19
Bernardo Lopes	93	JV	43,15	Irina Rodrigues	91	JV	27,76
Vítor Mendes	92	JV	42,82	Ana Vasconcelos	92	ACDRA	27,11
Elton Ingres	91	CAMG	39,80	Melissa Ribeiro	92	CAMG	25,69
Luís Batista	91	JV	38,79	Ana Patrícia Inácio	91	CAMG	24,69
Rodolfo Brites	91	BA	38,50	Vanessa Nora	93	CAMG	21,51
Igor Khodak	91	JV	36,11	Beatrysa Lyashchenko	91	CAMG	20,07
Daniel Jerónimo	93	ACDRA	35,50	Anais Baptista	94	JV	19,91
Leandro Carvalho	92	CAMG	34,62	Ania Morouço	93	CAMG	18,79

(5 Kg) / MARTELO / (3 Kg)

Luís Batista	91	JV	46,62	Ana Rita Henriques	92	ACDRA	56,90
Tiago Pereira	91	JV	44,69	Irina Rodrigues	91	JV	50,71
Fernando Mação	91	BA	22,98	Ana Patrícia Inácio	91	CAMG	45,17
Paulo Oliveira	92	JV	18,51	Fabiana Domingos	93	CAMG	39,98
				Ana Raquel Rocha	92	JV	36,88
				Cristiana Faria	94	JV	29,37
				Verónica Jerónimo	91	ACDRA	25,66
				M ^a Inês Domingos	95	CAMG	25,32
				Cristiana Faria	94	JV	24,40

5.000 M / MARCHA / 5.000 M

Bruno Pedro	93	GACV	24.42,97	Daniela Cardoso	91	BA	28.26,96
Ricardo Fernandes	92	JV	27.15,62 pc	Luciana Jesus	93	CAMG	28.55,50
Gonçalo Lopes	93	GACV	31.09,97	Marisa de Jesus	93	CAMG	29.02,65
David Simões	93	GACV	31.44,89				
David Lopes	91	GACV	31.50,58				

OCTATLO / HEPTATLO

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

Elton Ingrês	91	CAMG	4875
Rodolfo Brites	91	BA	4818
Ruben Silva	91	JV	4448
João Rocha	92	BA	4433
Kevin Gaspar	91	BA	3942
Homilzio Santos	92	ACDRA	3519
Luís Batista	91	JV	3501
Volodymyr Strokov	91	JV	3444
Ricardo António	91	BA	3264
João Tavares	92	ACDRA	3260
		Vento + 4 m/s	
Rodolfo Brites	91	BA	5126
Elton Ingrês	91	CAMG	4966
João Rocha	92	BA	4630
Luís Batista	91	JV	3721

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

Eva Vital	92	ACDRA	4259
Irina Rodrigues	91	JV	4015
Ana Rita Ferreira	91	ACDRA	3374
Ana Vasconcelos	92	ACDRA	3210
Liliana Jorge	91	JV	2902
Fani Ferreira	92	BA	2390
Marisa Menicha	91	BA	2274
Denise Faria	91	ACDRA	2180
Verónica Jerónimo	91	ACDRA	2161
Regina Meneses	91	GDP	2160
		Vento + 4 m/s	
Sara Dias	92	BA	2404



Ranking 2008
OCTATLO TÉCNICO

**110B (0,91) / Comp. / Peso 5 / Altura /
Disco 1,5 / Vara / Dardo 7 / 1.000 m**

Rodolfo Brites	91	BA	4465
Elton Ingrês	91	CAMG	4283
Ricardo António	91	BA	3256
Fernando Mação	91	BA	2909

4 x 100 M

J. Vidigalense	44.78	Seleção	49.82
Ruben Silva (91), João Marques (92), Rafael Soares (91), Volodymyr Strokov (91)		Liliana Jorge (91), Eva Vital (92) Carla Santos (91), Irina Rodrigues (91)	
Bairro Anjos	45.29	CAM Grande	52.92
Filipe Oliveira (91), Rodolfo Brites (91) Kevin Gaspar (91), João Rocha (91)		Diana Oliveira (91), Cyntia Silva (91) Beatrysa Lyaschenko (91), Andreia Pinto (93)	
CAM Grande	47.94	ACDR Arneirense	53.01
Dylan Silva (93), João Pereira (93) Bruno Alves (93), Pedro Santos (93)		Ana Rita Ferreira (91), Eva Vital (92) Ana Vasconcelos (92), Verónica Jerónimo (91)	
ACDR Arneirense	48.30	J. Vidigalense	53.80
Sérgio Gomes (92), Daniel Mimoso (93) Homilzio Santos (92), João Tavares (92)		Lídia Alberto (93), Bruna Silva (94) Ana Rita Filipe (91), Mariana Simões (94)	
		GD Pedreiras	54.88
		Ana Conceição (91), Zelinda Mendes (91) Daniela Cruz (94), Regina Meneses (91)	
		Bairro Anjos	57.56
		Sara Dias (92), Rita Gonçalves (92) Sofia Pereira (93), Ana Marta Mora (92)	

4 x 300 M

Bairro Anjos	2.33.77	J. Vidigalense	3.03,82
João Rocha (91), Filipe Oliveira (91) Rodolfo Brites (91), Kevin Gaspar (91)		Carla Santos (91), Bruna Silva (94) Ana Rita Filipe (91), Liliana Jorge (91)	
J. Vidigalense	2.35.91	ACDR Arneirense	3.04.82
Volodymyr Strokov (91), João Marques (92) Rafael Oliveira (92), Rafael Soares (91)		Andreia André (91), Joana Brito (92) Joana Domingos (93), Miriam Tavares (91)	
CAM Grande	2.50.03	CAM Grande	3.09.52
Dylan Silva (93), Pedro Soares (93) João Pereira (94), Bruno Alves (93)		Andreia Pinto (93), Ana Patrícia Silva (93) Catarina Vieira (91), Cyntia Silva (91)	
ACDR Arneirense	2.50.79	GD Pedreiras	3.18.36
Sérgio Gomes (91), João Tavares (92) Vitalie Savca (91), Tiago Soares (92)		Ana Conceição (91), Zelinda Mendes (91) Cristina Gomes (93), Daniela Cruz (94)	

RANKING DE JUNIORES**100 m**

Bruno Ferreira	90	ACDRA	10,4	Eva Vital	92	ACDRA	12,05
Gonçalo Ribeiro	90	JV	10,92	Susana Santos	90	ACDRA	12,22
João Gradiz	89	JV	11,07	Daniela Ferreira	89	JV	12,80
Kevin Wilson	90	BA	11,13	Carla Santos	91	JV	12,92
Ruben Monteiro	89	JV	11,1	Ana Rita Filipe	91	JV	13,35
Cristiano Carreira	90	JV	11,35	Irina Rodrigues	91	JV	13,38
João Rocha	92	BA	11,2	Sara Dias	92	BA	13,40
Rui Jerónimo	90	JV	11,49	Leslie Delgado	89	JV	13,43
Volodymyr Stokov	91	JV	11,66	Eduarda Isidoro	91	ACDRA	13,45
Miguel Martins	90	JV	11,72	Beatrysa Lyashchenko	91	CAMG	13,61
				Diana Morgado	89	BA	13,61

Vento + 2 m /s

Bruno Ferreira	90	ACDRA	10,74
Ruben Monteiro	89	JV	11,28
João Rocha	92	BA	11,32
Rodolfo Brites	91	BA	11,49
Rafael Soares	91	JV	11,3
Micael Gonçalves	91	ACC	11,56
João Oliveira	89	BA	11,63

Vento + 2 m /s

Susana Santos	90	ACDRA	12,18
Carla Santos	91	JV	12,44
Ana Rita Filipe	91	JV	13,19
Sara Dias	92	BA	13,21
Diana Morgado	89	BA	13,24

200 M

Bruno Ferreira	90	ACDRA	22,31	Carla Santos	91	JV	26,12
Gonçalo Ribeiro	89	JV	22,43	Susana Santos	90	ACDRA	26,17 pc
Cristiano Carreira	90	JV	22,63	Eva Vital	92	ACDRA	26,25
João Gradiz	89	JV	22,86	Andreia Pinto	93	CAMG	26,8 pc
João Rocha	92	BA	23,33	Daniela Ferreira	89	JV	27,05 pc
Filipe Oliveira	91	BA	23,51	Leslie Delgado	89	JV	27,15
Miguel Martins	90	JV	23,62	Miriam Tavares	91	ACDRA	27,50
Rafael Soares	91	JV	23,71 pc	Ana Rita Filipe	91	JV	27,83
João Oliveira	90	BA	23,82 pc	Sara Dias	92	BA	27,80
Volodymyr Stokov	91	JV	23,95	Eduarda Isidoro	91	ACDRA	27,96

Vento + 2 m /s

Bruno Ferreira	90	ACDRA	21,88
Gonçalo Ribeiro	89	JV	22,18
Cristiano Carreira	90	JV	22,49
Kevin Wilson	90	BA	22,75
Volodymyr Stokov	91	JV	23,32
João Alexandre	90	JV	23,41
Micael Gonçalves	91	ACC	23,74
João Oliveira	90	BA	23,75

Vento + 2 m /s

Susana Santos	90	ACDRA	25,55
Carla Santos	91	JV	25,68
Eva Vital	92	ACDRA	25,90
Daniela Ferreira	89	JV	26,88
Andreia Pinto	93	CAMG	27,00
Ana Rita Fernandes	93	ACDRA	27,42
Ana Rita Filipe	91	JV	27,54
Sara Dias	92	BA	27,59

400 M

Cristiano Carreira	90	JV	50,06	Carla Santos	91	JV	59,95
Kevin Wilson	90	BA	50,68 pc	Joana Brito	92	ACDRA	62,53
João Oliveira	90	BA	51,71	Catarina Vieira	91	CAMG	62,76
Rodolfo Lacerda	89	BA	52,19	Nadia Silva	90	CAMG	63,10 pc
Volodymyr Stokov	91	JV	52,88	Leslie Delgado	89	JV	63,17 pc
Vasco Santana	89	CAOB	53,05	Soraia Lopes	92	BA	65,34 pc
Kevin Gaspar	91	BA	53,05	Ana Carolina Matias	91	BA	65,56
Filipe Oliveira	91	BA	53,72	Ana Rita Filipe	91	JV	66,82
Thibaut Junqueira	92	BA	53,88	Ana Conceição	91	GDP	67,78 pc
Pedro Freire	89	2 AP	54,40	Andreia André	91	ACDRA	68,87



Ranking 2008

800 M

Thibaut Junqueira	92	BA	1.58,98	Ana Queiróz Alves	94	JV	2.18,09
Kevin Gaspar	91	BA	2.01,46	Ana Rita Fernandes	93	ACDRA	2.21,74
Rui Gonçalves	90	CAMG	2.01,92	Sandra Protásio	89	JV	2.22,62
João Leal	91	JV	2.02,01	Soraia Lopes	92	BA	2.24,90
Pedro Freire	89	2 AP	2.02,33	Joana Brito	92	ACDRA	2.25,32
André Nazaré	91	ACDRA	2.02,41	Nadia Silva	90	CAMG	2.25,49 pc
Márcio Marques	89	BA	2.02,46 pc	Joana Domingos	93	ACDRA	2.27,54
Cristiano Carreira	90	JV	2.05,52	Daniela Dias	91	ACDRA	2.28,32
Homilzio Santos	92	ACDRA	2.05,67	Catarina Vieira	91	CAMG	2.29,71
Hugo Brogueira	90	GDP	2.09,26 pc	Cristiana Silva	90	ACDRA	2.31,96 pc

1.500 M

João Leal	91	JV	4.04,75	Ana Queiróz Alves	94	JV	4.48,90
Rui Gonçalves	90	CAMG	4.04,89	Sandra Protásio	89	JV	4.56,44 pc
Olivier Pedroso	90	JV	4.05,58	Catarina Vieira	91	CAMG	5.02,25
Pedro Freire	89	2AP	4.13,01	Catarina Carvalho	92	CAMG	5.02,43
Márcio Marques	89	BA	4.14,97 pc	Soraia Lopes	92	BA	5.03,89
Thibaut Junqueira	92	BA	4.18,85	Cristiana Silva	90	ACDRA	5.05,31 pc
Ruben Pereira	89	ACDRA	4.22,33	Ana Rita Fernandes	93	ACDRA	5.07,28
André Nazaré	91	ACDRA	4.27,16	Joana Brito	92	ACDRA	5.14,28
Pedro Santos	92	JV	4.29,09	Catarina Vieira	91	CAMG	5.16,06
José Neves	92	JV	4.40,06	Nadia Silva	90	CAMG	5.18,59 pc

3.000 M

Rui Gonçalves	90	CAMG	8.57,83 pc	Mariana Costa	91	JV	10.17,68
Olivier Pedroso	90	JV	9.11,61 pc	Catarina Carvalho	92	CAMG	10.47,95 pc
João Leal	91	JV	9.15,32	Inês Nobre	92	JV	11.12,62
Pedro Santos	92	JV	9.27,66 pc	Ana Carolina Matias	91	BA	11.15,80
Ruben Pereira	89	ACDRA	9.40,14	Soraia Lopes	92	BA	11.17,40
José Neves	92	JV	9.46,83	Cristiana Silva	90	ACDRA	11.19,88
João Santos	90	BA	10.00,94	Catarina Vieira	91	CAMG	11.32,29 pc
João Bento	92	JV	10.06,39	Sandra Protásio	89	JV	11.41,26
Emanuel Cardoso	90	CAMG	10.15,54 pc	Carina Vicente	90	BA	11.43,57
Diogo Roda	89	BA	10.39,17 pc	Marisa Jesus	93	CAMG	12.54,22

5.000 M

Olivier Pedroso	90	JV	15.42,89
João Santos	90	BA	18.09,09
Diogo Roda	89	BA	19.34,52
Mauro Reis	89	BA	22.26,79

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

Kevin Wilson	90	BA	15,83	Eva Vital	92	ACDRA	14,17
Miguel Martins	90	JV	16,34	Leslie Delgado	89	JV	15,52
João Oliveira	89	BA	18,21	Daniela Ferreira	89	JV	16,2
Márcio Marques	89	BA	18,66	Diana Morgado	89	BA	16,7
Rodolfo Lacerda	89	BA	20,86	Mariana Morgado	89	BA	17,18
				Nânci Sousa	90	JV	18,2
Gonçalo Ribeiro	89	JV	15,81				
João Rocha	92	BA	16,26	Eva Vital	92	ACDRA	13,78
Miguel Martins	90	JV	16,28	Leslie Delgado	89	JV	15,06
Elton Ingrês	91	CAMG	17,15	Irina Rodrigues	91	JV	16,81
Ruben Silva	91	JV	18,12	Denise Faria	91	ACDRA	18,95
				Regina Meneses	91	GDP	19,85



Ranking 2008

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

Miguel Martins	90	JV	57,49	Leslie Delgado	89	JV	64,83
João Oliveira	90	BA	61,02	Ana Carolina Matias	91	BA	70,90
Rodolfo Lacerda	89	BA	62,81	Andreia André	91	ACDRA	73,93
Volodymyr Strokov	91	JV	64,58	Diana Morgado	89	BA	81,36
Alfredo Soares	90	ACDRA	64,73				
Kevin Gaspar	91	BA	65,44				
Telmo Filipe	92	JV	70,34				
Artur Gomes	91	JV	74,11				

(0,91) / 3.000 M OBSTÁCULOS / (0,76)

Olivier Pedroso	90	JV	9.42,17	Inês Nobre	92	JV	12.18,43
Márcio Marques	89	BA	10.18,30	Carina Vicente	90	BA	12.42,14
João Santos	90	BA	10.41,90	Ana Vanessa Leitão	90	BA	17.04,12
Diogo Roda	89	BA	12.17,03				

ALTURA

Rodolfo Brites	91	BA	2,04	Irina Rodrigues	91	JV	1,70 pc
João Alexandre	90	JV	1,95 pc	Eva Vital	92	ACDRA	1,54 pc
Kevin Wilson	90	BA	1,85 pc	Daniela Ferreira	89	JV	1,54 pc
Elton Ingres	91	CAMG	1,82 pc	Ana Vasconcelos	92	ACDRA	1,53 pc
Ruben Silva	91	JV	1,80 pc	Liliana Jorge	91	JV	1,50 pc
Rui Jerónimo	90	BA	1,76 pc	Catarina Rosa	89	CAMG	1,50
Vasco Santana	89	CAOB	1,75	Mariana Morgado	89	BA	1,45 pc
Ruben Ferreira	92	CAOB	1,74	Nânci Sousa	90	JV	1,45
James Wilson	91	BA	1,68 pc	Diana Oliveira	93	CAMG	1,45
Daniel Mimoso	93	ACDRA	1,68	Ana Rita Ferreira	92	ACDRA	1,44

VARA

Ruben Monteiro	89	JV	4,45	Nânci Sousa	90	JV	2,65
Kevin Wilson	90	BA	3,80 pc	Ana Patrícia Silva	93	CAMG	2,60
Rui Jerónimo	90	BA	3,65	Verónica Jerónimo	91	ACDRA	2,60
Luís Ferreira	92	JV	3,45	Ana Filipa Silva	93	CAMG	2,45
Ricardo António	91	BA	3,40	Fabiana Mota	90	JV	2,40
Vítor Mendes	92	JV	3,20 pc	Nânci Duarte	90	2AP	2,30
Rodolfo Brites	91	BA	3,00	Ana Vasconcelos	92	ACDRA	2,20
Ricardo Silva	93	BA	3,00	Lídia Alberto	93	JV	2,00
Pedro Soares	93	CAMG	2,90	Mariana Simões	94	JV	2,00
Bruno Silva	92	JV	2,80	Fabiola Lucart	94	BA	2,00
				Vanessa Nora	93	CAMG	2,00

COMPRIMENTO

Kevin Wilson	90	BA	7,06	Eva Vital	92	ACDRA	5,72
Ruben Silva	91	JV	6,74	Daniela Ferreira	89	JV	5,19
Édi Fernandes	90	JV	6,57 pc	Irina Rodrigues	91	JV	5,04
Rodolfo Brites	91	BA	6,52	Anais Baptista	94	JV	5,00
João Rocha	92	BA	6,51	Lídia Alberto	93	JV	4,92
João Alexandre	90	JV	6,38	Ana Vasconcelos	92	ACDRA	4,89
Elton Ingres	91	CAMG	6,37	Liliana Jorge	91	JV	4,80
Ernest Kibungo	92	BA	6,10	Sarah Dias	95	JV	4,80 pc
Rui Jerónimo	90	BA	6,09 pc	Mariana Morgado	89	BA	4,78 pc
Ruben Monteiro	89	JV	6,05	Sofia Pereira	93	BA	4,69
	Vento + 2 m /s				Vento + 2 m /s		
Ruben Silva	91	JV	6,82	Irina Rodrigues	91	JV	5,21
				Sarah Dias	95	JV	5,06
				Liliana Jorge	91	JV	4,85
				Sofia Pereira	93	BA	4,81



Ranking 2008

TRIPLO

Ruben Silva	91	JV	14,07	Liliana Jorge	91	JV	11,41 pc
Édi Fernandes	90	JV	13,95 pc	Anais Baptista	94	JV	10,74
Elton Ingres	91	CAMG	13,36	Andreia Pinto	93	CAMG	10,56
João Alexandre	90	JV	13,20	Cátia Gaspar	90	JV	10,48 pc
João Rocha	92	BA	12,95 pc	Ana Rita Ferreira	91	ACDRA	10,05
Rodolfo Brites	91	BA	12,90	Ana Patrícia Silva	93	CAMG	10,04
Miguel Martins	90	JV	12,28	Ana Vasconcelos	92	ACDRA	10,00 pc
Ernest Kibungu	92	BA	12,10	Sara Oliveira	93	CAMG	9,97
Rui Jerónimo	90	BA	12,05 pc	Mariana Morgado	89	BA	9,95
João Moniz	94	JV	11,85	Barbara Ribeiro	93	JV	9,81
		Vento + 2 m /s				Vento + 2 m /s	
Elton Ingres	91	CAMG	13,55	Anais Baptista	94	JV	10,89
Rodolfo Brites	91	BA	13,05	Sara Oliveira	93	CAMG	10,32
Dylan Silva	93	CAMG	12,13	Mariana Morgado	89	BA	10,30
Paulo Pais	90	JV	12,05	Barbara Ribeiro	93	JV	10,21
				Ana Rita Ferreira	91	ACDRA	10,08

(6 Kg) / PESO / (4 kg)

Tiago Pereira	91	JV	13,43	Irina Rodrigues	91	JV	13,26
Kevin Wilson	90	BA	12,75	Catarina Rosa	89	CAMG	12,39
Luís Marques	89	JV	11,61pc	Ana Rita Henriques	92	ACDRA	10,91
Vyacheslav Adamskiy	89	JV	11,57	Ana Patrícia Inácio	91	CAMG	10,77
Luís Batista	91	JV	11,28	Verónica Jerónimo	91	ACDRA	8,90
James Wilson	91	BA	10,57	Daniela Ferreira	89	JV	8,63 pc
Rui Jerónimo	90	BA	9,75 pc	Cátia Gaspar	90	JV	8,60 pc
Diogo Correia	89	JV	9,71	Mafuta Maketa	89	JV	8,38
Márcio Marques	89	BA	8,83	Mariana Morgado	89	BA	8,35 pc
Ruben Monteiro	89	JV	8,53 pc	Ana Cláudia Faria	90	ACDRA	8,27 pc

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

Luís Marques	89	JV	39,32	Irina Rodrigues	91	JV	53,94
Vyacheslav Adamskiy	89	JV	38,11	Catarina Rosa	89	CAMG	42,22
Kevin Wilson	90	BA	37,71	Ana Patrícia Inácio	91	CAMG	36,90
James Wilson	91	BA	33,41	Helena Fernandes	93	CSP VI	30,36
Luís Batista	91	JV	31,69	Fabiana Domingos	93	CAMG	28,77
Tiago Pereira	91	JV	31,34	Alina Matasova	92	CAMG	23,88
Fernando Mação	91	BA	27,49	Mafuta Maketa	89	JV	19,19
Rui Jerónimo	90	BA	23,49	Mariana Fontes	89	BA	19,17
João Oliveira	89	BA	17,98	Cecília Cordeiro	92	GDP	18,87
Rodolfo Lacerda	89	BA	17,35	Nanci Sousa	90	JV	18,47

(800 g) / DARDO / (600 g)

Diogo Correia	89	JV	49,61	Ana Rita Ferreira	91	ACDRA	38,22
Kevin Wilson	90	BA	45,35	Verónica Jerónimo	91	ACDRA	36,19
James Wilson	91	BA	42,19	Nânci Sousa	90	JV	33,85
José Fragona	92	JV	37,30	Irina Rodrigues	91	JV	27,76
Tiago Pereira	91	JV	34,98	Cátia Gaspar	90	JV	27,38
Luís Batista	91	JV	33,33	Ana Vasconcelos	92	ACDRA	27,11
Igor Khodak	91	JV	33,08	Melissa Ribeiro	92	CAMG	25,69
Luís Marques	89	JV	32,97	Ana Patrícia Inácio	91	CAMG	24,69
Leandro Carvalho	92	CAMG	30,27	Catarina Rosa	89	CAMG	23,91
João Oliveira	89	BA	27,81	Vanessa Nora	93	CAMG	21,51



Ranking 2008

(6 Kg) / MARTELO / (4 Kg)

Vyacheslav Adamskiy	89	JV	60,09	Ana Rita Henriques	92	ACDRA	48,05
Luís Batista	91	JV	42,30	Mafuta Maketa	89	JV	45,50
Tiago Pereira	91	JV	40,70	Irina Rodrigues	91	JV	34,72
Luís Marques	89	JV	36,51	Catarina Rosa	89	CAMG	32,85
				Ana Raquel Rocha	92	JV	30,85
				Ana Patrícia Inácio	91	CAMG	23,61
				Verónica Jerónimo	91	ACDRA	22,00
				Mariana Fontes	89	BA	21,16
				Ana Antunes	91	BA	19,47

10.000 M / MARCHA / 10.000 M

Ricardo Fernandes	92	JV	57.31,06	Daniela Cardoso	91	BA	1:02.36,99
				Ana Vanessa Leitão	90	BA	1:08.20,62

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

Kevin Wilson	90	BA	6531	Diana Morgado	89	BA	2619
João Oliveira	89	BA	4319				
Márcio Marques	89	BA	3911				
Rodolfo Lacerda	89	BA	3870				

4 x 100 M

J. Vidigalense (Jun.)	42.70	Seleção (Juv.)	49.82
Ruben Monteiro (89), Gonçalo Ribeiro (89) Cristiano Carreira (90), João Gradiz (89)		Liliana Jorge (91), Eva Vital (92) Carla Santos (91), Irina Rodrigues (91)	
J. Vidigalense (Juv.)	44.78	J. Vidigalense (Jun.)	50.36
Ruben Silva (91), João Marques (92), Rafael Soares (91), Volodymyr Stokov (91)		Ana Rita Filipe (91), Daniela Ferreira (89) Carla Santos (91), Irina Rodrigues (91)	
B. Anjos (Jun.)	44.86	ACDR Arneirense (Jun.)	50.45
João Oliveira (90), Rodolfo Lacerda (89) Rodolfo Brites (91), Rui Jerónimo (90)		Susana Santos (90), Eva Vital (92) Miriam Tavares (91), Ana Cláudia Faria (90)	
B. Anjos (Juv.)	45.29	CAM Grande (Juv.)	52.92
Filipe Oliveira (91), Rodolfo Brites (91) Kevin Gaspar (91), João Rocha (91)		Diana Oliveira (91), Cyntia Silva (91) Beatrysa Lyaschenko (91), Andreia Pinto (93)	
CAM Grande (Juv.)	47.94	ACDR Arneirense (Juv.)	53.01
Dylan Silva (93), João Pereira (93) Bruno Alves (93), Pedro Santos (93)		Ana Rita Ferreira (91), Eva Vital (92) Ana Vasconcelos (92), Verónica Jerónimo (91)	

4 x 4 00 M

J. Vidigalense (Jun)	3.28.50	J. Vidigalense (Jun.)	4.22.00
Miguel Martins (90), Gonçalo Ribeiro (89) João Gradiz (89), Cristiano Carreira (90)		Ana Rita Filipe (91), Liliana Jorge (91) Sandra Protásio (89), Leslie Delgado (89)	
B. Anjos (Jun)	3.33.17	ACDR Arneirense (Jun.)	4.24.86
Rodolfo Brites (91), Kevin Gaspar (91) João Oliveira (90), Rodolfo Lacerda (89)		Miriam Tavares (91), Daniela Dias (91) Andreia André (91), Ana Cláudia Faria (90)	
		B. Anjos (Jun.)	5.02.51
		Daniela Cardoso (91), Soraia Lopes (92) Ana Vanessa Leitão (90), Carina Vicente (90)	



RANKING SENIORES**100 M**

Bruno Ferreira	90	ACDRA	10,4	Eva Vital	92	ACDRA	12,05
Gonçalo Ribeiro	90	JV	10,92	Anna Olsson	88	JV	12,08
Bruno Gualberto	88	JV	10,94	Cátia Ferreira	83	JV	12,22
João Gradiz	89	JV	11,07	Susana Santos	90	ACDRA	12,22
Kevin Wilson	90	BA	11,13	Daniela Ferreira	89	JV	12,80
Ruben Monteiro	89	JV	11,1	Carla Santos	91	JV	12,92
Cristiano Carreira	90	JV	11,35	Ana Rita Filipe	91	JV	13,35
João Rocha	92	BA	11,2	Irina Rodrigues	91	JV	13,38
Rui Jerónimo	90	JV	11,49	Sara Dias	92	BA	13,40
Volodymir Stokov	91	JV	11,66	Ana Rita Filipe	91	JV	13,43
Vento + 2 m /s				Vento + 2 m /s			
Bruno Ferreira	90	ACDRA	10,74	Susana Santos	90	ACDRA	12,18
Ruben Monteiro	89	JV	11,28	Carla Santos	91	JV	12,44
João Rocha	92	BA	11,32	Ana Rita Filipe	91	JV	13,19
George Silva	76	JV	11,43	Sara Dias	92	BA	13,21
Rodolfo Brites	91	BA	11,49	Diana Morgado	89	BA	13,24
Rafael Soares	91	JV	11,3				
Micael Gonçalves	91	ACC	11,56				
João Oliveira	89	BA	11,63				
Miguel Ganhão	87	BA	11,66				

200 M

Bruno Gualberto	88	JV	21,85 pc	Anna Olsson	88	JV	24,71
Bruno Ferreira	90	ACDRA	22,31	Cátia Ferreira	83	JV	25,40 pc
Gonçalo Ribeiro	89	JV	22,43	Carla Santos	91	JV	26,12
Cristiano Carreira	90	JV	22,63	Susana Santos	90	ACDRA	26,17 pc
João Gradiz	89	JV	22,86	Eva Vital	92	ACDRA	26,25
César Pedreira	86	JV	22,98 pc	Andreia Pinto	93	CAMG	26,8 pc
João Rocha	92	BA	23,33	Daniela Ferreira	89	JV	27,05 pc
Filipe Oliveira	91	BA	23,51	Ana Rita Filipe	91	JV	27,15
Miguel Martins	90	JV	23,62	Miriam Tavares	91	ACDRA	27,50
Rafael Soares	91	JV	23,71 pc	Sara Dias	92	BA	27,80
Vento + 2 m /s				Vento + 2 m /s			
Bruno Ferreira	90	ACDRA	21,88	Carla Santos	91	JV	25,68
Gonçalo Ribeiro	89	JV	22,18	Susana Santos	90	ACDRA	25,55
Kevin Wilson	90	BA	22,75	Eva Vital	92	ACDRA	25,90
Volodymyr Stokov	91	JV	23,32	Daniela Ferreira	89	JV	26,88
João Alexandre	90	JV	23,41	Andreia Pinto	93	CAMG	27,00
Miguel Ganhão	87	BA	23,61	Ana Rita Fernandes	93	ACDRA	27,42
				Ana Rita Filipe	91	JV	27,54
				Sara Dias	92	BA	27,59

400 M

Bruno Gualberto	88	JV	49,54	Carla Santos	91	JV	59,95
Cristiano Carreira	90	JV	50,06	Patrícia Isabel Pereira	83	JV	61,95 pc
César Pedreira	86	JV	50,62 pc	Joana Brito	92	ACDRA	62,53
Kevin Wilson	90	BA	50,68 pc	Catarina Vieira	91	CAMG	62,76
João Oliveira	90	BA	51,71	Nadia Silva	90	CAMG	63,1 pc
Rodolfo Lacerda	89	BA	52,19	Leslie Delgado	89	JV	63,17 pc
Nuno Marques	83	BA	52,33 pc	Célia Gonçalves	83	BA	63,37 pc
Rodolfo Lacerda	88	BA	52,38	Soraia Lopes	92	BA	65,34 pc
Alexandre Sousa	87	BA	52,3 pc	Ana Carolina Matias	91	BA	65,56
Volodymyr Stokov	91	JV	52,88	Ana Rita Filipe	91	JV	66,82



Ranking 2008

800 M

Marco Costa	81	JV	1.57,40	Patrícia Isabel Pereira	83	JV	2.15,18
Thibaut Junqueira	92	BA	1.58,98	Ana Queiróz Alves	94	JV	2.18,09
Jaime Dias	85	JV	1.59,30 pc	Ana Rita Fernandes	93	ACDRA	2.21,74
Kevin Gaspar	91	BA	2.01,46	Sandra Protásio	89	JV	2.22,62
Rui Gonçalves	90	CAMG	2.01,92	Ana Rita Miranda	87	JV	2.22,72 pc
João Leal	91	JV	2.02,01	Soraia Lopes	92	BA	2.24,90
Pedro Freire	89	2 AP	2.02,33	Joana Brito	92	ACDRA	2.25,32
André Nazaré	91	ACDRA	2.02,41	Nadia Silva	90	CAMG	2.25,49 pc
Márcio Marques	89	BA	2.02,46 pc	Marina Agostinho	82	JV	2.26,58
Ângelo Araújo	85	JV	2.03,41 pc	Joana Domingos	93	ACDRA	2.27,54

1.500 M

Ruben Brás	86	JV	3.52,27	Patrícia Isabel Pereira	83	JV	4.45,68
Marco Costa	81	JV	3.58,10	Ana Queiróz Alves	94	JV	4.48,90
Jaime Dias	85	JV	4.04,39 pc	Sandra Protásio	89	JV	4.56,44 pc
João Leal	91	JV	4.04,75	Ana Rita Miranda	87	JV	4.58,88 pc
Rui Gonçalves	90	CAMG	4.04,89	Marina Agostinho	82	JV	5.01,18 pc
Olivier Pedroso	90	JV	4.05,58	Catarina Vieira	91	CAMG	5.02,25
Pedro Freire	89	2AP	4.13,01	Catarina Carvalho	92	CAMG	5.02,43
Márcio Marques	89	BA	4.14,97 pc	Soraia Lopes	92	BA	5.03,89
Tiago Marques	83	2AP	4.15,59 pc	Cristiana Silva	90	ACDRA	5.05,31 pc
Thibaut Junqueira	92	BA	4.18,85	Ana Rita Fernandes	93	ACDRA	5.07,28

3.000 M

Ruben Brás	86	JV	8.20,74	Mariana Costa	91	JV	10.17,68
Rui Gonçalves	90	CAMG	8.57,83 pc	A. Mónica Moreiras	79	JV	10.22,65 pc
Cristiano António	88	BA	9.02,53 pc	Marina Agostinho	82	JV	10.41,43 pc
Tiago Marques	83	2AP	9.06,24 pc	Catarina Carvalho	92	CAMG	10.47,95 pc
Olivier Pedroso	90	JV	9.11,61 pc	Inês Nobre	92	JV	11.12,62
João Leal	91	JV	9.15,32	Ana Carolina Matias	91	BA	11.15,80
Miguel Martins	71	2AP	9.17,79	Soraia Lopes	92	BA	11.17,40
Pedro Santos	92	JV	9.27,66 pc	Cristiana Silva	90	ACDRA	11.19,88
José Aurélio	75	C.A Barreira	9.30,32	Catarina Vieira	91	CAMG	11.32,29 pc
Ruben Pereira	89	ACDRA	9.40,14	Sandra Protásio	89	JV	11.41,26

5.000 M

Ruben Brás	86	JV	14.25,90	A. Mónica Moreiras	79	JV	18.55,95
Olivier Pedroso	90	JV	15.42,89	Marina Agostinho	82	JV	19.03,96
Miguel Martins	71	2AP	16.04,32	Carina Vicente	90	BA	20.35,76
Cristiano António	88	BA	17.05,24	Joana Jacinto	90	BA	21.24,14
João Santos	90	BA	18.09,09	Soraia Mota	90	BA	23.43,05
Diogo Roda	89	BA	19.34,52				
Mauro Reis	89	BA	22.26,79				

10.000 M

Nuno Varela	83	C.A Barreira	32.35,34
José Aurélio	75	C.A Barreira	34.26,59
Cristiano António	88	BA	36.09,82



Ranking 2008
MARATONA

António Silvino	63	C.A Barreira	2:46.15	Mª Glória Serrazina	58	CRP Ribafria	3:31.58
Aquilino Ferreira	58	A.C Vermoil	2:48.28				
Germano Capela	67	C.A Barreira	2:48.37				
Jorge Aires	74	C.A Barreira	2:50.21				
José Martins	52	C.A Barreira	2:53.33				
Jorge Silva	67	C.A Barreira	2:53.38				
Desidério Pires	72	CB Alcobaça	2:57.41				
David Marques	70	C.A Barreira	3:00.04				
Sérgio Tomás	77	C.A Barreira	3:07.16				
Luís Serrazina	65	CRP Ribafria	3:07.45				

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

Bruno Gualberto	88	JV	14,74	Eva Vital	92	ACDRA	14,17
Daniel Gaspar	87	BA	16,13	Leslie Delgado	89	JV	15,52
Alexandre Sousa	87	BA	16,19	Daniela Ferreira	89	JV	16,2
Kevin Wilson	90	BA	16,59	Diana Morgado	89	BA	16,7
Nuno Marques	83	BA	17,09	Mariana Morgado	89	BA	17,18
George Silva	76	JV	17,77	Nânci Sousa	90	JV	18,2
Rui Jerónimo	90	BA	17,93				
Filipe Carvalho	77	JV	19,36				
Miguel Ganhão	87	BA	19,76	Eva Vital	92	ACDRA	13,78
Emanuel Almeida	79	CB Alc	20,47	Leslie Delgado	89	JV	15,06
		Vento + 2 m /s		Irina Rodrigues	91	JV	16,81
Bruno Gualberto	88	JV	14,73	Denise Faria	91	ACDRA	18,95
Miguel Martins	90	JV	17,14	Regina Meneses	91	GDP	19,85

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

Bruno Gualberto	88	JV	52,64	Leslie Delgado	89	JV	64,83
Alexandre Sousa	87	BA	56,19	Ana Carolina Matias	91	BA	70,90
Nuno Marques	83	BA	56,86	Andreia André	91	ACDRA	73,93
Miguel Martins	90	JV	57,49	Diana Morgado	89	BA	81,36
João Oliveira	90	BA	61,02				
Rodolfo Lacerda	89	BA	62,81				
Volodymyr Strokov	91	JV	64,58				
Alfredo Soares	90	ACDRA	64,73				
Kevin Gaspar	91	BA	65,44				
Telmo Filipe	92	JV	70,34				

(0,91) / 3.000 M OBSTÁCULOS / (0,76)

Ruben Brás	86	JV	9.19,20	Marina Agostinho	82	JV	11.24,11
Olivier Pedroso	90	JV	9.42,17	Inês Nobre	89	JV	12.18,43
Márcio Marques	89	BA	10.18,30	Carina Vicente	90	BA	12.42,14
João Santos	90	BA	10.41,90	Ana Vanessa Leitão	90	BA	17.04,12
Sergiy Chonka	73	2AP	10.47,48				
Cláudio Loureiro	88	BA	10.54,26				
Diogo Roda	89	BA	12.17,03				

ALTURA

Rodolfo Brites	91	BA	2,04	Irina Rodrigues	91	JV	1,70 pc
João Alexandre	90	JV	1,95 pc	Liliana Marta	82	ACDRA	1,56
Daniel Gaspar	87	BA	1,90 pc	Eva Vital	92	ACDRA	1,54 pc
Kevin Wilson	90	BA	1,85 pc	Daniela Ferreira	89	JV	1,54 pc
Bruno Pereira	81	JV	1,85	Ana Vasconcelos	92	ACDRA	1,53 pc
André Barreira	87	CAMG	1,85 pc	Liliana Jorge	91	JV	1,50 pc
Elton Ingres	91	CAMG	1,82 pc	Catarina Rosa	89	CAMG	1,50 pc
Ruben Silva	91	JV	1,80 pc	Mariana Morgado	89	BA	1,45 pc
Rui Jerónimo	90	BA	1,76 pc	Nânci Sousa	90	JV	1,45
Vasco Santana	89	CAOB	1,75	Diana Oliveira	93	CAMG	1,45
				Juliana Coutinho	86	JV	1,45



Ranking 2008

VARA

Ruben Monteiro	89	JV	4,45	Tânia Vieira	85	JV	3,00
George Silva	76	JV	4,05	Nânci Sousa	90	JV	2,65
André Barreira	87	CAMG	3,80	Ana Patrícia Silva	93	CAMG	2,60
Kevin Wilson	90	BA	3,80 pc	Verónica Jerónimo	91	ACDRA	2,60
Rui Jerónimo	90	BA	3,65	Ana Filipa Silva	93	CAMG	2,45
Ivo Morais	86	JV	3,55 pc	Fabiana Mota	90	JV	2,40
Luís Ferreira	92	JV	3,45	Nânci Duarte	90	2 AP	2,30
Ricardo António	91	BA	3,40	Ana Vasconcelos	92	ACDRA	2,20
Nuno Marques	83	BA	3,40 pc	Lídia Alberto	93	JV	2,00
Vítor Mendes	92	JV	3,20 pc	Mariana Simões	94	JV	2,00
				Fabiola Lucart	94	BA	2,00
				Vanessa Nora	93	CAMG	2,00
				Ana Carina Duarte	87	BA	2,00

COMPRIMENTO

Kevin Wilson	90	BA	7,06	Cátia Ferreira	83	JV	5,88 pc
Ruben Silva	91	JV	6,74	Eva Vital	92	ACDRA	5,72
Édi Fernandes	90	JV	6,57 pc	Daniela Ferreira	89	JV	5,19
Rodolfo Brites	91	BA	6,52	Natércia Lopes Luís	76	JV	5,08
João Rocha	92	BA	6,51	Irina Rodrigues	91	JV	5,04
Daniel Gaspar	87	BA	6,48 pc	Anais Baptista	94	JV	5,00
João Alexandre	90	JV	6,38	Ana Filipa Neves	85	CAMG	4,96
Elton Ingres	91	CAMG	6,37	Lídia Alberto	93	JV	4,92
Bruno Pereira	81	JV	6,11	Ana Vasconcelos	92	ACDRA	4,89
Ernest Kibungo	92	BA	6,10	Liliana Jorge	91	JV	4,80
	Vento + 2 m /s				Vento + 2 m /s		
Ruben Silva	91	JV	6,82	Irina Rodrigues	91	JV	5,21
André Barreira	87	CAMG	6,38	Sarah Dias	95	JV	5,06
				Liliana Jorge	91	JV	4,85
				Sofia Pereira	93	BA	4,81
				Sem controlo de anemómetro			
				Natércia Lopes Luís	76	JV	5,38

TRIPLO

Ruben Silva	91	JV	14,07	Cátia Ferreira	83	JV	12,13
Édi Fernandes	90	JV	13,95 pc	Vânia Silva	80	JV	11,46 pc
Miguel Lucas	71	BA	13,41 pc	Liliana Jorge	91	JV	11,41 pc
Elton Ingres	91	CAMG	13,36	Natércia Luís	76	JV	11,18 pc
João Alexandre	90	JV	13,20	Anais Baptista	94	JV	10,74
João Rocha	92	BA	12,95 pc	Andreia Pinto	93	CAMG	10,56
Rodolfo Brites	91	BA	12,90	Ana Filipa Neves	85	CAMG	10,55 pc
André Barreira	87	CAMG	12,86	Cátia Gaspar	90	JV	10,48 pc
Miguel Martins	90	JV	12,28	Ana Rita Ferreira	91	ACDRA	10,05
Bruno Pereira	81	JV	12,22	Ana Patrícia Silva	93	CAMG	10,04
	Vento + 2 m /s				Vento + 2 m /s		
Elton Ingres	91	CAMG	13,55	Anais Baptista	94	JV	10,89
Rodolfo Brites	91	BA	13,05	Sara Oliveira	93	CAMG	10,32
				Mariana Morgado	89	BA	10,30
				Barbara Ribeiro	93	JV	10,21
				Ana Rita Ferreira	91	ACDRA	10,08



Ranking 2008

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

Steve Patrício	88	JV	14,75	Irina Rodrigues	91	JV	13,26
Dine Sousa	76	JV	13,19 pc	Vânia Silva	80	JV	12,46
Diogo Correia	89	JV	11,05	Catarina Rosa	89	CAMG	12,39
Luís Fernandes	88	JV	11,05	M ^a Rosário Rodrigues	88	ACDRA	11,38
Vyacheslav Admskiy	89	JV	11,01	Ana Rita Henriques	92	ACDRA	10,91
Kevin Wilson	90	BA	10,98	Ana Patrícia Inácio	91	CAMG	10,77
Ricardo Morgado	84	BA	10,82 pc	Verónica Jerónimo	91	ACDRA	8,90
Eduardo Moura	80	JV	10,75	Daniela Ferreira	89	JV	8,63 pc
Nuno Martins	71	CB Alc	10,37 pc	Cátia Gaspar	90	JV	8,60 pc
Luís Marques	89	JV	10,27 pc	Mafuta Maketa	89	JV	8,38

(2 Kg) / DISCO / (1 Kg)

Luís Fernandes	88	JV	40,14	Irina Rodrigues	91	JV	53,94
Steve Patrício	88	JV	40,10	Catarina Rosa	89	CAMG	42,22
Vyacheslav Admskiy	89	JV	36,95	Ana Patrícia Inácio	91	CAMG	36,90
Kevin Wilson	90	BA	35,89	Helena Fernandes	93	CSP VI	30,36
Luís Marques	89	JV	33,75	Fabiana Domingos	93	CAMG	28,77
Diogo Correia	89	JV	31,59	M ^a Rosário Rodrigues	88	ACDRA	24,94
Luís Batista	91	JV	30,21	Alina Matasova	92	CAMG	23,88
Tiago Pereira	91	JV	29,70	Mafuta Maketa	89	JV	19,19
Ricardo Morgado	84	BA	28,69	Mariana Fontes	89	BA	19,17
Nuno Martins	71	CB Alc.	28,59	Cecília Cordeiro	92	GDP	18,87

(800 g) / DARDO / (600 g)

Diogo Correia	89	JV	49,61	Ana Rita Ferreira	91	ACDRA	38,22
Miguel Lucas	71	BA	47,65	Verónica Jerónimo	91	ACDRA	36,19
Nelson Moreira	88	CASG	45,49	Joana Gonçalves	83	JV	33,87
Nuno Marques	83	BA	45,43	Nânci Sousa	90	JV	33,85
Kevin Wilson	90	BA	45,35	Cátia Ferreira	83	JV	28,45
Eduardo Moura	80	JV	45,31	Irina Rodrigues	91	JV	27,76
James Wilson	91	BA	42,19	Célia Gonçalves	83	BA	27,41
José Fragona	92	JV	37,30	Cátia Gaspar	90	JV	27,38
Tomé Agostinho	88	BA	36,29	Ana Vasconcelos	92	ACDRA	27,11
Nuno Martins	71	CB Alc.	35,41	Melissa Ribeiro	92	CAMG	25,69

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

Carlos Vicente	89	IND	64,01	Vânia Silva	88	JV	67,97
Vyacheslav Admskiy	89	JV	54,45	Ana Rita Henriques	92	ACDRA	48,05
Miguel Ribeiro	83	JV	46,11	Mafuta Maketa	89	JV	45,50
Steve Patrício	88	JV	43,58	Irina Rodrigues	91	JV	34,72
Pedro Almeida	81	BA	38,20	Catarina Rosa	89	CAMG	32,85
Luís Fernandes	88	JV	31,66	Ana Raquel Rocha	92	JV	30,85
Nuno Martins	71	CB Alc.	24,20	Ana Patrícia Inácio	91	CAMG	23,61
Kevin Wilson	90	BA	22,00	Verónica Jerónimo	91	ACDRA	22,00
Mauro Reis	89	BA	18,59	Mariana Fontes	89	BA	21,16
Paulo Freire	70	2AP	14,96	Ana Antunes	91	BA	19,47

10.000 M / MARCHA / 10.000 M

Rui Duarte	83	BA	56:51,62	Daniela Cardoso	91	BA	1:02.36,99
Ricardo Fernandes	92	JV	57.31,06	Ana Vanessa Leitão	90	BA	1:08.20,62
Cristiano António	88	BA	58:13,36				



Ranking 2008

5.000 M / MARCHA / 5.000 M

Bruno Pedro	93	GACV	24:42,97	Paula Maurício	65	JV	18:02,06pc
Rui Duarte	83	BA	26:59,02	Daniela Cardoso	91	BA	28:26,96
Ricardo Fernandes	92	JV	27:15,62 pc	Luciana Jesus	93	CAMG	28:55,50
Cristiano António	88	BA	30:28,62	Marisa de Jesus	93	CAMG	29:02,65
David Simões	93	GACV	31:44,89	Ana Vanessa Leitão	90	BA	34:02,09

DECATLO / HEPTATLO

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

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

Nuno Marques	83	BA	5155
George Silva	76	JV	4932
Alexandre Sousa	87	BA	4275
Miguel Ganhão	87	BA	4184
Emanuel Almeida	79	CB Alc	3227
Nuno Martins	71	CB Alc	3009

Diana Morgado	89	BA	2619
---------------	----	----	-------------

4 x 100 M

J. Vidigalense	(Jun.)	42.70
Ruben Monteiro (89), Gonçalo Ribeiro (89) Cristiano Carreira (90), João Gradiz (89)		

J. Vidigalense	(Sen.)	48.27
Daniela Ferreira (89), Anna Olsson (88) Cátia Ferreira (83), Irina Rodrigues (91)		

Seleccção	(Sen.)	43.77
Mikael Gonçalves (91), Kevin Wilson (90) Bruno Ferreira (90), George Silva (76)		

Seleccção	(Juv.)	49.82
Liliana Jorge (91), Eva Vital (92) Carla Santos (91), Irina Rodrigues (91)		

J. Vidigalense	(Sen.)	43.94
Ruben Monteiro (89), Gonçalo Ribeiro (89) Cristiano Carreira (90), George Silva (76)		

J. Vidigalense	(Jun.)	50.36
Ana Rita Filipe (91), Daniela Ferreira (89) Carla Santos (91), Irina Rodrigues (91)		

Bairro Anjos	(Sen.)	44.32
João Oliveira (90), Rodolfo Lacerda (88) Rui Jerónimo (90), Miguel Ganhão (87)		

ACDR		
Arneirense	(Jun.)	50.45
Susana Santos (90), Eva Vital (92) Miriam Tavares (91), Ana Cláudia Faria (90)		

J. Vidigalense	(Juv.)	44.78
Ruben Silva (91), João Marques (92), Rafael Soares (91), Volodymyr Strokov (91)		

ACDR		
Arneirense	(Sen.)	50.57
Liliana Marta (82), Eva Vital (92) Susana Santos (90), Miriam Tavares (89)		

Bairro Anjos	(Jun.)	44.86
Bairro Anjos	(Juv.)	45.29

CAM Grande	(Juv.)	52.92
Seleccção	(Sen.)	52.96

4 x 400 M

J. Vidigalense	(Sen.)	3.22,65
Cristiano Carreira (90), Volodymyr Strokov (89) João Gradiz (89), Bruno Gualberto (88)		

J. Vidigalense	(Sen.)	4.01,99
Leslie Delgado (89), Patrícia Isabel Pereira (83) Carla Santos (91), Cátia Ferreira (83)		

Bairro Anjos	(Sen.)	3.27,04
João Oliveira (90), Rodolfo Lacerda (89) Miguel Ganhão (87), Alexandre Sousa (87)		

Bairro Anjos	(Sen.)	4.14,71
Célia Gonçalves (83), Soraia Lopes (92) Ana Carolina Matias (91), Daniela Cardoso (91)		

J. Vidigalense	(Jun.)	3.28,50
Miguel Martins (90), Gonçalo Ribeiro (89) João Gradiz (89), Cristiano Carreira (90)		

J. Vidigalense	(Jun.)	4.22,00
Ana Rita Filipe (91), Liliana Jorge (91) Sandra Protásio (89), Leslie Delgado (89)		



Ranking 2008

Bairro Anjos (Jun.)	3.33,17	ACDR	Arneirense (Jun.)	4.24.86
Rodolfo Brites (91), Kevin Gaspar (91)			Miriam Tavares (91), Daniela Dias (91)	
João Oliveira (90), Rodolfo Lacerda (89)			Andreia André (91), Ana Cláudia Faria (90)	
2A Pombal (Sen.)	4.04,52	CAM Grande (Sen.)		4.27,13
Pedro Freire (89), Paulo Freire (70)		Marta Santos (86), Catarina Vieira (91)		
Sergiy Chonka (73), Miguel Martins (71)		Cyntia Silva (91), Nadia Silva (90)		
		ACDR		
		Arneirense (Sen.)		4.32,75
		Bairro Anjos (Jun.)		5.02,51

1.000 M

Rui Gonçalves	90	CAMG	2.35,23	Ana Queiroz Alves	94	JV	2.59,17
João Leal	91	JV	2.37,62	Ana Rita Fernandes	93	ACDRA	3.06,39
Thibaut Junqueira	92	BA	2.41,80	Joana Domingos	93	ACDRA	3.08,94
André Nazaré	91	ACDRA	2.42,20	Soraia Lopes	92	BA	3.10,22
Cristiano António	88	BA	2.45,5	Filipa Eutiquio	96	CB Alc	3.12,32
Homilzio Santos	92	ACDRA	2.45,60	Catarina Vieira	91	CAMG	3.13,70
Kevin Gaspar	91	BA	2.45,62	Catarina Carvalho	92	CAMG	3.14,00
Carlos Correia	74	GDCB	2.47,0	Joana Brito	92	ACDRA	3.14,30
Ruben Pereira	89	ACDRA	2.47,5	Nadia Silva	90	CAMG	3.19,38
Ivan Mendes	93	CASG	2.50,02	Daniela Cruz	94	GDP	3.22,0

RECORDES

DISTRITAIS

AR LIVRE

RECORDES DE INFANTIS MASCULINOS – AR LIVRE

60 M	Artur Koshchuk	94	J.Vidigalense	7.77	EMMG	06-05-2007
150 m	Artur Koshchuk	94	J.Vidigalense	19.40	EMC	03-06-2007
600 M	Dyllan Pedro	95	J.Vidigalense	1.41,94	EULx	25-04-2008
1.000 M	Casimiro Gomes	77	B. Anjos	2.50.1	Açoteias	11-03-1990
60 M Bar (0,76)	Bernardo Lopes	93	J.Vidigalense	9.53	P.Almada	22-04-2006
Altura	Casimiro Gomes	77	B. Anjos	1.63	EN	05-05-1990
Vara	João Santos	84	J.Vidigalense	2.30	Luz	05-07-1997
Comprimento	Miguel Marques	95	J.Vidigalense	5.45 pc	P. Alpiarça	02-02-2008
Peso (3 Kg)	Carlos Dinis	77	J.Vidigalense	14.39	EM Leiria	15-12-1990
Dardo (500 g)	Eusébio Salvador	94	CASG	31.01	EMMG	06-05-2007
Disco (750 g)	João Moniz	94	J.Vidigalense	39.13	EM Leiria	22-07-2007
Martelo (3 Kg)	Carlos Oliveira	93	J.Vidigalense	38.62	CD Caldas	07-06-2006
3.000 M Marcha	Diogo Duarte	88	B. Anjos	16.55.75	EM Leiria	12-05-2001
4 x 60 M man	EP D. Dinis (1)			31.5	EUC	25-04-1989
elect	J. Vidigalense (2)			31.99	EMC	02-06-2007
Pentatlo	João Moniz	94	J.Vidigalense	2393 pts	EM Leiria	21-22/07/2007
	60 M / Comp. / 60 B (0,76) / Peso 3 / 1000					
	7.98 / 5.00 / 10.36 / 10.35 / 3.22.07					
	565 / 382 / 475 / 507 / 464					

(1) Bruno Conceição, Carlos Pires, João Afonso, João Fonseca

(2) João Moniz (94), Artur Koshchuk (94), Miguel Marques (95), Nelson Pereira (94)

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					
	9.75 / 1.44 / 11.94 / 3.30.31					
	589 / 345 / 603 / 398					

RECORDES DE INFANTIS FEMININOS – AR LIVRE

FEMININOS

60 M	Sarah Dias	95	J.Vidigalense	8.16	Fontelo	25-04-2008
150 M	man	Sarah Dias	95	J.Vidigalense	19.3	P. Óbidos
	elect	Ana Patrícia Inácio	91	CAM Grande	19.99	EMMG
600 M	Ana Queiróz Alves	94	J.Vidigalense	1.46.37	P.U. Aveiro	09-06-2007
1.000 M	Sandra Soares	76	Cortes	3.10.58	EN	07-05-1989
60 M (0,76)Bar	Sarah Dias	95	J.Vidigalense	10.02 pc	EC Pombal	30-12-2007
Altura	Rita Santos	76	EP D.Dinis	1.47	EN	06-05-1989
Vara	Vera Lavrador	88	J.Vidigalense	2.10	EM Leiria	09-06-2001
Comprimento	Catarina Rafael	77	B. Anjos	4.96	EN	01-07-1990
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)	Diana Oliveira	93	CAMG	27.23	CD Caldas	07-06-2006
3.000 M Marcha	Ágata Mendes	95	GAC Vento	18.43,8	P. Óbidos	31-05-2008
4 x 60 M	J. Vidigalense (1)			32.3	P. Óbidos	01-06-2008
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) Cristina Lopes (95), Sarah Dias (95), Juliana Pereira (95), Marta Medes (95)					

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	Luciana Jesus	93	CAM Grande	11.16.9	CD Beja	22-04-2006
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					
Tetratlo	Ana Vasconcelos	92	Arneirense	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 man	Pedro Soares	78	B. Anjos	9.2	EM Leiria	01-05-1993
elect	Daniel Mimoso	93	Arneirense	9.44	EML	18-05-2008
250 M	João Rocha	92	B. Anjos	31.15	EM Leiria	19-05-2007
800 M	Casimiro Gomes	77	B. Anjos	2.02.00	EN	14-06-1992
1.500 M	Paulo Pinto	71	Paulo VI	4.07.72	EN	14-06-1986
100 M Bar (0,84)	João Rocha	92	B. Anjos	14.41	EMMG	25-03-2007
250 M Bar (0,76)	João Rocha	92	B. Anjos	33.22	EM Leiria	18-05-2007
1.500 m Obst.	José Neves	92	J.Vidigalense	4.46.20	EM Leiria	19-05-2007
Altura	João Almeida	88	Arneirense	1.83	Salamanca	24-07-2003
	João Alexandre	90	J.Vidigalense	1.83	Fontelo	13-08-2005
Vara	Carlos Ferreira	84	B. Anjos	3.60	EMMG	22-05-1999
Comprimento	João Rocha	92	B. Anjos	6.30	E. Covilhã	13-05-2007
Triplo	Paulo Faustino	85	B. Anjos	12.69	EULx	02-07-2000
Peso (4 Kg)	Bernardo Lopes	93	J.Vidigalense	14.98	EULx	24-05-2008
Disco (1 Kg)	Bernardo Lopes	93	J.Vidigalense	47.06	EULx	24-06-2008
Dardo (600 g)	Vítor Mendes	92	J.Vidigalense	47.17	E. Covilhã	12-05-2007
Martelo (4 Kg)	Steve Patrício	88	J.Vidigalense	52.07	EMMG	20-07-2003
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	Vítor Mendes	92	J.Vidigalense	3637 pts	CD Beja	21-22/04/2007

80 m / Comp. / Dardo 6 / 100B 084 / Peso 4 / Altura / 1.000 m
 9.56 / 5.29 / 45.09 / 14.54 / 12.42 / 1.56 / 3.39.74
 672 / 439 / 516 / 616 / 632 / 434 / 328

(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	Casimiro Gomes	77	B. Anjos	38.1	EN	05-07-1992
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
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 elect	Eva Vital	92	Arneirense	10.23	EMMG	30-06-2007
250 M	Eva Vital	92	Arneirense	34.95	EMMG	17-03-2007
800 M	Ana Queiróz Alves	94	J.Vidigalense	2.18,09	P. Abrantes	29-06-2008
1.500 M	Célia Ferreira	72	EP Marrazes	4.47.48	EN	24-05-1986
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	39.49	EM Leiria	09-07-2008
1.500 m Obst.	Catarina Carvalho	92	CAM Grande	5.16.36	EMMG	30-06-2007
Altura	Cláudia Gameiro	80	J.Vidigalense	1.64	EULx	14-05-1995
Vara	Vera Lavrador	88	J.Vidigalense	2.60	P. Guimarães	17-05-2003
	Ana Patrícia Silva	93	CAM Grande	2.60	Fontelo	25-04-2008
Comprimento	Catarina Rafael	77	B. Anjos	5.45	Fontelo	25-04-1992
Triplo	Anais Baptista	94	J.Vidigalense	10.74	EMC	09-06-2008
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)	Ana Vasconcelos	92	Arneirense	28.46	EM Leiria	21-07-2007
Martelo (3 Kg)	Cristiana Oliveira	84	CAM Grande	47.36	EMMG	01-05-1999
4.000 M Marcha	Luciana Jesus	93	CAM Grande	22.34,96	EM Leiria	17-05-2008
4 x 80 M	Seleção (1)			41.41	EM Leiria	17-05-2008
4 x 80 M	CAM Grande (2)			41.60	EM Leiria	19-04-2008
Heptatlo	Eva Vital	92	Arneirense	4003 pts	CD Beja	21/22-4-2007
	80B(0,76) / Dardo 5 / Altura / 80 m / Comp. / Peso 3 / 800 m					
	11.95 / 21.44 / 1.44 / 10.40 / 5.15 / 8.40 / 2.38.89					
	806 / 316 / 555 / 714 / 601 / 425 / 586					

(1) Ana Queiróz Alves (94), Ana Rita Fernandes (93), Andreia Pinto (93), Diana Oliveira (93)

(2) Diana Oliveira (93), Ana Patrícia Silva (93), Sara Oliveira (93), Andreia Pinto (93)

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	2.59.17	E. Luso	10-06-2008
60 M Bar (0,76)	Catarina Rafael	77	B. Anjos	9.31	Fontelo	25-04-1992
300 M Bar (0,76)	M ^a João Matos	80	Marinhense	48.57	EULx	14-05-1995
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	VRSAnt ^o	10-05-1998
2.000 M Marcha	Sandra Monteiro	77	B. Anjos	9.35.4	EN	02-05-1992
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	Tiago Silvestre	91	Arneirense	11.13	E. Luso	14-07-2007
200 M	Duarte Basílio	75	B. Anjos	22.01	Fontelo	31-05-1992
300 M	Kevin Wilson	90	B. Anjos	36.35	CD Beja	21-07-2007
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	1º 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 Rocha	92	B. Anjos	40.13	P. Abrantes	29-06-2008
2.000 M Obst.	Bruno Padrão	88	Arneirense	6.14.91	E. Seixal	26-06-2005
Altura	Rodolfo Brites	91	B. Anjos	2.04	P. Faro	07-06-2008
Vara	Ruben Monteiro	89	J.Vidigalense	3.90	EM Leiria	04-06-2006
	Ruben Monteiro	89	J.Vidigalense	3.90	EM Leiria	02-07-2006
Comprimento	Bruno Carmo	81	J.Vidigalense	7.07	EMC	10-06-1998
Triplo	Ruben Silva	91	J.Vidigalense	14.07	EM Leiria	17-05-2008
Peso (5 Kg)	Carlos Dinis	77	J.Vidigalense	16.67	Fontelo	27-04-1994
Disco (1,5 Kg)	Steve Patrício	88	J.Vidigalense	46.56	EULx	30-01-2005
Dardo (700 g)	Carlos Dinis	77	J.Vidigalense	55.10	Salamanca	24-07-1993
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 (Estr)	José Silva	84	B. Anjos	44.32	Rio Maior	15-04-2000
4 x 100 M	Bairro Anjos (1)			43.97	Maia	24-05-1992
4 x 300 M	J. Vidigalense (2)			2.32.98	P. Abrantes	24-06-2007
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					

(1) George Silva (76), João Fonseca (76), João Afonso (76), Duarte Basílio (75)

(2) João Alexandre (90), Rafael Soares (91), Luís Batista (91), Cristiano Carreira (90)

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)	Nuno Marques	83	Casais Vento	56.49	EULx	02-07-2000
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 / 400m / 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					

(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 man	Joana Arduino	82	B. Anjos	25.2	EMC	03-06-1999
elect	Joana Arduino	82	B. Anjos	25.55	EULx	22-05-1999
300 M	Carla Santos	91	J.Vidigalense	41.12	EM Leiria	19-04-2008
800 M	Ana Mafalda Ferreira	88	Arneirense	2.17.16	E. Seixal	26-06-2005
1.500 M	Madalena Carriço	79	Óptica 2001	4.39.13	1º Maio/Braga	15-06-1996
3.000 M	Mariana Costa	91	J.Vidigalense	10.17.68	Nivelles	20-09-2008
100 M Bar (0,76)	Eva Vital	92	Arneirense	14.41	EM Grande	12-04-2008
300 M Bar (0,76)	Catarina Rafael	77	B. Anjos	45.93	Maia	20-06-1993
2.000 M Obst. Altura	Catarina Carvalho Irina Rodrigues	92	CAM Grande J.Vidigalense	7.35.27 1.70 pc 1.70 pc	P. Abrantes EC Pombal P. Alpiarça	28-06-2008 13-01-2008 02-02-2008
Vara	Vera Lavrador	88	J.Vidigalense	3.40	Fontelo	16-07-2005
Comprimento	Cátia Ferreira	83	J.Vidigalense	5.77	Rio Maior	10-05-2000
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 (600 g)	Joana Gonçalves	83	J.Vidigalense	42.39	Rio Maior	19-06-1999
Martelo (3 Kg)	Ana Rita Henriques	92	Arneirense	56.90	CNL Leiria	18-05-2008
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	Seleção (1)			49.82	EM Leiria	18-05-2008
4 x 100 M	J. Vidigalense (2)			51.20	P. Abrantes	23-06-2007
4 x 300 M	Arneirense (3)			2.59.36	P. Abrantes	24-06-2007
Heptatlo	Eva Vital	92	Arneirense	4259 pts	EULx	03-04/05/2008
	100B(0,76) / Alt. / Peso 3 / 200 m / Comp. / Dardo 6 / 800 m					
	15.01 / 1.50 / 8.60 / 26.25 / 5.70 / 17.52 / 2.39.15					
	840 / 621 / 438 / 775 / 759 / 243 / 583					

(1) Liliana Jorge (91), Eva Vital (92), Carla Santos (91), Irina Rodrigues (91)

(2) Fabiana Mota (90), Carla Santos (91), Joana Sousa (91), Irina Rodrigues (91)

(3) Joana Brito (92), Andreia André (91), Susana Santos (90), Eva Vital (92)

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 Queirós Alves	94	J. Vidigalense	2.59.17	E. Luso	10-06-2008
2.000 M	Carina Febra	83	CAM Grande	7.00.40	EM Leiria	28-11-1999
80 M Bar (0,76)	Eva Vital	92	Arneirense	11.90	EMMG	19-05-2007
400 M Bar (0,76)	Catarina Rafael	77	B. Anjos	65.43	Fontelo	16-07-1994
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	B. Anjos (4)			1.58.28 pc	N. Espinho	04-03-2006
	(4) Joana Esperanço (89), Mariana Morgado (89), Diana Morgado (89), Cátia Gaspar (90)					
4 x 400 M	CAM Grande (3)			4.14.19	EULx	02-07-2000
	(3) 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
	elect	Bruno Ferreira	90	Arneirense	10.84	Cáceres	12-07-2008
200 M		Duarte Basílio	75	B. Anjos	22.01	Fontelo	31-05-1992
400 M		Luís Freitas	79	B. Anjos	47.63	Maia	18-07-1998
800 M		Casimiro Gomes	75	B. Anjos	1.53.3	EMMG	09-07-1995
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	Espinho	25-02-2006
Vara		Ruben Monteiro	89	J.Vidigalense	4.45	EMMG	25-05-2008
Comprimento		Carlos Pereira	87	J.Vidigalense	7.23 pc	N. Espinho	26-02-2006
Triplo		Carlos Pereira	87	J.Vidigalense	14.45	Fontelo	21-05-2006
Peso (6 kg)		Steve Patrício	88	J.Vidigalense	15.69	EML	22-07-2007
Disco (1,750 Kg)		Luís Marques	89	J.Vidigalense	43.84	CNL Leiria	09-06-2007
Dardo (800 g)		Carlos Dinis	77	J.Vidigalense	53.70	Fontelo	01-05-1995
Martelo (6Kg)		Carlos Vicente	88	Arneirense	66.95	P.Inatel Porto	01-05-2007
10.000 M Marcha		José Silva	84	B. Anjos	45.26.95	Debrecen (Hun)	14-07-2001
20Km Marcha (Estr)		Gonçalo Fonseca	79	B. Anjos	1.37:42	Cacia	08-02-1998
4 x 100 M		J.Vidigalense (1)			42.70	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	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	Duarte Basílio	75	B. Anjos	35.41	EN	27-02-1994
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 (Estr)	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	Bairro Anjos (3)			1.34.53	EULx	02-07-1997
	(3) Paulo Ferreira (79), Paulo Pires(78), Pedro Faria (80), Luís Freitas(79)					
Estafeta Sueca	J. Vidigalense (4)			2.09.40	Fontelo	01-05-2005
	(4) Alexandre Sousa (87), Carlos Lopes (87), Nuno Santos (86), Carlos Pereira (87)					
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	Júlia Santos	72	Arneirense	2.14.69	Maia	11-08-1991
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	14.17	Cáceres	12-07-2008
400 M Bar (0,76)	Catarina Rafael	77	B. Anjos	64.29	Fontelo	15-07-1995
3.000 M Obst.	Andreia Bento	85	Arneirense	11.49.27	CD Caldas	10-06-2004
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	Cátia Ferreira	83	J.Vidigalense	5.82	EULx	14-07-2002
Triplo	Cláudia Gameiro	80	J.Vidigalense	12.35	Maia	18-07-1998
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 (Estr)	Raquel Carvalho	83	B. Anjos	50.12	Dudince (Svk)	19-05-2001
4 x 100 M	Seleção (1)			49.82	EM Leiria	18-05-2008
	J. Vidigalense (2)			50.36	Fontelo	07-07-2007
	J. Vidigalense (3)			50.36	Luso	15-06-2008
4 x 400 M	J. Vidigalense (4)			4.11.16	E. Covilhã	27-06-2004
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) Liliana Jorge (91), Eva Vital (92), Carla Santos (91), Irina Rodrigues (91)

(2) Cátia Gonçalves (89), Carla Santos (91), Débora Encarnação (89), Irina Rodrigues (91)

(3) Ana Rita Filipe (91), Daniela Ferreira (89), Carla Santos (91), Irina Rodrigues (91)

(4) Ana Filipa Neves (85), Joana Tomás (86), Marta Santos (86), Maria Frazão (87)

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	2.59.17	E. Luso	10-06-2008
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	Bairro Anjos (3)			1.52.20	EULx	04-03-1995
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	EMG	17-06-2001

(3) Catarina Rafael, Rita Santos, Mafalda Ribeiro, Mónica Antunes

(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
		Leandro Calado	80	B. Anjos	10.74	EULx	16-06-2001
200 M		Duarte Basílio	75	B. Anjos	22.01	Fontelo	31-05-1992
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)		Filipe Ferreira	79	B. Anjos	15.10	Maia	18-07-1998
400 M Bar (0,91)		João Santos	83	B. Anjos	53.12	Fontelo	16-07-2005
3.000 M Obst.		Paulo Carreira	72	Óptica 2001	9.00.64	Maia	16-07-1994
Altura		Carlos Pereira	87	J.Vidigalense	2.13 pc	N. Espinho	25-02-2006
Vara		Ruben Monteiro	89	J.Vidigalense	4.45	EMMG	25-05-2008
Comprimento		Bruno Carmo	81	B. Anjos	7.28	Fontelo	24-05-2003
Triplo		Bruno Carmo	81	B. Anjos	15.37	E. Elvas	14-06-2003
Peso (7,260 kg)		Steve Patrício	88	J.Vidigalense	14.75	EMMG	24-05-2008
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	Individual	64.01	Split (Croácia)	15-03-2008
10.000 M Marcha		José Silva	84	B. Anjos	45.26.95	Debrecen (Hun)	14-07-2001
20Km Marcha (Estr)		Gonçalo Fonseca	79	B. Anjos	1.37:42	Cacia	08-02-1998
4 x 100 M		J.Vidigalense (1)			42.70	Guarda	02-07-2008
4 x 400 M		Bairro Anjos (2)			3.22.86	Fontelo	13-06-1998
Decatlo		Carlos Dinis	77	J.Vidigalense	6630 pts	EULx	1-2/05-1999

100 m / Comp. / Peso 6 / Alt. / 400 / 110B / Disco 1.75 / Vara / Dardo8 / 1.500
 11.60 / 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) 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)

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	Maria Valinho Frazão	87	J.Vidigalense	57.90	Fontelo	16-07-2005
800 M	Fátima Santos	67	Colipo	2.13.58	EN	30-07-1989
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
10.000 M	Paula Amaro	71	Arneirense	40.12.7	EM Leiria	18-03-1989
100 M Bar (0,84)	Eva Vital	92	Arneirense	14.17	Cáceres	12-07-2008
400 M Bar (0,76)	Catarina Bastos	86	J.Vidigalense	60.71	E. Luso	15-06-2006
3.000 M Obst.	Andreia Bento	85	Arneirense	11.49.27	CD Caldas	10-06-2004
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	Cátia Ferreira	83	J.Vidigalense	5.82	EULx	14-07-2002
Triplo	Cláudia Gameiro	80	J.Vidigalense	12.35	Maia	18-07-1998
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
4 x 100 M	J. Vidigalense (1)			49.33	1º Maio Braga	09-06-2001
4 x 400 M	J. Vidigalense (2)			4.11.16	E. Covilhã	27-06-2004
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) Joana Vindeirinho (82), Carla Ferreira (83), Celina Carreira (80), Marta Silva (79)

(2) Ana Filipa Neves (85), Joana Tomás (86), Marta Santos (86), Maria Frazão (87)

RECORDES ABSOLUTOS MASCULINOS – AR LIVRE

100 M	man	Bruno Ferreira	90	Arneirense	10.4	EMC	02-07-2008
	elect	Paulo Neves	74	B. Anjos	10.70	EULx	05-08-2000
		Paulo Neves	74	B. Anjos	10.70	EMC	12-08-2000
200 M		Paulo Neves	74	B. Anjos	21.97	EM Leiria	22-07-2000
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)		Luís Fernandes	82	J.Vidigalense	14.43	EULx	23-07-2005
400 M Bar (0,91)		João Santos	83	B. Anjos	53.12	Fontelo	16-07-2005
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	Espinho	25-02-2006
Vara		Ruben Monteiro	89	J.Vidigalense	4.45	EMMG	25-05-2008
Comprimento		Carlos Calado	75	B. Anjos	7.38 pc	Espanha	15-01-2005
Triplo		Carlos Calado	75	B. Anjos	16.58 pc	Espanha	20-02-2005
Peso (7,260 Kg)		Paulo Bernardo	74	B. Anjos	15.60	EMMG	28-05-2005
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	Individual	64.01	Split (Croácia)	15-03-2008
20Km Marcha (Estr)		Gonçalo Fonseca	79	B. Anjos	1:37.12	Porto	23-06-2002
50Km Marcha (Estr)		Gonçalo Fonseca	79	B. Anjos	4:18.22	Turim	13-10-2002
4 x 100 M		J. Vidigalense (1)			42.70	Guarda	02-07-2008
4 x 400 M		Bairro Anjos (2)			3.21.99	Fontelo	16-05-1993
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) Ruben Monteiro (89), Gonçalo Ribeiro (89), Cristiano Carreira (90), João Gradiz (89)

(2) Casimiro Gomes (77) , João Afonso (76), Duarte Basílio (75) , Fernando Oliveira (67)

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 Bat (0,91)	Alexandre Sousa	87	J.Vidigalense	41.1	EULx	22-04-2006
Milha	Paulo Pinto	71	Cuét.D/Pom.	4.15.96	EN	11-05-1991
4 x 200 M	Bairro Anjos (3)			1.34.53	EULx	02-07-1997
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	José Silva	84	B. Anjos	45.26.95	Debrecen(Hun)	14-07-2001
10KmMarcha (Estr)	José Silva	84	B. Anjos	44.32	Rio Maior	15-04-2000
35Km Marcha Est	Gonçalo Fonseca	79	B. Anjos	2:57.37	Viseu	17-02-2001

(3) Paulo Ferreira (79), Paulo Pires (78)
Pedro Faria (80), Luís Freitas (79)

(4) Artur Ribeiro, Duarte Basílio
João Afonso, 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	Júlia Santos	72	Arneirense	9.47.72	Maia	21-07-1991
5.000 M	Sara Pinho	81	J.Vidigalense	16.48.12	EM Leiria	04-06-2005
10.000 M	Marina Agostinho	82	J.Vidigalense	39.33.92	EM Leiria	01-06-2007
100 M Bar (0,84)	Eva Vital	92	Arneirense	14.17	Cáceres	12-07-2008
400 M Bar (0,76)	Catarina Bastos	86	J.Vidigalense	60.71	E. Luso	15-06-1995
3.000 M Obst.	Marina Agostinho	82	J.Vidigalense	11.07.62	EM Leiria	04-06-2005
Altura	Liliana Viana	85	J.Vidigalense	1.73 pc	N. Espinho	11-02-2006
Vara	Vera Lavrador	88	J.Vidigalense	3.62	EML	03-06-2006
	Vera Lavrador	88	J.Vidigalense	3.62	E. Seia	22-07-2006
Comprimento	Cátia Ferreira	83	J.Vidigalense	5.88 pc	P. Pombal	23-02-2008
Triplo	Cláudia Gameiro	80	J.Vidigalense	12.35	Maia	18-07-1998
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	Raquel Carvalho	83	B. Anjos	48.54.23	1º Maio / Braga	07-07-2001
20Km Marcha (Est)	Paula Maurício	65	J.Vidigalense	1:55.23	Beja	21-02-2004
4 x 100 M Clubes	J.Vidigalense (1)			48.57	E. Seia	22-07-2006
4 x 400 M	J.Vidigalense (2)			3.56.29	CD Covilhã	10-06-2007
Maratona	Mª Paula Santos	71	J.Vidigalense	3:11.56	Lisboa	29-11-1998
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) Catarina Bastos (86), Ana Olsson (88), Cátia Ferreira (83), Juliana Neto (86)

(2) Cátia Gonçalves (89), Maria Frazão (87), Juliana Coutinho (86), Lilian Silva (82)

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	2.59.17	E. Luso	10-06-2008
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	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	EMG	17-06-2001
10Km Marcha Est	Raquel Carvalho	83	B. Anjos	50.12	Dudince (SvK)	19-05-2001

(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	Pedro Brito	94	I.D.Vieirense	8.11	N. Espinho	21-01-2007
150 m	Dyllan Pedro	95	J.Vidigalense	20.53	EC Pombal	01-03-2008
600 m	Pedro Brito	94	I.D.Vieirense	1.48.28	EC Pombal	17-02-2007
60 Bar man elect	Casimiro Gomes	77	B. Anjos	9.6	P. Aveiro	13-01-1990
	Miguel Marques	95	J.Vidigalense	9.84	P. Alpiarça	02-02-2008
1.000 m	David Lopes	87	J.Vidigalense	3.22.4	N. Espinho	27-02-2000
Altura	Casimiro Gomes	77	B. Anjos	1.60	P. Marrazes	20-12-1990
Comprimento	Miguel Marques	95	J.Vidigalense	5.45	P. Alpiarça	02-02-2008
Peso (3 kg)	Paulo Veloso	80	J.Vidigalense	12.19	P. Aveiro	19-12-1993
Triatlo 60m /Peso3 /Comp.	Alexandre Costa	86	J.Vidigalense	1171 pts	P. Braga	23-01-1999
Triatlo Técnico	Bernardo Lopes	93	J.Vidigalense	1454 pts	P. Braga	11-02-2006
	60 B (0,76) / Peso 3 / Comp.					
	10.15	/	11.83	/	4.80	
	513	/	596	/	345	

RECORDES INFANTIS FEMININOS - PC

60 m	Sarah Dias	95	J.Vidigalense	8.18	N. Espinho	23-22-2008
60 B (0,76)	Sarah Dias	95	J.Vidigalense	10.02	EC Pombal	30-12-2007
150 m	Sarah Dias	95	J.Vidigalense	20.18	EC Pombal	01-03-2008
600 m	Ana Fernandes	95	Arneirense	1.50.86	EC Pombal	27-01-2008
1.000 m	Ana Rita Fernandes	93	Arneirense	3.13.67	N. Espinho	15-01-2006
Altura	Rita Santos	76	B. Anjos	1.49	P. Braga	16-12-1989
Comprimento	Sarah Dias	95	J.Vidigalense	4.80	EC Pombal	27-01-2008
Peso (2 kg)	Catarina Rosa	89	CAM Grande	10.96	P. Braga	05-02-2001
2.000 Marcha	Ágata Mendes	95	GA Casais Ventos	11.18,03	EC Pombal	27-01-2008
Triatlo 60m /Peso2 /Comp.	Magda Marques	82	MMI Nazaré	1221 pts	P. Aveiro	08-01-1995
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	

RECORDES INICIADOS MASCULINOS - PC

60 m	Vítor Mendes	92	J.Vidigalense	7.52	N. Espinho	17-02-2007
300 m	Artur Koshchuk	94	J.Vidigalense	40.37	EC Pombal	27-01-2008
800 m	Casimiro Gomes	77	B. Anjos	2.06.50	P. Braga	24-02-1991
1.500 m	Leonel Ferreira	90	Arneirense	4.40.99	P. Braga	12-02-2005
60 Bar (0,84)	João Rocha	92	B. Anjos	8.60	P. Alpiarça	06-01-2007
Altura	Ruben Ferreira	92	CA Óbidos	1.76	P.Picassinos	03-03-2007
Vara	Carlos Ferreira	84	B. Anjos	3.08	N. Espinho	30-12-1998
Comprimento	João Rocha	92	B. Anjos	6.07	EC Pombal	17-02-2007
Triplo	Bruno Carmo	81	J.Vidigalense	12.38	P. Alpiarça	24-02-1996
Peso (4 kg)	Bernardo Lopes	93	J.Vidigalense	13.68	N. Espinho	29-12-2007
Triatlo 60m /Peso4 /Comp.	Luís Cardoso	85	B. Anjos	1505 pts	P. Braga	29-01-2000
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
Triatlo Técnico	Bernardo Lopes	93	J.Vidigalense	1812 pts	EC Pombal	29-12-2007
	60 B (0.84) / Comp. / Peso 4					
	9.60	/	5.65	/	13.22	
	619	/	512	/	681	

RECORDES INICIADOS FEMININOS - PC

60 m	Eva Vital	92	Arneirense	8.04	P. Alpiarça	24-02-2007
300 m	Ana Rita Fernandes	93	Arneirense	44.37	EC Pombal	27-01-2008
800 m	Ana Rita Fernandes	93	Arneirense	2.27.14	EC Pombal	23-02-2007
1.500 m	Ana Queiróz Alves	94	J.Vidigalense	5.07.27	EC Pombal	07-12-2007
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	Ana Filipa Silva	93	CAM Grande	2.00	EC Pombal	07-12-2007
	Vanessa Nora	93	CAM Grande	2.00		
Comprimento	Catarina Rafael	77	B. Anjos	5.25	P. Aveiro	12-12-1992
Triplo	Liliana Jorge	91	J.Vidigalense	10.54	N. Espinho	04-03-2006
Peso (3 kg)	Cristiana Oliveira	84	CAM Grande	12.89	P. Alpiarça	27-02-1999
3.000 m Marcha	Luciana Jesus	93	CAM Grande	17.14.23	EC Pombal	27-01-2008
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	Alexandra Fernandes	84	B. Anjos	2926 pts	N. Espinho	19-20/12/98
60B / Comp.						
Triatlo Técnico						
60B /Peso3/Comp.	Eva Vital	92	Arneirense	1824 pts	N. Espinho	21-01-2007
	Comp. / 60 B (0.76) / Peso 3					
	5.04 / 9.31 / 8.13					
	570 / 846 / 408					

*) barreiras de Juvenis femininos

RECORDES JUVENIS MASCULINOS - PC

60 m	Kevin Wilson	90	B. Anjos	7.22	N. Espinho	28-01-2007
200 m	Duarte Basílio	75	B. Anjos	23.17	P. Braga	16-02-1992
300 m	Duarte Basílio	75	B. Anjos	36.3	P. Braga	27-12-1992
800 m	Casimiro Gomes	77	B. Anjos	2.01.07	P. Braga	22-01-1994
1.500 m	Bruno Padrão	88	Arneirense	4.13.92	P. Braga	12-02-2005
3.000 m	Rui Gonçalves	90	CAM Grande	9.12.60	N. Espinho	21-01-2007
60 Bar (0,91)	Bruno Gualberto	88	J.Vidigalense	8.39	N. Espinho	16-01-2005
Altura	Rodolfo Brites	91	B. Anjos	1.95	P. Alpiarça	16-02-2008
Vara	Ruben Monteiro	89	J.Vidigalense	3.50	N. Espinho	11-02-2006
Comprimento	Kevin Wilson	90	B. Anjos	6.76	P. Alpiarça	07-01-2007
Triplo	Édi Fernandes	90	AC Carnide	13.68	P. Alpiarça	06-01-2007
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 400 m	Bairro Anjos (1)			3.42.27	P. Braga	29-12-1995
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

568 / 546 / 633 / 635 / 449 / 553

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

PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS

400 m	Duarte Basílio	75	B. Anjos	50.5	P. Braga	29-02-1992
Milha	Pedro Santos	92	J.Vidigalense	4.43.74	EC Pombal	01-03-2008
4 x 200 m	Bairro Anjos (2)			1.39.17	EC Pombal	12-01-2008
Triatlo						
60m/Peso5/Altura	Gonçalo Gameiro	83	J.Vidigalense	1725 pts	P. Braga	29-01-2000
Triatlo Técnico						
60 B/Peso5/Altura	Kevin Wilson	90	B. Anjos	2155 pts	P. Alpiarça	03-02-2007
Pentatlo						
60m/Comp/Peso5	João Afonso	76	B. Anjos	3433 pts	P. Aveiro	06-07/02/1993
60 B 0.91/Altura						

(2) João Rocha (92), João Ritto (92), Rodolfo Brites (91), Kevin Gaspar (91)

RECORDES JUVENIS FEMININOS - PC

60 m	Joana Arduino	82	B. Anjos	7.95	N. Espinho	20-02-1999
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 Mafalda Ferreira	88	Arneirense	2.21.30	N. Espinho	16-01-2005
1.500 m	Ana Mafalda Ferreira	88	Arneirense	4.50.12	N. Espinho	15-01-2005
3.000 m	Helena Custódio	77	B. Anjos	10.27.22	P. Braga	29-01-1994
60 Bar (0,76)	Eva Vital	92	Arneirense	8.90	P. Alpiarça	24-02-2007
Altura	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	1.70	EC Pombal	13-01-2008
Vara	Vera Lavrador	88	J.Vidigalense	3.10	P. Alpiarça	30-01-2005
Comprimento	Eva Vital	92	Arneirense	5.59	N. Espinho	02-02-2008
Triplo	Liliana Jorge	91	J.Vidigalense	11.41	N. Espinho	23-02-2008
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 400 m	J.Vidigalense (1)			4.18.61	P. Braga	02-02-1997
Pentatlo	Alexandra Fernandes	84	B. Anjos	3011 pts	N. Espinho	03-04/02/2001

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

10.09 / 1.45 / 10.14 / 5.02 / 2.44.04

653 / 650 / 549 / 644 / 515

(1) Cláudia Dinis (81), Vânia Silva (80), Ana Gaspar (80), Nélia Rodrigues (80)

PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS

400 m	Maria Frazão	87	J.Vidigalense	60.41	N. Espinho	06-03-2004
4 x 200 m	B. Anjos (4)			1.58.17	EC Pombal	16-02-2008
	(4) Sara Dias (92), Daniela Cardoso (91), Rita Gonçalves (92), Soraia Lopes (92)					
Triatlo	Cátia Ferreira	83	J.Vidigalense	1956 pts	P. Braga	29-01-2000
60m/Peso 3/Altura						
Triatlo Técnico	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	2364 pts	P. Alpiarça	02-02-2008
60 B/Peso 3/Altura						
Pentatlo						
60m/Comp/Peso 3	Catarina Rafael	77	B. Anjos	3159 pts	P. Aveiro	06-
60 B 0.91/Altura						07/02/1993

RECORDES JUNIORES MASCULINOS - PC

60 m	Ivo Vital	88	Arneirense	7.05	N. Espinho	28-01-2006
200 m	Telmo Correia	82	J.Vidigalense	22.62	N. Espinho	25-02-2001
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	Luís Freitas	79	B. Anjos	1.57.54	N. Espinho	15-02-1998
1.500 m	Nuno Pereira	78	B. Anjos	4.05.96	P. Braga	10-02-1996
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	Ruben Monteiro	89	J.Vidigalense	4.26	N. Espinho	10-02-2008
Comprimento	Carlos Pereira	87	J.Vidigalense	7.23	N. Espinho	26-02-2006
Triplo	Carlos Pereira	87	J.Vidigalense	14.28	N. Espinho	16-01-2005
Peso (6 kg)	Steve Patrício	88	J.Vidigalense	14.07	N. Espinho	23-12-2006
5.000 m Marcha	José Silva	84	B. Anjos	21.50.89	N. Espinho	05-02-2000
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 Afonso	76	J.Vidigalense	36.29	P. Braga	26-02-1995
Milha	Márcio Marques	89	B. Anjos	4.42.23	EC Pombal	17-02-2007
1.000 m	João Afonso	76	J.Vidigalense	2.40.55	P. Braga	22-01-1995
Peso (7.260 Kg)	Carlos Dinis	77	J.Vidigalense	13.20	P. Braga	11-02-1996
4 x 200 m	J.Vidigalense (2)			1.32.18	N. Espinho	23-02-2008
Pentatlo						
60m/Comp/Peso 7 60 B 1,06 /Altura	Pedro Raposo	74	B. Anjos	3358 pts	P. Aveiro	06-07/02/1993
(2) Rafael Soares (81) , Gonçalo Ribeiro (89), Miguel Martins (90) , Cristiano Carreira (90)						
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	Cátia Ferreira	83	J.Vidigalense	7.79	P. Braga	12-01-2002
200 m	Cátia Ferreira	83	J.Vidigalense	25.53	N. Espinho	10-02-2002
400 m	Maria Frazão	87	J.Vidigalense	58.64	N. Espinho	05-03-2005
800 m	Madalena Carriço	79	B. Anjos	2.20.09	P. Braga	02-02-1997
1.500 m	Madalena Carriço	79	B. Anjos	4.39.80	P. Braga	15-02-1997
3.000 m	Madalena Carriço	79	B. Anjos	10.09.8	N. Espinho	27-12-1997
60 Bar (0,84)	Eva Vital	92	Arneirense	8.93	EC Pombal	26-01-2008
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
	Irina Rodrigues	91	J.Vidigalense	1.70	P. Alpiarça	02-02-2008
Vara	Vera Lavrador	88	J.Vidigalense	3.54	P. Braga	04-02-2006
Comprimento	Cátia Ferreira	83	J.Vidigalense	5.68	N. Espinho	02-02-2002
Triplo	Cláudia Gameiro	80	J.Vidigalense	12.03	N. Espinho	22-02-1998
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
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) Ana Grácio (87), Joana Tomás (86), Juliana Neto (86) , Maria Frazão (87)

PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS

300 m	Eva Vital	92	Arneirense	45.19	N. Espinho	27-12-2006
Milha	Nadia Silva	90	CAMG	5.51.75	EC Pombal	01-03-2008
4 x 200 m	Arneirense (2)			1.52.92	EC Pombal	12-01-2008

(2) Susana Santos (90) , Joana Brito (92), Ana Cláudia Faria (90) , Eva Vital (92)

RECORDES SUB-23 MASCULINOS - PC

60 m	Leandro Calado	80	Arneirense	6.98	N. Espinho	10-02-2001
200 m	Telmo Correia	82	J.Vidigalense	22.62	N. Espinho	25-02-2001
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	Cristóvão Fernandes	83	B. Anjos	1.52.74	N. Espinho	23-02-2003
1.500 m	Filipe Pereira	77	J.Vidigalense	3.57.51	N. Espinho	14-02-1998
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	8.47	N. Espinho	26-02-2006
Altura	Carlos Pereira	87	J.Vidigalense	2.13	N. Espinho	25-02-2006
Vara	Ruben Monteiro	89	J.Vidigalense	4.26	N. Espinho	10-02-2008
Comprimento	Bruno Carmo	81	B. Anjos	7.25	N. Espinho	10-02-2002
Triplo	Bruno Carmo	81	B. Anjos	15.15	P. Alpiarça	10-03-2003
Peso (7260 kg)	Steve Patrício	88	J.Vidigalense	14.34	EC Pombal	24-02-2008
5.000 m Marcha	José Silva	84	B. Anjos	21.50.89	N. Espinho	05-02-2000
4 x 400 m	B. Anjos (1)			3.27.03	N. Espinho	01-03-1998
Heptatlo	João Afonso	76	J.Vidigalense	4379 pts	P. Braga	03-04/02/1996

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

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

PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS

300 m	João Afonso	76	J.Vidigalense	36.29	P. Braga	26-02-1995
Milha	Márcio Marques	89	B. Anjos	4.42.23	EC Pombal	17-02-2007
1.000 m	João Afonso	76	J.Vidigalense	2.40.55	P. Braga	22-01-1995
4 x 200 m	J.Vidigalense (2)			1.32.18	N. Espinho	23-02-2008

(2) Rafael Soares (91) , Gonçalo Ribeiro (89), Miguel Martins (90) , Cristiano Carreira (90)

Ranking 2008
RECORDES SUB-23 FEMININOS – PC

60 m	Cátia Ferreira	83	J.Vidigalense	7.79	P. Braga	12-01-2002
200 m	Cátia Ferreira	83	J.Vidigalense	25.53	N. Espinho	10-02-2002
400 m	Maria Frazão	87	J.Vidigalense	58.64	N. Espinho	05-03-2005
800 m	Madalena Carriço	79	B. Anjos	2.20.09	P. Braga	02-02-1997
1.500 m	Madalena Carriço	79	B. Anjos	4.39.80	P. Braga	15-02-1997
3.000 m	Madalena Carriço	79	B. Anjos	10.09.8	N. Espinho	27-12-1997
60 Bar (0,84)	Eva Vital	92	Arneirense	8.93	EC Pombal	26-01-2008
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	Cátia Ferreira	83	J.Vidigalense	5.68	N. Espinho	02-02-2002
Triplo	Cláudia Gameiro	80	J.Vidigalense	12.03	N. Espinho	22-02-1998
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
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) Ana Grácio (87), Joana Tomás (86), Juliana Neto (86) , Maria Frazão (87)

PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS

300 m	Eva Vital	92	Arneirense	45.19	N. Espinho	27-12-2006
600 m	Catarina Rafael	77	B. Anjos	1.44,12	P. Braga	26-01-1997
4 x 200 m	Arneirense (2)			1.52.92	EC Pombal	12-01-2008

(2) Susana Santos (90) , Joana Brito (92), Ana Cláudia Faria (90) , Eva Vital (92)



RECORDES ABSOLUTOS MASCULINOS – PC

60 m	Paulo Neves	74	B. Anjos	6.84	N. Espinho	29-01-2000
200 m	Paulo Neves	74	B. Anjos	22.50	N. Espinho	08-01-2000
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	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	Ruben Monteiro	89	J.Vidigalense	4.26	N. Espinho	10-02-2008
Comprimento	Carlos Calado	75	B. Anjos	7.38	Espanha	15-01-2005
Triplo	Carlos Calado	75	B. Anjos	16.58	Espanha	20-02-2005
Peso (7,260 kg)	Paulo Bernardo	74	B. Anjos	14.96	N. Espinho	13-02-2000
5.000 m Marcha	José Silva	84	B. Anjos	21.50.89	N. Espinho	05-02-2000
4 x 400 m	J.Vidigalense (1)			3.22.60	N. Espinho	28-01-2001
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) João Afonso (76), Telmo Correia (82), Luís Rações (76) , Amílcar Leal (75)

PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS

300 m	João Afonso	76	J.Vidigalense	36.29	P. Braga	26-02-1995
Milha	Márcio Marques	89	B. Anjos	4.42.23	P. Pombal	17-02-2007
1.000 m	João Afonso	76	J.Vidigalense	2.40.55	P. Braga	22-01-1995
4 x 200 m	J. Vidigalense (2)			1.32.18	N. Espinho	23-02-2008
Pentatlo						
60m/Comp/Peso 7 60 B 1,06 /Altura	Pedro Raposo	74	B. Anjos	3358 pts	P. Aveiro	06-07/02/1993

(2) Rafael Soares (91), Gonçalo Ribeiro (89), Miguel Martins (90), Cristiano Carreira (90)

RECORDES ABSOLUTOS FEMININOS – PC

60 m	Cátia Ferreira	83	J.Vidigalense	7.68	EC Pombal	23-02-2008
200 m	Cátia Ferreira	83	J.Vidigalense	25.40	EC Pombal	24-02-2008
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	Olímpia Bárto	74	J.Vidigalense	10.03.45	N. Espinho	26-01-2002
60 Bar (0,84)	Eva Vital	92	Arneirense	8.93	EC Pombal	26-01-2008
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	Cátia Ferreira	83	J.Vidigalense	5.88	EC Pombal	23-02-2008
Triplo	Cláudia Gameiro	80	J.Vidigalense	12.03	N. Espinho	22-02-1998
Peso (4 kg)	Sónia Grácio	74	J.Vidigalense	13.24	P. Braga	17-01-2004
3.000 m Marcha	Sandra Monteiro	77	B. Anjos	13.34.36	P. Braga	17-02-1996
4 x 400 m	J.Vidigalense (1)			4.00.55	N. Espinho	06-03-2005
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) Cátia Ferreira (83), Maria Frazão (87), Joana Tomás (86) , Lilian Silva (82)

PROVAS QUE NÃO CONSTAM DO PROGRAMA DOS CAMPEONATOS

300 m	Eva Vital	92	Arneirense	45.19	N. Espinho	27-12-2006
600 m	Catarina Rafael	77	B. Anjos	1.44.12	P. Braga	26-01-1997
Milha	Nadia Silva	90	CAMG	5.51.75	EC Pombal	01-03-2008
4 x 200 m	J.Vidigalense (2)			1.47.28	EC Pombal	12-01-2008

(2) Daniela Ferreira (89) , Carla Santos (91), Cátia Ferreira (83) , Leslie Delgado (89)

NOTAS:



NOTAS:

