



Campeonato Nacional de Pista ao Ar Livre

FPA **COMPETIÇÕES**

Vagos - (08/07/2023 - 09/07/2023)

Martelo M45 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Rui Figueira	1974	M 45		JUV DESP ALMANSOR	33.86	X	33.86	X	X
2	Hélder Silva	1977	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	21.09	19.20	X	21.09	X
3	Hélder Ribeiro (X)	1976	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	15.13	X	15.13	X	X
4	Manuel Valente (X)	1975	M 45		A C D DE CESAR	14.03	X	12.38	12.50	14.03
5	Manuel Silva (X)	1975	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	13.50	13.50	13.25	X	X

Martelo M40 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Bruno Martins	1982	M 40		A C R SRA DESTERRO	44.71	44.71	44.62	X	X
2	José Alberto Silva	1978	M 40		C D C NAVAIS	28.40	X	X	28.40	28.19
3	Pedro Martins	1981	M 40		C R D SANTALUZIENSE	26.39	23.04	25.94	25.27	26.39
4	Nuno Monteiro	1980	M 40		OLÍMPICO VIANENSE	26.26	26.26	23.89	24.76	24.42
5	Sérgio Cipriano (X)	1978	M 40		AMCR FONTE GRADA	17.53	17.32	X	X	17.53

Martelo M35 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Tiago Leitão	1987	M 35		C BENFICA ABRANTES	37.02	34.54	X	37.02	X
2	Juan Pinho	1986	M 35		GRECAS - VAGOS	21.82	X	19.57	X	21.82

Peso F45 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Cristina Falé	1977	M 45		ASSOCIAÇÃO GDAK	7.64	7.64	7.46	X	
2	Ana Cerqueira	1976	M 45		ESCOLA DO MOVIMENTO	6.52	6.22	5.08	6.52	X
3	Filipa Lopes	1978	M 45		C BENFICA ABRANTES	6.37	6.37	6.26	6.23	X
4	Patrícia Silva	1978	M 45		A C D DE CESAR	5.89	5.89	5.83	5.57	X
5	Sofia Pinheiro	1975	M 45		A NATUREZA ENSINA	5.48	5.48	5.10	X	
6	Carla Coelho (X)	1974	M 45		C F OS BELENENSES	4.38	4.29	4.38	4.08	X

Peso F40 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Susana Flores	1981	M 40		A D R E PALHAÇA	10.30	10.30	9.92	9.99	9.75
2	Carina Pinto	1981	M 40		C DESP C+S LAVRA	9.00	8.67	8.43	9.00	X
3	Sónia Eusébio	1983	M 40		C F OLIVEIRA DOURO	7.38	7.12	7.20	7.38	
4	Mónica Ventura	1980	M 40		C L A COMPETIÇÃO	6.07	5.95	6.07	5.95	
5	Olga Neves	1978	M 40		ESCOLA DO MOVIMENTO	5.48	5.48	5.47	4.40	5.10
6	Inês Bernardo	1981	M 40		C F OS BELENENSES	5.37	5.24	5.37	X	4.76
7	Ana Lúcia Ponte (X)	1979	M 40		ASSOCIAÇÃO GDAK	4.75	4.75	4.62	X	
DNS	Mónica Miler	1981	M 40		C F OS BELENENSES	x				

Peso F35 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Inês Fernandes	1988	M 35		SPORT C VALENCIANO	10.19	9.72	10.15	10.19	9.96
2	Maria Fernandes	1983	M 35		A C PÓVOA DE VARZIM	10.04	9.82	9.72	9.96	10.04
3	Luísa Marques	1985	M 35		GRECAS - VAGOS	9.82	9.14	9.82	9.51	8.57



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO

100 ANOS
1921 - 2021

80m Barreiras F55 | MASTER - F | Dia 1**Série 1 v = +1.9**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Ana Morais	1965	M 55		S U OPERÁRIA VAIS	16.29

80m Barreiras F50 | MASTER - F | Dia 1**Série 1 v = +1.9**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Fernanda Martins	1968	M 50		SÃO PEDRO F C FARO	16.18
2	Michele Correia	1972	M 50		C F OS BELENENSES	20.09
3	Isabel Moreira	1970	M 50		OLÍMPICO C LAGOS	20.20

80m Barreiras F40 | MASTER - F | Dia 1**Série 1 v = +2.0**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Corinne Damas	1980	M 40		C OLÍMPICO OEIRAS	16.39
2	Carla Ferreira	1978	M 40		A C D DE CESAR	17.20
DNS	Inês Bernardo	1981	M 40		C F OS BELENENSES	x

80m Barreiras M75 | MASTER - M | Dia 1**Série 1 v = +1.8**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	António Fortunato (X)	1946	M 75		GDRC PONTERROLENSE	20.39
2	Vitor Mendes (X)	1947	M 75		C VETERANOS COIMBRA	21.03

80m Barreiras M70 | MASTER - M | Dia 1**Série 1 v = +1.8**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	João Travessa	1949	M 70		C VETERANOS COIMBRA	15.73

100m Barreiras M60 | MASTER - M | Dia 1**Série 1 v = +2.4**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Carlos Pereira	1963	M 60		ESCOLA DO MOVIMENTO	17.05
2	Carlos Ferreira (X)	1962	M 60		ESCOLA DO MOVIMENTO	22.61

100m Barreiras M55 | MASTER - M | Dia 1**Série 1 v = +1.6**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Luís Inocêncio	1968	M 55		A C R SRA DESTERRO	15.81
2	Fernando Silva (X)	1965	M 55		C D C NAVAIS	22.90

100m Barreiras F35 | MASTER - F | Dia 1**Série 1 v = +1.6**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Lúcia Rodrigues (X)	1987	M 35		C D C NAVAIS	26.30

100m Barreiras M50 | MASTER - M | Dia 1**Série 1 v = +1.5**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Orlando Alves	1972	M 50		C F OS BELENENSES	17.55
2	António Araújo	1972	M 50		N A DE CUCUJÃES	17.62
3	João Dias	1973	M 50		J O MONTE ABRAÃO	19.56
4	Carlos Canais	1969	M 50		ARCD VENDA DA LUÍSA	19.93
5	Paulo Silva (X)	1971	M 50		CLUBE DESP DA PÓVOA	20.46
6	João Cerqueira (X)	1971	M 50		G JUV VILA DE PUNHE	20.48
7	Carlos Eusébio (X)	1972	M 50		C D C NAVAIS	21.57



110m Barreiras M45 | MASTER - M | Dia 1**Série 1 v = +2.1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	António Mouro	1976	M 45		A NATUREZA ENSINA	21.03
2	Paulo Costa (X)	1976	M 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	27.35
DNF	George Silva	1976	M 45		C BENFICA DE LEIRIA	x

110m Barreiras M40 | MASTER - M | Dia 1**Série 1 v = +2.1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Luís Jesus	1982	M 40		GRECAS - VAGOS	19.07
2	Sérgio Lima (X)	1982	M 40		G JUV VILA DE PUNHE	22.17

110m Barreiras M35 | MASTER - M | Dia 1**Série 1 v = +2.1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Leonel Rosado	1986	M 35		ACADEMIA DE VALDEVEZ	17.67
2	Cláudio Resende (X)	1986	M 35		N A DE CUCUJÃES	19.76
3	Vítor Santos (X)	1984	M 35		GRECAS - VAGOS	25.89

Martelo M65 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	José Oliveira	1957	M 65		G D ATOUGUIENSE	24.36	X	23.18	22.29	24.36
2	Paulo Castro	1958	M 65		C D AREIAS S. JOÃO	23.49	21.31	23.49	X	X
3	Vítor Saraiva	1956	M 65		C VETERANOS COIMBRA	20.91	20.91	19.63	20.88	18.03
4	José Moura Távora	1956	M 65		C VETERANOS COIMBRA	17.88	X	16.64	17.61	17.88
5	Luís Petisca	1954	M 65		LINDA-A-PASTORA S C	15.50	X	15.31	15.50	X

Martelo M60 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Augusto Cavaleiro	1961	M 60		C P T SOBRAL CEIRA	47.46	46.64	47.46	X	X
2	António Ribeiro	1963	M 60		M JUVENTUDE MERELIM	29.10	29.10	X	X	X
3	Carlos Cunha	1962	M 60		N D JUV LARANJEIRO	27.89	24.45	27.89	X	X

Martelo M55 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Joaquim Gregório	1965	M 55		N A DE CUCUJÃES	21.17	21.17	X	X	21.07
2	Vítor Pimenta	1966	M 55		ASS REC S. MIGUEL	21.02	X	19.87	20.50	21.02
3	Artur Saldanha	1968	M 55		RUNRIVER - RIO TINTO	20.26	16.90	18.70	20.26	X
4	Carlos Tavares	1968	M 55		RUNRIVER - RIO TINTO	19.43	19.43	X	18.68	17.30
5	Joaquim Pereira	1968	M 55		C F OLIVEIRA DOURO	18.51	17.21	18.51	15.98	X

Martelo M50 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Aristides Pestana	1971	M 50		A C R SRA DESTERRO	41.98	35.62	40.90	X	41.98
2	Luís Dias	1970	M 50		C F OS BELENENSES	38.94	36.27	X	38.94	X
3	José Rocha	1971	M 50		GRECAS - VAGOS	32.33	X	X	31.82	32.33
4	Nuno Martins	1971	M 50		GINÁSIO C ALCOBAÇA	30.34	X	29.26	X	30.34
5	Armindo Pestana	1971	M 50		A C R SRA DESTERRO	29.98	28.69	29.24	X	29.98
6	Ricardo Barbosa	1971	M 50		A D C C J CLARK	20.61	17.59	20.61	18.45	-
7	Luís Silva (X)	1973	M 50		C SPIRIDON DE GAIA	17.81	13.38	16.46	X	17.81
8	Paulo Baptista (X)	1970	M 50		C BENFICA ABRANTES	17.12	15.97	17.12	15.29	15.91
9	Américo Pereira (X)	1971	M 50		C F OLIVEIRA DOURO	15.94	15.94	14.70	14.66	15.56
10	Adão Mendes (X)	1971	M 50		C D C NAVAIS	15.00	14.67	15.00	13.71	13.99
11	José Fernandes (X)	1973	M 50		C F OS BELENENSES	13.90	13.09	13.90	12.99	X



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
12	António Conceição (X)	1969	M 50		CALDAS SÃO JORGE S C	13.58	13.58	-	-	-
DNS	João Fernandes	1970	M 50		C A BAIXA BANHEIRA		x			

Peso F70 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Nilza Ribeiro	1950	M 70		C VETERANOS COIMBRA	6.24	6.14	5.72	6.24	6.10

Peso F65 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Ludovina Oliveira	1955	M 65	MOZ	C F OS BELENENSES	9.34	8.32	8.57	9.34	9.27
2	Paula Martinho	1954	M 65		C VETERANOS COIMBRA	6.72	6.72	6.39	6.68	X
3	Alice Machado	1957	M 65		1º DEZEMBRO QUEIJAS	5.74	5.51	5.74	5.58	5.70
4	Emília Nunes	1954	M 65		C VETERANOS COIMBRA	5.42	5.31	5.42	4.95	-

Peso F60 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Isabel Costa	1962	M 60		C VETERANOS COIMBRA	8.34	8.28	8.34	8.11	8.01
2	Delfina Silva	1961	M 60		C F OLIVEIRA DOURO	5.25	5.04	5.25	4.95	4.99
DNS	Ermelinda Mineiro	1961	M 60		C DESP UNIV LISBOA		x			

Peso F55 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Ana Morais	1965	M 55		C VETERANOS COIMBRA	9.08	8.90	8.38	6.14	9.08
2	Fátima Salve Rainha	1963	M 55		C R D SANTALUZIENSE	7.26	5.92	7.26	7.21	7.15
3	Clara Carrêlo	1967	M 55		C L A COMPETIÇÃO	6.58	5.93	6.05	6.14	6.58
4	Celestina Magalhães	1966	M 55		U A POVOENSE	6.47	6.18	6.47	X	6.15
5	Teresa Mendes	1964	M 55		C VETERANOS COIMBRA	5.87	5.71	5.78	5.87	5.86
6	Teresa Morais	1965	M 55		A D CULT DE TUNES	5.23	4.83	5.23	4.85	4.74
7	Isabel Cardoso	1968	M 55		U A POVOENSE	4.70	4.70	4.24	4.66	4.56
8	Adília Fernandes	1963	M 55		C F OLIVEIRA DOURO	4.12	3.96	4.12	3.87	3.92
DNS	Fernanda Borges	1967	M 55		ESCOLA DO MOVIMENTO		x			
DNS	Luisa Monteiro	1967	M 55		U A POVOENSE		x			

Peso F50 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Ana Marques	1972	M 50		GDRC PONTERROLENSE	10.13	10.13	9.62	9.99	10.07
2	Isabel Moreira	1970	M 50		OLÍMPICO C LAGOS	8.32	8.26	7.96	7.88	8.32
3	Flora Carrilho	1971	M 50		C BENFICA ABRANTES	7.06	7.06	6.61	6.65	6.92
4	Paula Gonçalves	1970	M 50		C D C NAVAIS	7.06	7.06	6.58	6.73	6.84
5	Carla Pedrosa	1973	M 50		C F OS BELENENSES	6.29	5.41	6.13	6.00	6.29
6	Ana Macedo	1972	M 50		U A POVOENSE	5.90	5.51	5.58	5.90	5.56
7	Paula Henriques	1969	M 50		C VETERANOS COIMBRA	4.68	4.29	4.68	3.85	4.35
DNS	Justina Pereira	1972	M 50		C R D SANTALUZIENSE		x			

100m F80 | MASTER - F | Dia 1

Série 1 v = +2.4

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Olinda Ivars (X)	1940	M 80		SPORTING C P	29.21

100m F70 | MASTER - F | Dia 1

Série 1 v = +2.4

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Maria Fernandes (X)	1952	M 70		S S T S JOÃO MADEIRA	23.19

100m F65 | MASTER - F | Dia 1**Série 1 v = +2.4**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Emília Nunes (X)	1954	M 65		C VETERANOS COIMBRA	21.34

100m F60 | MASTER - F | Dia 1**Série 1 v = +2.4**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Ana Paula Mota	1961	M 60		C ATLETISMO DO PORTO	15.62
2	Isabel Parracho	1960	M 60		GRECAS - VAGOS	16.63
3	Elsa Bruxelas	1959	M 60		C F OS BELENENSES	17.66
DNS	Eugénia Izaías	1963	M 60		A NATUREZA ENSINA	x

100m F55 | MASTER - F | Dia 1**Série 1 v = +2.0**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Isabel Ferreira	1968	M 55		ESCOLA DO MOVIMENTO	14.05
2	Fernanda Borges	1967	M 55		ESCOLA DO MOVIMENTO	14.46
3	M ^a Fátima Carrelo	1963	M 55		C L A COMPETIÇÃO	17.34
4	Maria Luísa Caldas	1966	M 55		GDRC PONTERROLENSE	17.35
5	Elisa Sampaio (X)	1967	M 55		U A POVOENSE	19.73
FS	Isabel Maldonado	1963	M 55		G R QUINTA DA LOMBA	x
DNS	Clídia Coelho	1966	M 55		C F OS BELENENSES	x

100m F50 | MASTER - F | Dia 1**Série 1 v = +0.2**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Carla Oleirinha	1970	M 50		A NATUREZA ENSINA	15.28
2	Graça Fernandes	1969	M 50		AC FERNANDA RIBEIRO	15.38
3	Manuela Pereira	1968	M 50		C R D SANTALUZIENSE	15.45
4	Carla Pedrosa	1973	M 50		C F OS BELENENSES	17.04
5	Ana Letra	1970	M 50		LINDA-A-PASTORA S C	17.98
6	Paula Henriques (X)	1969	M 50		C VETERANOS COIMBRA	24.33
DNS	Sandra Carvalho	1971	M 50		C F OS BELENENSES	x

100m F45 | MASTER - F | Dia 1**Série 1 v = +2.0**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Magda Mello	1978	M 45		1º DEZEMBRO QUEIJAS	13.00
2	Sónia Freitas	1973	M 45		C F OS BELENENSES	14.21
3	Isabel Gama	1977	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	14.59
4	Rita Duarte	1976	M 45		GDRC PONTERROLENSE	15.09
5	Ana Neves	1975	M 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	15.27
6	Liliana Silva	1974	M 45		A D REC 4 ESTAÇÕES	15.78
7	Ana Cerqueira	1976	M 45		ESCOLA DO MOVIMENTO	15.85

Série 2 v = +1.1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Natália Agostinho	1978	M 45		N D CULTURAL ODEMIRA	15.49
2	Tânia Freitas	1976	M 45		U A POVOENSE	16.03
3	Sara Martins	1975	M 45		C VETERANOS COIMBRA	16.87
4	Catarina Gonçalves	1977	M 45		C L A COMPETIÇÃO	17.47
5	Patrícia Silva (X)	1978	M 45		A C D DE CESAR	19.38
6	Manuela Rodrigues (X)	1974	M 45		A D C C J CLARK	21.36
DNS	Isabel Ramos	1977	M 45		GRUPO DESP DIANA	x

100m F40 | MASTER - F | Dia 1**Série 1 v = +1.9**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Cristina Kosta	1979	M 40		ASS AMIGOS ATL MAFRA	14.15
2	Carla Cantante	1983	M 40		INDUSTRIAL VIEIRENSE	15.01
3	Odete Morim	1981	M 40		C D C NAVAIS	15.89
4	Sónia Eusébio	1983	M 40		C F OLIVEIRA DOURO	15.91
5	Susana Nascimento	1980	M 40		GRECAS - VAGOS	15.96
6	Carla Ferreira	1978	M 40		A C D DE CESAR	16.16
7	Teresa Ventura (X)	1982	M 40		C L A COMPETIÇÃO	18.08

100m F35 | MASTER - F | Dia 1**Série 1 v = +0.5**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Sandra Borges	1983	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	13.26
2	Vanessa Pereira	1986	M 35		A NATUREZA ENSINA	14.55
3	Carla Machado	1985	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	15.57
DNS	Filipa Cancela	1983	M 35		Individual	x

100m M80 | MASTER - M | Dia 1**Série 1 v = +0.6**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Manuel Maia	1940	M 80		C L A COMPETIÇÃO	17.80

100m M75 | MASTER - M | Dia 1**Série 1 v = +0.6**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Fernando Silva	1947	M 75		C BENFICA ABRANTES	16.23
2	Vitor Mendes	1947	M 75		C VETERANOS COIMBRA	17.22
3	Josué Fernandes (X)	1948	M 75		S S T S JOÃO MADEIRA	19.23
4	José Tomé (X)	1946	M 75		C D AREIAS S. JOÃO	19.99
5	Fernando Santos (X)	1943	M 75		ATLETAS FIM SEMANA	20.36
DNF	Amândio Brites	1945	M 75		GRECAS - VAGOS	x

100m M70 | MASTER - M | Dia 1**Série 1 v = +0.4**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Bento Baptista	1953	M 70		C VETERANOS COIMBRA	15.76
2	Jorge Costa	1950	M 70		BEJA ATLÉTICO CLUBE	16.75
3	José Amigo (X)	1952	M 70		A NATUREZA ENSINA	17.50
4	Hélder Rodrigues (X)	1952	M 70		A D R E PALHAÇA	20.45

100m M65 | MASTER - M | Dia 1**Série 1 v = +0.0**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Daniel Monteiro	1958	M 65		ESCOLA DO MOVIMENTO	13.63
2	Alberto Nunes	1954	M 65		C VETERANOS COIMBRA	14.76
3	Rui Silva	1958	M 65		C VETERANOS COIMBRA	16.29
4	José Luis Pires (X)	1956	M 65		A NATUREZA ENSINA	17.48
5	José Neto (X)	1957	M 65		C A VALE DE FIGUEIRA	18.00

100m M60 | MASTER - M | Dia 1**Série 1 v = +0.2**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	José Carlos Marques	1962	M 60		GRECAS - VAGOS	13.44
2	Carlos Ferreira	1962	M 60		ESCOLA DO MOVIMENTO	14.26
3	Luis Guimarães	1962	M 60		ESCOLA DO MOVIMENTO	15.76
4	Manuel Anjos (X)	1963	M 60		N A DE CUCUJÃES	16.15
5	Domingos Pinto (X)	1959	M 60		C F OLIVEIRA DOURO	16.49

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
6	Vitor Gomes (X)	1962	M 60		C VETERANOS COIMBRA	16.85
DNS	Nascimento Dias	1963	M 60		DESP OPERÁRIO RANGEL	x

100m M55 | MASTER - M | Dia 1

Série 1 v = +1.6

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Jorge Silva Santos	1966	M 55		S C BEIRA-MAR	12.40
2	Paulo Viana	1968	M 55		ESCOLA DO MOVIMENTO	12.77
3	Jose Pedro Vieira	1966	M 55		C SPIRIDON DE GAIA	12.88
4	Paulo Vilaça	1964	M 55		ESCOLA DO MOVIMENTO	13.50
5	Joao Guimaraes	1966	M 55		A DESP LUSTOSA	13.92
6	Avelino Soares	1966	M 55		C F OS BELENENSES	14.09
7	Paulo Ribeiro (X)	1968	M 55		CLUBE RAQUEL CABAÇO	16.00
8	Giuseppe Baldassarre (X)	1966	M 55	ITA	C VETERANOS COIMBRA	17.51

100m M50 | MASTER - M | Dia 1

Série 1 v = +1.6

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Jorge Madureira	1971	M 50		C F OS BELENENSES	14.19
2	João Cerqueira	1971	M 50		G JUV VILA DE PUNHE	14.32
3	Carlos Canais	1969	M 50		ARCD VENDA DA LUÍSA	14.34
4	Vitor Salvador	1971	M 50		A C R SRA DESTERRO	14.80
5	António Conceição (X)	1969	M 50		CALDAS SÃO JORGE S C	16.06

Série 2 v = +2.6

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Ernesto Pinto	1971	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	11.65
2	Eugenio Costa	1969	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	11.68
3	Miguel Nascimento	1970	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	12.01
4	Carlos Costa	1970	M 50		A NATUREZA ENSINA	12.38
5	João Dias	1973	M 50		J O MONTE ABRAÃO	12.90
6	Adelino Oliveira	1968	M 50		C BENFICA ABRANTES	14.64

100m M45 | MASTER - M | Dia 1

Série 1 v = +0.0

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Fernando Pereira	1975	M 45		ESCOLA DO MOVIMENTO	12.23
2	Francisco Marques	1977	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	12.40
3	Jorge Silva	1973	M 45		C REC DO PENTEADO	13.21
4	David Silva	1978	M 45		GRECAS - VAGOS	13.51
5	Paulo Custódio	1976	M 45		C F OS BELENENSES	14.21
DNS	Filipe Amorim	1974	M 45		C REC DO PENTEADO	x

Série 2 v = +1.5

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Luís Lima	1977	M 45		GRECAS - VAGOS	12.48
2	Horácio Oliveira	1974	M 45		C F OS BELENENSES	13.06
3	Humberto Bernardes	1975	M 45		GDRC PONTERROLENSE	13.52
4	Rui Monteiro	1973	M 45		C S S JOÃO MADEIRA	14.05
5	Carlos Alves (X)	1977	M 45		1º DEZEMBRO QUEIJAS	24.81
DNS	Ezequiel Fernandes	1974	M 45		ESCOLA DESP LIMIANA	x

Série 3 v = +0.5

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Elder Veiga	1978	M 45	CPV	1º DEZEMBRO QUEIJAS	11.88
2	Ricardo Carvalho	1976	M 45		C F OS BELENENSES	11.92
3	André Assunção	1977	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	11.94
4	Selwin Wever	1974	M 45		C F OS BELENENSES	12.16
5	José Pereira	1976	M 45		1º DEZEMBRO QUEIJAS	12.52



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
6	Artur Cota	1974	M 45		1º DEZEMBRO QUEIJAS	13.08

100m M40 | MASTER - M | Dia 1

Série 1 v = +1.3

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Joatan Santos	1983	M 40	BRA	N BARROSAS AMADOR	12.20
2	Hélder Pinto	1982	M 40		A D C C J CLARK	13.19
3	Joel Martins	1979	M 40		C BENFICA ABRANTES	13.50
4	Fernando Jesus (X)	1981	M 40		A D C C J CLARK	14.71
DNS	Joel Maltez	1983	M 40		C A MAZAREFES	x

Série 2 v = +1.4

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Marco Veloso	1979	M 40		1º DEZEMBRO QUEIJAS	11.50
2	Lenine Cunha	1982	M 40		C F OLIVEIRA DOURO	11.72
3	Alexandre Flório	1982	M 40		ASS ACAD COIMBRA	12.29
4	Pedro Correia	1981	M 40		C F OS BELENENSES	12.75
5	Nuno Soares (X)	1983	M 40		S S T S JOÃO MADEIRA	16.05
DNS	Ricardo Santos	1981	M 40		C F OS BELENENSES	x

Martelo F45 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Sónia Grácio	1974	M 45		GRECAS - VAGOS	32.33	28.78	X	X	32.33
2	Graça Costa	1977	M 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	21.91	21.91	19.41	21.36	20.64
3	Sónia Sequeira	1975	M 45		LINDA-A-PASTORA S C	20.92	20.92	X	20.14	X
4	Susana Vasconcelos (X)	1977	M 45		RUNRIVER - RIO TINTO	15.64	14.52	15.13	14.77	15.64
5	Ana Santos (X)	1974	M 45		S S T S JOÃO MADEIRA	14.02	14.02	X	12.87	11.39
6	Manuela Rodrigues (X)	1974	M 45		A D C C J CLARK	12.62	X	10.92	11.85	12.62

Martelo F40 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Cláudia Vilarinho	1978	M 40		C F OLIVEIRA DOURO	20.29	19.22	X	20.29	19.42
2	Susana Silva (X)	1980	M 40		S S T S JOÃO MADEIRA	16.16	X	X	X	16.16
3	Mónica Ventura (X)	1980	M 40		C L A COMPETIÇÃO	15.98	15.98	X	15.61	X
4	Marta Sousa (X)	1979	M 40		A D C C J CLARK	11.97	11.49	11.89	X	11.97
DNS	Tatiana Aguiar	1979	M 40	BRA	C F OLIVEIRA DOURO					x

100m M35 | MASTER - M | Dia 1

Série 1 v = +3.0

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Diogo Carvalho	1988	M 35		C S S JOÃO MADEIRA	12.46
2	João Parente	1987	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	12.63
99999	André Ciriaco (X)	1985	M 35		C F OS BELENENSES	x
99999	Tiago Freitas (X)	1984	M 35		Individual	x

Série 2 v = -0.5

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Sérgio F Silva	1985	M 35		A C R SRA DESTERRO	11.66
2	Cláudio Resende	1986	M 35		N A DE CUCUJÃES	12.06
3	Fernando Almeida	1987	M 35		GIRA SOL	12.33
4	Vitor Santos	1984	M 35		GRECAS - VAGOS	12.83
99999	Pedro Braz Correia (X)	1986	M 35		AA LACOBRIGENSE	x

Martelo F35 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Inês Fernandes	1988	M 35		SPORT C VALENCIANO	33.98	33.42	X	X	33.98



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
2	Joana Silva	1984	M 35		CLUBE DESP DA PÓVOA	25.27	X	20.98	25.27	X
3	Lídia Ferreira	1985	M 35		CALDAS SÃO JORGE S C	22.76	22.58	20.04	X	22.76
4	Liliana Ferreira (X)	1984	M 35		RUNRIVER - RIO TINTO	16.00	16.00	12.25	15.15	15.32

Peso M45 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Nuno Serra	1974	M 45		C P T SOBRAL CEIRA	12.76	12.76	X	X	
2	Sérgio Gregório	1975	M 45		AMCR FONTE GRADA	9.33	9.04	9.01	9.33	X
3	Nuno Pais E Silva	1976	M 45		C REC DO PENTEADO	6.72	5.59	6.60	6.60	6.72
4	Manuel Valente	1975	M 45		A C D DE CESAR	6.46	X	6.29	5.53	6.46
5	Manuel Silva	1975	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	6.30	6.30	6.28	6.20	5.67
6	Luís Palma	1973	M 45		C F OS BELENENSES	5.59	5.30	5.39	5.05	5.59

Peso M40 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Bruno Martins	1982	M 40		A C R SRA DESTERRO	12.68	12.05	12.68	X	12.54
2	Carlos Lopes	1980	M 40		C DESP QUARTEIRA	10.32	10.17	10.09	9.84	10.32
3	Pedro Correia	1981	M 40		C F OS BELENENSES	9.71	9.31	9.69	9.71	8.38
4	Sérgio Cipriano	1978	M 40		AMCR FONTE GRADA	9.04	9.04	9.04	8.85	8.85
5	Sérgio Assis	1978	M 40		GRUPO DESP PAVIA	7.34	6.65	7.02	7.04	7.34
6	Marco Jesus	1982	M 40		GRECAS - VAGOS	7.33	6.60	7.33	7.08	6.99
7	Miguel Sequeira	1982	M 40		LINDA-A-PASTORA S C	6.91	6.61	6.91	6.12	6.73
DNS	Filipe Vital E Silva	1983	M 40		C S S JOÃO MADEIRA	x				

Peso M35 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Vitor Rodrigues	1984	M 35		C ATLETISMO DE SEIA	15.21	13.31	14.03	15.21	X
2	Juan Pinho	1986	M 35		GRECAS - VAGOS	11.00	X	10.69	11.00	
3	Paulo Patrício	1985	M 35		N D CULTURAL ODEMIRA	9.42	8.95	9.42	8.88	
4	Ernesto Santos	1983	M 35		C A MARINHA GRANDE	9.29	8.69	X	X	9.29
5	Tiago Silva	1984	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	7.29	7.06	X	7.29	7.01
6	André Ciriaco	1985	M 35		C F OS BELENENSES	6.99	6.85	6.99	6.69	6.64
DNS	Luís Almeida	1984	M 35		A C R SRA DESTERRO	x				

400m F80 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Olinda Ivars (X)	1940	M 80		SPORTING C P	2:43.01

400m F70 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Marília Cavaco	1950	M 70		C DESP QUARTEIRA	1:45.93
2	Maria Fernandes	1952	M 70		S S T S JOÃO MADEIRA	1:48.08

400m F65 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Vanda Augusto	1954	M 65		A NATUREZA ENSINA	1:37.77
2	Alice Machado (X)	1957	M 65		1º DEZEMBRO QUEIJAS	2:01.59

400m F60 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Lina Brito	1961	M 60		C R D SANTALUZIENSE	1:19.29

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
2	Elsa Bruxelas	1959	M 60		C F OS BELENENSES	1:26.54
3	Isabel Parracho	1960	M 60		GRECAS - VAGOS	1:31.35
DNS	Eugénia Izaías	1963	M 60		A NATUREZA ENSINA	x

400m F55 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Zulmira Rodrigues	1966	M 55		U A POVOENSE	1:30.45
2	Ana Pereira	1967	M 55		C F OLIVEIRA DOURO	1:33.82
3	Helena Borges	1964	M 55		1º DEZEMBRO QUEIJAS	1:34.10
4	Adília Fernandes (X)	1963	M 55		C F OLIVEIRA DOURO	1:44.27
DNS	Luísa Coelho	1963	M 55		C F OS BELENENSES	x

400m F50 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Graça Fernandes	1969	M 50		AC FERNANDA RIBEIRO	1:12.47
2	Anabela Ferreira	1970	M 50		C F OS BELENENSES	1:12.58
3	Carla Oleirinha	1970	M 50		A NATUREZA ENSINA	1:24.53
4	Paula Varelas	1971	M 50		C BENFICA ABRANTES	1:30.58
5	Susana Sobral (X)	1972	M 50		C DESP QUARTEIRA	1:41.40
DNS	Sandra Carvalho	1971	M 50		C F OS BELENENSES	x

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Catarina Quintas	1972	M 50		Individual	1:19.55
2	Ana Abegão	1968	M 50		C L A COMPETIÇÃO	1:21.24
3	Isabel António	1970	M 50		G R QUINTA DA LOMBA	1:24.15
4	Suzete Marco	1972	M 50		GRECAS - VAGOS	1:27.57
DNS	Justina Pereira	1972	M 50		C R D SANTALUZIENSE	x

Vara F45 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1.80	1.90	2.00	2.10	2.20	2.35
1	Bárbara Moreira	1974	M 45		ESCOLA DO MOVIMENTO	2.20	0	-	0	-	0	XXX

Vara F35 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	2.70	2.80	2.90	3.00	3.10
1	Tânia António	1987	M 35		GRECAS - VAGOS	3.00	0	-	XO	XXO	XXX

400m F45 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Alexandra Silva	1976	M 45		G R QUINTA DA LOMBA	1:17.54
2	Sandra Campos	1977	M 45		C SPIRIDON DE GAIA	1:20.33
3	Vera Martins	1978	M 45		C BENFICA ABRANTES	1:20.88
4	Sara Martins	1975	M 45		C VETERANOS COIMBRA	1:21.88
5	Ana Almeida	1977	M 45		LINDA-A-PASTORA S C	1:22.15
6	Goreti Borges	1974	M 45		LINDA-A-PASTORA S C	1:23.72
DNS	Carla Coelho	1974	M 45		C F OS BELENENSES	x

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Sónia Freitas	1973	M 45		C F OS BELENENSES	1:05.42
2	Sofia Jorge	1978	M 45		A NATUREZA ENSINA	1:06.47
3	Ana Neves	1975	M 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	1:11.42
4	Paula Fernandes	1978	M 45		C F OS BELENENSES	1:12.68
5	Sofia Pinheiro	1975	M 45		A NATUREZA ENSINA	1:15.10

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
6	Conceição Santos	1977	M 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	1:17.66
7	Liliana Silva	1974	M 45		A D REC 4 ESTAÇÕES	1:18.05
8	Marlene Ferreira	1976	M 45		N BARROSAS AMADOR	1:19.78

Vara M65 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1.80	1.90	2.00	2.10	2.20
1	Manuel Pinto	1956	M 65		C VETERANOS COIMBRA	2.00	XO	-	O	-	XXX

Vara M60 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1.80	1.90	2.00	2.10	2.20	2.35
1	Jorge Santos	1961	M 60		OLÍMPICO C LAGOS	2.20	XO	-	O	-	O	XXX

Vara M55 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	2.20	2.35
1	Joaquim Gregório	1965	M 55		N A DE CUCUJÃES	2.20	O	XXX

Vara M50 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	2.00	2.10	2.20	2.30	2.40	2.50	2.60	2.70	2.80	2.90	3.00	3.10	3.20
1	Jorge Parrulas	1969	M 50		VITÓRIA F C	3.10	-	-	-	-	-	-	O	O	O	O	O	XO	XXX
2	Carlos Eusébio	1972	M 50		C D C NAVAIS	3.00	-	-	-	-	O	-	O	-	XXO	O	XXX		
3	Orlando Alves	1972	M 50		C F OS BELENENSES	2.00	XO	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-

Vara M45 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	2.40	2.50	2.60	2.70	2.80	2.90	3.00	3.10	3.20
1	Sérgio Silva	1975	M 45		GRECAS - VAGOS	3.10	O	-	XO	O	O	O	O	XXO	XXX

Vara M40 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	2.40	2.50	2.60
1	Luís Jesus	1982	M 40		GRECAS - VAGOS	2.40	O	-	XXX
DNS	Pedro Gonçalves	1978	M 40		C D CULT DE PRISCOS	SM			

Vara M35 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	2.40	2.50	2.60	2.70	2.80	2.90
1	Ricardo Rocha	1984	M 35		GRECAS - VAGOS	2.80	O	O	O	-	XO	-
DNS	Pedro Vieira	1984	M 35		N A DE CUCUJÃES	SM						

400m F40 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Manuela Borges	1980	M 40		AA LACOBRIGENSE	1:08.67
2	Cláudia Bataca	1983	M 40		ASS BARBARIS TEAM	1:08.79
3	Mónica Miler	1981	M 40		C F OS BELENENSES	1:11.21
4	Carla Cantante	1983	M 40		INDUSTRIAL VIEIRENSE	1:13.27
5	Odete Morim	1981	M 40		C D C NAVAIS	1:19.99
6	Aida Pereira (X)	1982	M 40		N BARROSAS AMADOR	1:26.34

400m F35 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Vanessa Pereira	1986	M 35		A NATUREZA ENSINA	1:06.18

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
2	Ángela Ricardo	1987	M 35		A NATUREZA ENSINA	1:14.10
3	Joana Garcia	1985	M 35		C BENFICA ABRANTES	1:20.20
DNS	Andreia Jesus	1985	M 35		A C R SRA DESTERRO	x
DNS	Filipa Cancela	1983	M 35		Individual	x
DNS	Isabel Sousa	1984	M 35		CLUBE DESP DA PÓVOA	x

400m M80 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Auspício Fernandes (X)	1942	M 80		C F OLIVEIRA DOURO	1:43.00

400m M75 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	António Ribeiro	1948	M 75		C D R ÁGUIAS UNIDAS	1:26.08
2	José Tomé (X)	1946	M 75		C D AREIAS S. JOÃO	1:38.91
3	João Joaquim (X)	1947	M 75		C L A COMPETIÇÃO	1:48.35
DNS	Amândio Brites	1945	M 75		GRECAS - VAGOS	x
DNS	Domingos Moreira	1945	M 75		C ATLETISMO DO PORTO	x

400m M70 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Fernando Chamusca	1950	M 70		A NATUREZA ENSINA	1:14.92
2	José Gomes	1953	M 70		C D C NAVAIS	1:20.30
3	José Amigo	1952	M 70		A NATUREZA ENSINA	1:20.34
4	António Paixão (X)	1950	M 70		C L A COMPETIÇÃO	1:38.13
5	Hélder Rodrigues (X)	1952	M 70		A D R E PALHAÇA	1:46.04

400m M65 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Albano Braga	1956	M 65		G D C CODAL	1:14.61
2	José Ferreira	1956	M 65		M JUVENTUDE MERELIM	1:17.48
3	António Inácio	1956	M 65		GDRC PONTERROLENSE	1:18.87
4	José Neto	1957	M 65		C A VALE DE FIGUEIRA	1:20.20

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Rui Castro	1957	M 65		VIP RC	1:10.28
2	Artur Reis	1957	M 65		C ATLETISMO DE OVAR	1:17.87
3	Anselmo Moreira (X)	1954	M 65		C F OLIVEIRA DOURO	1:20.40
4	José Luis Pires (X)	1956	M 65		A NATUREZA ENSINA	1:24.61
DNS	António Beça	1957	M 65		ATLETAS FIM SEMANA	x

Martelo F85 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Ivone Lobo	1936	M 85		C VETERANOS COIMBRA	13.54	12.22	12.43	13.54	12.60

400m M60 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	António Horta	1962	M 60		CLUBE PRAÇAS ARMADA	1:01.61
2	Alberto Sampaio	1961	M 60		BOAVISTA F C	1:03.58
3	Nascimento Dias	1963	M 60		DESP OPERÁRIO RANGEL	1:05.24
4	Alberto Covas (X)	1959	M 60		A NATUREZA ENSINA	1:20.75
DNS	Vítor Gomes	1962	M 60		C VETERANOS COIMBRA	x



Martelo F70 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Helena Carvalho	1950	M 70		C VETERANOS COIMBRA	12.43	12.04	12.43	-	

400m M55 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Jose Pedro Vieira	1966	M 55		C SPIRIDON DE GAIA	63.18
2	Pedro Silva Ferreira	1967	M 55		DESP OPERÁRIO RANGEL	64.34
3	Luís Trigo	1965	M 55		VITÓRIA F C	64.84
4	Avelino Soares	1966	M 55		C F OS BELENENSES	67.02
5	Paulo Ribeiro	1968	M 55		CLUBE RAQUEL CABAÇO	71.88

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Jorge Silva Santos	1966	M 55		S C BEIRA-MAR	59.14
2	Joao Guimaraes	1966	M 55		A DESP LUSTOSA	64.02
3	Paulo Vilaça	1964	M 55		ESCOLA DO MOVIMENTO	64.09
DNS	Fromentino Guimarães	1966	M 55		ESCOLA DO MOVIMENTO	x
DNS	Serafim Gadelho	1968	M 55		AC FERNANDA RIBEIRO	x
DNF	Raul Pena	1965	M 55		C D R ÁGUIAS UNIDAS	x

Martelo F65 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Paula Martinho	1954	M 65		C VETERANOS COIMBRA	19.65	19.65	X	17.86	

Martelo F60 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Céu Cunha	1962	M 60		C VETERANOS COIMBRA	33.34	33.34	32.67	33.33	X
2	Ângela Castro	1959	M 60		G R QUINTA DA LOMBA	16.01	16.01	15.13	15.05	-
3	Alice Cerqueira	1963	M 60		C VETERANOS COIMBRA	13.46	13.22	13.46	X	12.73

Martelo F55 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Ana Morais	1965	M 55		C VETERANOS COIMBRA	25.57	25.57	X	X	25.57
2	Fátima Salve Rainha	1963	M 55		C R D SANTALUZIENSE	21.64	21.64	21.03	19.44	18.89
3	Manuela Gil	1967	M 55		C VETERANOS COIMBRA	18.25	18.25	X	17.90	17.70
4	Anabela Gordo	1963	M 55		C F OS BELENENSES	15.96	8.78	15.96	13.85	X

Martelo F50 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Ana Guerra	1969	M 50		LINDA-A-PASTORA S C	29.37	25.99	27.88	29.37	28.29
2	Anabela Santos	1972	M 50		S S T S JOÃO MADEIRA	21.91	21.56	X	21.55	21.91
3	Elisabete Barbosa	1973	M 50		A D C C J CLARK	21.80	21.80	20.70	20.49	X
4	Natália Santos	1970	M 50		S S T S JOÃO MADEIRA	17.32	17.19	16.29	16.59	17.32
5	Fátima Silva	1970	M 50		CLUBE DESP DA PÓVOA	16.12	15.75	16.12	15.07	-
6	Michele Correia (X)	1972	M 50		C F OS BELENENSES	14.44	13.92	12.19	14.44	13.52
7	Paula Gonçalves (X)	1970	M 50		C D C NAVAIS	12.75	12.75	11.52	X	10.96

Martelo M85 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Elvino Cruz	1934	M 85		C F OS BELENENSES	20.16	19.04	19.20	19.60	20.16



Martelo M80 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Joaquim Carvalho	1941	M 80		C VETERANOS COIMBRA	12.61	X	12.61	12.52	12.40

Martelo M75 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Rogério Batista	1947	M 75		C F OS BELENENSES	15.02	11.54	15.02	X	-
2	Jorge Carvalho (X)	1948	M 75		C VETERANOS COIMBRA	11.03	X	X	11.03	X

Martelo M70 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3
1	Valdemar Pereira	1950	M 70		G R QUINTA DA LOMBA	26.67	26.51	26.63	26.67
2	António Silva	1950	M 70		C VETERANOS COIMBRA	16.87	16.87	15.72	16.34
3	Carlos Alfaiate (X)	1953	M 70		C BENFICA ABRANTES	13.42	10.25	13.42	
DNS	Victor Pinho	1951	M 70		C F OS BELENENSES		x		

400m M50 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Nuno Queija	1972	M 50		C F OS BELENENSES	63.64
2	João Arraes	1972	M 50		GRECAS - VAGOS	64.83
3	Adão Mendes	1971	M 50		C D C NAVAIS	66.63
4	Armindo Rodrigues	1971	M 50		A D C C J CLARK	69.91
5	Ernesto Heitor (X)	1969	M 50		C BENFICA ABRANTES	80.56

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Eugenio Costa	1969	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	56.87
2	Miguel Nascimento	1970	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	58.46
3	Paulo Silva	1971	M 50		CLUBE DESP DA PÓVOA	63.40
4	Rui Jorge (X)	1969	M 50		A NATUREZA ENSINA	72.12
99999	João Carlos Gomes (X)	1969	M 50		C F OS BELENENSES	x
99999	Manuel Cardoso (X)	1970	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	x

400m M45 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	David Silva	1978	M 45		GRECAS - VAGOS	62.54
2	Jorge Silva	1973	M 45		C REC DO PENTEADO	62.85
3	Luís Cipriano	1973	M 45		AMCR FONTE GRADA	64.58
4	Pedro Antunes	1974	M 45		GDRC PONTERROLENSE	66.33
5	Pedro Silva (X)	1976	M 45		C BENFICA ABRANTES	69.56
99999	André Alves (X)	1986	M 35		C F OS BELENENSES	x
99999	Ezequiel Fernandes (X)	1974	M 45		ESCOLA DESP LIMIANA	x

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Ricardo Carvalho	1976	M 45		C F OS BELENENSES	56.28
2	Luís Lima	1977	M 45		GRECAS - VAGOS	57.44
3	Paulo Costa	1976	M 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	59.32
4	Horácio Oliveira	1974	M 45		C F OS BELENENSES	59.83
5	Telmo Cardoso	1975	M 45		A DESP LUSTOSA	60.55
6	Rodolfo Alves	1976	M 45		VIP RC	63.77
7	Nelson Tembe	1973	M 45	ANG	1º DEZEMBRO QUEIJAS	67.56
99999	Joaquim Lopes (X)	1977	M 45		A FIGUEIREDO RUNNERS	x

Peso M85 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	António Valente	1938	M 85		MILLENIUM BCP	8.20	8.20	7.88	X	7.23

Peso M80 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	José Henriques	1939	M 80		C A GALINHEIRAS	7.44	6.88	7.12	7.35	7.44
2	Joaquim Carvalho	1941	M 80		C VETERANOS COIMBRA	7.12	6.92	7.03	7.12	X
3	Francisco Cipriano	1942	M 80		AMCR FONTE GRADA	5.04	5.04	4.55	4.66	4.99

Peso M75 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	José Borralho	1947	M 75		Individual	8.48	8.08	8.35	8.46	8.48
2	Joaquim Ventura	1944	M 75		C L A COMPETIÇÃO	6.61	6.25	6.24	6.32	6.61
3	Albertino Pinto	1945	M 75		C BENFICA T VEDRAS	5.97	5.33	5.97	X	X
4	Jorge Carvalho	1948	M 75		C VETERANOS COIMBRA	5.73	5.05	5.53	5.73	-

Peso M70 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Jorge Costa	1950	M 70		BEJA ATLÉTICO CLUBE	9.91	9.83	9.66	9.91	9.45
2	Marcelo Ribeiro	1953	M 70		C VETERANOS COIMBRA	7.91	7.74	7.72	7.91	7.65
3	José Marques	1949	M 70		C VETERANOS COIMBRA	7.80	7.29	7.38	7.80	7.47
4	Luís Da Silva	1951	M 70		C F OS BELENENSES	7.23	6.89	6.94	7.23	X
5	Guilherme Sá	1952	M 70		U A POVOENSE	6.21	5.93	6.21	5.72	6.20
6	António Paixão	1950	M 70		C L A COMPETIÇÃO	5.68	5.28	5.68	5.62	5.46
DNS	Victor Pinho	1951	M 70		C F OS BELENENSES		x			

Peso M65 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Paulo Castro	1958	M 65		C D AREIAS S. JOÃO	10.21	10.21	X	9.33	9.88
2	Fernando Ribeiro	1956	M 65		C VETERANOS COIMBRA	9.81	9.50	9.57	9.72	9.81
3	Manuel Pinto	1956	M 65		C VETERANOS COIMBRA	9.06	9.06	X	8.84	X
4	Rui Silva	1958	M 65		C VETERANOS COIMBRA	7.80	7.26	7.80	7.58	-
5	Reinaldo Vieira	1955	M 65		C VETERANOS COIMBRA	7.75	7.56	X	7.75	X
6	Luís Petisca	1954	M 65		LINDA-A-PASTORA S C	7.03	6.59	6.42	6.63	7.03
7	Manuel Cracel	1954	M 65		U A POVOENSE	6.90	6.34	6.25	6.79	6.90
8	José Moura Távora	1956	M 65		C VETERANOS COIMBRA	6.52	6.38	6.52	6.44	-
9	José Sousa Ribeiro	1955	M 65		A D CULT DE TUNES	6.42	6.42	6.09	5.35	X
DNS	António Beça	1957	M 65		ATLETAS FIM SEMANA		x			

Peso M60 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	António Ribeiro	1963	M 60		M JUVENTUDE MERELIM	11.17	11.17	10.84	X	10.54
2	Fonseca Antunes	1960	M 60		S U OPERÁRIA VAIS	9.19	9.19	9.12	-	-
3	João Rodrigues	1959	M 60		C ATLETISMO TUNES	7.99	X	7.99	X	7.28

Peso M55 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Vitor Pimenta	1966	M 55		ASS REC S. MIGUEL	8.85	8.11	8.83	8.55	8.85
2	Paulo Cavaleiro	1964	M 55		A R CASAENSE - EAC	8.72	8.60	8.44	8.57	8.72
3	António Fidalgo	1966	M 55		CRC DESP LUZENSE	8.49	8.27	8.12	8.49	8.30
4	Vasco Araújo	1964	M 55		C VETERANOS COIMBRA	7.73	7.11	7.73	7.23	X

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
5	Fernando Santos	1965	M 55		AMCR FONTE GRADA	7.39	7.23	6.99	6.77	7.39
6	António Rodrigues	1965	M 55		A C R SRA DESTERRO	6.67	6.67	5.93	6.59	X
7	Manuel Figueiredo	1965	M 55		A FIGUEIREDO RUNNERS	6.19	6.19	-	-	-
8	Avelino Soares	1966	M 55		C F OS BELENENSES	5.93	5.45	5.93	5.63	5.47

Peso M50 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Herédio Costa	1971	M 50		MAIA A C	14.50	14.48	X	14.50	X
2	José Teixeira	1970	M 50		J O MONTE ABRAÃO	10.74	10.74	10.38	10.45	
3	Nuno Martins	1971	M 50		GINÁSIO C ALCOBAÇA	10.65	10.30	10.38	10.36	10.65
4	Luís Silva	1973	M 50		C SPIRIDON DE GAIA	9.01	8.87	X	9.01	8.73
5	Luís Gomes	1970	M 50		AMCR FONTE GRADA	8.95	8.51	8.66	8.27	8.95
6	Jorge Madureira	1971	M 50		C F OS BELENENSES	8.19	7.71	7.65	7.59	8.19
7	Rui Avelans Coelho	1972	M 50		C F OS BELENENSES	7.71	X	6.24	7.71	7.45
8	Lúcio Alves	1971	M 50		C F OS BELENENSES	6.97	6.34	6.51	6.97	5.86
9	Américo Pereira	1971	M 50		C F OLIVEIRA DOURO	6.36	6.15	6.24	6.36	5.94
10	Paulo Jesus	1971	M 50		C REC DO PENTEADO	6.17	5.86	5.72	5.83	6.17
DNS	Miguel Carvalho	1969	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO		x			

400m M40 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	César Miranda	1981	M 40		C D C NAVAIS	62.47
2	Hélder Pinto	1982	M 40		A D C C J CLARK	62.53
3	Joel Martins	1979	M 40		C BENFICA ABRANTES	65.23
4	Fernando Jesus	1981	M 40		A D C C J CLARK	69.90
5	Jacinto Rodrigues (X)	1979	M 40		C D C NAVAIS	70.84
6	Nuno Soares (X)	1983	M 40		S S T S JOÃO MADEIRA	80.75

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Joatan Santos	1983	M 40	BRA	N BARROSAS AMADOR	54.05
2	Tony Calvo	1981	M 40		ESCOLA DO MOVIMENTO	54.28
3	Marco Fatelo	1978	M 40		A NATUREZA ENSINA	55.60
4	Ricardo Santos	1981	M 40		C F OS BELENENSES	59.82
5	Jorge Fontes	1981	M 40		C D C NAVAIS	61.26
6	Ramiro Ribeiro	1980	M 40		N BARROSAS AMADOR	63.31
99999	Marco Veloso (X)	1979	M 40		1º DEZEMBRO QUEIJAS	X

400m M35 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Fernando Almeida	1987	M 35		GIRA SOL	53.17
2	Pedro Braz Correia	1986	M 35		AA LACOBRIENSE	54.36
3	Ruben Macedo	1987	M 35		A D CULT DE TUNES	58.06
4	Ricardo Rocha	1984	M 35		GRECAS - VAGOS	61.31
5	Rui Milagaia	1985	M 35		C BENFICA ABRANTES	63.49
6	Gonçalo Lopes (X)	1984	M 35		C BENFICA ABRANTES	67.91

2000 obstác. F55 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Deolinda Oliveira	1968	M 55		E ATLETISMO TROFA	8:54.34

2000 obstác. F50 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Florinda Fernandes	1969	M 50		C A MAZAREFES	9:44.96



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
2	Maria José Ferreira	1973	M 50		GDRC PONTERROLENSE	11:14.96
3	Susana Duarte	1971	M 50		S S T S JOÃO MADEIRA	11:23.85

2000 obstác. F45 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Conceição Santos	1977	M 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	9:13.04
2	Alexandra Silva	1976	M 45		G R QUINTA DA LOMBA	10:03.07
3	Ana Mendes	1977	M 45		ACAD DESP CONDEIXA	10:04.66

2000 obstác. F40 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Paula Costa	1979	M 40		ACADEMIA DE VALDEVEZ	8:06.54
2	Anabela Marques	1982	M 40		ACAD DESP CONDEIXA	9:14.77
3	Andreia Branco	1981	M 40		G JUV VILA DE PUNHE	9:17.15

2000 obstác. F35 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Ángela Ricardo	1987	M 35		A NATUREZA ENSINA	8:51.27
2	Katherine Both	1988	M 35		J O MONTE ABRAÃO	9:09.90
3	Lúcia Rodrigues	1987	M 35		C D C NAVAIS	9:36.60

2000 obstác. M75 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Domingos Moreira	1945	M 75		C ATLETISMO DO PORTO	10:13.55

2000 obstác. M70 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	José Ribeiro	1951	M 70		C VETERANOS COIMBRA	10:40.21

2000 obstác. M65 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Pedro Terra	1957	M 65		S S T S JOÃO MADEIRA	8:38.89
2	António Martins	1958	M 65		ORIENTAÇÃO AVENTURA	9:50.83

2000 obstác. M60 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Américo Valente	1962	M 60		S S C MUNICIPAL OVAR	7:58.96
2	Vitor Figueiredo	1962	M 60		A FIGUEIREDO RUNNERS	8:34.51
3	Domingos Pinto	1959	M 60		C F OLIVEIRA DOURO	8:54.29
DNS	António Rodrigues	1962	M 60		Individual	x

1500m F70 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Marília Cavaco	1950	M 70		C DESP QUARTEIRA	7:10.96

1500m F65 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Vanda Augusto	1954	M 65		A NATUREZA ENSINA	7:32.62

1500m F60 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Fátima Dantas	1962	M 60		G JUV VILA DE PUNHE	5:49.91
2	Lucília Soares	1962	M 60		INGLESES F C	5:57.89
3	Lina Brito	1961	M 60		C R D SANTALUZIENSE	6:18.51
4	Anabela Pereira	1960	M 60		A NATUREZA ENSINA	6:27.73
5	Rosa Pinto	1961	M 60		NASCIDOS PARA CORRER	6:34.97
6	Maria Costa	1962	M 60		S S C MUNICIPAL OVAR	6:59.60
DNS	Elsa Bruxelas	1959	M 60		C F OS BELENENSES	x

1500m F55 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Rosa Trancoso	1968	M 55		AC FERNANDA RIBEIRO	5:29.51
2	Adélia Tavares	1967	M 55		A D C C J CLARK	5:43.40
3	Chantal Xhervelle	1968	M 55	BEL	A NATUREZA ENSINA	6:01.78
4	Delfina Rompante	1964	M 55		A FIGUEIREDO RUNNERS	6:09.04
5	Ana Pereira	1967	M 55		C F OLIVEIRA DOURO	6:52.60
6	Alexandra Reboredo	1967	M 55		NASCIDOS PARA CORRER	7:37.08

Comprimento F70 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Helena Carvalho	1950	M 70		C VETERANOS COIMBRA	2.35	2.20	1.10	2.14	0.10	2.35	0.10	2.30	3.00

Comprimento F60 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Helena Rodrigues (X)	1960	M 60		C ATLETISMO TUNES	1.61	X		1.61	0.10	-		-	

Comprimento F55 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Isabel Ferreira	1968	M 55		ESCOLA DO MOVIMENTO	3.69	3.58	-0.4	3.39	2.20	3.69	1.40	X	
2	Ana Morais	1965	M 55		S U OPERÁRIA VAIS	3.59	3.50	-1.2	3.59	2.20	3.53	0.10		
3	Adélia Tavares	1967	M 55		A D C C J CLARK	2.91	2.62	0.80	2.74	1.50	2.91	0.30	2.88	1.60
4	Mª Fátima Carrelo	1963	M 55		C L A COMPETIÇÃO	2.79	2.73	0.30	2.65	0.10	2.79	0.10	2.23	1.60
5	Clara Carrêlo	1967	M 55		C L A COMPETIÇÃO	2.66	2.59	0.30	2.62	0.10	2.59	1.50	2.66	1.70
DNS	Isabel Cardoso	1968	M 55		U A POVOENSE	x								
DNS	Clídia Coelho	1966	M 55		C F OS BELENENSES	x								

Comprimento F50 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Manuela Pereira	1968	M 50		C R D SANTALUZIENSE	4.09	3.86	0.10	4.09	0.10	3.95	0.10	3.94	0.40
2	Fernanda Martins	1968	M 50		SÃO PEDRO F C FARO	3.49	3.43	0.10	3.41	0.80	3.04	1.90	3.49	0.10
3	Maria José Ferreira	1973	M 50		GDRC PONTERROLENSE	3.09	2.96	0.10	-		3.09	1.00	3.02	0.10
4	Suzete Marco	1972	M 50		GRECAS - VAGOS	3.04	2.73	0.10	3.02	1.40	3.04	1.00	2.93	0.10
5	Ana Abegão	1968	M 50		C L A COMPETIÇÃO	3.03	3.03	0.30	3.03	1.30	2.60	0.10		
DNS	Rita Batista	1971	M 50		C F OS BELENENSES	x								

Comprimento F45 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Isabel Gama	1977	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	4.15	4.15	1.50	4.00	1.00	3.94	0.30	X	
2	Carla Reis	1977	M 45		GRECAS - VAGOS	3.82	3.82	1.00	3.80	0.10	3.64	0.30	3.79	0.10
3	Cristina Falé	1977	M 45		ASSOCIAÇÃO GDAK	3.71	3.71	0.30	3.57	1.50	-		-	
4	Vera Martins	1978	M 45		C BENFICA ABRANTES	3.49	3.33	1.30	-		3.34	0.10	3.49	1.40

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
5	Bárbara Moreira	1974	M 45		ESCOLA DO MOVIMENTO	3.30	X		3.10	1.70	3.30	0.10	X	
6	Catarina Gonçalves	1977	M 45		C L A COMPETIÇÃO	3.19	3.14	2.00	3.19	0.10	X		X	
7	Tânia Freitas	1976	M 45		U A POVOENSE	2.67	X		2.67	2.00	X		X	

Comprimento F40 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Carina Pinto	1981	M 40		C DESP C+S LAVRA	4.16	4.16	0.50	3.89	0.50	4.13	1.50	4.08	0.10
2	Corinne Damas	1980	M 40		C OLÍMPICO OEIRAS	3.67	3.58	0.10	3.44	0.10	3.67	0.60	3.32	0.10
3	Susana Nascimento	1980	M 40		GRECAS - VAGOS	3.51	3.51	1.40	X		3.39	0.70	3.23	1.40
4	Cláudia Vilarinho	1978	M 40		C F OLIVEIRA DOURO	3.26	X		3.18	1.50	3.24	0.10	3.26	0.10
5	Ana Lúcia Ponte	1979	M 40		ASSOCIAÇÃO GDAK	3.20	2.84	0.60	X		X		3.20	1.10
6	Inês Bernardo	1981	M 40		C F OS BELENENSES	2.51	2.51	1.70	2.44	1.80	2.49	0.10	2.45	2.00

Comprimento F35 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Sandra Borges	1983	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	4.89	4.79	1.50	4.89	0.10	3.77	2.00	-	
2	Carla Machado	1985	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	3.58	3.14	0.10	3.39	0.10	3.50	1.70	3.58	3.00

1500m F50 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Elisabete Gomes	1972	M 50		C BENFICA T VEDRAS	5:24.91
2	Elisabete Nunes	1973	M 50		S C SALGUEIROS	5:45.80
3	Fátima Silva	1970	M 50		CLUBE DESP DA PÓVOA	6:01.55
4	Ana Rosário	1972	M 50		A NATUREZA ENSINA	6:09.53
5	Florinda Fernandes	1969	M 50		C A MAZAREFES	6:14.19
6	Fernanda Gil	1969	M 50		INGLESES F C	6:19.31
7	Ana Letra	1970	M 50		LINDA-A-PASTORA S C	6:36.66
8	Paula Varelas	1971	M 50		C BENFICA ABRANTES	7:21.44
9	Susana Sobral (X)	1972	M 50		C DESP QUARTEIRA	7:33.17
DNS	Isabel António	1970	M 50		G R QUINTA DA LOMBA	x
DNS	Anjos Moreira	1972	M 50		GRUPO DESP DIANA	x

1500m F45 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Carla Martinho	1976	M 45		RECREIO DESP ÁGUEDA	4:48.39
2	Estela Melo	1976	M 45		U DESP DA VÁRZEA	4:51.35
3	Sabina Neca	1976	M 45		A C R SRA DESTERRO	5:21.31
4	Antónia Jordão	1977	M 45		A NATUREZA ENSINA	5:32.32
5	Paula Fernandes	1978	M 45		C F OS BELENENSES	5:34.02
6	Elsa Miranda	1978	M 45		A NATUREZA ENSINA	5:34.70
7	Sandra Pereira	1977	M 45		NASCIDOS PARA CORRER	5:40.75
8	Sónia Neves	1975	M 45		INGLESES F C	5:42.40
9	Guilhermina Rebola	1974	M 45		GRUPO DESP DIANA	5:54.56
10	Rute Oliveira	1977	M 45		GRUPO DESP DIANA	5:56.89
11	Marlene Ferreira	1976	M 45		N BARROSAS AMADOR	6:10.82
12	Rute Pires Queiroz	1975	M 45		1º DEZEMBRO QUEIJAS	6:17.72
13	Ana Almeida	1977	M 45		LINDA-A-PASTORA S C	6:21.28
14	Regina Gilvaz	1973	M 45		N A DE CUCUJÃES	6:32.98
15	Paula Simões	1974	M 45		A NATUREZA ENSINA	6:37.01
16	Goretí Borges	1974	M 45		LINDA-A-PASTORA S C	6:42.49

1500m F40 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Ana Lourenço	1983	M 40		N D CULTURAL ODEMIRA	5:12.07



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
2	Célia Alves	1978	M 40		A R CASAENSE - EAC	5:18.28
3	Cláudia Bataca	1983	M 40		ASS BARBARIS TEAM	5:19.06
4	Paula Martins	1980	M 40		INGLESES F C	5:23.02
5	Sónia Félix	1982	M 40		RUNRIVER - RIO TINTO	5:24.47
6	Paula Costa	1979	M 40		ACADEMIA DE VALDEVEZ	5:32.59
7	Magda Reina	1980	M 40		N BARROSAS AMADOR	5:40.86
8	Dina Oliveira	1979	M 40		A NATUREZA ENSINA	5:42.01
9	Andreia Branco	1981	M 40		G JUV VILA DE PUNHE	6:07.08
10	Aida Pereira	1982	M 40		N BARROSAS AMADOR	6:25.20
11	Marta Sousa (X)	1979	M 40		A D C C J CLARK	6:56.27
DNS	Miriam Silva	1983	M 40		VASCO DA GAMA A C	x

Martelão F45 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Sónia Grácio	1974	M 45		GRECAS - VAGOS	11.63	X	11.63	6.16	X
2	Graça Costa	1977	M 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	6.58	6.57	6.35	6.43	6.58
3	Filipa Lopes	1978	M 45		C BENFICA ABRANTES	6.28	5.90	6.16	4.57	6.28
4	Sónia Sequeira	1975	M 45		LINDA-A-PASTORA S C	6.23	X	X	6.23	4.57
5	Ana Santos	1974	M 45		S S T S JOÃO MADEIRA	5.39	5.22	5.21	5.39	5.38
6	Susana Vasconcelos	1977	M 45		RUNRIVER - RIO TINTO	5.33	4.66	5.33	1.81	4.39

Martelão F40 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Susana Flores	1981	M 40		A D R E PALHAÇA	4.25	X	X	X	4.25
DNS	Tatiana Aguiar	1979	M 40	BRA	C F OLIVEIRA DOURO					x

Martelão F35 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Joana Silva	1984	M 35		CLUBE DESP DA PÓVOA	7.74	6.60	7.74	7.73	X
2	Lídia Ferreira	1985	M 35		CALDAS SÃO JORGE S C	6.61	X	6.17	6.61	
3	Liliana Ferreira	1984	M 35		RUNRIVER - RIO TINTO	5.24	4.42	5.24	X	5.15

1500m F35 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Raquel Trabuco	1986	M 35		BEJA ATLÉTICO CLUBE	4:58.82
2	Joana Nunes	1985	M 35		RECREIO DESP ÁGUEDA	5:05.71
3	Joseline Santos	1984	M 35		C BENFICA T VEDRAS	5:09.49
4	Tânia Cruz	1986	M 35		A C R SRA DESTERRO	5:11.47
5	Victória Da Quintã	1988	M 35		INGLESES F C	5:35.57
6	Márcia Silva	1987	M 35		N BARROSAS AMADOR	6:02.14
7	Filipa Branco	1984	M 35		G JUV VILA DE PUNHE	6:34.71
8	Joana Garcia (X)	1985	M 35		C BENFICA ABRANTES	6:44.36
DNS	Patrícia Ferreira	1985	M 35		F C PENAFIEL	x

1500m M80 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	José Ferreira	1942	M 80		N D CULTURAL ODEMIRA	6:45.65
2	Francisco Cipriano (X)	1942	M 80		AMCR FONTE GRADA	10:04.86

1500m M75 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	António Ribeiro	1948	M 75		C D R ÁGUAS UNIDAS	6:47.63

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
2	Diamantino Coelho	1948	M 75		Individual	7:08.01
3	Fernando Santos (X)	1943	M 75		ATLETAS FIM SEMANA	8:06.13

1500m M70 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Fernando Chamusca	1950	M 70		A NATUREZA ENSINA	5:50.76
2	José Gomes	1953	M 70		C D C NAVAIS	6:03.13
3	José Bordalo	1952	M 70		Individual	6:15.69
4	Adão Dias	1951	M 70		NASCIDOS PARA CORRER	6:43.11
DNS	Valter Jacinto	1952	M 70		GRUPO DESP ASSEMPARK	x
DNS	Joaquim Pereira	1951	M 70		C D S SALVADOR CAMPO	x

1500m M65 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Albano Braga	1956	M 65		G D C CODAL	5:34.83
2	António Alves	1957	M 65		INDUSTRIAL VIEIRENSE	5:40.29
3	Narciso Oliveira	1957	M 65		A TEATRO CONSTRUÇÃO	5:54.15
4	Anselmo Moreira	1954	M 65		C F OLIVEIRA DOURO	6:15.70
5	Joaquim Figueiredo	1957	M 65		C REC DO PENTEADO	6:18.37
6	Arlindo Silva	1957	M 65		C ATLETISMO DE OVAR	6:23.75
7	Armando De Lacerda (X)	1954	M 65		GRUPO DESP DIANA	6:47.63
DNS	José Augusto Antunes	1955	M 65		G D S DOMINGOS	x
DNS	José Ferreira	1956	M 65		M JUVENTUDE MERELIM	x

Comprimento M80 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Manuel Maia	1940	M 80		C L A COMPETIÇÃO	2.52	2.52	0.50	2.45	0.10	-	-	-	-

1500m M60 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	António Horta	1962	M 60		CLUBE PRAÇAS ARMADA	4:50.20
2	Alexandre Ferreira	1962	M 60		VIZELA CORRE	5:00.56
3	João Veiga	1959	M 60		A NATUREZA ENSINA	5:01.61
4	Américo Valente	1962	M 60		S S C MUNICIPAL OVAR	5:03.50
5	António Antunes	1961	M 60		A NATUREZA ENSINA	5:08.65
6	Hermínio Martins	1958	M 60		A C R SRA DESTERRO	5:30.34
7	Alberto Covas (X)	1959	M 60		A NATUREZA ENSINA	6:22.48
8	Jorge Paulo Morgado (X)	1961	M 60		C F OS BELENENSES	6:31.31
DNS	António Rodrigues	1962	M 60		Individual	x
DNS	Rogério Sarmiento	1960	M 60		NASCIDOS PARA CORRER	x

Comprimento M75 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Leonardo Azevedo	1946	M 75		C F OS BELENENSES	3.70	3.66	0.10	3.70	0.10	3.57	0.20	3.55	1.40
2	Fernando Silva	1947	M 75		C BENFICA ABRANTES	2.88	2.82	0.10	2.88	0.10	-	-	-	-
DNS	José Borralho	1947	M 75		Individual	x	-	-	-	-	-	-	-	-

Comprimento M70 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	João Travessa	1949	M 70		C VETERANOS COIMBRA	4.05	3.98	-0.1	4.05	1.60	3.93	0.90	3.96	1.60
2	José Ribeiro	1951	M 70		C VETERANOS COIMBRA	2.81	2.81	0.10	2.69	-0.6	2.51	0.10	X	-



Comprimento M65 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Victor Mendes	1955	M 65		C F OS BELENENSES	4.05	4.05	0.10	3.10	0.50	3.72	-0.2	-	
2	João Catalão	1956	M 65		C VETERANOS COIMBRA	3.41	3.41	0.10	3.38	2.80	-		-	
3	José Sousa Ribeiro (X)	1955	M 65		A D CULT DE TUNES	2.50	2.49	0.10	2.36	0.50	2.38	-1.8	2.50	0.20

Comprimento M60 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Carlos Pereira	1963	M 60		ESCOLA DO MOVIMENTO	5.09	4.58	1.30	4.94	0.10	5.06	0.20	5.09	3.00
2	João Carvalhinho	1959	M 60		SPORTPONTOCOME	3.69	3.69	0.10	3.59	0.10	-		-	
3	Jorge Santos	1961	M 60		OLÍMPICO C LAGOS	3.62	3.15	2.00	3.40	1.60	3.62	0.10	3.30	2.80
4	Ramiro Monte	1960	M 60		N A DE CUCUJÃES	3.34	3.22	0.10	3.23	0.10	3.34		-	
5	Luis Guimarães	1962	M 60		ESCOLA DO MOVIMENTO	3.29	3.29	2.20	3.25	1.00	2.92	0.10		
6	Manuel Anjos	1963	M 60		N A DE CUCUJÃES	3.01	2.80	1.90	3.01	1.50	2.84	1.00		

Comprimento M45 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	André Assunção	1977	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	5.90	5.90	0.10	5.90	1.40	5.66	0.90	5.75	1.00
2	Francisco Marques	1977	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	5.60	5.50	0.10	5.60	0.40	5.57	0.10	X	
3	Selwin Wever	1974	M 45		C F OS BELENENSES	5.52	5.52	1.00	5.18	1.10	5.37	1.60	4.80	0.10
4	Fernando Pereira	1975	M 45		ESCOLA DO MOVIMENTO	5.46	4.78	2.00	3.82	2.00	5.10	0.40	5.46	0.10
5	Artur Cota	1974	M 45		1º DEZEMBRO QUEIJAS	4.63	3.90	0.10	4.36	0.20	4.63	0.60	4.55	0.10
6	Telmo Cardoso	1975	M 45		A DESP LUSTOSA	4.59	X		4.59	2.00	-		-	
7	Rui Monteiro	1973	M 45		C S S JOÃO MADEIRA	4.52	4.28	0.10	4.49	1.70	4.52	0.10	4.37	0.50
8	António Mouro	1976	M 45		A NATUREZA ENSINA	4.52	4.52	0.60	4.47	2.40	4.47	0.10	4.43	0.20
9	Paulo Custódio	1976	M 45		C F OS BELENENSES	4.16	X		3.97	1.30	4.02	1.30	4.16	1.60
DNS	Joaquim Leal	1973	M 45		GDRC PONTERROLENSE	x								

1500m M55 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Joaquim Figueiredo	1967	M 55		C D S SALVADOR CAMPO	4:39.63
2	Joaquim Lopes	1963	M 55		C D S SALVADOR CAMPO	4:50.38
3	Adelino Camacho	1968	M 55		VIP RC	4:58.23
4	Luís Oliveira	1967	M 55		A R CASAENSE - EAC	5:01.60
5	Luís Trigo	1965	M 55		VITÓRIA F C	5:02.51
6	Jorge Luz	1964	M 55		NASCIDOS PARA CORRER	5:05.30
7	António Patrício	1964	M 55		A D REC 4 ESTAÇÕES	5:08.66
8	Fernando Figueiredo	1964	M 55		A FIGUEIREDO RUNNERS	5:09.83
9	Fernando Silva	1965	M 55		C D C NAVAIS	5:12.23
10	Flávio Fernandes	1968	M 55		N BARROSAS AMADOR	5:19.01
11	Fernando Rocha	1967	M 55		NASCIDOS PARA CORRER	5:30.34
DNS	Raul Pena	1965	M 55		C D R ÁGUIAS UNIDAS	x
DNS	Manuel Alves	1964	M 55		C S S JOÃO MADEIRA	x

1500m M50 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Amândio Correia	1969	M 50		RODOESTE T R M	4:30.07
2	António Nunes	1969	M 50		ARADA ATLÉTICO CLUBE	4:55.43
3	Carlos Carneiro	1969	M 50		CA MACEDO CAVALEIROS	4:58.34
4	Rui Alves	1971	M 50		A C R SRA DESTERRO	5:07.52
5	Armindo Rodrigues	1971	M 50		A D C C J CLARK	5:21.14
6	Jorge Pires	1970	M 50		U A POVOENSE	5:22.65
7	Cesário Simões	1969	M 50		C ATLETISMO DE SEIA	5:24.44
8	José Pinto	1971	M 50		C ATLETISMO DE OVAR	5:26.99

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
9	Gonçalo Ferreira	1972	M 50		C F OS BELENENSES	5:36.42
10	Hilário Espadilha (X)	1972	M 50		GRECAS - VAGOS	5:44.53
11	Rui Andrade (X)	1972	M 50		INDUSTRIAL VIEIRENSE	6:28.26
12	Ernesto Heitor (X)	1969	M 50		C BENFICA ABRANTES	6:30.55
DNS	José Vieira	1968	M 50		F C PENAFIEL	x
DNS	Carlos Monteiro	1973	M 50		VIZELA CORRE	x
DNS	Manuel Cardoso	1970	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	x

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Miguel Silva	1970	M 50		C D AREIAS S. JOÃO	4:17.69
2	António Costa	1969	M 50		U DESP DA VÁRZEA	4:31.67
3	Nuno Ruela	1972	M 50		C D GALGOS AUDAZES	4:37.31
4	Pedro Sarabando	1971	M 50		GRECAS - VAGOS	4:48.65
5	João Arraes	1972	M 50		GRECAS - VAGOS	5:15.78
6	Paulo Baptista	1970	M 50		C BENFICA ABRANTES	5:17.27
7	Dinis Batista	1973	M 50		C ATLETISMO DE OVAR	5:18.50
8	Vítor Sá	1971	M 50		A C D DE CESAR	5:41.46
DNS	José Magalhães	1971	M 50		AMCR FONTE GRADA	x
DNS	Lúcio Alves	1971	M 50		C F OS BELENENSES	x
DNS	Carlos Saias	1973	M 50		A NATUREZA ENSINA	x
DNS	Gil Ferreira	1971	M 50		C D S SALVADOR CAMPO	x
DNS	Armando Correia	1971	M 50		C ATLETISMO DE OVAR	x

Martelão F85 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Ivone Lobo	1936	M 85		C VETERANOS COIMBRA	4.89	4.89	4.40	4.37	4.66

Martelão F70 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Nilza Ribeiro	1950	M 70		C VETERANOS COIMBRA	7.14	X	7.14	6.22	6.79

Martelão F65 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Ludovina Oliveira	1955	M 65	MOZ	C F OS BELENENSES	8.69	X	8.69	8.69	8.46

Martelão F60 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Céu Cunha	1962	M 60		C VETERANOS COIMBRA	12.43	12.43	X	X	-
2	Isabel Costa	1962	M 60		C VETERANOS COIMBRA	7.41	X	7.41	6.98	X
3	Ângela Castro	1959	M 60		G R QUINTA DA LOMBA	6.52	6.52	6.47	5.47	6.25
4	Delfina Silva	1961	M 60		C F OLIVEIRA DOURO	5.26	X	5.26	4.46	4.47
5	Alice Cerqueira	1963	M 60		C VETERANOS COIMBRA	4.44	4.40	4.44	3.98	

Martelão F55 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Celestina Magalhães	1966	M 55		U A POVOENSE	7.09	6.83	7.09	6.65	
2	Manuela Gil	1967	M 55		C VETERANOS COIMBRA	6.73	5.20	6.73	5.84	5.70
3	Elisa Sampaio	1967	M 55		U A POVOENSE	6.13	4.63	5.65	5.73	6.13
4	Anabela Gordo	1963	M 55		C F OS BELENENSES	5.38	X	5.12	5.38	5.19



Martelão F50 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Ana Guerra	1969	M 50		LINDA-A-PASTORA S C	9.47	8.69	8.76	9.47	8.98
2	Flora Carrilho	1971	M 50		C BENFICA ABRANTES	7.51	7.51	6.84	6.43	6.91
3	Elisabete Barbosa	1973	M 50		A D C C J CLARK	6.70	6.22	6.53	6.14	6.70

Martelão M85 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	António Valente	1938	M 85		MILLENUM BCP	8.31	X	X	8.31	-
2	Elvino Cruz	1934	M 85		C F OS BELENESES	7.88	7.39	7.52	7.25	7.88

Martelão M75 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Rogério Batista (X)	1947	M 75		C F OS BELENESES	5.91	5.91	-	-	-

Martelão M70 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Valdemar Pereira	1950	M 70		G R QUINTA DA LOMBA	10.21	9.85	9.54	10.21	9.48
2	Marcelo Ribeiro	1953	M 70		C VETERANOS COIMBRA	9.05	9.05	7.40	8.42	8.59
3	Guilherme Sá	1952	M 70		U A POVOENSE	7.47	7.07	6.45	7.04	7.47
4	António Silva (X)	1950	M 70		C VETERANOS COIMBRA	6.60	6.33	X	6.60	5.77

1500m M45 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Luís Rações	1976	M 45		C A VALE DE FIGUEIRA	4:23.70
2	Joaquim Lopes	1977	M 45		A FIGUEIREDO RUNNERS	4:27.83
3	Nuno Sousa	1974	M 45		A D REC 4 ESTAÇÕES	4:33.02
4	Marco Faria	1976	M 45		VIZELA CORRE	4:51.75
5	Mário Cardoso	1976	M 45		C ATLETISMO DE SEIA	4:55.20
6	Pedro Silva	1974	M 45		C ATLETISMO DE OVAR	5:01.67
7	Alexandre Pedrosa	1975	M 45		C F OS BELENESES	5:08.27
8	Luís Cipriano	1973	M 45		AMCR FONTE GRADA	5:25.34
9	Pedro Silva (X)	1976	M 45		C BENFICA ABRANTES	5:41.31
DNS	Hugo Sertório	1975	M 45		GRUPO DESP DIANA	x
DNS	Ezequiel Fernandes	1974	M 45		ESCOLA DESP LIMIANA	x
DNS	Filipe Lima	1974	M 45		ESCOLA DESP LIMIANA	x
DNF	Fernando Lima	1974	M 45		N A DE CUCUJÃES	x

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Nelson Magalhaes	1977	M 45		U DESP DA VÁRZEA	4:28.69
2	Alberto Fonte	1973	M 45		RECREIO DESP ÁGUEDA	4:31.90
3	Carlos Arieiro	1974	M 45		A NATUREZA ENSINA	4:32.61
4	João Paulo Ferreira	1976	M 45		A C R SRA DESTERRO	4:37.76
5	Lourenço Barcelos	1977	M 45		Individual	4:43.01
6	Bruno Oliveira	1976	M 45		ARADA ATLÉTICO CLUBE	4:51.71
7	António Reis	1974	M 45		A NATUREZA ENSINA	4:56.96
8	Nuno Pais E Silva	1976	M 45		C REC DO PENTEADO	4:58.96
9	Joaquim Leal	1973	M 45		GDRC PONTEROLENSE	5:12.08
10	Jorge Coelho	1977	M 45		C REC DO PENTEADO	5:16.84
11	Rui Martins (X)	1973	M 45		A D C C J CLARK	5:47.26
DNS	Luís Silva	1977	M 45		G D C GUILHOVAI	x

Comprimento M55 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Luís Inocêncio	1968	M 55		A C R SRA DESTERRO	5.07	4.48	0.80	4.78	0.70	4.92	0.10	5.07	2.30
2	Artur Saldanha	1968	M 55		RUNRIVER - RIO TINTO	4.35	4.23	0.10	4.03	0.50	4.35	1.40	4.11	1.00
3	Giuseppe Baldassarre	1966	M 55	ITA	C VETERANOS COIMBRA	4.17	X		2.84	0.50	-		4.17	2.00
4	António Rodrigues	1965	M 55		A C R SRA DESTERRO	3.75	3.75	0.10	3.28	1.90	3.69	0.10	3.59	0.70
5	Fernando Santos	1965	M 55		AMCR FONTE GRADA	3.20	3.20	0.10	X		2.82	0.10	X	
6	Vasco Araújo	1964	M 55		C VETERANOS COIMBRA	3.18	3.07	0.40	X		3.18	0.20	3.16	1.40
7	Manuel Figueiredo (X)	1965	M 55		A FIGUEIREDO RUNNERS	2.10	2.10	0.10	-		-		-	
DNS	Fernando Figueiredo	1964	M 55		A FIGUEIREDO RUNNERS		x							

1500m M40 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	César Miranda	1981	M 40		C D C NAVAIS	4:34.58
2	Manuel Bessa	1978	M 40		F C PENAFIEL	4:41.88
3	Nelson Moura	1982	M 40		INGLESES F C	4:51.93
4	Miguel Sequeira	1982	M 40		LINDA-A-PASTORA S C	5:06.09
5	Jorge Fontes	1981	M 40		C D C NAVAIS	5:12.76
6	Virgílio Vieira (X)	1978	M 40		NASCIDOS PARA CORRER	5:29.05
7	Vítor Rodrigues (X)	1982	M 40		CLUBE DESP DA PÓVOA	5:30.11
8	Jacinto Rodrigues (X)	1979	M 40		C D C NAVAIS	5:48.18
DNS	Nelson Carvalhosa	1979	M 40		S C SALGUEIROS	x
DNS	Eládio Valente	1981	M 40		C REC DO PENTEADO	x
DNS	Hernani Furtado	1979	M 40		S C ESPINHO	x
DNS	Joaquim Pinheiro	1981	M 40		F C PENAFIEL	x

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Nuno Miguel Costa	1981	M 40		C D S SALVADOR CAMPO	4:16.42
2	Mihail Lalev	1982	M 40		M JUVENTUDE MERELIM	4:18.12
3	António Carvalho	1979	M 40		ASS MONDIM ATLETISMO	4:19.95
4	Jorge Neto	1982	M 40		N BARROSAS AMADOR	4:22.66
5	Miguel Maia	1979	M 40		A C PÓVOA DE VARZIM	4:30.13
6	João Silva	1980	M 40		C ATLETISMO DE OVAR	4:32.37
7	Frederico Lázaro	1979	M 40		C F OS BELENENSES	4:38.43
8	Helder Carminé	1979	M 40		A NATUREZA ENSINA	4:44.22
9	Nuno Silva	1978	M 40		C DESP FEIRENSE	4:45.41
10	Ramiro Ribeiro	1980	M 40		N BARROSAS AMADOR	4:54.54
11	Agostinho Figueiredo	1979	M 40		A FIGUEIREDO RUNNERS	4:58.39
12	Sérgio Assis	1978	M 40		GRUPO DESP PAVIA	5:03.10
DNS	Tony Calvo	1981	M 40		ESCOLA DO MOVIMENTO	x

Comprimento M50 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Ernesto Pinto	1971	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	5.57
2	Carlos Costa	1970	M 50		A NATUREZA ENSINA	4.89
3	João Simão	1968	M 50		AAACRO POMBAL	4.81
4	João Carvalho	1973	M 50		DURIUS AC PESQUEIRA	4.70
5	Luís Ferreira	1973	M 50		C F OS BELENENSES	4.61
6	Reinaldo Fernandes	1970	M 50		C F OS BELENENSES	4.58
7	Jorge Santos	1971	M 50		ASSOCIAÇÃO GDAK	4.24

Comprimento M40 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Lenine Cunha	1982	M 40		C F OLIVEIRA DOURO	5.74

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Benjamim Eusébio	1981	M 40		C D C NAVAIS	4.07

Comprimento M35 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Sérgio F Silva	1985	M 35		A C R SRA DESTERRO	6.61	X		6.61	1.30	X		6.50	2.20
2	Orest Bulak	1984	M 35	UKR	C D AREIAS S. JOÃO	6.52	6.21	1.50	6.46	1.10	6.52	0.60		
3	Marcos Caldeira	1988	M 35		MAIA A C	6.48	6.29	0.10	X		6.37	0.90	6.48	2.10
4	Leonel Rosado	1986	M 35		ACADEMIA DE VALDEVEZ	5.85	X		5.14	0.10	5.62	1.50	5.85	2.20
5	Tiago Silva	1984	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	4.60	X		4.60	2.00	X		4.50	2.50
6	João Parente	1987	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	4.39	4.39	0.10	3.90	2.60	3.81	1.60		
7	Rui Martins	1985	M 35		GRUPO DESP PAVIA	4.10	-		X		4.10	0.10	4.07	2.50

Martelão M45 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Rui Figueira	1974	M 45		JUV DESP ALMANSOR	10.91	10.08	10.91	X	X
2	Sérgio Gregório	1975	M 45		AMCR FONTE GRADA	6.64	6.64	X	5.84	6.52
DNS	Hélder Silva	1977	M 45		C F OLIVEIRA DOURO		x			

Martelão M40 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	José Alberto Silva	1978	M 40		C D C NAVAIS	8.84	8.84	X	X	X
2	Pedro Martins	1981	M 40		C R D SANTALUZIENSE	8.06	8.04	X	7.00	8.06
3	Benjamim Eusébio	1981	M 40		C D C NAVAIS	6.92	6.92	X	X	6.68
4	Nuno Monteiro (X)	1980	M 40		OLÍMPICO VIANENSE	6.58	6.58	X	6.13	X

Martelão M35 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Tiago Leitão	1987	M 35		C BENFICA ABRANTES	11.71	11.71	10.77	11.59	10.91
2	Paulo Patrício (X)	1985	M 35		N D CULTURAL ODEMIRA	6.65	5.99	6.65	X	5.69

1500m M35 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Jorge Santos	1984	M 35		F C PENAFIEL	4:25.94
2	Rodolfo Vilela	1988	M 35	BRA	C F OS BELENENSES	4:28.40
3	Ricardo Fernandes	1986	M 35		ASS ACAD COIMBRA	4:34.03
4	Filipe Correia	1983	M 35		A NATUREZA ENSINA	4:48.83
5	Rui Milagaia	1985	M 35		C BENFICA ABRANTES	4:50.17
6	Tiago Ferreira	1984	M 35		C ATLETISMO DE OVAR	4:57.27
DNS	António Silva	1983	M 35		G D C CODAL	x
DNS	Rui Pedro Gala	1988	M 35		GRECAS - VAGOS	x
DNS	Roland Sousa	1983	M 35		G D C CODAL	x
DNS	Gonçalo Lopes	1984	M 35		C BENFICA ABRANTES	x
DNF	Paulo Costa	1983	M 35		S S C MUNICIPAL OVAR	x

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Ricardo Paixão	1986	M 35		BEJA ATLÉTICO CLUBE	4:07.30
2	António Silva	1987	M 35		A C R SRA DESTERRO	4:09.69
3	Fernando Lemos	1983	M 35		GRECAS - VAGOS	4:12.94
4	Tiago Graça	1987	M 35		RUN TEJO-PREV.SPRAIN	4:14.99
5	Bruno Gonçalves	1987	M 35		C A MARINHA GRANDE	4:16.58
6	Tiago Correia	1986	M 35		C ATLETISMO DE SEIA	4:20.41

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
7	André Adriano	1984	M 35		C ATLETISMO DE OVAR	4:20.78
8	Sérgio Paiva	1987	M 35		C ATLETISMO DE OVAR	4:25.02
9	Rui Martins	1985	M 35		GRUPO DESP PAVIA	4:33.39
DNS	André Alves	1986	M 35		C F OS BELENENSES	x
DNS	Jorge Cubal	1987	M 35		G D C GUILHOVAI	x

3000m Marcha F70 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Maria Mendes	1951	M 70		C A GALINHEIRAS	18:09.28

3000m Marcha F65 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Filomena Moura	1957	M 65		1º DEZEMBRO QUEIJAS	21:04.85
2	Maria Henriques	1958	M 65		C REC DO PENTEADO	21:50.16
3	Céu Leitão	1956	M 65		G D S DOMINGOS	26:13.34

3000m Marcha F60 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Helena Rodrigues	1960	M 60		C ATLETISMO TUNES	21:52.82
2	Teresa Medeiros	1960	M 60		G D S DOMINGOS	24:44.38

3000m Marcha F55 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Lídia Pereira	1967	M 55		GRECAS - VAGOS	17:14.76
2	Paula Maurício	1965	M 55		G D S DOMINGOS	20:14.60
3	Teresa Mendes	1964	M 55		C VETERANOS COIMBRA	20:24.54

3000m Marcha F50 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Júlia Sousa	1969	M 50		E ATLETISMO TROFA	16:33.90
2	Filipa Morgado	1973	M 50		C REC DO PENTEADO	18:25.69
3	Ana Macedo	1972	M 50		U A POVOENSE	18:51.33
4	Maria Fátima Costa	1971	M 50		C A GALINHEIRAS	19:53.98
5	Natália Santos	1970	M 50		S S T S JOÃO MADEIRA	22:43.47

Martelão M65 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Fernando Ribeiro	1956	M 65		C VETERANOS COIMBRA	10.39	9.68	X	10.39	-
2	Vítor Saraiva	1956	M 65		C VETERANOS COIMBRA	7.27	7.27	X	7.12	7.04
3	Reinaldo Vieira	1955	M 65		C VETERANOS COIMBRA	6.78	6.16	6.78	X	-
4	António Domingos (X)	1958	M 65		C F OS BELENENSES	6.60	5.29	6.60	6.05	-

3000m Marcha F45 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Sandra Silva	1975	M 45		A C PÓVOA DE VARZIM	15:46.45
2	Sandra Campos	1977	M 45		C SPIRIDON DE GAIA	17:52.58
3	Sandra Leitão	1975	M 45		A D R E PALHAÇA	18:39.56
4	Matilde Morgado	1976	M 45		G D S DOMINGOS	18:56.83
5	Ana Costa	1977	M 45		C REC DO PENTEADO	20:31.96



Martelão M60 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Augusto Cavaleiro	1961	M 60		C P T SOBRAL CEIRA	18.56	17.77	X	X	18.56
2	Carlos Cunha	1962	M 60		N D JUV LARANJEIRO	10.63	X	X	9.06	10.63
3	Fonseca Antunes	1960	M 60		S U OPERÁRIA VAIS	8.72	8.72	X	8.33	-

3000m Marcha F40 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Felicidade Rosa	1979	M 40		G D S DOMINGOS	16:03.23
2	Marisa Pereira	1980	M 40		CLUBE DESP DA PÓVOA	16:08.97
3	Elisabete Silva	1979	M 40		C REC DO PENTEADO	17:36.74
4	Tânia Lima	1979	M 40		C REC DO PENTEADO	20:14.18
5	Sónia Monteiro	1980	M 40		A CLUBE ALFENENSE	20:30.27
6	Cátia Rodrigues	1980	M 40		C REC DO PENTEADO	20:56.20
7	Susana Silva	1980	M 40		S S T S JOÃO MADEIRA	21:32.74
8	Ana Santos (X)	1979	M 40		C VETERANOS COIMBRA	25:29.37

Martelão M55 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Paulo Cavaleiro	1964	M 55		A R CASAENSE - EAC	8.51	8.26	X	X	8.51
2	Henrique Santos	1965	M 55		GRUPO DESP DIANA	8.13	7.79	X	8.13	X
3	António Fidalgo (X)	1966	M 55		CRC DESP LUZENSE	6.58	X	X	6.42	6.58
4	Joaquim Pereira (X)	1968	M 55		C F OLIVEIRA DOURO	6.38	6.35	X	X	6.38
DNS	Manuel Figueiredo	1965	M 55		A FIGUEIREDO RUNNERS		x			
DNS	Fernando Ribeiro	1966	M 55		RUNRIVER - RIO TINTO		x			

3000m Marcha F35 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Helena Miranda	1985	M 35		A C R SRA DESTERRO	17:49.27

Martelão M50 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Luís Dias	1970	M 50		C F OS BELENENSES	14.30	14.30	13.96	X	13.44
2	Aristides Pestana	1971	M 50		A C R SRA DESTERRO	13.96	12.81	13.96	X	X
3	Armindo Pestana	1971	M 50		A C R SRA DESTERRO	11.90	11.90	X	11.50	X
4	José Teixeira	1970	M 50		J O MONTE ABRAÃO	10.83	10.83	X	9.86	-
5	José Rocha	1971	M 50		GRECAS - VAGOS	10.52	10.52	10.16	9.45	X
6	Reinaldo Fernandes	1970	M 50		C F OS BELENENSES	9.56	8.07	8.94	9.56	-
7	Ricardo Barbosa	1971	M 50		A D C C J CLARK	8.56	8.56	7.85	-	-
8	Luís Gomes	1970	M 50		AMCR FONTE GRADA	8.40	8.40	7.85	7.43	
9	Adelino Oliveira	1968	M 50		C BENFICA ABRANTES	7.49	7.49	6.94	-	-
10	José Fernandes (X)	1973	M 50		C F OS BELENENSES	5.97	5.97	X	-	-

3000m Marcha M80 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Auspício Fernandes	1942	M 80		C F OLIVEIRA DOURO	24:05.80

3000m Marcha M70 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Carlos Alfaiate (X)	1953	M 70		C BENFICA ABRANTES	33:28.09

3000m Marcha M65 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	José Oliveira	1957	M 65		G D ATOUGUIENSE	18:44.75
2	Joaquim Leitão	1956	M 65		G D S DOMINGOS	19:26.47
3	José Piçarra	1956	M 65		C BENFICA ALGUEIRÃO	21:42.67
4	Francisco Mimoso	1957	M 65		C A GALINHEIRAS	22:22.98

3000m Marcha M60 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	João Rodrigues	1959	M 60		C ATLETISMO TUNES	17:51.06
2	Gonçalo Rebelo	1958	M 60		G D S DOMINGOS	19:43.00
DNS	Francisco Reis	1960	M 60		1º DEZEMBRO QUEIJAS	x

3000m Marcha M55 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Pedro Martins	1968	M 55		A C R SRA DESTERRO	15:07.77
2	Henrique Lavos	1966	M 55		C REC DO PENTEADO	15:33.32
3	Aurélio Costa	1968	M 55		A CLUBE ALFENENSE	16:04.17
4	Francisco Mateus	1965	M 55		A CLUBE ALFENENSE	16:49.96
DNS	Henrique Santos	1965	M 55		GRUPO DESP DIANA	x

3000m Marcha M50 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Augusto Cardoso	1970	M 50		A C R SRA DESTERRO	13:55.76
2	Paulo Cunha	1969	M 50		C S S JOÃO MADEIRA	14:30.18
3	Luís Silva	1970	M 50		ASS ACAD COIMBRA	14:36.71
4	Luís Bidarra	1971	M 50		C ATLETISMO DE SEIA	15:03.08
5	Jaime Santos	1972	M 50		GRECAS - VAGOS	15:16.24

3000m Marcha M45 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Luís Gil	1975	M 45		G DESP ESTREITO	13:50.94
2	Luís Sousa	1974	M 45		S U OPERÁRIA VAIS	15:28.15
3	Fernando Ferreira	1973	M 45		A CLUBE ALFENENSE	15:29.35
4	Hélder Ribeiro	1976	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	15:43.48

3000m Marcha M40 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Manuel Marques	1978	M 40		A C D JARDIM SERRA	13:49.37
2	Ricardo Vendeira	1981	M 40		Individual	15:12.69
3	Rui Guerreiro	1982	M 40		A D CULT DE TUNES	15:36.14
4	João Rolo	1981	M 40		C REC DO PENTEADO	15:38.52

3000m Marcha M35 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Ruben Macedo	1987	M 35		A D CULT DE TUNES	14:19.24
2	Flávio Ramalho	1984	M 35		C REC DO PENTEADO	14:44.07
3	Vítor Hugo Candeias	1983	M 35		C REC DO PENTEADO	15:24.21

4x100m F55 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
DNF	CLUVE		ND		C VETERANOS COIMBRA		Emília Nunes-2279-MASTER	Isabel Costa-2283-MASTER	Teresa Mendes-2302-MASTER	Manuela Gil-2293-MASTER

4x100m F50 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	CFB		ND		C F OS BELENENSES	1:08.26	Michele Correia-2218-MASTER	Carla Pedrosa-2195-MASTER	Anabela Ferreira-2187-MASTER	Ana Passos-2189-MASTER
2	UAP		ND		U A POVOENSE	1:20.53	Elisa Sampaio-2611-MASTER	Ana Macedo-2608-MASTER	Celestina Magalhães-2610-MASTER	Zulmira Rodrigues-2618-MASTER

4x100m F45 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	ESCMOV		ND		ESCOLA DO MOVIMENTO	1:01.41	Isabel Ferreira-2360-MASTER	Fernanda Borges-2357-MASTER	Bárbara Moreira-2350-MASTER	Ana Cerqueira-2349-MASTER
2	LPSC		ND		LINDA-A-PASTORA S C	1:12.15	Ana Almeida-2501-MASTER	Goreti Borges-2504-MASTER	Sónia Sequeira-2509-MASTER	Ana Letra-2503-MASTER
3	CBA-S		ND		C BENFICA ABRANTES	1:13.97	Filipa Lopes-2121-MASTER	Paula Varelas-2126-MASTER	Vera Martins-2132-MASTER	Flora Carrilho-2122-MASTER

4x100m F40 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	CFB		ND		C F OS BELENENSES	1:02.74	Sónia Freitas-2234-MASTER	Mónica Miler-2219-MASTER	Elsa Bruxelas-2197-MASTER	Paula Fernandes-2222-MASTER
2	CLAC		ND		C L A COMPETIÇÃO	1:10.87	Mª Fátima Carrelo-2266-MASTER	Mónica Ventura-2268-MASTER	Ana Abegão-2260-MASTER	Teresa Ventura-2269-MASTER
3	ADCCJC		ND		A D C C J CLARK	1:11.38	Marta Sousa-1985-MASTER	Elisabete Barbosa-1981-MASTER	Manuela Rodrigues-1984-MASTER	Adélia Tavares-1979-MASTER
4	CRDP		ND		C REC DO PENTEADO	1:12.83	Maria Henriques-2327-MASTER	Elisabete Silva-2318-MASTER	Filipa Morgado-2319-MASTER	Tânia Lima-2330-MASTER
5	CFOD		ND		C F OLIVEIRA DOURO	1:22.17	Delfina Silva-2245-MASTER	Adília Fernandes-2237-MASTER	Ana Pereira-2239-MASTER	Sónia Eusébio-2256-MASTER
6	CLUVE		ND		C VETERANOS COIMBRA	1:26.55	Paula Henriques-2297-MASTER	Nilza Ribeiro-2296-MASTER	Helena Carvalho-2282-MASTER	Ana Santos-2274-MASTER

4x100m F35 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	CFOD		ND		C F OLIVEIRA DOURO	59.23	Isabel Gama-2250-MASTER	Carla Machado-2243-MASTER	Sandra Borges-2255-MASTER	Cláudia Vilarinho-2244-MASTER
2	GRECAS		ND		GRECAS - VAGOS	61.34	Tânia António-2462-MASTER	Luísa Marques-2451-MASTER	Carla Reis-2439-MASTER	Isabel Parracho-2443-MASTER

4x100m M70 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	CLUVE		ND		C VETERANOS COIMBRA	1:09.87	João Travessa-2286-MASTER	Vitor Mendes-2305-MASTER	José Marques-2289-MASTER	Bento Baptista-2277-MASTER
2	CLAC		ND		C L A COMPETIÇÃO	1:29.60	Manuel Maia-2267-MASTER	Joaquim Ventura-2265-MASTER	António Paixão-2261-MASTER	João Joaquim-2264-MASTER



4x100m M65 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	CLUVE		ND		C VETERANOS COIMBRA	1:08.52	Alberto Nunes-2270-MASTER	Fernando Ribeiro-2280-MASTER	Rui Silva-2300-MASTER	João Catalão-2285-MASTER

4x100m M60 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	ESCMOV		ND		ESCOLA DO MOVIMENTO	56.93	Carlos Pereira-2353-MASTER	Carlos Ferreira-2352-MASTER	Luis Guimarães-2361-MASTER	Daniel Monteiro-2354-MASTER

4x100m M55 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	CFOD		ND		C F OLIVEIRA DOURO	1:14.96	Auspício Fernandes-2242-MASTER	Joaquim Pereira-2252-MASTER	Anselmo Moreira-2241-MASTER	Domingos Pinto-2246-MASTER
2	CLUVE		ND		C VETERANOS COIMBRA	1:16.87	Giuseppe Baldassarre-2281-MASTER	Jorge Carvalho-2288-MASTER	José Ribeiro-2291-MASTER	Marcelo Ribeiro-2295-MASTER

4x100m M50 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	CFB		ND		C F OS BELENENSES	56.53	Jorge Madureira-2207-MASTER	Fernando Santos-2199-MASTER	António Domingos-2192-MASTER	Reinaldo Fernandes-2225-MASTER
2	CBA-S		ND		C BENFICA ABRANTES	72.28	Paulo Baptista-2127-MASTER	Carlos Alfaiate-2115-MASTER	Ernesto Heitor-2118-MASTER	Adelino Oliveira-2114-MASTER

4x100m M45 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	ESCMOV		ND		ESCOLA DO MOVIMENTO	47.62	Miguel Nascimento-2366-MASTER	Eugenio Costa-2356-MASTER	Ernesto Pinto-2355-MASTER	Fernando Pereira-2358-MASTER
2	CFB		ND		C F OS BELENENSES	49.32	Selwin Wever-2233-MASTER	Ricardo Carvalho-2226-MASTER	Paulo Custódio-2223-MASTER	Horácio Oliveira-2203-MASTER
3	CFOD		ND		C F OLIVEIRA DOURO	59.31	Américo Pereira-2238-MASTER	Manuel Silva-2254-MASTER	Hélder Ribeiro-2248-MASTER	Francisco Marques-2247-MASTER
DNF	CRDP		ND		C REC DO PENTEADO	x	Nuno Pais E Silva-2328-MASTER	Henrique Lavos-2322-MASTER	Paulo Jesus-2329-MASTER	Jorge Silva-2326-MASTER

4x100m M40 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4	
1	GM1DQ		ND		1º DEZEMBRO QUEIJAS	51.59	Marco Veloso-2433-MASTER	José Ferreira-2430-MASTER	José Pereira-2431-MASTER	Artur Cota-2424-MASTER	
2	GDRCP		ND		GDRCP PONTERROLENSE	54.62	Humberto Bernardes-2402-MASTER	Pedro Antunes-2407-MASTER	Joaquim Leal-2403-MASTER	Pedro Porfírio-2408-MASTER	
99999	CFB		ND		C F OS BELENENSES	x (Regra 27.4)	Alexandre Pedrosa-2186-MASTER	Frederico Lázaro-2200-MASTER	Ricardo Santos-2227-MASTER	Pedro Correia-2224-MASTER	Avelino Soares-2193-MASTER
DNS	AFR F		ND		A FIGUEIREDO RUNNERS	x	Agostinho Figueiredo-2005-MASTER	Joaquim Lopes-2008-MASTER	Vitor Figueiredo-2010-MASTER	Manuel Figueiredo-2009-MASTER	



4x100m M35 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	CFOD		ND		C F OLIVEIRA DOURO	50.60	Lenine Cunha-2253-MASTER	Tiago Silva-2258-MASTER	André Assunção-2240-Parente-2251-MASTER	João Parente-2251-MASTER
2	GRECAS		ND		GRECAS - VAGOS	51.66	José Carlos Marques-2446-MASTER	Vitor Santos-2463-MASTER	Rui Pedro Gala-2457-MASTER	Luís Jesus-2452-MASTER
3	CRDP		ND		C REC DO PENTEADO	55.29	Nuno Pais E Silva-2328-MASTER	Vitor Hugo Candeias-2331-MASTER	Flávio Ramalho-2321-MASTER	Eládio Valente-2317-MASTER
4	CFB		ND		C F OS BELENENSES	57.54	Rodolfo Vilela-2229-MASTER	Nuno Queija-2220-MASTER	Luís Palma-2217-MASTER	Rui Avelans Coelho-2231-MASTER
5	CBA-S		ND		C BENFICA ABRANTES	58.85	Rui Milagaia-2129-MASTER	Pedro Silva-2128-MASTER	Gonçalo Lopes-2123-MASTER	Joel Martins-2125-MASTER

4x400m - Mistas V45 | MASTER - T | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	CLUVE		ND		C VETERANOS COIMBRA	7:26.25	Sara Martins-2301-MASTER	José Ribeiro-2291-MASTER	Manuela Gil-2293-MASTER	Marcelo Ribeiro-2295-MASTER

4x400m - Mistas V40 | MASTER - T | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	GM1DQ		ND		1º DEZEMBRO QUEIJAS	5:06.71	Nelson Tembe-2435-MASTER	Rute Pires Queiroz-2436-MASTER	José Ferreira-2430-MASTER	Marisa Costa-2434-MASTER

4x400m - Mistas V35 | MASTER - T | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	ACRSD		ND		A C R SRA DESTERRO	4:34.66	João Paulo Ferreira-1965-MASTER	Tânia Cruz-1972-MASTER	António Silva-1958-MASTER	Sabina Neca-1970-MASTER
2	GJVP		ND		G JUV VILA DE PUNHE	5:08.96	Sérgio Lima-2422-MASTER	João Cerqueira-2421-Branco-2420-MASTER	Filipa Branco-2420-MASTER	Andreia Branco-2418-MASTER

Disco M45 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4	5
1	Nuno Serra	1974	M 45		C P T SOBRAL CEIRA	32.43	32.43	X	29.84	29.91	
2	Francisco Fachada	1977	M 45		ASS ACAD COIMBRA	28.12	24.95	26.51	27.29	28.12	
3	Hélder Silva	1977	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	23.26	22.90	23.26	21.44	19.91	
4	Sérgio Gregório	1975	M 45		AMCR FONTE GRADA	20.03	17.82	17.57	20.03	19.66	
5	Manuel Valente	1975	M 45		A C D DE CESAR	18.12	17.87	X	18.12	16.43	
6	Carlos Ferreira	1975	M 45		S C ESPINHO	16.94	16.27	X	16.94	14.92	
7	Nuno Pais E Silva (X)	1976	M 45		C REC DO PENTEADO	14.10	10.79	X	14.10	13.92	13.92
8	Manuel Silva (X)	1975	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	12.54	12.54	X	10.28	10.21	
99999	Hélder Ribeiro (X)	1976	M 45		C F OLIVEIRA DOURO			x			

3000m F70 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Marília Cavaco	1950	M 70		C DESP QUARTEIRA	14:27.87
99999	Maria Mendes (X)	1951	M 70		C A GALINHEIRAS	x

3000m F65 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Vanda Augusto	1954	M 65		A NATUREZA ENSINA	16:03.90



Disco M40 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Filipe Vital E Silva	1983	M 40		C S S JOÃO MADEIRA	51.06	49.64	50.65	51.06	X
2	Bruno Martins	1982	M 40		A C R SRA DESTERRO	33.88	26.36	33.88	30.17	31.04
3	Nelson Martinho	1979	M 40		AMCR FONTE GRADA	30.87	X	23.56	30.87	X
4	Carlos Lopes	1980	M 40		C DESP QUARTEIRA	30.80	30.80	29.79	27.65	27.57
5	José Alberto Silva	1978	M 40		C D C NAVAIS	28.12	X	25.76	28.12	X
6	Sérgio Cipriano	1978	M 40		AMCR FONTE GRADA	27.99	X	X	27.99	27.73
7	Benjamim Eusébio (X)	1981	M 40		C D C NAVAIS	16.37	16.37	X	X	13.53

3000m F60 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Lucília Soares	1962	M 60		INGLESSES F C	12:20.71
2	Fátima Dantas	1962	M 60		G JUV VILA DE PUNHE	12:25.89
3	Anabela Pereira	1960	M 60		A NATUREZA ENSINA	13:36.26

Disco M35 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Vítor Rodrigues	1984	M 35		C ATLETISMO DE SEIA	43.25	35.02	X	43.25	X
2	Juan Pinho	1986	M 35		GRECAS - VAGOS	29.32	29.32	29.25	27.18	X
3	Ernesto Santos	1983	M 35		C A MARINHA GRANDE	27.94	23.47	27.94	X	24.72
4	Paulo Patrício	1985	M 35		N D CULTURAL ODEMIRA	21.49	21.49	21.16	18.29	X
5	Tiago Silva	1984	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	19.93	18.18	18.44	19.93	19.33
6	Rui Martins (X)	1985	M 35		GRUPO DESP PAVIA	14.54	X	14.54	14.29	12.56

3000m F55 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Rosa Trancoso	1968	M 55		AC FERNANDA RIBEIRO	11:43.79
2	Lídia Pereira	1967	M 55		GRECAS - VAGOS	12:18.85
3	Chantal Xhervelle	1968	M 55	BEL	A NATUREZA ENSINA	12:33.77
4	Delfina Rompante	1964	M 55		A FIGUEIREDO RUNNERS	13:07.72
5	Kim Howes	1964	M 55	GBR	C VETERANOS COIMBRA	13:26.68
6	Maria Vale	1967	M 55		VIRIATHVS RUNNERS	13:46.32
7	Zulmira Rodrigues	1966	M 55		U A POVOENSE	14:17.95
8	Ana Pereira	1967	M 55		C F OLIVEIRA DOURO	14:33.86
99999	Teresa Mendes (X)	1968	M 55		C BENFICA ABRANTES	x

Dardo F45 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Cristina Falé	1977	M 45		ASSOCIAÇÃO GDAK	20.35	20.35	X	X	X
2	Filipa Lopes	1978	M 45		C BENFICA ABRANTES	20.23	18.29	20.15	19.31	20.23
3	Sónia Sequeira	1975	M 45		LINDA-A-PASTORA S C	16.99	14.50	16.12	15.15	16.99
4	Graça Costa (X)	1977	M 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	13.71	13.71	11.50	13.59	13.67
5	Catarina Gonçalves (X)	1977	M 45		C L A COMPETIÇÃO	13.23	12.82	13.23	10.20	12.58
6	Patrícia Silva (X)	1978	M 45		A C D DE CESAR	12.19	X	12.19	11.86	X
99999	Susana Vasconcelos (X)	1977	M 45		RUNRIVER - RIO TINTO	x				

Dardo F40 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Carina Pinto	1981	M 40		C DESP C+S LAVRA	27.97	25.84	27.97	25.83	23.67
2	Susana Flores	1981	M 40		A D R E PALHAÇA	26.37	26.37	26.03	24.66	25.25
3	Carla Ferreira	1978	M 40		A C D DE CESAR	18.35	X	18.35	17.30	
4	Olga Neves	1978	M 40		ESCOLA DO MOVIMENTO	16.50	X	14.30	X	16.50

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
5	Tânia Lima (X)	1979	M 40		C REC DO PENTEADO	11.41	10.29	10.67	11.41	X
6	Cátia Rodrigues (X)	1980	M 40		C REC DO PENTEADO	10.71	9.22	8.82	9.79	10.71
99999	Tatiana Aguiar (X)	1979	M 40	BRA	C F OLIVEIRA DOURO		x			

Dardo F35 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Luísa Marques	1985	M 35		GRECAS - VAGOS	24.95	24.70	24.01	19.09	24.95
2	Joana Silva	1984	M 35		CLUBE DESP DA PÓVOA	16.86	15.40	X	16.86	14.79
3	Lídia Ferreira (X)	1985	M 35		CALDAS SÃO JORGE S C	13.96	12.75	13.96	11.58	13.71

3000m F50 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Elisabete Gomes	1972	M 50		C BENFICA T VEDRAS	11:21.99
2	Carla Mendes	1971	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	11:47.59
3	Manuela Gonçalves	1970	M 50		C P T SOBRAL CEIRA	12:32.35
4	Ana Rosário	1972	M 50		A NATUREZA ENSINA	13:01.24
5	Fernanda Gil	1969	M 50		INGLESES F C	13:03.82
6	Susana Sobral	1972	M 50		C DESP QUARTEIRA	15:18.32
7	Susana Duarte	1971	M 50		S S T S JOÃO MADEIRA	15:57.24
99999	Anjos Moreira (X)	1972	M 50		GRUPO DESP DIANA	x
99999	Florinda Fernandes (X)	1969	M 50		C A MAZAREFES	x
99999	Suzete Marco (X)	1972	M 50		GRECAS - VAGOS	x

3000m F45 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Estela Melo	1976	M 45		U DESP DA VÁRZEA	10:30.75
2	Sabina Neca	1976	M 45		A C R SRA DESTERRO	11:18.70
3	Ana Eustáquio	1978	M 45		C P T SOBRAL CEIRA	11:29.88
4	Cristina Pedro	1977	M 45		C BENFICA ABRANTES	11:54.26
5	Elsa Miranda	1978	M 45		A NATUREZA ENSINA	11:54.71
6	Antónia Jordão	1977	M 45		A NATUREZA ENSINA	12:06.93
7	Sónia Neves	1975	M 45		INGLESES F C	12:09.64
8	Guilhermina Rebola	1974	M 45		GRUPO DESP DIANA	12:45.06
9	Marta Mendes	1975	M 45		ESCOLA DO MOVIMENTO	12:58.73
10	Rute Pires Queiroz	1975	M 45		1º DEZEMBRO QUEIJAS	13:03.22
11	Ana Almeida	1977	M 45		LINDA-A-PASTORA S C	13:08.69
12	Dora Serra	1975	M 45		A R CASAENSE - EAC	13:13.49
13	Paula Simões	1974	M 45		A NATUREZA ENSINA	14:38.42

Triplo M55 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Jorge Silva Santos	1966	M 55		S C BEIRA-MAR	10.26	10.08	0.10	10.08	1.10	10.13	1.10	10.26	0.40
2	Artur Saldanha	1968	M 55		RUNRIVER - RIO TINTO	9.03	8.81	0.10	8.80	0.80	8.87	1.40	9.03	1.10
3	Vasco Araújo	1964	M 55		C VETERANOS COIMBRA	7.15	X		7.15	0.20	-		-	

Triplo M50 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Eugenio Costa	1969	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	10.81	10.22	0.10	10.60	1.90	10.68	2.00	10.81	1.90
2	Miguel Carvalho	1969	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	10.42	9.68	0.10	9.93	1.20	10.42	0.80	10.16	0.10
3	Carlos Eusébio	1972	M 50		C D C NAVAIS	9.54	8.15	0.30	8.39	0.20	8.64	0.10	9.54	1.60
4	Reinaldo Fernandes	1970	M 50		C F OS BELENENSES	9.22	8.64	1.30	8.87	0.20	9.04	0.20	9.22	0.10
NM	Jorge Santos (X)	1971	M 50		ASSOCIAÇÃO GDAK	x	X		-		X		X	
DNS	João Carvalho (X)	1973	M 50		DURIUS AC PESQUEIRA	x								

Triplo M45 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Selwin Wever	1974	M 45		C F OS BELENENSES	11.72	11.44	0.10	11.72	1.20	-		X	
2	Francisco Marques	1977	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	10.54	10.47	0.10	10.38	1.00	10.54	2.00	10.26	2.30
3	Paulo Custódio	1976	M 45		C F OS BELENENSES	8.51	8.31	0.10	8.43	0.10	7.99	0.10	8.51	0.90

Triplo M40 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Lenine Cunha	1982	M 40		C F OLIVEIRA DOURO	11.47	11.14	0.10	11.47	1.30	-		-	
2	Agostinho Figueiredo	1979	M 40		A FIGUEIREDO RUNNERS	8.19	7.55	0.10	7.84	0.10	7.83	2.00	8.19	1.60
3	Benjamim Eusébio	1981	M 40		C D C NAVAIS	8.18	7.79	0.10	8.18	0.10	X		-	

Triplo M35 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Marcos Caldeira	1988	M 35		MAIA A C	14.65	14.03	0.10	14.60	0.90	14.65	1.60	X	
2	Orest Bulak	1984	M 35	UKR	C D AREIAS S. JOÃO	13.96	13.49	0.10	13.87	1.60	13.90	1.00	13.96	1.10
3	Leonel Rosado	1986	M 35		ACADEMIA DE VALDEVEZ	11.71	11.58	0.10	11.58	1.10	11.71	2.10		
4	Célio Khibo	1986	M 35		C I A ILHA AZUL	11.60	11.13	0.10	11.60	0.10	10.98	1.30		
5	João Parente	1987	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	9.68	X		9.07	1.30	9.59	2.10	9.68	1.50

Altura F65 | MASTER - F | Dia 2**Altura F60 | MASTER - F | Dia 2****Altura F55 | MASTER - F | Dia 2****Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	0.85	0.90	0.95	1.00	1.05	1.10	1.15
1	Elisa Sampaio	1967	M 55		U A POVOENSE	1.10	O	O	O	O	XO	O	XXX
2	Anabela Gordo	1963	M 55		C F OS BELENENSES	1.00	O	-	O	O	XXX		
3	M ^a Fátima Carrelo	1963	M 55		C L A COMPETIÇÃO	0.90	O	O	XXX				

Altura F50 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	0.85	0.90	0.95	1.00	1.05	1.10	1.15	1.20
1	Ana Guerra	1969	M 50		LINDA-A-PASTORA S C	1.20	-	-	-	-	-	O	O	XO
2	Isabel Moreira	1970	M 50		OLÍMPICO C LAGOS	1.10	-	-	-	-	O	O	-	XXX
3	Maria José Ferreira	1973	M 50		GDRC PONTERROLENSE	1.05	O	O	O	O	XXO	XXX		

Altura F45 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	0.85	0.90	0.95	1.00	1.05	1.10	1.15	1.20	1.25	1.30	1.35	1.41	1.45
1	Ana Cruz	1975	M 45		SÃO PEDRO F C FARO	1.41	-	-	-	-	-	-	-	O	O	XO	XO	XXX	
2	Carla Reis	1977	M 45		GRECAS - VAGOS	1.20	-	-	-	-	O	O	O	XXX					
3	Bárbara Moreira	1974	M 45		ESCOLA DO MOVIMENTO	1.20	O	-	-	O	-	O	O	XXO	XXX				
4	Catarina Gonçalves	1977	M 45		C L A COMPETIÇÃO	0.95	O	XXO	O	XXX									

Altura F40 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	0.85	0.90	0.95	1.00	1.05	1.10	1.15	1.20	1.25
1	Carina Pinto	1981	M 40		C DESP C+S LAVRA	1.20	-	-	-	-	-	-	O	O	XXX
1	Carla Ferreira	1978	M 40		A C D DE CESAR	1.20	-	-	-	-	-	-	O	O	XXX
3	Corinne Damas	1980	M 40		C OLÍMPICO OEIRAS	1.15	O	O	O	O	XXO	XXO	XO	XXX	
4	Sónia Eusébio	1983	M 40		C F OLIVEIRA DOURO	1.10	-	-	-	O	O	O	XXX		

Altura F35 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	0.85	0.90	0.95	1.00	1.05	1.10	1.15	1.20
1	Carla Machado	1985	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	1.20	-	-	-	-	-	O	XO	XO
2	Vanessa Pereira	1986	M 35		A NATUREZA ENSINA	1.15	O	O	O	O	O	O	XO	XXX

Altura M75 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1.20	1.25	1.30
1	Leonardo Azevedo	1946	M 75		C F OS BELENENSES	1.25	O	O	XXX

Altura M70 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	0.90	0.95	1.00	1.05	1.10	1.15
1	Marcelo Ribeiro	1953	M 70		C VETERANOS COIMBRA	1.15	O	-	-	O	O	XO
2	José Ribeiro	1951	M 70		C VETERANOS COIMBRA	1.05	XO	-	O	XXO	XXX	

Altura M65 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1.10	1.15	1.20	1.25	1.30	1.35	1.41	1.45	1.50	1.55
1	Victor Mendes	1955	M 65		C F OS BELENENSES	1.50	-	-	-	-	O	-	O	-	XO	XXX
2	Vitor Saraiva	1956	M 65		C VETERANOS COIMBRA	1.20	O	O	O	XXX						
3	Fernando Ribeiro	1956	M 65		C VETERANOS COIMBRA	1.20	O	O	XO	XXX						

Altura M60 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	0.85	0.90	0.95	1.00	1.05	1.10	1.15	1.20	1.25	1.30	1.50	1.55	1.60	1.65
1	Carlos Pereira	1963	M 60		ESCOLA DO MOVIMENTO	1.60	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	O	-	XXO	XXX
2	João Carvalhinho	1959	M 60		SPORTPONTOCOME	1.15	-	-	-	-	-	-	O	-	-	-	-	-	-	-
3	Jorge Santos	1961	M 60		OLÍMPICO C LAGOS	1.10	O	-	-	O	O	XXO	X-	XX						

3000m F40 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Ana Lourenço	1983	M 40		N D CULTURAL ODEMIRA	11:07.49
2	Paula Martins	1980	M 40		INGLESES F C	11:17.55
3	Célia Alves	1978	M 40		A R CASAENSE - EAC	11:21.61
4	Dina Oliveira	1979	M 40		A NATUREZA ENSINA	11:41.35
99999	Miriam Silva (X)	1983	M 40		VASCO DA GAMA A C	x
99999	Sónia Félix (X)	1982	M 40		RUNRIVER - RIO TINTO	x
99999	Andreia Branco (X)	1981	M 40		G JUV VILA DE PUNHE	x

3000m F35 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Tânia Cruz	1986	M 35		A C R SRA DESTERRO	11:06.66
2	Joseline Santos	1984	M 35		C BENFICA T VEDRAS	11:14.72
3	Victória Da Quintã	1988	M 35		INGLESES F C	11:28.76
4	Tania Pinto	1987	M 35		VIRIATHVS RUNNERS	11:39.02
99999	Filipa Branco (X)	1984	M 35		G JUV VILA DE PUNHE	x
99999	Andreia Jesus (X)	1985	M 35		A C R SRA DESTERRO	x

3000m M80 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	José Ferreira	1942	M 80		N D CULTURAL ODEMIRA	14:13.99



3000m M75 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Diamantino Coelho	1948	M 75		Individual	15:14.00
2	Fernando Santos (X)	1943	M 75		ATLETAS FIM SEMANA	16:19.78

3000m M70 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Fernando Chamusca	1950	M 70		A NATUREZA ENSINA	12:50.54
2	José Gomes	1953	M 70		C D C NAVAIS	12:55.74
3	José Bordalo	1952	M 70		Individual	13:25.17
4	Manuel Paiva	1950	M 70		N A DE CUCUJÃES	13:39.84
99999	Joaquim Pereira (X)	1951	M 70		C D S SALVADOR CAMPO	x

3000m M65 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Carlos Moreira	1958	M 65		ASS CORRER LISBOA	11:14.95
2	Pedro Terra	1957	M 65		S S T S JOÃO MADEIRA	11:18.58
3	Manuel Rodrigues	1954	M 65		S C ESPINHO	11:38.97
4	António Alves	1957	M 65		INDUSTRIAL VIEIRENSE	11:45.99
5	Narciso Oliveira	1957	M 65		A TEATRO CONSTRUÇÃO	12:34.95
6	António Martins	1958	M 65		ORIENTAÇÃO AVENTURA	13:03.90
7	Anselmo Moreira	1954	M 65		C F OLIVEIRA DOURO	13:15.01
8	Joaquim Almeida (X)	1958	M 65		MARATONA VILA CHÃ	14:16.60
9	Armando De Lacerda (X)	1954	M 65		GRUPO DESP DIANA	14:45.58
99999	Joaquim Figueiredo (X)	1957	M 65		C REC DO PENTEADO	x

3000m M60 | MASTER - M | Dia 2**Série 1 v = +1.3**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	António Horta	1962	M 60		CLUBE PRAÇAS ARMADA	10:13.29
2	João Veiga	1959	M 60		A NATUREZA ENSINA	10:38.95
3	Alexandre Ferreira	1962	M 60		VIZELA CORRE	10:41.87
4	José Raimundo	1962	M 60		C A MARINHA GRANDE	10:54.38
5	Vítor Figueiredo	1962	M 60		A FIGUEIREDO RUNNERS	10:59.07
6	Hermínio Martins	1958	M 60		A C R SRA DESTERRO	11:39.37
7	Jorge Paulo Morgado (X)	1961	M 60		C F OS BELENENSES	13:34.01

3000m M55 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Joaquim Figueiredo	1967	M 55		C D S SALVADOR CAMPO	9:40.26
2	Joaquim Lopes	1963	M 55		C D S SALVADOR CAMPO	10:12.05
3	Paulo Costa	1968	M 55		VIRIATHVS RUNNERS	10:13.28
4	Adelino Camacho	1968	M 55		VIP RC	10:34.33
5	Adelino Fernandes	1964	M 55		Individual	10:35.69
6	Fernando Figueiredo	1964	M 55		A FIGUEIREDO RUNNERS	10:36.71
7	João Paulo Almeida	1967	M 55		TRILHOS LUSO BUSSACO	10:47.11
8	António Patrício	1964	M 55		A D REC 4 ESTAÇÕES	10:57.82
9	Henrique Lavos	1966	M 55		C REC DO PENTEADO	11:14.49
10	Luís Oliveira	1967	M 55		A R CASAENSE - EAC	11:18.06
11	Jacinto Correia	1964	M 55		MARATONA VILA CHÃ	11:51.34

3000m M50 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Hugo Coelho	1969	M 50		Individual	9:55.93

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
2	Carlos Pagaimo	1973	M 50		S U OPERÁRIA VAIS	10:07.18
3	Armando Correia	1971	M 50		C ATLETISMO DE OVAR	10:35.26
4	Rui Cabral	1971	M 50		LINDA-A-PASTORA S C	10:37.33
5	José Gonçalves	1972	M 50		MARATONA VILA CHÁ	11:28.49
6	Hilário Espadilha	1972	M 50		GRECAS - VAGOS	11:55.97
7	Jorge Pires	1970	M 50		U A POVOENSE	11:56.50
8	Gonçalo Ferreira	1972	M 50		C F OS BELENENSES	11:59.50
9	Paulo Oliveira	1969	M 50		S C ESPINHO	12:01.79
10	José Magalhães (X)	1971	M 50		AMCR FONTE GRADA	12:20.35
99999	Carlos Monteiro (X)	1973	M 50		VIZELA CORRE	x
99999	José Silva (X)	1973	M 50		MARATONA VILA CHÁ	x

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Gil Ferreira	1971	M 50		C D S SALVADOR CAMPO	9:25.06
2	Amândio Correia	1969	M 50		RODOESTE T R M	9:33.17
3	António Costa	1969	M 50		U DESP DA VÁRZEA	9:46.22
4	Nuno Ruela	1972	M 50		C D GALGOS AUDAZES	10:02.96
5	Pedro Sarabando	1971	M 50		GRECAS - VAGOS	10:19.10
6	Carlos Carneiro	1969	M 50		CA MACEDO CAVALEIROS	10:30.42
7	Gustavo Santos	1972	M 50		C F OS BELENENSES	10:31.43
8	Augusto Cardoso	1970	M 50		A C R SRA DESTERRO	10:41.21
9	Dinis Batista	1973	M 50		C ATLETISMO DE OVAR	11:09.34
10	Armando Rodrigues	1971	M 50		A D C C J CLARK	11:24.52
11	Cesário Simões	1969	M 50		C ATLETISMO DE SEIA	11:31.69
99999	António Silva (X)	1970	M 50		NASCIDOS PARA CORRER	x
99999	António Nunes (X)	1969	M 50		ARADA ATLÉTICO CLUBE	x

Dardo F85 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Ivone Lobo	1936	M 85		C VETERANOS COIMBRA	8.87	8.24	8.38	8.85	8.87

Dardo F70 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Helena Carvalho	1950	M 70		C VETERANOS COIMBRA	11.97	11.37	11.97	X	X
2	Nilza Ribeiro	1950	M 70		C VETERANOS COIMBRA	11.50	X	9.45	11.50	10.29

Dardo F65 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Paula Martinho	1954	M 65		C VETERANOS COIMBRA	20.18	19.35	18.39	20.18	18.25
DNS	Ludovina Oliveira	1955	M 65	MOZ	C F OS BELENENSES		x			

Dardo F60 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Céu Cunha	1962	M 60		C VETERANOS COIMBRA	31.72	X	31.72	X	
2	Alice Cerqueira	1963	M 60		C VETERANOS COIMBRA	13.43	11.38	11.58	12.49	13.43
3	Ângela Castro (X)	1959	M 60		G R QUINTA DA LOMBA	9.90	9.72	9.59	9.56	9.90
4	Delfina Silva (X)	1961	M 60		C F OLIVEIRA DOURO	8.20	7.93	8.20	X	7.57
99999	Isabel Costa (X)	1962	M 60		C VETERANOS COIMBRA		x			

Dardo F55 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Ana Morais	1965	M 55		C VETERANOS COIMBRA	22.66	20.41	21.95	22.66	19.34
2	Teresa Mendes	1964	M 55		C VETERANOS COIMBRA	15.31	12.94	15.31	14.03	13.18



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
3	Adélia Tavares	1967	M 55		A D C C J CLARK	14.32	11.31	13.59	12.66	14.32
4	Clara Carrêlo	1967	M 55		C L A COMPETIÇÃO	13.43	10.46	13.43	10.26	12.19
5	Celestina Magalhães	1966	M 55		U A POVOENSE	12.60	10.29	10.57	10.92	12.60
6	Manuela Gil (X)	1967	M 55		C VETERANOS COIMBRA	12.06	9.85	11.58	12.06	X
7	Isabel Maldonado (X)	1963	M 55		G R QUINTA DA LOMBA	10.74	10.74	10.64	X	8.62
8	Teresa Morais (X)	1965	M 55		A D CULT DE TUNES	9.52	7.84	8.50	8.27	9.52

Dardo F50 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Ana Marques	1972	M 50		GDR C PONTERROLENSE	26.25	26.25	24.34	24.60	25.01
2	Isabel Moreira	1970	M 50		OLÍMPICO C LAGOS	24.26	19.73	23.76	24.26	20.97
3	Anabela Santos	1972	M 50		S S T S JOÃO MADEIRA	18.39	16.07	17.08	18.39	16.41
4	Paula Gonçalves (X)	1970	M 50		C D C NAVAIS	13.02	13.02	12.09	10.36	11.93
5	Magda Cabral (X)	1971	M 50		LINDA-A-PASTORA S C	12.95	11.85	11.67	12.95	X
6	Mónica Duarte (X)	1972	M 50		C DESP QUARTEIRA	12.86	10.50	X	12.86	12.15
7	Filipa Morgado (X)	1973	M 50		C REC DO PENTEADO	11.92	11.92	10.91	11.15	10.84
8	Ana Macedo (X)	1972	M 50		U A POVOENSE	11.78	11.78	11.03	X	10.44
9	Elisabete Barbosa (X)	1973	M 50		A D C C J CLARK	11.67	10.20	10.79	10.71	11.67
10	Susana Sobral (X)	1972	M 50		C DESP QUARTEIRA	7.02	X	7.02	6.85	6.79

Disco M55 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Rui Santiago	1967	M 55		FUNDAÇÃO SALESIANOS	31.48	X	23.81	31.48	X
2	Paulo Cavaleiro	1964	M 55		A R CASAENSE - EAC	27.55	25.10	27.55	26.23	
3	António Fidalgo	1966	M 55		CRC DESP LUZENSE	26.17	21.66	20.64	20.29	26.17
4	Vitor Pimenta	1966	M 55		ASS REC S. MIGUEL	25.90	20.75	21.35	25.20	25.90
5	Henrique Santos	1965	M 55		GRUPO DESP DIANA	21.13	21.11	21.13	20.15	21.10
6	Luís Quinta-Nova	1966	M 55		GINÁSIO C ALCOBAÇA	20.34	20.00	20.10	X	20.34
7	Joaquim Pereira	1968	M 55		C F OLIVEIRA DOURO	19.89	17.69	19.89	19.88	X
8	Jacinto Correia	1964	M 55		MARATONA VILA CHÃ	16.41	X	13.18	15.57	16.41

Disco M50 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Herédio Costa	1971	M 50		MAIA A C	47.69	44.85	X	47.69	
2	Miguel Carvalho	1969	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	36.41	35.91	X	36.41	X
3	Aristides Pestana	1971	M 50		A C R SRA DESTERRO	34.08	34.08	X	X	X
4	Armindo Pestana	1971	M 50		A C R SRA DESTERRO	30.64	30.27	X	30.64	X
5	Luís Gomes	1970	M 50		AMCR FONTE GRADA	28.64	28.12	X	28.64	X
6	Jorge Santos	1971	M 50		ASSOCIAÇÃO GDAK	28.36	28.35	25.29	27.09	28.36
7	José Teixeira	1970	M 50		J O MONTE ABRAÃO	27.31	26.01	25.73	27.31	-
8	José Rocha	1971	M 50		GRECAS - VAGOS	25.99	24.08	24.30	25.99	23.67
9	Nuno Martins	1971	M 50		GINÁSIO C ALCOBAÇA	23.91	X	23.72	23.23	23.91
10	Luís Silva	1973	M 50		C SPIRIDON DE GAIA	22.75	19.26	18.70	22.75	X
11	Paulo Baptista	1970	M 50		C BENFICA ABRANTES	22.43	22.43	20.69	21.20	20.64
12	Ricardo Barbosa	1971	M 50		A D C C J CLARK	20.54	19.05	X	20.54	-
13	Jorge Madureira	1971	M 50		C F OS BELENENSES	19.92	16.89	17.36	19.05	19.92
14	Américo Pereira	1971	M 50		C F OLIVEIRA DOURO	18.71	X	X	18.71	15.85
99999	Rui Avelans Coelho (X)	1972	M 50		C F OS BELENENSES			X		

3000m M45 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Luís Rações	1976	M 45		C A VALE DE FIGUEIRA	9:37.59
2	Joaquim Lopes	1977	M 45		A FIGUEIREDO RUNNERS	9:41.13
3	Nelson Magalhaes	1977	M 45		U DESP DA VÁRZEA	9:43.32
4	Carlos Arieiro	1974	M 45		A NATUREZA ENSINA	9:47.91

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
5	João Paulo Ferreira	1976	M 45		A C R SRA DESTERRO	9:53.64
6	Carlos Costa	1974	M 45		U DESP DA VÁRZEA	10:04.38
7	Bruno Oliveira	1976	M 45		ARADA ATLÉTICO CLUBE	10:40.35
8	Mário Cardoso	1976	M 45		C ATLETISMO DE SEIA	10:40.80
9	Pedro Silva	1974	M 45		C ATLETISMO DE OVAR	10:49.50
10	Filipe Lima	1974	M 45		ESCOLA DESP LIMIANA	11:03.14
11	Alexandre Pedrosa	1975	M 45		C F OS BELENENSES	11:07.11
12	Luís Cipriano	1973	M 45		AMCR FONTE GRADA	11:10.29
13	Luís Maia	1973	M 45		C A MARINHA GRANDE	11:12.03
14	Jorge Luís Rocha	1976	M 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	11:33.89
15	Rui Martins (X)	1973	M 45		A D C C J CLARK	12:37.16
99999	Alberto Fonte (X)	1973	M 45		RECREIO DESP ÁGUEDA	x
99999	Sílvio Guimarães (X)	1973	M 45		C D S SALVADOR CAMPO	x
99999	António Reis (X)	1974	M 45		A NATUREZA ENSINA	x
99999	Simão Santos (X)	1975	M 45		S C ESPINHO	x

3000m M40 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Nuno Miguel Costa	1981	M 40		C D S SALVADOR CAMPO	9:06.56
2	Mihail Lalev	1982	M 40		M JUVENTUDE MERELIM	9:07.51
3	Jorge Neto	1982	M 40		N BARROSAS AMADOR	9:17.26
4	António Carvalho	1979	M 40		ASS MONDIM ATLETISMO	9:36.80
5	Miguel Maia	1979	M 40		A C PÓVOA DE VARZIM	9:46.91
6	César Miranda	1981	M 40		C D C NAVAIS	9:54.93
7	João Silva	1980	M 40		C ATLETISMO DE OVAR	10:07.24
8	Frederico Lázaro	1979	M 40		C F OS BELENENSES	10:17.15
9	Nelson Moura	1982	M 40		INGLESES F C	10:20.19
10	Nuno Silva	1978	M 40		C DESP FEIRENSE	10:26.53
11	Sérgio Assis	1978	M 40		GRUPO DESP PAVIA	10:51.15
12	Eládio Valente (X)	1981	M 40		C REC DO PENTEADO	11:19.74
99999	Daniel Peixoto (X)	1982	M 40		RECREIO DESP ÁGUEDA	x
99999	Manuel Bessa (X)	1978	M 40		F C PENAFIEL	x

Triplo F70 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Helena Carvalho	1950	M 70		C VETERANOS COIMBRA	4.97	4.97	1.20	4.93	1.10	4.75	1.40	X	

Dardo M85 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	António Mateus	1935	M 85		C VETERANOS COIMBRA	12.56	10.82	10.56	11.34	12.56
2	Elvino Cruz	1934	M 85		C F OS BELENENSES	12.31	10.77	12.22	12.31	11.08

Altura M55 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1.10	1.15	1.20	1.25	1.30	1.35	1.40	1.45	1.50	1.55	1.60
1	Luís Inocêncio	1968	M 55		A C R SRA DESTERRO	1.55	-	-	-	-	-	-	O	O	O	O	XXX
2	Jose Pedro Vieira	1966	M 55		C SPIRIDON DE GAIA	1.50	-	-	-	-	O	-	O	O	O	XXX	
3	Rui Santiago	1967	M 55		FUNDAÇÃO SALESIANOS	1.50	-	-	-	-	O	-	O	XO	XXO	XXX	
4	Vasco Araújo	1964	M 55		C VETERANOS COIMBRA	1.30	O	-	XXO	XO	O	XXX					
5	Carlos Pinto	1965	M 55		C BENFICA ABRANTES	1.25	-	-	O	O	XXX						
99999	Fernando Santos (X)	1965	M 55		AMCR FONTE GRADA	SM											



Dardo M80 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Auspício Fernandes	1942	M 80		C F OLIVEIRA DOURO	17.05	13.01	16.17	17.05	13.24
2	Joaquim Carvalho	1941	M 80		C VETERANOS COIMBRA	17.04	17.04	14.20	14.95	16.50
3	Manuel Maia	1940	M 80		C L A COMPETIÇÃO	14.57	12.91	13.73	13.11	14.57
DNS	José Henriques (X)	1939	M 80		C A GALINHEIRAS		x			

Altura M50 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1.15	1.20	1.25	1.30	1.35	1.40	1.45	1.50	1.55	1.60
1	Ernesto Pinto	1971	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	1.60	-	-	-	-	-	0	0	0	0	0
2	João Simão	1968	M 50		AAACRO POMBAL	1.55	-	-	-	-	-	0	0	XO	XO	-
3	Orlando Alves	1972	M 50		C F OS BELENENSES	1.50	-	-	-	0	-	-	0	0	XXX	
4	Reinaldo Fernandes	1970	M 50		C F OS BELENENSES	1.40	-	0	-	0	0	0	XXX			
5	Rui Avelans Coelho	1972	M 50		C F OS BELENENSES	1.35	0	-	XO	0	XXO	XXX				
99999	Paulo Jesus (X)	1971	M 50		C REC DO PENTEADO	SM										
99999	Carlos Canais (X)	1969	M 50		ARCD VENDA DA LUÍSA	SM	-	-	-	-						

Triplo F60 | MASTER - F | Dia 2**Altura M45 | MASTER - M | Dia 2****Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1.30	1.35	1.40	1.45	1.50
1	André Assunção	1977	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	1.50	-	-	0	0	0
2	Francisco Marques	1977	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	1.40	0	-	0	XXX	
3	Rui Monteiro	1973	M 45		C S S JOÃO MADEIRA	1.35	-	0	XXX		

Dardo M75 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Vitor Mendes	1947	M 75		C VETERANOS COIMBRA	19.16	17.12	X	X	19.16
2	Fernando Silva	1947	M 75		C BENFICA ABRANTES	19.05	17.91	16.69	19.05	-
3	Joaquim Ventura	1944	M 75		C L A COMPETIÇÃO	16.75	16.75	X	15.67	X
4	Jorge Carvalho	1948	M 75		C VETERANOS COIMBRA	15.45	15.45	X	X	15.24
5	João Joaquim	1947	M 75		C L A COMPETIÇÃO	12.92	X	12.92	12.21	12.57
6	Albertino Pinto	1945	M 75		C BENFICA T VEDRAS	11.70	X	11.70	-	-

Triplo F55 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento 2	Vento 3	Vento 4	Vento
1	Ana Moraes	1965	M 55		S U OPERÁRIA VAIS	7.91	7.91	0.10	X	-	-
2	Mª Fátima Carrelo	1963	M 55		C L A COMPETIÇÃO	5.23	5.23	1.00	-	-	-

Triplo F50 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento 2	Vento 3	Vento 4	Vento		
1	Manuela Pereira	1968	M 50		C R D SANTALUZIENSE	7.85	7.70	1.00	7.83	1.40	7.85	1.90	X
2	Ana Abegão	1968	M 50		C L A COMPETIÇÃO	6.10	6.03	1.30	X	5.90	1.90	6.10	3.10

Altura M40 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1.15	1.40	1.45	1.50	1.55	1.60
1	Luís Jesus	1982	M 40		GRECAS - VAGOS	1.60	-	0	-	0	XO	0
2	Lenine Cunha	1982	M 40		C F OLIVEIRA DOURO	1.55	-	0	0	0	XO	X-
3	Rui Guerreiro (X)	1982	M 40		A D CULT DE TUNES	1.15	0	-	-	-	-	-

Dardo M70 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Jorge Costa	1950	M 70		BEJA ATLÉTICO CLUBE	30.08	X	24.01	28.25	30.08
2	Valdemar Pereira	1950	M 70		G R QUINTA DA LOMBA	21.81	19.53	20.08	19.65	21.81
3	Luís Da Silva	1951	M 70		C F OS BELENENSES	19.18	15.82	19.18	X	16.51
4	António Silva	1950	M 70		C VETERANOS COIMBRA	16.83	14.07	16.68	16.83	15.81
5	Guilherme Sá	1952	M 70		U A POVOENSE	15.01	15.01	11.51	10.51	12.93
6	António Paixão (X)	1950	M 70		C L A COMPETIÇÃO	13.40	10.86	11.54	13.26	13.40
99999	Victor Pinho (X)	1951	M 70		C F OS BELENENSES		x			

Triplo F45 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Isabel Gama	1977	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	9.08	8.81	1.00	9.08	1.20	8.84	2.70	-	
2	Carla Reis	1977	M 45		GRECAS - VAGOS	8.12	7.89	0.50	7.82	0.10	8.07	2.30	8.12	2.00
3	Bárbara Moreira	1974	M 45		ESCOLA DO MOVIMENTO	7.00	6.34	0.10	7.00	3.20	6.94	1.50	6.95	2.10

Altura M35 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1.20	1.25	1.30	1.35	1.40	1.45	1.50	1.55	1.60	1.65	1.70	1.75	1.80
1	Carlos Alves	1983	M 35	BRA	A C VALE S MARTINHO	1.70	-	-	-	-	-	-	-	-	XO	O	XO	-	XXX
2	Sérgio F Silva	1985	M 35		A C R SRA DESTERRO	1.65	-	-	-	-	-	-	-	XO	O	O	-	-	-
3	Cláudio Resende	1986	M 35		N A DE CUCUJÃES	1.60	-	-	-	-	-	-	O	XXO	XXO	XXX			
4	Tiago Silva	1984	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	1.45	-	O	-	-	O	O	XXX						
5	Vitor Santos	1984	M 35		GRECAS - VAGOS	1.40	XO	O	O	XO	O	XXX							
6	André Ciriaco	1985	M 35		C F OS BELENENSES	1.40	-	O	O	O	XO	XXX							

Triplo F35 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Sandra Borges	1983	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	9.82	X		9.82	0.10	-		-	
2	Lúcia Rodrigues	1987	M 35		C D C NAVAIS	7.77	7.42	0.20	7.45	1.90	7.46	2.40	7.77	2.20
3	Carla Machado	1985	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	7.72	7.26	1.50	7.37	0.30	7.72	1.00	7.39	1.20

Triplo F40 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Sónia Eusébio	1983	M 40		C F OLIVEIRA DOURO	8.12	7.55	0.10	7.48	1.20	8.12	2.80	7.88	2.90
2	Cláudia Vilarinho	1978	M 40		C F OLIVEIRA DOURO	7.76	7.30	0.10	7.48	4.70	7.76	2.50	X	
3	Ana Lúcia Ponte	1979	M 40		ASSOCIAÇÃO GDAK	6.48	X		6.37	1.70	6.48	3.60	X	

Triplo M75 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Leonardo Azevedo	1946	M 75		C F OS BELENENSES	7.48	6.86	0.10	7.48	2.20	7.42	2.10	-	

Triplo M70 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	João Travessa	1949	M 70		C VETERANOS COIMBRA	8.10	7.67	0.50	8.10	2.20	7.86	1.00	-	
2	Marcelo Ribeiro	1953	M 70		C VETERANOS COIMBRA	6.88	5.07	0.10	6.49	2.90	6.50	3.60	6.88	2.60

Triplo M65 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	João Catalão	1956	M 65		C VETERANOS COIMBRA	8.04	8.04	1.30	-	-	-	-	-	-



Triplo M60 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	João Carvalhinho	1959	M 60		SPORTPONTOCOME	7.88	X		7.88	1.70	-		-	
2	Jorge Santos	1961	M 60		OLÍMPICO C LAGOS	7.84	7.34	1.30	7.45	1.70	7.69	2.20	7.84	
3	Ramiro Monte	1960	M 60		N A DE CUCUJÃES	7.43	7.43	0.10	7.42	0.10	-		-	
4	Silvino Lemos	1962	M 60		GRUPO REC EIRENSE	7.04	6.37	0.80	7.04	2.80	X		-	

3000m M35 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	António Silva	1987	M 35		A C R SRA DESTERRO	9:09.22
2	Tiago Graça	1987	M 35		RUN TEJO-PREV.SPRAIN	9:14.64
3	Ricardo Silva	1985	M 35		NASCIDOS PARA CORRER	9:22.12
4	André Adriano	1984	M 35		C ATLETISMO DE OVAR	9:26.09
5	Ruben Macedo	1987	M 35		A D CULT DE TUNES	9:29.76
6	Sérgio Paiva	1987	M 35		C ATLETISMO DE OVAR	9:32.09
7	Tiago Correia	1986	M 35		C ATLETISMO DE SEIA	9:38.71
8	Rodolfo Vilela	1988	M 35	BRA	C F OS BELENENSES	9:44.30
9	Ricardo Fernandes	1986	M 35		ASS ACAD COIMBRA	9:45.47
10	Ricardo Henriques	1984	M 35		C A MARINHA GRANDE	9:49.69
11	João Correia	1987	M 35		AA LACOBRIENSE	9:51.18
12	Filipe Correia	1983	M 35		A NATUREZA ENSINA	10:26.65
13	Rui Pedro Gala	1988	M 35		GRECAS - VAGOS	10:28.89
14	Tiago Ferreira	1984	M 35		C ATLETISMO DE OVAR	10:37.33
15	Nelson Correia	1986	M 35		AA LACOBRIENSE	10:43.08
99999	André Alves (X)	1986	M 35		C F OS BELENENSES	x
99999	Jorge Santos (X)	1984	M 35		F C PENAFIEL	x

3000m obstác. M50 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Paulo Galego	1968	M 50		G D C RIO DE MOINHOS	11:28.80
2	Paulo Silva	1971	M 50		CLUBE DESP DA PÓVOA	11:55.56
3	Vítor Salvador	1971	M 50		A C R SRA DESTERRO	12:11.66
4	Rui Alves	1971	M 50		A C R SRA DESTERRO	12:19.31
5	Nuno Queija	1972	M 50		C F OS BELENENSES	12:57.42
6	Armindo Rodrigues	1971	M 50		A D C C J CLARK	13:32.90
7	António Conceição (X)	1969	M 50		CALDAS SÃO JORGE S C	15:29.90
99999	António Silva (X)	1970	M 50		NASCIDOS PARA CORRER	x

3000m obstác. M45 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Luís Rações	1976	M 45		C A VALE DE FIGUEIRA	10:36.35
2	Juan Oliveira	1978	M 45		GRECAS - VAGOS	11:04.80
3	Marco Faria	1976	M 45		VIZELA CORRE	11:14.64
4	Nelson Fonseca	1978	M 45		ASS DESP PALMEIROS	11:35.97
5	Nuno Pais E Silva	1976	M 45		C REC DO PENTEADO	12:30.21
6	Joaquim Leal	1973	M 45		GDRC PONTERROLENSE	13:17.05
7	Pedro Silva (X)	1976	M 45		C BENFICA ABRANTES	14:00.26

Disco M65 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Paulo Castro	1958	M 65		C D AREIAS S. JOÃO	30.33	23.64	30.33	28.30	
2	Manuel Pinto	1956	M 65		C VETERANOS COIMBRA	28.06	28.06	26.55	X	X
3	Luís Petisca	1954	M 65		LINDA-A-PASTORA S C	23.14	23.14	21.55	X	23.14
4	António Domingos	1958	M 65		C F OS BELENENSES	22.07	22.07	19.70	17.68	X



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
5	Reinaldo Vieira	1955	M 65		C VETERANOS COIMBRA	21.69	21.69	X	X	X
6	Vitor Saraiva	1956	M 65		C VETERANOS COIMBRA	20.58	14.07	19.75	19.84	20.58
7	Rui Silva	1958	M 65		C VETERANOS COIMBRA	20.55	20.55	16.58	18.25	16.47
8	José Sousa Ribeiro	1955	M 65		A D CULT DE TUNES	18.55	18.55	X	X	-
9	Manuel Cracel	1954	M 65		U A POVOENSE	17.41	X	X	17.41	X
99999	José Moura Távora (X)	1956	M 65		C VETERANOS COIMBRA	x				
99999	Joaquim Almeida (X)	1958	M 65		MARATONA VILA CHÃ	x				

Disco M60 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Augusto Cavaleiro	1961	M 60		C P T SOBRAL CEIRA	41.42	X	37.77	39.56	41.42
2	Fonseca Antunes	1960	M 60		S U OPERÁRIA VAIS	33.32	31.14	32.97	33.32	32.98
3	Luis Guimarães	1962	M 60		ESCOLA DO MOVIMENTO	29.60	23.60	X	29.60	X
4	António Ribeiro	1963	M 60		M JUVENTUDE MERELIM	29.56	26.42	29.56	X	X
5	Manuel Anjos (X)	1963	M 60		N A DE CUCUJÃES	17.00	16.67	16.34	17.00	-

3000m obstác. M55 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Luís Gouveia	1967	M 55		Individual	11:12.03
2	Fernando Silva	1965	M 55		C D C NAVAIS	12:38.22

3000m obstác. M40 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Manuel Rodrigues	1980	M 40		A ACAD BELA VISTA	10:02.60
2	Sérgio Lima	1982	M 40		G JUV VILA DE PUNHE	11:00.93
3	Miguel Maia	1979	M 40		A C PÓVOA DE VARZIM	11:02.84
4	Daniel Machado	1978	M 40		GRUPO DESP DIANA	11:03.06
5	Pedro Porfírio	1983	M 40		GDRC PONTERLENSE	11:25.64
6	Agostinho Figueiredo	1979	M 40		A FIGUEIREDO RUNNERS	12:34.66
7	Miguel Sequeira	1982	M 40		LINDA-A-PASTORA S C	12:44.42
8	Jacinto Rodrigues (X)	1979	M 40		C D C NAVAIS	14:13.40
9	Nuno Soares (X)	1983	M 40		S S T S JOÃO MADEIRA	16:21.03

3000m obstác. M35 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Filipe Rosa	1984	M 35		C A MARINHA GRANDE	9:33.55
2	Ricardo Silva	1985	M 35		NASCIDOS PARA CORRER	10:45.03
3	Rui Martins	1985	M 35		GRUPO DESP PAVIA	10:46.61
4	Sérgio Rodrigues	1985	M 35		NASCIDOS PARA CORRER	10:56.07

Dardo M45 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Francisco Fachada	1977	M 45		ASS ACAD COIMBRA	37.50	36.45	35.08	37.50	34.41
2	Telmo Cardoso	1975	M 45		A DESP LUSTOSA	27.63	X	22.74	26.88	27.63
3	António Mouro	1976	M 45		A NATUREZA ENSINA	27.22	27.22	25.60	22.00	25.86
4	Paulo Costa	1976	M 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	24.76	X	21.40	X	24.76
5	Manuel Silva	1975	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	22.09	20.14	22.09	21.74	X
6	Paulo Custódio	1976	M 45		C F OS BELENENSES	21.21	X	X	21.21	X
7	Manuel Valente	1975	M 45		A C D DE CESAR	20.45	20.45	19.65	X	20.21
8	Sérgio Gregório	1975	M 45		AMCR FONTE GRADA	20.40	17.72	X	20.40	X
9	Hélder Silva (X)	1977	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	18.94	X	X	18.94	X
10	Carlos Ferreira (X)	1975	M 45		S C ESPINHO	18.54	18.54	X	18.02	18.16
99999	Hélder Ribeiro (X)	1976	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	x				
99999	Luís Palma (X)	1973	M 45		C F OS BELENENSES	x				



Dardo M40 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Luís Jesus	1982	M 40		GRECAS - VAGOS	36.33	36.33	34.02	-	-
2	Sérgio Cipriano	1978	M 40		AMCR FONTE GRADA	32.20	32.20	30.09	30.43	29.59
3	Bruno Martins	1982	M 40		A C R SRA DESTERRO	31.67	31.67	30.66	X	X
4	Rui Guerreiro	1982	M 40		A D CULT DE TUNES	27.67	24.00	23.08	24.26	27.67
5	José Alberto Silva	1978	M 40		C D C NAVAIS	27.47	X	X	27.47	27.14
6	Tiago Silva	1980	M 40		Individual	24.86	22.80	X	X	24.86
7	Sérgio Assis	1978	M 40		GRUPO DESP PAVIA	22.96	18.80	21.81	22.92	22.96
8	José Ferreira (X)	1979	M 40		1º DEZEMBRO QUEIJAS	19.70	17.93	X	19.70	X
9	Miguel Sequeira (X)	1982	M 40		LINDA-A-PASTORA S C	19.22	19.22	17.95	-	-
10	João Rolo (X)	1981	M 40		C REC DO PENTEADO	19.05	16.50	19.05	18.96	17.42

Dardo M35 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Luís Almeida	1984	M 35		A C R SRA DESTERRO	54.94	52.95	54.94	-	-
2	Ernesto Santos	1983	M 35		C A MARINHA GRANDE	39.02	37.93	X	35.60	39.02
3	Juan Pinho	1986	M 35		GRECAS - VAGOS	37.29	37.29	36.15	X	35.59
4	Paulo Patrício	1985	M 35		N D CULTURAL ODEMIRA	33.96	28.95	28.86	31.07	33.96
5	Leonel Rosado	1986	M 35		ACADEMIA DE VALDEVEZ	31.81	31.81	31.76	29.26	X
6	Flávio Ramalho (X)	1984	M 35		C REC DO PENTEADO	20.81	20.07	X	20.81	19.65
DNS	Fábio Aperta	1987	M 35		C BENFICA ABRANTES		x			

200m F80 | MASTER - F | Dia 2**Série 1 v = +2.7**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
99999	Olinda Ivars (X)	1940	M 80		SPORTING C P	x

200m F70 | MASTER - F | Dia 2**Série 1 v = +2.7**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Maria Fernandes	1952	M 70		S S T S JOÃO MADEIRA	47.84

200m F65 | MASTER - F | Dia 2**Série 1 v = +2.7**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
99999	Maria Henriques (X)	1958	M 65		C REC DO PENTEADO	x

200m F60 | MASTER - F | Dia 2**Série 1 v = +2.7**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Ana Paula Mota	1961	M 60		C ATLETISMO DO PORTO	33.65
2	Isabel Parracho	1960	M 60		GRECAS - VAGOS	36.07
3	Anabela Pereira	1960	M 60		A NATUREZA ENSINA	37.49
4	Elsa Bruxelas	1959	M 60		C F OS BELENENSES	37.71
99999	Eugénia Izaías (X)	1963	M 60		A NATUREZA ENSINA	x

200m F55 | MASTER - F | Dia 2**Série 1 v = +2.3**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Isabel Ferreira	1968	M 55		ESCOLA DO MOVIMENTO	30.14
2	Fernanda Borges	1967	M 55		ESCOLA DO MOVIMENTO	30.67
3	Maria Luísa Caldas	1966	M 55		GDRC PONTERROLENSE	36.62
4	Helena Borges	1964	M 55		1º DEZEMBRO QUEIJAS	38.57
5	Zulmira Rodrigues	1966	M 55		U A POVOENSE	39.73
6	Adília Fernandes (X)	1963	M 55		C F OLIVEIRA DOURO	44.47



200m F50 | MASTER - F | Dia 2

Série 1 v = +4.5

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Manuela Pereira	1968	M 50		C R D SANTALUZIENSE	32.81
2	Ana Abegão	1968	M 50		C L A COMPETIÇÃO	34.42
3	Carla Pedrosa	1973	M 50		C F OS BELENENSES	35.90
4	Ana Letra	1970	M 50		LINDA-A-PASTORA S C	38.51
5	Filipa Morgado	1973	M 50		C REC DO PENTEADO	38.59
6	Paula Varelas (X)	1971	M 50		C BENFICA ABRANTES	40.11
99999	Paula Henriques (X)	1969	M 50		C VETERANOS COIMBRA	x

Série 2 v = +1.7

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Graça Fernandes	1969	M 50		AC FERNANDA RIBEIRO	31.77
2	Anabela Ferreira	1970	M 50		C F OS BELENENSES	32.34
3	Carla Oleirinha	1970	M 50		A NATUREZA ENSINA	32.91
4	Catarina Quintas	1972	M 50		Individual	35.35
5	Ana Passos	1971	M 50		C F OS BELENENSES	37.09
6	Isabel António	1970	M 50		G R QUINTA DA LOMBA	37.13
99999	Ana Guerra (X)	1969	M 50		LINDA-A-PASTORA S C	x
99999	Sandra Carvalho (X)	1971	M 50		C F OS BELENENSES	x

200m F45 | MASTER - F | Dia 2

Série 1 v = +2.1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Natália Agostinho	1978	M 45		N D CULTURAL ODEMIRA	33.21
2	Ana Cerqueira	1976	M 45		ESCOLA DO MOVIMENTO	33.58
3	Tânia Freitas	1976	M 45		U A POVOENSE	34.61
4	Sara Martins	1975	M 45		C VETERANOS COIMBRA	35.72
5	Goreti Borges	1974	M 45		LINDA-A-PASTORA S C	37.10
6	Patrícia Silva (X)	1978	M 45		A C D DE CESAR	42.31
7	Manuela Rodrigues (X)	1974	M 45		A D C C J CLARK	44.93
99999	Isabel Ramos (X)	1977	M 45		GRUPO DESP DIANA	x

Série 2 v = +2.3

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Magda Mello	1978	M 45		1º DEZEMBRO QUEIJAS	27.10
2	Sónia Freitas	1973	M 45		C F OS BELENENSES	29.75
3	Isabel Gama	1977	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	31.20
4	Ana Neves	1975	M 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	32.00
5	Paula Fernandes	1978	M 45		C F OS BELENENSES	32.40
6	Liliana Silva	1974	M 45		A D REC 4 ESTAÇÕES	34.06
7	Rita Duarte	1976	M 45		GDRC PONTERROLENSE	36.01
99999	Susana Estriga (X)	1975	M 45		S CLUBE ABRANTES	x

Disco F45 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Sónia Grácio	1974	M 45		GRECAS - VAGOS	26.56	X	23.04	26.56	X
2	Sónia Sequeira	1975	M 45		LINDA-A-PASTORA S C	19.64	18.33	14.69	16.55	19.64
3	Cristina Falé	1977	M 45		ASSOCIAÇÃO GDAK	18.19	13.50	18.19	X	14.16
4	Filipa Lopes	1978	M 45		C BENFICA ABRANTES	17.48	15.53	15.75	16.34	17.48
5	Graça Costa	1977	M 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	17.00	13.75	13.48	17.00	15.06
6	Ana Cerqueira	1976	M 45		ESCOLA DO MOVIMENTO	15.89	14.15	11.65	15.89	14.40
7	Tânia Freitas (X)	1976	M 45		U A POVOENSE	13.03	13.03	12.09	12.89	11.61
99999	Susana Vasconcelos (X)	1977	M 45		RUNRIVER - RIO TINTO		x			
99999	Carla Coelho (X)	1974	M 45		C F OS BELENENSES		x			

Disco F40 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Susana Flores	1981	M 40		A D R E PALHAÇA	38.51	35.75	38.51	X	38.00
2	Cláudia Vilarinho	1978	M 40		C F OLIVEIRA DOURO	19.72	16.81	18.80	15.93	19.72
3	Olga Neves (X)	1978	M 40		ESCOLA DO MOVIMENTO	14.44	11.99	11.87	12.31	14.44
4	Susana Silva (X)	1980	M 40		S S T S JOÃO MADEIRA	13.25	13.25	12.18	10.87	X
99999	Tatiana Aguiar (X)	1979	M 40	BRA	C F OLIVEIRA DOURO		x			

Disco F35 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Joana Silva	1984	M 35		CLUBE DESP DA PÓVOA	20.65	16.24	X	20.65	19.42
2	Lídia Ferreira	1985	M 35		CALDAS SÃO JORGE S C	17.71	X	17.42	17.71	17.41

200m F40 | MASTER - F | Dia 2

Série 1 v = +2.9

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Cristina Kosta	1979	M 40		ASS AMIGOS ATL MAFRA	30.42
2	Corinne Damas	1980	M 40		C OLÍMPICO OEIRAS	31.22
3	Mónica Miler	1981	M 40		C F OS BELENENSES	31.27
4	Carla Cantante	1983	M 40		INDUSTRIAL VIEIRENSE	31.46
5	Odete Morim	1981	M 40		C D C NAVAIS	33.80
6	Susana Nascimento	1980	M 40		GRECAS - VAGOS	34.48
7	Elisabete Silva	1979	M 40		C REC DO PENTEADO	35.14
8	Tânia Lima	1979	M 40		C REC DO PENTEADO	35.87

200m F35 | MASTER - F | Dia 2

Série 1 v = +2.6

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Sandra Borges	1983	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	27.65
2	Ângela Ricardo	1987	M 35		A NATUREZA ENSINA	33.36
99999	Filipa Cancela (X)	1983	M 35		Individual	x
99999	Filipa Branco (X)	1984	M 35		G JUV VILA DE PUNHE	x

200m M75 | MASTER - M | Dia 2

Série 1 v = +1.9

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Fernando Silva	1947	M 75		C BENFICA ABRANTES	34.38
2	Josué Fernandes (X)	1948	M 75		S S T S JOÃO MADEIRA	41.79
3	José Tomé (X)	1946	M 75		C D AREIAS S. JOÃO	43.87
4	João Joaquim (X)	1947	M 75		C L A COMPETIÇÃO	47.29

200m M80 | MASTER - M | Dia 2

Série 1 v = +1.9

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Manuel Maia	1940	M 80		C L A COMPETIÇÃO	39.20

200m M70 | MASTER - M | Dia 2

Série 1 v = +1.9

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	José Amigo (X)	1952	M 70		A NATUREZA ENSINA	36.96
2	Carlos Alfaiate (X)	1953	M 70		C BENFICA ABRANTES	58.20

200m M65 | MASTER - M | Dia 2

Série 1 v = +4.8

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Rui Castro	1957	M 65		VIP RC	31.75

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
2	Manuel Rodrigues	1954	M 65		S C ESPINHO	33.36
3	Anselmo Moreira	1954	M 65		C F OLIVEIRA DOURO	34.32
4	José Luis Pires (X)	1956	M 65		A NATUREZA ENSINA	35.42
5	António Inácio (X)	1956	M 65		GDRC PONTERROLENSE	36.53
99999	Alberto Nunes (X)	1954	M 65		C VETERANOS COIMBRA	x
99999	Edmundo Guedes (X)	1957	M 65		C S S JOÃO MADEIRA	x

200m M60 | MASTER - M | Dia 2

Série 1 v = +4.8

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	José Carlos Marques	1962	M 60		GRECAS - VAGOS	29.25
2	Carlos Ferreira	1962	M 60		ESCOLA DO MOVIMENTO	30.50
3	Domingos Pinto (X)	1959	M 60		C F OLIVEIRA DOURO	33.56
4	Manuel Anjos (X)	1963	M 60		N A DE CUCUJÃES	33.97
99999	Vítor Gomes (X)	1962	M 60		C VETERANOS COIMBRA	x
99999	Serafim Ferreira (X)	1959	M 60		RUNRIVER - RIO TINTO	x
99999	Alberto Sampaio (X)	1961	M 60		BOAVISTA F C	x
99999	Nascimento Dias (X)	1963	M 60		DESP OPERÁRIO RANGEL	x

200m M55 | MASTER - M | Dia 2

Série 1 v = +2.9

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Luís Trigo	1965	M 55		VITÓRIA F C	28.67
2	Carlos Pinto	1965	M 55		C BENFICA ABRANTES	30.63
3	Giuseppe Baldassarre (X)	1966	M 55	ITA	C VETERANOS COIMBRA	36.48
99999	Avelino Soares (X)	1966	M 55		C F OS BELENENSES	x
99999	António Rodrigues (X)	1965	M 55		A C R SRA DESTERRO	x

Série 2 v = +4.4

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Jorge Silva Santos	1966	M 55		S C BEIRA-MAR	25.84
2	Jose Pedro Vieira	1966	M 55		C SPIRIDON DE GAIA	26.79
3	Paulo Vilaça	1964	M 55		ESCOLA DO MOVIMENTO	27.40
4	Joao Guimaraes	1966	M 55		A DESP LUSTOSA	28.27
5	Paulo Ribeiro	1968	M 55		CLUBE RAQUEL CABAÇO	31.15
99999	Paulo Viana (X)	1968	M 55		ESCOLA DO MOVIMENTO	x

200m M50 | MASTER - M | Dia 2

Série 1 v = +2.3

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Adelino Oliveira (X)	1968	M 50		C BENFICA ABRANTES	31.65
2	Ernesto Heitor (X)	1969	M 50		C BENFICA ABRANTES	36.01
99999	João Cerqueira (X)	1971	M 50		G JUV VILA DE PUNHE	x
99999	Carlos Canais (X)	1969	M 50		ARCD VENDA DA LUÍSA	x
99999	Rui Jorge (X)	1969	M 50		A NATUREZA ENSINA	x

Série 2 v = +3.5

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Ernesto Pinto	1971	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	23.95
2	Eugenio Costa	1969	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	24.30
3	Miguel Nascimento	1970	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	25.09
4	Carlos Costa	1970	M 50		A NATUREZA ENSINA	26.07
5	João Dias	1973	M 50		J O MONTE ABRAÃO	26.87
6	Fernando Santos	1970	M 50		C F OS BELENENSES	27.16

200m M45 | MASTER - M | Dia 2

Série 1 v = +2.7

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Rodolfo Alves	1976	M 45		VIP RC	27.28



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO



100 ANOS
1921 - 2021

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
2	Jorge Silva	1973	M 45		C REC DO PENTEADO	27.57
3	David Silva	1978	M 45		GRECAS - VAGOS	27.69
4	Sérgio Silva	1975	M 45		GRECAS - VAGOS	29.18
5	Pedro Antunes	1974	M 45		GDR C PONTERROLENSE	29.69
6	Carlos Alves (X)	1977	M 45		1º DEZEMBRO QUEIJAS	50.14

Série 2 v = +4.0

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Selwin Wever	1974	M 45		C F OS BELENENSES	23.95
2	André Assunção	1977	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	24.10
3	Ricardo Carvalho	1976	M 45		C F OS BELENENSES	24.15
4	Elder Veiga	1978	M 45	CPV	1º DEZEMBRO QUEIJAS	25.03
5	Luís Lima	1977	M 45		GRECAS - VAGOS	25.93
6	Horácio Oliveira	1974	M 45		C F OS BELENENSES	26.75

Dardo M65 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Fernando Ribeiro	1956	M 65		C VETERANOS COIMBRA	33.65	29.08	29.92	33.65	32.04
2	Victor Mendes	1955	M 65		C F OS BELENENSES	30.10	30.10	X	X	29.50
3	Manuel Pinto	1956	M 65		C VETERANOS COIMBRA	25.42	X	23.61	25.42	-
4	Reinaldo Vieira	1955	M 65		C VETERANOS COIMBRA	19.67	19.36	X	X	19.67
5	José Sousa Ribeiro	1955	M 65		A D CULT DE TUNES	18.15	17.01	16.85	16.72	18.15
6	Luís Petisca	1954	M 65		LINDA-A-PASTORA S C	18.11	17.77	15.78	17.44	18.11
7	José Luis Pires	1956	M 65		A NATUREZA ENSINA	17.74	14.74	13.75	17.74	
8	António Domingos	1958	M 65		C F OS BELENENSES	17.49	17.49	14.78	14.74	X
99999	Paulo Castro (X)	1958	M 65		C D AREIAS S. JOÃO			x		

200m M40 | MASTER - M | Dia 2

Série 1 v = +2.3

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Jorge Fontes	1981	M 40		C D C NAVAIS	28.03
2	Joel Martins	1979	M 40		C BENFICA ABRANTES	28.36
3	Vitor Rodrigues (X)	1982	M 40		CLUBE DESP DA PÓVOA	33.96
4	Nuno Soares (X)	1983	M 40		S S T S JOÃO MADEIRA	37.46
99999	Joel Maltez (X)	1983	M 40		C A MAZAREFES	x

Série 2 v = +3.4

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Marco Veloso	1979	M 40		1º DEZEMBRO QUEIJAS	23.50
2	Joatan Santos	1983	M 40	BRA	N BARROSAS AMADOR	24.81
3	Marco Fatelo	1978	M 40		A NATUREZA ENSINA	25.10
4	Ricardo Santos	1981	M 40		C F OS BELENENSES	26.90
5	Pedro Correia	1981	M 40		C F OS BELENENSES	26.91

Dardo M60 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Carlos Cunha	1962	M 60		N D JUV LARANJEIRO	36.38	36.38	X	36.08	34.21
2	Augusto Cavaleiro	1961	M 60		C P T SOBRAL CEIRA	31.50	28.51	30.41	31.50	28.79
3	Fonseca Antunes	1960	M 60		S U OPERÁRIA VAIS	29.81	28.74	X	29.81	29.68
4	António Ribeiro	1963	M 60		M JUVENTUDE MERELIM	26.25	23.24	25.76	26.25	-
5	Luís Guimarães	1962	M 60		ESCOLA DO MOVIMENTO	20.34	16.48	20.34	X	19.11

Dardo M55 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Artur Dias	1963	M 55		AC FERNANDA RIBEIRO	34.99	X	30.39	32.12	34.99
2	Luís Inocêncio	1968	M 55		A C R SRA DESTERRO	32.91	29.84	29.05	32.91	32.09



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
3	Paulo Cavaleiro	1964	M 55		A R CASAENSE - EAC	29.94	X	24.74	29.94	29.21
4	Vitor Pimenta	1966	M 55		ASS REC S. MIGUEL	24.98	24.98	X	23.90	X
5	Manuel Figueiredo	1965	M 55		A FIGUEIREDO RUNNERS	22.09	20.06	X	22.09	X
6	António Fidalgo	1966	M 55		CRC DESP LUZENSE	19.97	18.69	18.73	19.46	19.97
7	Joaquim Pereira	1968	M 55		C F OLIVEIRA DOURO	19.63	16.75	19.63	16.85	X
8	Luís Quinta-Nova	1966	M 55		GINÁSIO C ALCOBAÇA	19.61	19.00	X	19.32	19.61
9	Henrique Lavos (X)	1966	M 55		C REC DO PENTEADO	15.83	X	X	15.83	X
99999	Fernando Ribeiro (X)	1966	M 55		RUNRIVER - RIO TINTO	x				
99999	Fernando Santos (X)	1965	M 55		AMCR FONTE GRADA	x				

Dardo M50 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Armindo Pestana	1971	M 50		A C R SRA DESTERRO	46.04	46.04	41.75	41.27	41.57
2	Aristides Pestana	1971	M 50		A C R SRA DESTERRO	44.82	44.82	40.10	40.49	40.56
3	Nuno Martins	1971	M 50		GINÁSIO C ALCOBAÇA	30.87	29.88	27.24	30.87	28.64
4	Luís Gomes	1970	M 50		AMCR FONTE GRADA	28.92	28.92	X	24.66	24.73
5	Adão Mendes	1971	M 50		C D C NAVAIS	27.43	X	X	27.14	27.43
6	Rui Avelans Coelho	1972	M 50		C F OS BELENENSES	25.66	16.68	23.80	25.66	X
7	Ricardo Barbosa	1971	M 50		A D C C J CLARK	25.58	-	25.58	19.21	X
8	Adelino Oliveira	1968	M 50		C BENFICA ABRANTES	23.80	-	23.29	23.80	20.87
9	Luís Silva	1973	M 50		C SPIRIDON DE GAIA	23.36	23.36	X	21.21	22.60
10	José Teixeira	1970	M 50		J O MONTE ABRAÃO	22.92	22.92	X	X	X
11	Américo Pereira (X)	1971	M 50		C F OLIVEIRA DOURO	13.89	13.48	X	X	13.89
12	Paulo Jesus (X)	1971	M 50		C REC DO PENTEADO	13.88	13.88	12.83	-	-
DNS	João Carvalho (X)	1973	M 50		DURIUS AC PESQUEIRA	x				

200m M35 | MASTER - M | Dia 2

Série 1 v = +1.9

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Wilson Martins	1988	M 35		JUV VIDIGALENSE	23.70
2	Leonel Barros	1988	M 35		VIZELA CORRE	25.81
3	Tiago Freitas	1984	M 35		Individual	26.15
4	Vitor Hugo Candeias (X)	1983	M 35		C REC DO PENTEADO	28.33
5	Flávio Ramalho (X)	1984	M 35		C REC DO PENTEADO	29.75

Série 2 v = +3.0

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Sérgio F Silva	1985	M 35		A C R SRA DESTERRO	24.40
2	Fernando Almeida	1987	M 35		GIRA SOL	24.43
3	Cláudio Resende	1986	M 35		N A DE CUCUJÃES	25.09
4	João Parente	1987	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	26.58
99999	André Ciriaco (X)	1985	M 35		C F OS BELENENSES	x
99999	Pedro Braz Correia (X)	1986	M 35		AA LACOBRIENSE	x

200m Barreiras F70+ | MASTER - F | Dia 2

200m Barreiras M80+ | MASTER - M | Dia 2

300m Barreiras F55 | MASTER - F | Dia 2

Série 1 v = +1.4

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Isabel Ferreira	1968	M 55		ESCOLA DO MOVIMENTO	59.64
2	Ana Morais	1965	M 55		S U OPERÁRIA VAIS	1:00.69

300m Barreiras F50 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Anabela Santos	1972	M 50		S S T S JOÃO MADEIRA	1:11.10
2	Paula Varelas (X)	1971	M 50		C BENFICA ABRANTES	1:27.96



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO



100 ANOS
1921 - 2021

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
3	Susana Duarte (X)	1971	M 50		S T S JOÃO MADEIRA	1:41.51
99999	Michele Correia (X)	1972	M 50		C F OS BELENENSES	x

300m Barreiras M65 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Rui Silva	1958	M 65		C VETERANOS COIMBRA	1:27.07
99999	João Catalão (X)	1956	M 65		C VETERANOS COIMBRA	x

300m Barreiras M60 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Carlos Pereira	1963	M 60		ESCOLA DO MOVIMENTO	54.28
2	Carlos Ferreira	1962	M 60		ESCOLA DO MOVIMENTO	1:01.83
3	Domingos Pinto	1959	M 60		C F OLIVEIRA DOURO	1:21.43

400m Barreiras F45 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Conceição Santos	1977	M 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	1:44.79
99999	Susana Estriga (X)	1975	M 45		S CLUBE ABRANTES	x

400m Barreiras F40 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Inês Bernardo (X)	1981	M 40		C F OS BELENENSES	1:59.11

400m Barreiras F35 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Ângela Ricardo	1987	M 35		A NATUREZA ENSINA	1:20.78
2	Lúcia Rodrigues (X)	1987	M 35		C D C NAVAIS	1:33.80

300m Barreiras M75 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	António Fortunato	1946	M 75		GDRC PONTERROLENSE	1:11.55
2	Vitor Mendes	1947	M 75		C VETERANOS COIMBRA	1:21.84
99999	Amândio Brites (X)	1945	M 75		GRECAS - VAGOS	x

300m Barreiras M70 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	João Travessa	1949	M 70		C VETERANOS COIMBRA	1:05.75
2	José Ribeiro	1951	M 70		C VETERANOS COIMBRA	1:24.25
3	Carlos Alfaiate	1953	M 70		C BENFICA ABRANTES	1:54.53

400m Barreiras M55 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Joao Guimaraes	1966	M 55		A DESP LUSTOSA	1:19.35
2	Paulo Vilaça	1964	M 55		ESCOLA DO MOVIMENTO	1:21.07
3	Fernando Silva	1965	M 55		C D C NAVAIS	1:24.54

Disco F85 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Ivone Lobo	1936	M 85		C VETERANOS COIMBRA	11.37	11.37	9.40	10.38	8.86

Disco F70 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Nilza Ribeiro	1950	M 70		C VETERANOS COIMBRA	11.37	11.37	10.50	11.27	9.85

Disco F65 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Paula Martinho	1954	M 65		C VETERANOS COIMBRA	16.67	15.16	15.56	14.66	16.67
99999	Ludovina Oliveira (X)	1955	M 65	MOZ	C F OS BELENENSES	x				

Disco F60 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Céu Cunha	1962	M 60		C VETERANOS COIMBRA	25.88	24.73	25.88	24.55	22.99
2	Delfina Silva (X)	1961	M 60		C F OLIVEIRA DOURO	11.01	9.76	11.01	10.91	9.46
3	Alice Cerqueira (X)	1963	M 60		C VETERANOS COIMBRA	9.94	9.64	9.49	9.50	9.94
99999	Isabel Costa (X)	1962	M 60		C VETERANOS COIMBRA	x				
99999	Ângela Castro (X)	1959	M 60		G R QUINTA DA LOMBA	x				

Disco F55 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Ana Morais	1965	M 55		C VETERANOS COIMBRA	25.35	25.35	22.56	22.15	X
2	Elisa Sampaio	1967	M 55		U A POVOENSE	18.47	13.35	18.47	17.34	17.67
3	Manuela Gil	1967	M 55		C VETERANOS COIMBRA	16.11	16.11	X	14.38	X
4	Celestina Magalhães	1966	M 55		U A POVOENSE	15.74	15.74	12.93	12.98	12.43
5	Isabel Cardoso	1968	M 55		U A POVOENSE	13.47	13.16	11.85	12.16	13.47
6	Fátima Salve Rainha	1963	M 55		C R D SANTALUZIENSE	12.40	11.35	11.93	12.40	-
7	Clara Carrêlo (X)	1967	M 55		C L A COMPETIÇÃO	11.12	9.90	11.12	10.89	11.07
8	Anabela Gordo (X)	1963	M 55		C F OS BELENENSES	9.73	9.73	X	9.67	X
99999	Teresa Morais (X)	1965	M 55		A D CULT DE TUNES	x				

Disco F50 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Ana Marques	1972	M 50		GDRC PONTERROLENSE	27.75	27.75	X	26.20	X
2	Magda Cabral	1971	M 50		LINDA-A-PASTORA S C	16.94	14.01	15.57	15.44	16.94
3	Ana Macedo	1972	M 50		U A POVOENSE	13.84	11.84	13.63	13.55	13.84
4	Natália Santos (X)	1970	M 50		S S T S JOÃO MADEIRA	13.09	X	13.09	11.38	X
5	Ana Passos (X)	1971	M 50		C F OS BELENENSES	12.69	9.06	10.68	12.69	10.60
6	Elisabete Barbosa (X)	1973	M 50		A D C C J CLARK	12.51	X	12.51	11.57	12.46
7	Carla Pedrosa (X)	1973	M 50		C F OS BELENENSES	10.84	X	X	X	10.84
8	Paula Henriques (X)	1969	M 50		C VETERANOS COIMBRA	9.81	8.40	9.81	8.77	7.84
99999	Flora Carrilho (X)	1971	M 50		C BENFICA ABRANTES	x				

400m Barreiras M50 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Orlando Alves	1972	M 50		C F OS BELENENSES	1:04.86
2	Miguel Nascimento	1970	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	1:07.29
3	Paulo Silva	1971	M 50		CLUBE DESP DA PÓVOA	1:12.83
4	João Dias	1973	M 50		J O MONTE ABRAÃO	1:16.82
5	Carlos Eusébio	1972	M 50		C D C NAVAIS	1:18.99



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
6	Nuno Queija	1972	M 50		C F OS BELENENSES	1:19.02
7	João Cerqueira	1971	M 50		G JUV VILA DE PUNHE	1:19.24

400m Barreiras M45 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	António Mouro	1976	M 45		A NATUREZA ENSINA	1:08.86
2	Paulo Costa	1976	M 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	1:14.87
3	Telmo Cardoso	1975	M 45		A DESP LUSTOSA	1:14.89
4	Sérgio Silva	1975	M 45		GRECAS - VAGOS	1:15.45

400m Barreiras M40 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Sérgio Lima	1982	M 40		G JUV VILA DE PUNHE	1:10.57
2	Pedro Porfírio	1983	M 40		GDR C PONTERROLENSE	1:13.16
99999	Joel Maltez (X)	1983	M 40		C A MAZAREFES	x

400m Barreiras M35 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Fernando Almeida	1987	M 35		GIRA SOL	0:01:01.12
2	Ricardo Rocha	1984	M 35		GRECAS - VAGOS	0:01:07.77
3	Carlos Alves (X)	1983	M 35	BRA	A C VALE S MARTINHO	0:01:14.53
4	Vitor Santos (X)	1984	M 35		GRECAS - VAGOS	0:01:14.71

800m F70 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Marília Cavaco	1950	M 70		C DESP QUARTEIRA	3:48.50
2	Maria Fernandes	1952	M 70		S S T S JOÃO MADEIRA	4:16.54

800m F65 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Vanda Augusto (X)	1954	M 65		A NATUREZA ENSINA	4:39.03

800m F60 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Lina Brito	1961	M 60		C R D SANTALUZIENSE	3:09.73
2	Elsa Bruxelas	1959	M 60		C F OS BELENENSES	3:40.21
99999	Eugénia Izaías (X)	1963	M 60		A NATUREZA ENSINA	x

800m F55 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Adélia Tavares	1967	M 55		A D C C J CLARK	3:00.25
2	Chantal Xhervelle	1968	M 55	BEL	A NATUREZA ENSINA	3:04.52
3	Isabel Maldonado	1963	M 55		G R QUINTA DA LOMBA	3:25.04
4	Ana Pereira	1967	M 55		C F OLIVEIRA DOURO	3:33.78
5	Adília Fernandes (X)	1963	M 55		C F OLIVEIRA DOURO	3:52.70
99999	Luísa Coelho (X)	1963	M 55		C F OS BELENENSES	x
99999	Teresa Mendes (X)	1968	M 55		C BENFICA ABRANTES	x



800m F50 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Elisabete Gomes	1972	M 50		C BENFICA T VEDRAS	2:40.56
2	Carla Mendes	1971	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	2:53.08
3	Fátima Silva	1970	M 50		CLUBE DESP DA PÓVOA	3:00.75
4	Anabela Ferreira	1970	M 50		C F OS BELENENSES	3:03.66
5	Isabel António	1970	M 50		G R QUINTA DA LOMBA	3:17.02
6	Ana Letra	1970	M 50		LINDA-A-PASTORA S C	3:18.57
99999	Flora Carrilho (X)	1971	M 50		C BENFICA ABRANTES	x
99999	Suzete Marco (X)	1972	M 50		GRECAS - VAGOS	x

800m F45 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Sofia Jorge	1978	M 45		A NATUREZA ENSINA	2:49.20
2	Sabina Neca	1976	M 45		A C R SRA DESTERRO	2:50.91
3	Antónia Jordão	1977	M 45		A NATUREZA ENSINA	2:52.22
4	Paula Fernandes	1978	M 45		C F OS BELENENSES	2:54.11
5	Cristina Pedro	1977	M 45		C BENFICA ABRANTES	2:54.46
6	Sofia Pinheiro	1975	M 45		A NATUREZA ENSINA	2:57.12
7	Rute Oliveira	1977	M 45		GRUPO DESP DIANA	3:02.97
8	Marta Mendes	1975	M 45		ESCOLA DO MOVIMENTO	3:05.21
9	Sandra Campos	1977	M 45		C SPIRIDON DE GAIA	3:09.10
10	Cristina Clemente	1975	M 45		Individual	3:11.38
11	Ana Almeida	1977	M 45		LINDA-A-PASTORA S C	3:11.85
12	Sara Martins	1975	M 45		C VETERANOS COIMBRA	3:13.24
13	Regina Gilvaz	1973	M 45		N A DE CUCUJÃES	3:13.62
14	Goreti Borges (X)	1974	M 45		LINDA-A-PASTORA S C	3:30.20
99999	Sarah Espinoza (X)	1976	M 45	VEN	Individual	x

800m F40 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Cláudia Bataca	1983	M 40		ASS BARBARIS TEAM	2:45.62
2	Manuela Borges	1980	M 40		AA LACOBRIENSE	2:49.69
3	Carla Cantante	1983	M 40		INDUSTRIAL VIEIRENSE	2:59.43
4	Odete Morim (X)	1981	M 40		C D C NAVAIS	3:16.01
5	Marta Sousa (X)	1979	M 40		A D C C J CLARK	3:23.61
99999	Miriam Silva (X)	1983	M 40		VASCO DA GAMA A C	x
99999	Sónia Félix (X)	1982	M 40		RUNRIVER - RIO TINTO	x

800m F35 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Joseline Santos	1984	M 35		C BENFICA T VEDRAS	2:38.72
2	Vanessa Pereira	1986	M 35		A NATUREZA ENSINA	2:41.53
3	Tânia Cruz	1986	M 35		A C R SRA DESTERRO	2:42.99
4	Isabel Sousa	1984	M 35		CLUBE DESP DA PÓVOA	2:48.98
5	Katherine Both	1988	M 35		J O MONTE ABRAÃO	2:51.44
6	Márcia Silva	1987	M 35		N BARROSAS AMADOR	2:53.01

800m M80 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Francisco Cipriano (X)	1942	M 80		AMCR FONTE GRADA	5:08.00

800m M75 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Fernando Santos (X)	1943	M 75		ATLETAS FIM SEMANA	3:54.47
2	José Tomé (X)	1946	M 75		C D AREIAS S. JOÃO	3:55.93
99999	Amândio Brites (X)	1945	M 75		GRECAS - VAGOS	x

800m M70 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Fernando Chamusca	1950	M 70		A NATUREZA ENSINA	2:51.31
2	José Amigo	1952	M 70		A NATUREZA ENSINA	3:04.64
3	José Gomes	1953	M 70		C D C NAVAIS	3:09.76
99999	Joaquim Pereira (X)	1951	M 70		C D S SALVADOR CAMPO	x

800m M65 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Pedro Terra	1957	M 65		S S T S JOÃO MADEIRA	2:48.97
2	José Ferreira	1956	M 65		M JUVENTUDE MERELIM	2:54.25
3	António Alves	1957	M 65		INDUSTRIAL VIEIRENSE	2:57.57
4	António Inácio (X)	1956	M 65		GDRC PONTERROLENSE	3:08.58
5	Narciso Oliveira (X)	1957	M 65		A TEATRO CONSTRUÇÃO	3:11.60

Disco M85 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	António Valente	1938	M 85		MILLENIUM BCP	22.56	20.45	21.76	21.03	22.56
2	Elvino Cruz	1934	M 85		C F OS BELENENSES	16.50	14.67	16.50	15.97	14.39
3	António Mateus	1935	M 85		C VETERANOS COIMBRA	12.57	10.41	11.13	12.57	10.98

800m M60 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	António Horta	1962	M 60		CLUBE PRAÇAS ARMADA	2:23.10
2	António Antunes	1961	M 60		A NATUREZA ENSINA	2:34.82
3	Nascimento Dias	1963	M 60		DESP OPERÁRIO RANGEL	2:36.93
99999	Alexandre Ferreira (X)	1962	M 60		VIZELA CORRE	x
99999	António Rodrigues (X)	1962	M 60		Individual	x
99999	Silvino Lemos (X)	1962	M 60		GRUPO REC EIRENSE	x
99999	Alberto Sampaio (X)	1961	M 60		BOAVISTA F C	x
99999	Serafim Ferreira (X)	1959	M 60		RUNRIVER - RIO TINTO	x

Disco M80 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Joaquim Carvalho	1941	M 80		C VETERANOS COIMBRA	15.79	15.41	12.22	15.79	X
2	Auspício Fernandes (X)	1942	M 80		C F OLIVEIRA DOURO	10.91	10.91	9.99	X	X

Disco M75 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Rogério Batista	1947	M 75		C F OS BELENENSES	17.28	X	17.28	X	X
2	Jorge Carvalho	1948	M 75		C VETERANOS COIMBRA	15.83	10.37	15.83	X	14.24
3	Albertino Pinto	1945	M 75		C BENFICA T VEDRAS	13.18	X	13.18	X	-



Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Valdemar Pereira	1950	M 70		G R QUINTA DA LOMBA	23.46	18.79	23.46	22.97	21.71
2	José Marques	1949	M 70		C VETERANOS COIMBRA	19.34	17.78	19.34	16.14	14.01
3	Guilherme Sá	1952	M 70		U A POVOENSE	18.78	18.78	14.66	17.07	15.56
4	Luís Da Silva	1951	M 70		C F OS BELENENSES	17.49	16.35	17.49	X	16.59
5	António Silva	1950	M 70		C VETERANOS COIMBRA	17.33	14.63	16.84	17.33	13.63
99999	Victor Pinho (X)	1951	M 70		C F OS BELENENSES		x			

800m M55 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Paulo Garcia	1968	M 55		A R CASAENSE - EAC	2:14.06
2	Paulo Reis	1968	M 55		S C ESPINHO	2:20.31
3	Pedro Silva Ferreira	1967	M 55		DESP OPERÁRIO RANGEL	2:24.66
4	Luís Trigo	1965	M 55		VITÓRIA F C	2:30.25
5	Adelino Fernandes	1964	M 55		Individual	2:35.02
6	Fromentino Guimarães	1966	M 55		ESCOLA DO MOVIMENTO	2:35.89
7	Augusto Aluai	1967	M 55		S C ESPINHO	2:37.87
8	Paulo Ribeiro (X)	1968	M 55		CLUBE RAQUEL CABAÇO	2:51.79
99999	Manuel Alves (X)	1964	M 55		C S S JOÃO MADEIRA	x
99999	Raul Pena (X)	1965	M 55		C D R ÁGUIAS UNIDAS	x

800m M50 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Miguel Silva	1970	M 50		C D AREIAS S. JOÃO	2:08.00
2	Fernando Santos	1970	M 50		C F OS BELENENSES	2:15.67
3	Gustavo Santos	1972	M 50		C F OS BELENENSES	2:18.89
4	Carlos Saias	1973	M 50		A NATUREZA ENSINA	2:20.16
5	Pedro Sarabando	1971	M 50		GRECAS - VAGOS	2:26.45
6	João Arraes	1972	M 50		GRECAS - VAGOS	2:30.79
7	Carlos Carneiro	1969	M 50		CA MACEDO CAVALEIROS	2:31.54
8	Paulo Baptista	1970	M 50		C BENFICA ABRANTES	2:41.25
9	Adão Mendes (X)	1971	M 50		C D C NAVAIS	2:43.39
10	Vítor Sá (X)	1971	M 50		A C D DE CESAR	2:46.25
11	Rui Andrade (X)	1972	M 50		INDUSTRIAL VIEIRENSE	3:08.22
12	Ernesto Heitor (X)	1969	M 50		C BENFICA ABRANTES	3:14.76
99999	Manuel Cardoso (X)	1970	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	x
99999	Lúcio Alves (X)	1971	M 50		C F OS BELENENSES	x
99999	João Carlos Gomes (X)	1969	M 50		C F OS BELENENSES	x

800m M45 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Joaquim Lopes	1977	M 45		A FIGUEIREDO RUNNERS	2:24.15
2	Gonçalo Dias	1976	M 45		ASS ACAD COIMBRA	2:24.38
3	Nuno Sousa	1974	M 45		A D REC 4 ESTAÇÕES	2:24.90
4	Lourenço Barcelos	1977	M 45		Individual	2:27.63
5	António Reis	1974	M 45		A NATUREZA ENSINA	2:30.50
6	Luís Cipriano	1973	M 45		AMCR FONTE GRADA	2:33.97
7	Pedro Silva (X)	1976	M 45		C BENFICA ABRANTES	2:49.80
99999	Hugo Sertório (X)	1975	M 45		GRUPO DESP DIANA	x
99999	Jorge Coelho (X)	1977	M 45		C REC DO PENTEADO	x
99999	Marco Faria (X)	1976	M 45		VIZELA CORRE	x
99999	Nelson Tembe (X)	1973	M 45	ANG	1º DEZEMBRO QUEIJAS	x

800m M40 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Tony Calvo	1981	M 40		ESCOLA DO MOVIMENTO	2:07.07
2	Joatan Santos	1983	M 40	BRA	N BARROSAS AMADOR	2:10.36
3	Virgílio Bastos	1978	M 40		C A MARINHA GRANDE	2:11.22
4	António Carvalho	1979	M 40		ASS MONDIM ATLETISMO	2:11.52
5	Jorge Neto	1982	M 40		N BARROSAS AMADOR	2:11.56
6	César Miranda	1981	M 40		C D C NAVAIS	2:20.21
7	Helder Carminé	1979	M 40		A NATUREZA ENSINA	2:23.83
8	Jorge Fontes	1981	M 40		C D C NAVAIS	2:28.81
9	Jacinto Rodrigues (X)	1979	M 40		C D C NAVAIS	2:55.23
99999	Manuel Bessa (X)	1978	M 40		F C PENAFIEL	x
99999	Ricardo Santos (X)	1981	M 40		C F OS BELENENSES	x
99999	Nuno Miguel Costa (X)	1981	M 40		C D S SALVADOR CAMPO	x

800m M35 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Ricardo Paixão	1986	M 35		BEJA ATLÉTICO CLUBE	2:08.22
2	Pedro Braz Correia	1986	M 35		AA LACOBRIENSE	2:08.74
3	Fernando Lemos	1983	M 35		GRECAS - VAGOS	2:10.12
4	Leonel Barros	1988	M 35		VIZELA CORRE	2:10.54
5	João Correia	1987	M 35		AA LACOBRIENSE	2:16.57
6	Sérgio Rodrigues	1985	M 35		NASCIDOS PARA CORRER	2:19.91
7	Filipe Correia	1983	M 35		A NATUREZA ENSINA	2:21.10
99999	Ruben Macedo (X)	1987	M 35		A D CULT DE TUNES	x
99999	António Silva (X)	1983	M 35		G D C CODAL	x
99999	Vítor Hugo Candeias (X)	1983	M 35		C REC DO PENTEADO	x
99999	André Alves (X)	1986	M 35		C F OS BELENENSES	x
99999	Roland Sousa (X)	1983	M 35		G D C CODAL	x
99999	Tiago Graça (X)	1987	M 35		RUN TEJO-PREV.SPRAIN	x
99999	Jorge Santos (X)	1984	M 35		F C PENAFIEL	x

4x400m F50 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	CFB		ND		C F OS BELENENSES	5:54.46

4x400m F45 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	ESCMOV		ND		ESCOLA DO MOVIMENTO	5:17.03
2	LPSC		ND		LINDA-A-PASTORA S C	5:43.41
3	ANE		ND		A NATUREZA ENSINA	5:59.26

4x400m F40 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	ANE		ND		A NATUREZA ENSINA	5:03.01
2	CFB		ND		C F OS BELENENSES	5:13.96
3	CRDP		ND		C REC DO PENTEADO	5:59.60
4	CFOD		ND		C F OLIVEIRA DOURO	7:15.84

4x400m F35 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	ANE		ND		A NATUREZA ENSINA	5:03.93
2	CFOD		ND		C F OLIVEIRA DOURO	5:10.42

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
3	CDP		ND		CLUBE DESP DA PÓVOA	5:23.14

4x400m M60 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	ANE		ND		A NATUREZA ENSINA	5:21.05

4x400m M55 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	ESCMOV		ND		ESCOLA DO MOVIMENTO	4:43.72
2	SCE		ND		S C ESPINHO	4:54.78
3	CFOD		ND		C F OLIVEIRA DOURO	6:31.65

4x400m M50 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	CFB		ND		C F OS BELENENSES	4:08.38
2	ACRSD		ND		A C R SRA DESTERRO	5:00.19
3	CDCNAV		ND		C D C NAVAIS	5:03.90

4x400m M45 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	GRECAS		ND		GRECAS - VAGOS	4:18.31
2	CRDP		ND		C REC DO PENTEADO	4:34.48
3	CFB		ND		C F OS BELENENSES	4:40.68
99999	CBA-S (X)		ND		C BENFICA ABRANTES	x

4x400m M40 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	ESCMOV		ND		ESCOLA DO MOVIMENTO	4:00.96
2	ANE		ND		A NATUREZA ENSINA	4:17.69
3	AFR F		ND		A FIGUEIREDO RUNNERS	4:29.73
4	CDCNAV		ND		C D C NAVAIS	4:35.04

4x400m M35 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	CFOD		ND		C F OLIVEIRA DOURO	4:02.01
2	GRECAS		ND		GRECAS - VAGOS	4:03.24
3	CRDP		ND		C REC DO PENTEADO	4:24.21
4	ANE		ND		A NATUREZA ENSINA	4:26.62

Coletiva Feminina

Posicao	Clube	Pontos											
1	CLUVE	272.0	8.0 8.0 8.0 8.0 14.0										
2	ANE	220.0	6.0	8.0	8.0	7.0	17.0	7.0	8.0	6.0	5.0		
3	CFOD	192.0	8.0	5.0	7.0	5.0	7.0	7.0	7.0	6.0	5.0	6.0	
4	CFB	185.0	8.0	7.0	7.0	5.0	5.0	5.0	5.0	5.0	10.0	11.0	6.0
5	GRECAS	128.5	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	8.0	7.0	7.0	3.0	
6	ESCMOV	122.5	8.0	7.0	7.0	1.0	7.0	7.0	3.0	15.0	2.0		
7	CDP	115.0	6.0	6.0	5.0	5.0	8.0	4.0	8.0	5.0			
8	UAP	87.0	16.0	6.0	4.0	4.0	4.0	4.0	4.0	4.0			
9	CLAC	79.0	4.0										
10	LPSC	78.0	7.0	3.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0	7.0			
11	CRDS	67.0	8.0	3.0	3.0	6.0	6.0	6.0	6.0	6.0			
12	SSTSJM	66.0	7.0	8.0	8.0	8.0	8.0	8.0	8.0	8.0			
13	CBA-S	64.5	4.0	5.0	5.0	5.0	5.0	5.0	5.0	5.0			
14	GDRCP	59.0	8.0	6.0	6.0	6.0	6.0	6.0	6.0	6.0			
15	IFC	47.0											
15	ACRSD	47.0	7.0	6.0	6.0	6.0	6.0	6.0	6.0	6.0			
17	CRDP	46.0	6.0	6.0	6.0	6.0	6.0	6.0	6.0	6.0			
18	ADCCJC	45.0	8.0	8.0	8.0	8.0	8.0	8.0	8.0	8.0			
18	CBTV	45.0	8.0	8.0	8.0	8.0	8.0	8.0	8.0	8.0			
20	GM1DQ	41.0	5.0	8.0	8.0	8.0	8.0	8.0	8.0	8.0			
21	ACFR	39.0	8.0										
22	AGDAK	38.0	6.0										
23	GRQL	37.0	6.0	4.0	4.0	4.0	4.0	4.0	4.0	4.0			
23	ADREP	37.0	8.0										
25	CDQ	35.0	8.0										
26	GDSD	33.0											
27	CDCNAV	32.5											
28	SUOV	31.0	8.0										
29	LAVRA	30.5											
30	ACDCVC	28.5											
31	COO	28.0											
32	OCL	27.0											
33	SPF	23.0											
33	GJVP	23.0											
33	IDV	23.0	6.0										
36	NDCO	22.0											
37	BARBARIS	21.0	8.0										
38	CSJSC	20.0	7.0										
39	CAP	16.0	8.0										
39	EAT	16.0											
39	SCV	16.0											
39	AAM	16.0											
43	RDA	15.0											
43	ADAAL	15.0	7.0										
43	ACPV	15.0											
43	UDV	15.0											
47	CAG	13.0											
47	RUNRIVER	13.0											
47	ADCX	13.0											
47	ARC-EAC	13.0											
51	CPTSC	12.0											
51	CAM-VC	12.0											
53	ACDAV	11.0											
53	JOMA	11.0	4.0										
55	AFR F	10.0											
56	NPCAD	9.0											

Posicao	Clube	Pontos
56	IND	9.0
58	BAC	8.0
58	NBA	8.0
58	VRV	8.0
58	CATUNES	8.0
62	SCS	7.0
62	CSGAIA	7.0
64	ACA	4.0
64	ADR4E	4.0
66	ADECT	3.0
66	SSCMO	3.0
66	GDD	3.0
69	FCPF	0.0

Coletiva Masculina

Posicao	Clube	Pontos
1	CLUVE	405.0
2	CFB	369.5
3	ESCMOV	279.0
4	CFOD	225.0
5	ACRSD	219.0
6	GRECAS	206.5
7	ANE	172.5
8	CDCNAV	136.0
9	CBA-S	80.0
10	IND	75.0
11	AMCRFG	72.0
12	CRDP	61.0
13	NAC	60.0
14	AFR F	59.0
15	CLAC	57.0
16	CDSSC	54.0
17	CASJ	53.0
18	MJM	52.0
19	CPTSC	47.0
20	NBA	44.0
21	ADL-P	43.0
22	GM1DQ	42.0
23	ARC-EAC	41.0
23	CAMG	41.0
25	BAC	39.0
26	CDP	37.0
27	SUOV	36.0
28	ADECT	34.0
29	GDRCP	33.0
29	AAC	33.0
29	JOMA	33.0
32	SCE	32.0
32	NDCO	32.0
32	SCBM	32.0
32	CPARM	32.0
36	CSGAIA	31.5
37	GRQL	31.0
38	VIP-RC	30.0
38	MAC	30.0
40	NPCAD	29.0
41	GS	28.0
41	VIZELA	28.0

Posicao	Clube	Pontos							
43	CCSJM	27.5							
44	OCL	27.0							
44	CAVF	27.0							
44	CAS	27.0							
44	UDV	27.0							
48	RUNRIVER	25.0							
48	ARSM	25.0						5.0	
50	CAO	24.0							
50	BCP	24.0		8.0					
50	VFC	24.0							5.0
53	ACDAV	23.0							
53	SSTSJM	23.0							8.0
55	SPC-ECO	22.0							
55	UAP	22.0			6.0				
55	DOR	22.0							6.0 6.0
58	NDJL-ST	21.0						8.0	
58	GCA	21.0						1.0	6.0
60	LPSC	20.0						3.0	
61	GJVP	19.0					2.0	8.0	
61	AAADP	19.0							
63	IDV	18.0							6.0
63	ADAAL	18.0		7.0					
65	ADCCJC	17.0		2.0					2.0
65	ACA	17.0							
67	GDD	16.0							
67	CDRAU	16.0							
67	JDAL	16.0							
67	GDAA	16.0							
67	AMA-VR	16.0							
72	CBTV	15.0			6.0				
72	CRCDL	15.0							3.0
72	GDCC	15.0							
75	AFS	14.5							
76	GDPVAV	14.0							
76	ACPV	14.0							
76	CATUNES	14.0							
76	GSDS	14.0							
76	R-TRM	14.0							
81	SSCMO	13.0							
81	CRDS	13.0							
81	CAG	13.0							
84	CDQ	12.0							
84	RUNTEJO	12.0							
84	ADR4E	12.0							
87	ACDCVC	11.0							
88	DURIUS	10.0							
88	COA	10.0							
88	ATC	10.0							
91	OSGALGOS	9.0							
92	JV	8.0							
92	ACVSM	8.0							
92	CLX	8.0							
92	GDE	8.0							
92	AJS	8.0							
92	CAP	8.0							
92	AABV	8.0							
92	GDCRM	8.0							
92	ACFR	8.0							8.0
101	BFC	7.0							
101	AGDAK	7.0							

Posicao	Clube	Pontos
103	VRV	6.0
103	CBAM	6.0
103	ARCDVL	6.0
106	CIAIA	5.0
106	RDA	5.0
106	CAOV	5.0
106	ARAC	5.0
106	ADPALM	5.0
106	GRE-AA	5.0
106	CAMC	5.0
113	RC	3.0
114	ATLB	2.0
115	MVCV	1.0
116	CAM-VC	0.0
116	AFIS	0.0
116	GDA	0.0
116	CBL	0.0

Estatística Clubes

Sigla	Associação	Nº atletas Masculino	Nº atletas Feminino	Nº atletas Total	Participações Masculino	Participações Feminino	Participações Total
AAADP	Leiria	1	0	1	2	0	2
AABV	Algarve	1	0	1	1	0	1
AAC	Coimbra	5	0	5	7	0	7
AAM	Lisboa	0	1	1	0	2	2
ACA	Porto	3	1	4	3	1	4
ACDAV	Viana do Castelo	1	1	2	4	2	6
ACDCVC	Aveiro	2	2	4	6	8	14
ACFR	Porto	2	2	4	2	5	7
ACPV	Porto	1	2	3	3	2	5
ACRSD	Guarda	14	4	18	38	9	47
ACVSM	Braga	1	0	1	2	0	2
ADAAL	Algarve	3	1	4	7	2	9
ADCCJC	Aveiro	5	4	9	14	14	28
ADCX	Coimbra	0	2	2	0	2	2
ADECT	Algarve	3	1	4	11	3	14
ADL-P	Porto	2	0	2	8	0	8
ADPALM	Lisboa	1	0	1	1	0	1
ADR4E	Coimbra	2	1	3	4	3	7
ADREP	Aveiro	1	2	3	2	5	7
AFIS	Aveiro	2	0	2	6	0	6
AFR F	Braga	5	1	6	16	2	18
AFS	Lisboa	1	0	1	2	0	2
AGDAK	Setúbal	1	2	3	3	7	10
AJS	Madeira	1	0	1	1	0	1
AMA-VR	Vila Real	1	0	1	3	0	3
AMCRFG	Lisboa	8	0	8	26	0	26
ANE	Setúbal	15	14	29	41	41	82
ARAC	Aveiro	2	0	2	4	0	4
ARC-EAC	Coimbra	3	2	5	7	3	10
ARCDVL	Coimbra	1	0	1	4	0	4
ARSM	Coimbra	1	0	1	4	0	4
ATC	Braga	1	0	1	3	0	3
ATLB	Aveiro	1	0	1	1	0	1
BAC	Beja	2	1	3	5	1	6
BARBARIS	Portalegre	0	1	1	0	3	3
BCP	Lisboa	1	0	1	3	0	3
BFC	Porto	1	0	1	3	0	3
CABB	Setúbal	1	0	1	1	0	1
CAG	Lisboa	2	2	4	3	3	6
CAM-VC	Viana do Castelo	1	1	2	3	3	6
CAMC	Bragança	1	0	1	3	0	3
CAMG	Leiria	7	0	7	9	0	9
CAO	Aveiro	10	0	10	17	0	17
CAOV	Viana do Castelo	1	0	1	2	0	2
CAP	Porto	1	1	2	2	2	4
CAS	Guarda	5	0	5	9	0	9
CASJ	Algarve	4	0	4	12	0	12
CATUNES	Algarve	1	1	2	2	2	4
CAVF	Lisboa	2	0	2	5	0	5
CBA-S	Santarém	12	7	19	36	20	56
CBAM	Lisboa	1	0	1	1	0	1
CBL	Leiria	1	0	1	1	0	1
CBTV	Lisboa	1	2	3	3	6	9



Sigla	Associação	Nº atletas Masculino	Nº atletas Feminino	Nº atletas Total	Participações Masculino	Participações Feminino	Participações Total
CCSJM	Aveiro	6	0	6	10	0	10
CDCNAV	Porto	9	3	12	36	11	47
CDFE	Aveiro	1	0	1	2	0	2
CDP	Porto	4	7	11	11	20	31
CDPRI	Braga	1	0	1	1	0	1
CDQ	Algarve	1	3	4	2	9	11
CDRAU	Setúbal	2	0	2	5	0	5
CDSSC	Porto	6	0	6	13	0	13
CDUL	Lisboa	0	1	1	0	1	1
CFB	Lisboa	34	16	50	100	50	150
CFOD	Porto	13	9	22	52	36	88
CIAIA	Faial	1	0	1	1	0	1
CLAC	Santarém	4	6	10	12	19	31
CLUVE	Coimbra	21	15	36	71	51	122
CLX	Lisboa	1	0	1	1	0	1
COA	Santarém	1	0	1	2	0	2
COO	Lisboa	0	1	1	0	4	4
CPARM	Setúbal	1	0	1	4	0	4
CPTSC	Coimbra	2	2	4	6	2	8
CRCDL	Algarve	1	0	1	4	0	4
CRDP	Setúbal	11	6	17	28	13	41
CRDS	Algarve	1	4	5	2	12	14
CSGAIA	Porto	2	1	3	8	3	11
CSJSC	Aveiro	1	1	2	3	4	7
DOR	Lisboa	2	0	2	6	0	6
DURIUS	Vila Real	1	0	1	3	0	3
EAT	Porto	0	2	2	0	2	2
EDL	Viana do Castelo	2	0	2	5	0	5
ESCMOV	Porto	14	7	21	44	22	66
FCPF	Porto	4	1	5	8	1	9
GCA	Leiria	2	0	2	6	0	6
GDA	Aveiro	1	0	1	1	0	1
GDA	Leiria	1	0	1	2	0	2
GDCC	Aveiro	3	0	3	6	0	6
GDCG	Aveiro	2	0	2	2	0	2
GDCRM	Évora	1	0	1	1	0	1
GDD	Évora	4	4	8	8	8	16
GDE	Madeira	1	0	1	1	0	1
GDP	Évora	2	0	2	8	0	8
GDRCP	Lisboa	6	4	10	13	10	23
GDS	Lisboa	3	5	8	3	5	8
GJVP	Viana do Castelo	2	3	5	7	8	15
GM1DQ	Lisboa	8	5	13	14	9	23
GRE-AA	Coimbra	1	0	1	2	0	2
GRE-CAS	Aveiro	18	8	26	48	21	69
GRQL	Setúbal	1	4	5	4	13	17
GS	Coimbra	1	0	1	4	0	4
IDV	Leiria	2	1	3	5	4	9
IFC	Lisboa	1	5	6	2	10	12
IND	None	11	4	15	19	7	26
JDAL	Santarém	1	0	1	2	0	2
JOMA	Lisboa	2	1	3	8	2	10
JV	Leiria	1	0	1	1	0	1
LAVRA	Porto	0	1	1	0	4	4
LPSC	Lisboa	3	6	9	9	22	31
MAC	Porto	2	0	2	4	0	4
MCVC	Guarda	4	0	4	6	0	6
MJM	Braga	3	0	3	9	0	9



Sigla	Associação	Nº atletas Masculino	Nº atletas Feminino	Nº atletas Total	Participações Masculino	Participações Feminino	Participações Total
NAC	Aveiro	8	1	9	16	2	18
NBA	Porto	4	4	8	10	7	17
NDCO	Beja	2	2	4	6	4	10
NDJL-ST	Setúbal	1	0	1	3	0	3
NPCAD	Porto	8	3	11	11	3	14
OCL	Algarve	1	1	2	4	4	8
OSGALGOS	Lisboa	1	0	1	2	0	2
R-TRM	Madeira	1	0	1	2	0	2
RC	Évora	1	0	1	4	0	4
RDA	Aveiro	2	2	4	3	2	5
RUNRIVER	Porto	4	3	7	8	9	17
RUNTEJO	Lisboa	1	0	1	3	0	3
SCA	Santarém	0	1	1	0	2	2
SCBM	Aveiro	1	0	1	4	0	4
SCE	Aveiro	7	0	7	9	0	9
SCP	Lisboa	0	1	1	0	3	3
SCS	Porto	1	1	2	1	1	2
SCV	Viana do Castelo	0	1	1	0	2	2
SPC-ECO	Lisboa	1	0	1	3	0	3
SPF	Algarve	0	2	2	0	3	3
SSCMO	Aveiro	2	1	3	3	1	4
SSTSJM	Aveiro	3	6	9	9	18	27
SUOV	Coimbra	3	1	4	6	4	10
UAP	Lisboa	3	7	10	8	23	31
UDV	Porto	3	1	4	5	2	7
VFC	Setúbal	2	0	2	5	0	5
VGAC	Beja	0	1	1	0	3	3
VIP-RC	Madeira	3	0	3	6	0	6
VIZELA	Braga	4	0	4	10	0	10
VRV	Viseu	1	2	3	1	2	3
_NaoFederado		-	-	62	-	-	69
_Total		448	236	746	1133	629	1831

Estatística Escalão

Escalão	Nº atletas Masculino	Nº atletas Feminino	Nº atletas Total	Participações Masculino	Participações Feminino	Participações Total
M 35	57	27	84	138	65	203
M 40	61	39	100	147	102	249
M 45	71	59	130	169	148	317
M 50	84	44	128	213	125	338
M 55	54	34	88	132	94	226
M 60	33	18	51	90	50	140
M 65	40	8	48	100	20	120
M 70	22	5	27	66	18	84
M 75	17	0	17	50	0	50
M 80	6	1	7	19	3	22
M 85	3	1	4	9	4	13
_NaoFederado	-	-	62	-	-	69