



Campeonato Nacional de Pista Coberta

FPA **COMPETIÇÕES**

Braga - (25/02/2023 - 26/02/2023)

3.000 Metros Marcha F70 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Maria Mendes	1951	M 70		C A GALINHEIRAS	18:09.63
2	Maria Fernandes	1952	M 70		S S T S JOÃO MADEIRA	21:07.33

3.000 Metros Marcha F65 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Filomena Moura	1957	M 65		1º DEZEMBRO QUEIJAS	21:07.55

3.000 Metros Marcha F60 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Maria Henriques	1958	M 60		C REC DO PENTEADO	21:12.42
2	Helena Rodrigues	1960	M 60		C ATLETISMO TUNES	22:27.52
3	Carolina Ribeiro	1958	M 60		S S T S JOÃO MADEIRA	24:04.54
4	Teresa Medeiros	1960	M 60		G D S DOMINGOS	25:48.57 (<)

3.000 Metros Marcha F55 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Lídia Pereira	1967	M 55		GRECAS - VAGOS	17:20.41 (~)
2	Lídia Ferreira	1964	M 55		C R D SANTALUZIENSE	19:17.92
3	Paula Maurício	1965	M 55		G D S DOMINGOS	20:24.07
4	Teresa Mendes	1964	M 55		C VETERANOS COIMBRA	20:52.24

3.000 Metros Marcha F50 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Júlia Sousa	1969	M 50		E ATLETISMO TROFA	16:32.73
2	Justina Pereira	1972	M 50		C R D SANTALUZIENSE	17:48.28 (~)
3	Ana Macedo	1972	M 50		U A POVOENSE	18:59.77
4	Maria Fátima Costa	1971	M 50		C A GALINHEIRAS	19:18.47 (~)
5	Natália Santos	1970	M 50		S S T S JOÃO MADEIRA	21:41.94

Vara F45 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1.80	2.00	2.20	2.40
1	Bárbara Moreira	1974	M 45		ESCOLA DO MOVIMENTO	2.20	O	O	XO	XXX

Vara F40 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1.80
NM	Susana Flores	1981	M 40		A D R E PALHAÇA	SM	XXX

Vara F35 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	2.50	2.70	2.80	2.90	3.00	3.10	3.20	3.30
1	Tânia António	1987	M 35		GRECAS - VAGOS	3.20	O	O	-	-	O	O	XO	XXX



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO



100 ANOS
1921 - 2021

Vara M65 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

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

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	2.30	2.40
1	Jorge Santos	1961	M 60		OLÍMPICO C LAGOS	2.30	O	O	O	O	XO	O	XXX
2	Paulo Beckert	1961	M 60		C F OS BELENENSES	1.80	O	XXX					

Vara M55 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1.80	2.00	2.30	2.60	2.80
1	Rui Santiago	1967	M 55		FUNDAÇÃO SALESIANOS	2.60	-	O	O	O	XXX
NM	Pedro Martins	1968	M 55		A C R SRA DESTERRO	SM	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
1	Carlos Eusébio	1972	M 50		C D C NAVAIS	3.00	-	-	-	-	-	O	-	O	O	XO	O	XXX
2	Jorge Parrulas	1969	M 50		VITÓRIA F C	2.80	-	-	-	-	-	-	-	O	XO	XXX		
3	Nuno Martins	1971	M 50		GINÁSIO C ALCOBAÇA	2.50	O	O	O	O	XO	XO	-					

Vara M45 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1.80	1.90	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	3.30	3.40	3.60	3.70	3.80
1	George Silva	1976	M 45		C BENFICA DE LEIRIA	3.70	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	O	-	O	O	O	XX
2	Gonçalo Pacheco	1978	M 45		C ATLETISMO FUNCHAL	3.00	-	-	-	-	-	-	-	O	-	O	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
3	Sérgio Silva	1975	M 45		GRECAS - VAGOS	2.90	-	-	-	-	O	-	-	XO	O	O	O	XXX								
4	Paulo Costa	1976	M 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	2.40	O	O	O	XO	XO	XO	XXO	XXX												

Vara M40 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	2.30	2.60	2.80
1	Luís Jesus	1982	M 40		GRECAS - VAGOS	2.60	O	XXO	X

Vara M35 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1.80	1.90	2.00	2.10	2.30	2.40	2.50	2.60	2.70	2.80	2.90	3.00
1	Pedro Vieira	1984	M 35		N A DE CUCUJÃES	3.00	-	-	-	-	-	-	-	O	-	O	-	XO
2	Ricardo Rocha	1984	M 35		GRECAS - VAGOS	2.90	-	-	-	-	O	-	-	O	-	O	O	XXX
3	Gonçalo Ferraz	1983	M 35		LINDA-A-PASTORA S C	2.60	O	O	-	O	O	O	XO	O	XXX			
4	Carlos Alves (X)	1983	M 35	BRA	A C VALE S MARTINHO	2.00	-	-	O	-	-	X-	-	XX				

3.000 Metros Marcha F45 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Sandra Campos	1977	M 45		C SPIRIDON DE GAIA	16:54.76 (~)
2	Filipa Morgado	1973	M 45		C REC DO PENTEADO	17:24.79 (~)
3	Matilde Morgado	1976	M 45		G D S DOMINGOS	19:53.68
4	Ana Costa	1977	M 45		C REC DO PENTEADO	20:14.26
5	Teresa Sousa (X)	1974	M 45		G D S DOMINGOS	23:47.18 (~<)

3.000 Metros Marcha F40 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Vera Santos	1981	M 40		Individual	14:05.00
2	Felicidade Rosa	1979	M 40		G D S DOMINGOS	15:41.02
3	Marisa Pereira	1980	M 40		CLUBE DESP DA PÓVOA	15:53.99
4	Elisabete Silva	1979	M 40		C REC DO PENTEADO	17:15.03
5	Cátia Rodrigues	1980	M 40		C REC DO PENTEADO	20:53.21
6	Susana Silva	1980	M 40		S S T S JOÃO MADEIRA	21:29.74
DNS	Sónia Monteiro	1980	M 40		A CLUBE ALFENENSE	x

3.000 Metros 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	18:07.45 (-)

3.000 Metros 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	21:58.87

3.000 Metros Marcha M65 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	José Magalhães	1954	M 65		A CLUBE ALFENENSE	17:13.66
2	Joaquim Leitão	1956	M 65		G D S DOMINGOS	19:14.69
3	José Piçarra	1956	M 65		C BENFICA ALGUEIRÃO	21:48.69
4	Carlos Alfaiate (X)	1953	M 65		C BENFICA ABRANTES	25:13.17

3.000 Metros Marcha M60 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	João Rodrigues	1959	M 60		C ATLETISMO TUNES	17:22.25 (-)
2	Gonçalo Rebelo	1958	M 60		G D S DOMINGOS	19:12.83

3.000 Metros 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	14:54.78 (-)
2	Henrique Lavos	1966	M 55		C REC DO PENTEADO	15:32.22 (-)
3	Francisco Mateus	1965	M 55		A CLUBE ALFENENSE	15:51.00
4	Francisco Carvalho	1966	M 55		C F OLIVEIRA DOURO	22:00.90

3.000 Metros 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	14:11.99
2	Paulo Cunha	1969	M 50		C S S JOÃO MADEIRA	14:33.03 (-)
3	Jaime Santos	1972	M 50		GRECAS - VAGOS	14:40.10
4	Luís Bidarra	1971	M 50		C ATLETISMO DE SEIA	15:13.18
5	Aurélio Costa	1968	M 50		A CLUBE ALFENENSE	15:50.46

3.000 Metros Marcha M45 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Ricardo Santos	1975	M 45		NÚCLEO SCP ALMADA	14:16.90
2	Luís Sousa	1974	M 45		S U OPERÁRIA VAIS	14:55.02

3.000 Metros Marcha M40 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Nelson Fonseca	1978	M 40		ASS DESP PALMEIROS	17:13.62

3.000 Metros Marcha M35 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Flávio Ramalho	1984	M 35		C REC DO PENTEADO	14:31.19 (~)

60 Metros F80 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Olinda Ivars (X)	1940	M 80		SPORTING C P	17.84

60 Metros F70 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Nilza Ribeiro	1950	M 70		C VETERANOS COIMBRA	13.39

60 Metros F60 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Isabel Parracho	1960	M 60		GRECAS - VAGOS	10.44
2	Eugénia Izaías	1963	M 60		A NATUREZA ENSINA	10.47
3	Delfina Silva	1961	M 60		C F OLIVEIRA DOURO	12.63
4	Teresa Medeiros (X)	1960	M 60		G D S DOMINGOS	14.57

60 Metros F55 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Isabel Ferreira	1968	M 55		ESCOLA DO MOVIMENTO	9.08
2	Clídia Coelho	1966	M 55		C F OS BELENENSES	9.38
3	Mª Fátima Carrelo	1963	M 55		C L A COMPETIÇÃO	10.51
4	Maria Luísa Caldas	1966	M 55		GDRC PONTERROLENSE	10.86
5	Isabel Maldonado	1963	M 55		G R QUINTA DA LOMBA	11.20
6	Anabela Gordo	1963	M 55		C F OS BELENENSES	11.30
7	Paula Maurício (X)	1965	M 55		G D S DOMINGOS	14.08

60 Metros F50 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Graça Fernandes	1969	M 50		AC FERNANDA RIBEIRO	9.52
2	Carla Oleirinha	1970	M 50		A NATUREZA ENSINA	9.57
3	Teresa Paula Coelho	1968	M 50		VITÓRIA F C	9.62
4	Manuela Pereira	1968	M 50		C R D SANTALUZIENSE	10.08
5	Helena Soares	1969	M 50		C A BRACARA	10.58
6	Paula Varelas	1971	M 50		C BENFICA ABRANTES	11.48

60 Metros F45 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Isabel Gama	1977	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	8.80
2	Sónia Freitas	1973	M 45		C F OS BELENENSES	9.05
3	Liliana Silva	1974	M 45		A D REC 4 ESTAÇÕES	9.81
4	Alexandra Silva	1976	M 45		G R QUINTA DA LOMBA	10.49
5	Catarina Gonçalves	1977	M 45		C L A COMPETIÇÃO	10.60
6	Célia Silva	1976	M 45		C L A COMPETIÇÃO	10.87

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
7	Matilde Morgado (X)	1976	M 45		G D S DOMINGOS	11.67
8	Teresa Sousa (X)	1974	M 45		G D S DOMINGOS	13.96

Peso 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	4.69	4.30	4.45	4.49	4.69

60 Metros F40 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Cristina Kosta	1979	M 40		ASS AMIGOS ATL MAFRA	8.41
2	Kseniia Yatsenko	1979	M 40	UKR	S CLUBE DE BRAGA	8.48
3	Magda Mello	1978	M 40		1º DEZEMBRO QUEIJAS	8.64
4	Marta Ferreira	1982	M 40		C F OS BELENENSES	9.45
5	Susana Nascimento	1980	M 40		GRECAS - VAGOS	9.53
6	Marla Carvalho	1980	M 40		ASS DESP PALMEIROS	9.56
7	Vera Martins	1978	M 40		C BENFICA ABRANTES	10.18

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	6.39	6.30	6.39	5.95	5.99

Peso 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	6.18	6.09	5.79	6.18	6.12
2	Alice Machado	1957	M 65		1º DEZEMBRO QUEIJAS	5.22	5.22	5.10	4.67	4.65

Peso F60 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Elsa Bruxelas	1959	M 60		C F OS BELENENSES	5.19	4.55	5.18	4.47	5.19
2	Carolina Ribeiro	1958	M 60		S S T S JOÃO MADEIRA	5.18	4.83	5.18	4.93	5.05
3	Delfina Silva	1961	M 60		C F OLIVEIRA DOURO	5.11	5.02	5.11	4.77	4.96

Peso 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	6.32	5.79	6.32	6.28	6.06

Peso M80 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	António Valente	1938	M 80		MILLENUM BCP	7.88	7.88	7.56	7.38	7.42
2	Joaquim Carvalho	1941	M 80		C VETERANOS COIMBRA	7.51	6.88	7.34	7.51	7.25
3	Francisco Cipriano	1942	M 80		AMCR FONTE GRADA	5.00	4.61	5.00	4.60	4.78
DNS	José Henriques	1939	M 80		C A GALINHEIRAS		x			

60 Metros F35 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Sandra Borges	1983	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	8.47
2	Cristiana Monteiro (X)			SEN	1º DEZEMBRO QUEIJAS	8.96
3	Isabel Sousa	1984	M 35		CLUBE DESP DA PÓVOA	9.01
4	Filipa Cancela	1983	M 35		Individual	9.21
5	Vanessa Pereira	1986	M 35		A NATUREZA ENSINA	9.29



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
6	Carla Machado	1985	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	9.59
7	Sónia Eusébio	1983	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	9.68

60 Metros M85 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Elvino Cruz (X)	1934	M 85		C F OS BELENENSES	22.75

60 Metros 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	12.61
2	Manuel Maia (X)	1940	M 80		C L A COMPETIÇÃO	54.87

60 Metros M75 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Fernando Silva	1947	M 75		C BENFICA ABRANTES	10.13
2	Fernando Santos (X)	1943	M 75		ATLETAS FIM SEMANA	12.31
3	José Tomé (X)	1946	M 75		C D AREIAS S. JOÃO	12.51

60 Metros M70 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Mário Rocha	1950	M 70		S S T S JOÃO MADEIRA	9.42
2	João Travessa	1949	M 70		C VETERANOS COIMBRA	9.56
3	José Amigo	1952	M 70		A NATUREZA ENSINA	10.72
4	José Marques (X)	1949	M 70		C VETERANOS COIMBRA	11.48
5	Hélder Rodrigues (X)	1952	M 70		A D R E PALHAÇA	11.60

60 Metros M65 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Daniel Monteiro	1958	M 65		ESCOLA DO MOVIMENTO	8.68
2	Ulrich Geuther	1953	M 65	GER	C F OS BELENENSES	9.51
3	Fernando Ribeiro	1956	M 65		C VETERANOS COIMBRA	9.70
4	Anselmo Moreira (X)	1954	M 65		C F OLIVEIRA DOURO	10.69
5	Joaquim Leitão (X)	1956	M 65		G D S DOMINGOS	11.00
6	José Luis Pires (X)	1956	M 65		A NATUREZA ENSINA	11.00
7	Carlos Alfaiate (X)	1953	M 65		C BENFICA ABRANTES	14.32

60 Metros M60 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Gonçalo Rebelo (X)	1958	M 60		G D S DOMINGOS	12.30

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	José Carlos Marques	1962	M 60		GRECAS - VAGOS	8.19
2	Carlos Pereira	1963	M 60		ESCOLA DO MOVIMENTO	8.41
3	Carlos Ferreira	1962	M 60		ESCOLA DO MOVIMENTO	8.85
4	Camilo Rego	1959	M 60		ESCOLA DO MOVIMENTO	9.13
5	Alberto Sampaio	1961	M 60		BOAVISTA F C	9.28
6	Alberto Covas (X)	1959	M 60		A NATUREZA ENSINA	11.07
7	Carlos Fortunato (X)	1960	M 60		C F OS BELENENSES	12.74
DNS	Luis Guimarães	1962	M 60		ESCOLA DO MOVIMENTO	x

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

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Maria Fernandes	1952	M 70		S S T S JOÃO MADEIRA	2.13	1.99		2.09		2.13		2.03	

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

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Almira Mateus	1960	M 60		C VETERANOS COIMBRA	2.84	2.84		-		-		-	

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

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Ana Morais	1965	M 55		S U OPERÁRIA VAIS	3.49	3.49		3.36		3.42		3.28	
2	Clara Carrêlo	1967	M 55		C L A COMPETIÇÃO	2.65	2.29		2.65		2.27		X	
3	M ^a Fátima Carrelo	1963	M 55		C L A COMPETIÇÃO	2.61	2.32		2.61		2.50			
4	Anabela Gordo	1963	M 55		C F OS BELENENSES	2.44	2.44		2.41		2.27		2.31	
5	Manuela Gil	1967	M 55		C VETERANOS COIMBRA	2.40	2.40		X		X		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	3.82	3.31		3.82		X		3.81	
2	Helena Soares	1969	M 50		C A BRACARA	3.38	3.03		3.17		3.19		3.38	
3	Anabela Santos	1972	M 50		S S T S JOÃO MADEIRA	3.25	3.16		3.25		3.22		3.17	
4	Ana Abegão	1968	M 50		C L A COMPETIÇÃO	2.94	2.77		2.94		2.24		-	
5	Filomena Rebelo	1973	M 50		CASA POVO CORROIOS	2.77	2.60		2.72		2.77		2.27	
DNS	Carla Rodrigues	1972	M 50		C F OLIVEIRA DOURO		x							

60 Metros M55 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Paulo Viana	1968	M 55		ESCOLA DO MOVIMENTO	7.78
2	Rui Nogueira	1967	M 55		ESCOLA DO MOVIMENTO	8.05
3	Jorge Silva Santos	1966	M 55		S C BEIRA-MAR	8.09
4	Jose Pedro Vieira	1966	M 55		C SPIRIDON DE GAIA	8.22
5	Paulo Vilaça	1964	M 55		ESCOLA DO MOVIMENTO	8.58
6	Joao Guimaraes	1966	M 55		A DESP LUSTOSA	8.90
7	António Rodrigues	1965	M 55		A C R SRA DESTERRO	9.76
8	João Rosado (X)	1963	M 55		C BENFICA ABRANTES	10.08

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Carlos Pinto	1965	M 55		C BENFICA ABRANTES	9.35

60 Metros M50 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Adelino Oliveira	1968	M 50		C BENFICA ABRANTES	8.89
2	Paulo Ribeiro (X)	1968	M 50		CLUBE RAQUEL CABAÇO	9.95
3	António Carvalho (X)	1968	M 50		C L A COMPETIÇÃO	10.18
4	Américo Pereira (X)	1971	M 50		C F OLIVEIRA DOURO	10.20
DNS	Luís Dias	1970	M 50		C F OS BELENENSES	x

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Ernesto Pinto	1971	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	7.60
2	Miguel Nascimento	1970	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	7.72
3	Eugenio Costa	1969	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	7.73

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
4	Carlos Costa	1970	M 50		A NATUREZA ENSINA	8.06
5	João Santos	1971	M 50		GINÁSIO C ALCOBAÇA	8.16
6	Francisco Goncalves	1970	M 50		ASS DESP PALMEIROS	8.67

60 Metros M45 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Horácio Oliveira	1974	M 45		C F OS BELENENSES	8.50
2	Daniel Custódio	1976	M 45		C F OS BELENENSES	8.66
3	Paulo Custódio	1976	M 45		C F OS BELENENSES	8.72
4	David Silva	1978	M 45		GRECAS - VAGOS	8.72
5	Sérgio Silva	1975	M 45		GRECAS - VAGOS	8.86
6	Joaquim Vaz	1975	M 45		C F OS BELENENSES	8.88
7	Pedro Antunes	1974	M 45		GDRC PONTERROLENSE	8.98
8	Carlos Alves (X)	1977	M 45		1º DEZEMBRO QUEIJAS	16.49

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	André Assunção	1977	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	7.52
2	Ricardo Carvalho	1976	M 45		C F OS BELENENSES	7.52
3	Selwin Wever	1974	M 45		C F OS BELENENSES	7.64
4	Luís Lima	1977	M 45		GRECAS - VAGOS	7.95
5	Artur Cota	1974	M 45		1º DEZEMBRO QUEIJAS	8.38
6	Francisco Marques	1977	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	8.48
7	Manuel Silva	1975	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	8.97
8	Manuel Valente (X)	1975	M 45		A C D DE CESAR	15.75

Peso F55 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Fátima Salve Rainha	1963	M 55		C R D SANTALUZIENSE	7.31	6.90	7.15	7.02	7.31
2	Manuela Gil	1967	M 55		C VETERANOS COIMBRA	6.72	6.72	6.68	X	X
3	Teresa Mendes	1964	M 55		C VETERANOS COIMBRA	6.47	6.47	6.13	6.38	6.23
4	Clara Carrêlo	1967	M 55		C L A COMPETIÇÃO	5.92	5.42	5.59	5.92	5.55
5	Armanda Pinto	1966	M 55		NASCIDOS PARA CORRER	4.55	4.41	4.55	3.99	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	10.04	9.82	10.04	9.80	10.04
2	Isabel Moreira	1970	M 50		OLÍMPICO C LAGOS	8.57	8.44	8.38	7.12	8.57
3	Filomena Rebelo	1973	M 50		CASA POVO CORROIOS	8.38	7.47	X	8.38	7.87
4	Flora Carrilho	1971	M 50		C BENFICA ABRANTES	7.18	7.18	6.62	7.17	6.33
5	Anabela Ferreira	1970	M 50		C F OS BELENENSES	6.68	6.68	6.12	6.24	6.08
6	Fátima Silva	1970	M 50		CLUBE DESP DA PÓVOA	6.03	6.03	5.83	5.63	5.82
7	Paula Gonçalves	1970	M 50		C D C NAVAIS	6.01	5.81	6.01	5.89	5.95
8	Paula Guedes	1971	M 50		C F OS BELENENSES	5.86	5.63	5.80	5.67	5.86
9	Beatriz Fernandes	1969	M 50		C F OS BELENENSES	5.49	4.90	5.49	5.36	5.25
10	Natália Santos	1970	M 50		S S T S JOÃO MADEIRA	5.40	5.40	4.13	4.95	3.55
11	Paula Luna	1968	M 50		C A BRACARA	4.73	4.63	4.48	4.73	4.20

60 Metros M40 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Lenine Cunha	1982	M 40		C F OLIVEIRA DOURO	7.42
2	Gaspar Araújo	1981	M 40		N A DE CUCUJÃES	7.66
3	Elder Veiga	1978	M 40	CPV	1º DEZEMBRO QUEIJAS	7.69
4	Pedro Correia	1981	M 40		C F OS BELENENSES	7.96
5	Fernando Patrício	1979	M 40		C F OLIVEIRA DOURO	8.05

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
6	Rui Costa	1981	M 40		C D C NAVAIS	8.63
DNS	Jorge Fontes	1981	M 40		C D C NAVAIS	x

60 Metros M35 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Sérgio F Silva	1985	M 35		A C R SRA DESTERRO	7.44
2	Cláudio Resende	1986	M 35		N A DE CUCUJÃES	7.87
3	André Ciríaco	1985	M 35		C F OS BELENENSES	7.95
4	Fernando Almeida	1987	M 35		GIRA SOL	7.98
5	Joatan Santos	1983	M 35	BRA	N BARROSAS AMADOR	8.03
6	João Parente	1987	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	8.27
7	Bruno Santiago	1983	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	8.51
8	Tiago Silva	1984	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	8.62

Peso F35 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Inês Fernandes (X)	1988	M 35		SPORT C VALENCIANO	10.51	10.15	10.51	X	10.19
2	Luísa Marques	1985	M 35		GRECAS - VAGOS	9.02	8.92	8.46	8.83	9.02
3	Sónia Eusébio	1983	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	8.23	7.44	7.65	8.16	8.23
4	Lídia Ferreira	1985	M 35		CALDAS SÃO JORGE S C	6.52	6.38	6.01	6.52	5.32

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	4.03	3.96		3.97		X		4.03	
2	Carla Reis	1977	M 45		GRECAS - VAGOS	3.71	3.71		3.55		3.63		3.64	
3	Bárbara Moreira	1974	M 45		ESCOLA DO MOVIMENTO	3.13	2.91		3.02		3.13		3.04	
4	Catarina Gonçalves	1977	M 45		C L A COMPETIÇÃO	2.96	2.83		2.96		2.95		1.95	
5	Marina Guita	1976	M 45		C L A COMPETIÇÃO	2.93	2.93		2.86		2.84		X	
6	Maria José Ferreira	1973	M 45		GDRC PONTERROLENSE	2.89	2.89		X		2.70		2.62	
7	Célia Silva	1976	M 45		C L A COMPETIÇÃO	2.62	2.34		2.54		2.44		2.62	
8	Susana De Jesus (X)	1977	M 45		NASCIDOS PARA CORRER	1.86	1.80		X		1.86		X	

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	4.76	4.69		4.70		4.75		4.76	
2	Liliana Manhente	1985	M 35		GRUPO REC EIRENSE	3.91	3.66		3.83		3.64		3.91	
3	Carla Machado	1985	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	3.60	X		3.32		3.60		3.25	
4	Lúcia Rodrigues	1987	M 35		C D C NAVAIS	3.41	3.37		3.41		3.07		3.27	
5	Vanessa Pereira	1986	M 35		A NATUREZA ENSINA	3.35	3.30		3.29		3.35		3.19	

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	4.04	4.04		3.83		4.04		X	
2	Marla Carvalho	1980	M 40		ASS DESP PALMEIROS	3.78	3.26		3.78		3.63		3.40	
3	Marta Ferreira	1982	M 40		C F OS BELENENSES	3.67	3.67		3.45		3.66		3.46	
4	Susana Nascimento	1980	M 40		GRECAS - VAGOS	3.25	X		X		3.20		3.25	
5	Filipa Lopes	1978	M 40		C BENFICA ABRANTES	3.20	3.01		3.20		3.04		3.20	
6	Cláudia Vilarinho	1978	M 40		C F OLIVEIRA DOURO	3.19	2.99		3.14		3.19		X	
7	Inês Bernardo	1981	M 40		C F OS BELENENSES	2.44	X		2.22		2.04		2.44	

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	9.01	8.89	X	9.01	X
2	António Fortunato	1946	M 75		GDRC PONTERROLENSE	8.77	X	8.34	8.33	8.77
3	José Maria Costa	1947	M 75		C D CULT DE PRISCOS	6.20	6.11	5.45	6.20	5.84

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

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Marcelo Ribeiro	1953	M 70		C VETERANOS COIMBRA	8.33	7.73	7.61	8.33	7.87
2	Mário Rocha	1950	M 70		S S T S JOÃO MADEIRA	8.03	8.03	7.62	7.37	7.31
3	José Marques	1949	M 70		C VETERANOS COIMBRA	7.66	7.53	7.66	7.24	7.33
4	Joaquim Costa	1951	M 70		ASS DESP PALMEIROS	5.64	5.34	5.10	5.64	-

60M Barreiras F60 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Almira Mateus	1960	M 60		C VETERANOS COIMBRA	13.97

60M Barreiras F55 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Ana Morais	1965	M 55		S U OPERÁRIA VAIS	12.02
2	Isabel Ferreira	1968	M 55		ESCOLA DO MOVIMENTO	12.14

60M Barreiras F50 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Anabela Santos	1972	M 50		S S T S JOÃO MADEIRA	13.88
2	Isabel Moreira	1970	M 50		OLÍMPICO C LAGOS	14.90

60M Barreiras F35 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Luísa Marques	1985	M 35		GRECAS - VAGOS	11.88
2	Lúcia Rodrigues (X)	1987	M 35		C D C NAVAIS	14.73

60M Barreiras M75 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	António Fortunato	1946	M 75		GDRC PONTERROLENSE	13.04
2	Leonardo Azevedo	1946	M 75		C F OS BELENENSES	14.39

60M Barreiras M70 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	João Travessa	1949	M 70		C VETERANOS COIMBRA	13.02

60M Barreiras M65 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Fernando Ribeiro (X)	1956	M 65		C VETERANOS COIMBRA	14.39

60M Barreiras M60 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Carlos Pereira	1963	M 60		ESCOLA DO MOVIMENTO	12.26

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
2	Carlos Ferreira	1962	M 60		ESCOLA DO MOVIMENTO	13.17
3	Jorge Rio Cardoso (X)	1958	M 60		C BENFICA ABRANTES	24.87

Peso F45 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Graça Costa	1977	M 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	6.65	6.38	5.87	6.65	6.22
2	Ana Frutuoso	1974	M 45		LINDA-A-PASTORA S C	6.44	6.36	6.41	6.44	6.20
3	Sofia Pinheiro	1975	M 45		A NATUREZA ENSINA	5.89	X	5.89	5.82	5.57
4	Maria José Ferreira	1973	M 45		GDRC PONTERROLENSE	5.83	X	5.83	5.71	5.60
5	Marina Guita	1976	M 45		C L A COMPETIÇÃO	5.24	4.92	5.24	4.99	5.21
6	Ana Santos	1974	M 45		S S T S JOÃO MADEIRA	4.77	4.77	4.46	4.62	4.74
7	Carla Pedrosa	1973	M 45		C F OS BELENENSES	4.68	X	4.68	4.43	4.23
8	Carla Coelho (X)	1974	M 45		C F OS BELENENSES	4.15	4.11	4.15	3.64	3.92
9	Susana De Jesus (X)	1977	M 45		NASCIDOS PARA CORRER	4.13	3.97	4.13	3.91	X
10	Ana Ribeiro (X)	1974	M 45		ASS VALE GRANDE	4.09	3.07	3.46	3.60	4.09

Peso F40 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Kseniia Yatsenko	1979	M 40	UKR	S CLUBE DE BRAGA	10.62	9.54	10.01	9.99	10.62
2	Susana Flores	1981	M 40		A D R E PALHAÇA	9.84	9.01	9.84	9.45	9.56
3	Carina Pinto	1981	M 40		C DESP C+S LAVRA	9.43	8.93	9.43	9.17	X
4	Cláudia Vilarinho	1978	M 40		C F OLIVEIRA DOURO	7.34	7.34	6.99	X	X
5	Tatiana Aguiar	1979	M 40	BRA	C F OLIVEIRA DOURO	6.99	6.62	6.95	6.99	6.84
6	Mónica Miler	1981	M 40		C F OS BELENENSES	6.47	X	-	6.24	6.47
7	Ana Vieira	1979	M 40		C F OLIVEIRA DOURO	6.12	5.55	5.40	5.71	6.12
8	Patrícia Silva	1978	M 40		A C D DE CESAR	6.07	5.89	5.66	6.07	6.07
9	Filipa Lopes	1978	M 40		C BENFICA ABRANTES	5.74	5.66	5.74	5.65	5.07
10	Susana Silva	1980	M 40		S S T S JOÃO MADEIRA	5.46	X	5.38	5.46	5.41
11	Inês Bernardo	1981	M 40		C F OS BELENENSES	5.39	4.57	4.93	4.87	5.39
12	Sofia Monteiro	1980	M 40		A NATUREZA ENSINA	5.13	4.67	4.77	5.13	4.45
13	Paula Fernandes	1978	M 40		C F OS BELENENSES	5.09	-	5.09	5.03	4.74

60M Barreiras M55 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Luís Inocêncio	1968	M 55		A C R SRA DESTERRO	9.55
2	Rui Santiago	1967	M 55		FUNDAÇÃO SALESIANOS	10.04
3	Paulo Vilaça	1964	M 55		ESCOLA DO MOVIMENTO	12.15
4	Fernando Silva (X)	1965	M 55		C D C NAVAIS	13.02

60M Barreiras M50 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Orlando Alves	1972	M 50		C F OS BELENENSES	10.37
2	Miguel Nascimento	1970	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	10.54
3	António Araújo	1972	M 50		N A DE CUCUJÃES	11.11
4	João Cerqueira	1971	M 50		G JUV VILA DE PUNHE	12.31
5	Carlos Eusébio (X)	1972	M 50		C D C NAVAIS	12.42
DNF	Rui Lacerda	1972	M 50		ASS VALE GRANDE	x

60M Barreiras M45 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	George Silva	1976	M 45		C BENFICA DE LEIRIA	10.36
2	António Mouro	1976	M 45		A NATUREZA ENSINA	11.48
3	Paulo Costa (X)	1976	M 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	12.34



60M Barreiras M40 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Luís Jesus	1982	M 40		GRECAS - VAGOS	10.75
2	Sérgio Lima (X)	1982	M 40		G JUV VILA DE PUNHE	12.46

60M Barreiras M35 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Leonel Rosado	1986	M 35		ACADEMIA DE VALDEVEZ	9.76
2	Pedro Vieira (X)	1984	M 35		N A DE CUCUJÃES	11.58
3	Gonçalo Ferraz (X)	1983	M 35		LINDA-A-PASTORA S C	12.45
DNF	Carlos Alves	1983	M 35	BRA	A C VALE S MARTINHO	x

400 Metros F80 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Olinda Ivars (X)	1940	M 80		SPORTING C P	2:57.24

400 Metros F65 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Vanda Augusto	1954	M 65		A NATUREZA ENSINA	98.86
2	Alice Machado (X)	1957	M 65		1º DEZEMBRO QUEIJAS	2:02.74

400 Metros F60 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Eugénia Izaias	1963	M 60		A NATUREZA ENSINA	80.03

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Helena Mourão	1960	M 60		A C R SRA DESTERRO	87.08
2	Isabel Parracho	1960	M 60		GRECAS - VAGOS	87.94
3	Elsa Bruxelas	1959	M 60		C F OS BELENENSES	89.53
4	Clara Mina	1960	M 60		C A VALE DE FIGUEIRA	90.67

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

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Joaquim Carvalho	1941	M 80		C VETERANOS COIMBRA	2.55	2.55		2.40		1.48		-	
DNF	Manuel Maia	1940	M 80		C L A COMPETIÇÃO	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	3.52	3.26		3.52		3.38		X	
2	Fernando Silva	1947	M 75		C BENFICA ABRANTES	3.15	3.15		3.13		-		-	

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

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Marcelo Ribeiro	1953	M 70		C VETERANOS COIMBRA	3.23	2.69		3.08		3.03		3.23	
2	José Ribeiro (X)	1951	M 70		C VETERANOS COIMBRA	2.32	2.32		X		2.27		X	
3	Joaquim Costa (X)	1951	M 70		ASS DESP PALMEIROS	1.49	X		X		1.49		-	



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	3.87	3.87		3.80		-		-	
2	João Catalão	1956	M 65		C VETERANOS COIMBRA	3.31	3.31		3.20		-		-	

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

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Camilo Rego	1959	M 60		ESCOLA DO MOVIMENTO	4.14	4.14		3.91		4.10		X	
2	Augusto Rachão	1962	M 60		S C ESPINHO	3.33	3.07		3.14		3.33		3.17	
3	Luis Guimarães	1962	M 60		ESCOLA DO MOVIMENTO	3.16	2.67		3.16		2.88		3.09	
4	Domingos Pinto	1959	M 60		C F OLIVEIRA DOURO	2.90	2.90		2.69		X			
5	Paulo Beckert (X)	1961	M 60		C F OS BELENENSES	2.77	2.69		2.77		-		-	

400 Metros F55 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Alexandra Reboredo	1967	M 55		NASCIDOS PARA CORRER	97.39
2	Armanda Pinto	1966	M 55		NASCIDOS PARA CORRER	99.29

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Luísa Coelho	1963	M 55		C F OS BELENENSES	69.99
2	Clídia Coelho	1966	M 55		C F OS BELENENSES	72.39
3	Ana Pereira	1967	M 55		C F OLIVEIRA DOURO	93.72

400 Metros F50 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Catarina Quintas	1972	M 50		Individual	78.93
2	Fátima Silva	1970	M 50		CLUBE DESP DA PÓVOA	85.51
3	Flora Carrilho	1971	M 50		C BENFICA ABRANTES	86.23
DNS	Ana Abegão	1968	M 50		C L A COMPETIÇÃO	x

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Graça Fernandes	1969	M 50		AC FERNANDA RIBEIRO	71.48
2	Anabela Ferreira	1970	M 50		C F OS BELENENSES	73.35
3	Paula Guedes	1971	M 50		C F OS BELENENSES	79.62
4	Carla Oleirinha	1970	M 50		A NATUREZA ENSINA	81.90

Série 3

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Paula Carvalho	1972	M 50		ASS MOINHO VERMOIM	83.91

400 Metros F45 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Liliana Silva	1974	M 45		A D REC 4 ESTAÇÕES	77.45
2	Alexandra Silva	1976	M 45		G R QUINTA DA LOMBA	77.97
3	Carla Coelho (X)	1974	M 45		C F OS BELENENSES	92.12

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Sofia Jorge	1978	M 45		A NATUREZA ENSINA	67.87
2	Sofia Pinheiro	1975	M 45		A NATUREZA ENSINA	75.57
3	Conceição Santos	1977	M 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	77.79

Série 3

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Sónia Freitas	1973	M 45		C F OS BELENENSES	69.17
2	Rita Duarte	1976	M 45		GDRC PONTERROLENSE	75.12
3	Cristina Pedro	1977	M 45		C BENFICA ABRANTES	76.34

400 Metros F40 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Paula Fernandes	1978	M 40		C F OS BELENENSES	72.52
2	Sónia Félix	1982	M 40		RUNRIVER - RIO TINTO	77.91
3	Vera Martins (X)	1978	M 40		C BENFICA ABRANTES	89.74

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Manuela Borges	1980	M 40		AA LACOBRIGENSE	68.17
2	Mónica Miler	1981	M 40		C F OS BELENENSES	68.69
3	Márcia Santos	1982	M 40		A NATUREZA ENSINA	70.08

400 Metros F35 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Liliana Manhente	1985	M 35		GRUPO REC EIRENSE	66.03
2	Isabel Sousa	1984	M 35		CLUBE DESP DA PÓVOA	66.28
3	Filipa Cancela	1983	M 35		Individual	68.54
4	Ângela Ricardo	1987	M 35		A NATUREZA ENSINA	72.60

400 Metros M85 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Bernardino Pereira	1936	M 85		C F OS BELENENSES	1:45.49

400 Metros M75 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	José Magalhães	1945	M 75		ASS MOINHO VERMOIM	84.73
2	Fernando Santos (X)	1943	M 75		ATLETAS FIM SEMANA	93.52
3	José Tomé (X)	1946	M 75		C D AREIAS S. JOÃO	1:49.73

400 Metros M70 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	José Amigo	1952	M 70		A NATUREZA ENSINA	78.89
2	José Bordalo (X)	1952	M 70		Individual	90.83
3	Hélder Rodrigues (X)	1952	M 70		A D R E PALHAÇA	1:40.76

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Fernando Chamusca	1950	M 70		A NATUREZA ENSINA	71.96
2	Adérito Alves	1951	M 70		S C SALGUEIROS	74.51
3	Adão Dias	1951	M 70		NASCIDOS PARA CORRER	83.81

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	4.70	4.47		4.60		4.68		4.70	
2	António Rodrigues	1965	M 55		A C R SRA DESTERRO	3.87	3.67		3.87		X		3.57	
3	Vasco Araújo	1964	M 55		C VETERANOS COIMBRA	3.12	3.12		X		X		X	
4	Francisco Carvalho (X)	1966	M 55		C F OLIVEIRA DOURO	2.98	2.46		2.81		2.93		2.98	



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
5	Giuseppe Baldassarre (X)	1966	M 55	ITA	C VETERANOS COIMBRA	2.81	2.52	2.47	2.81	X				
NM	Armindo Araújo	1964	M 55		LIBERDADE F C	x	X	X	X	X				

Comprimento M50 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Ernesto Pinto	1971	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	5.51	4.97	5.51	5.38	5.46				
2	Orlando Alves	1972	M 50		C F OS BELENENSES	5.33	5.26	5.33	5.32	5.11				
3	Luís Ferreira	1973	M 50		C F OS BELENENSES	5.08	5.08	4.96	4.76	X				
4	Reinaldo Fernandes	1970	M 50		C F OS BELENENSES	4.66	4.58	4.66	4.46	X				
5	Carlos Costa	1970	M 50		A NATUREZA ENSINA	4.55	4.29	3.93	4.55	4.50				
6	Lúcio Alves	1971	M 50		C F OS BELENENSES	4.05	3.77	4.05	3.90					
7	Adelino Oliveira	1968	M 50		C BENFICA ABRANTES	4.00	3.95	X	4.00	3.90				
8	Rui Lacerda	1972	M 50		ASS VALE GRANDE	3.72	X	3.67	3.72	X				
9	Vítor Salvador	1971	M 50		A C R SRA DESTERRO	3.71	3.71	3.68	3.67	2.57				
10	José Rocha	1971	M 50		GRECAS - VAGOS	3.61	3.33	3.52	3.61	3.48				
11	Joaquim Pereira (X)	1968	M 50		C F OLIVEIRA DOURO	3.06	2.72	3.00	3.06	2.94				
12	João Cerqueira (X)	1971	M 50		G JUV VILA DE PUNHE	2.85	2.79	2.85						
DNS	António Araújo	1972	M 50		N A DE CUCUJÃES	x								
DNS	Luís Dias	1970	M 50		C F OS BELENENSES	x								

400 Metros M65 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Manuel Rodrigues	1954	M 65		S C ESPINHO	74.54
2	António Pereira	1954	M 65		NASCIDOS PARA CORRER	78.35
3	José Gomes (X)	1953	M 65		C D C NAVAIS	82.88
DNS	Anselmo Moreira	1954	M 65		C F OLIVEIRA DOURO	x

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Aires Pratas	1955	M 65		C A VALE DE FIGUEIRA	74.78
2	António Inácio (X)	1956	M 65		GDRC PONTERROLENSE	80.75
3	José Luis Pires (X)	1956	M 65		A NATUREZA ENSINA	84.25

400 Metros M60 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Rogério Sarmiento	1960	M 60		NASCIDOS PARA CORRER	74.93
2	Domingos Pinto	1959	M 60		C F OLIVEIRA DOURO	75.44
3	Emanuel Madureira (X)	1961	M 60		NASCIDOS PARA CORRER	81.98
4	Jorge Rio Cardoso (X)	1958	M 60		C BENFICA ABRANTES	85.09

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Alberto Sampaio	1961	M 60		BOAVISTA F C	66.19
2	Jorge Santos	1961	M 60		OLÍMPICO C LAGOS	67.27
3	Alberto Covas (X)	1959	M 60		A NATUREZA ENSINA	84.74
DNS	Carlos Fortunato	1960	M 60		C F OS BELENENSES	x

400 Metros M55 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Antonio Pereira	1966	M 55		A DESP LUSTOSA	69.97
DNS	Avelino Soares	1966	M 55		C F OS BELENENSES	x
DNS	Domingos Presas	1966	M 55		NASCIDOS PARA CORRER	x



Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Fromentino Guimarães	1966	M 55		ESCOLA DO MOVIMENTO	66.72
2	Fernando Silva	1965	M 55		C D C NAVAIS	68.80
3	Fernando Rocha	1967	M 55		NASCIDOS PARA CORRER	72.73

Série 3

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Joao Guimaraes	1966	M 55		A DESP LUSTOSA	64.78
2	Pedro Silva Ferreira	1967	M 55		DESP OPERÁRIO RANGEL	65.48
3	João Rosado (X)	1963	M 55		C BENFICA ABRANTES	75.42

Série 4

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Jorge Silva Santos	1966	M 55		S C BEIRA-MAR	59.54
2	Paulo Viana	1968	M 55		ESCOLA DO MOVIMENTO	60.75
3	Jose Pedro Vieira	1966	M 55		C SPIRIDON DE GAIA	63.01
4	José Morais (X)	1968	M 55		NASCIDOS PARA CORRER	76.57

Série 5

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Francisco Rocha	1963	M 55		N A R MESSEJANA	62.39
2	Manuel Marinho (X)	1967	M 55		ASS MOINHO VERMOIM	77.63
3	Giuseppe Baldassarre (X)	1966	M 55	ITA	C VETERANOS COIMBRA	81.72
DNS	António Aguiar	1963	M 55		GDRC PONTERROLENSE	x

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

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	João Prisal	1972	M 50		ASS DESP PALMEIROS	66.27
2	Paulo Baptista	1970	M 50		C BENFICA ABRANTES	67.29
3	José Carlos Sousa	1972	M 50		C BENFICA ALGUEIRÃO	71.89
4	Rui Jorge	1969	M 50		A NATUREZA ENSINA	71.99

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Paulo Silva	1971	M 50		CLUBE DESP DA PÓVOA	64.25
2	Nuno Queija	1972	M 50		C F OS BELENENSES	65.43
3	Rui Avelans Coelho	1972	M 50		C F OS BELENENSES	66.57

Série 3

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Lúcio Alves	1971	M 50		C F OS BELENENSES	63.39
2	Manuel Cardoso	1970	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	64.67
3	António Carvalho (X)	1968	M 50		C L A COMPETIÇÃO	81.44
4	Américo Pereira (X)	1971	M 50		C F OLIVEIRA DOURO	84.96

Série 4

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Eugenio Costa	1969	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	57.16
2	João Carlos Gomes	1969	M 50		C F OS BELENENSES	57.51
3	Paulo Ribeiro	1968	M 50		CLUBE RAQUEL CABAÇO	70.77
4	José Rui Pereira (X)	1968	M 50		ASS MOINHO VERMOIM	81.67

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	6.11	5.86	X	X	6.11				
2	Selwin Wever	1974	M 45		C F OS BELENENSES	5.53	5.47	5.02	5.53	5.48				
3	Francisco Marques	1977	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	5.26	5.11	X	5.05	5.26				



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
4	Gonçalo Pacheco	1978	M 45		C ATLETISMO FUNCHAL	5.09	4.90		X	4.35		5.09		
5	António Mouro	1976	M 45		A NATUREZA ENSINA	4.87	4.16		4.57	4.64		4.87		
6	Luís Lima	1977	M 45		GRECAS - VAGOS	4.74	4.43		4.74	4.64		-		
7	Telmo Cardoso	1975	M 45		A DESP LUSTOSA	4.60	4.60		4.11	4.45		4.00		
8	Joaquim Vaz	1975	M 45		C F OS BELENENSES	4.54	4.54		4.30	4.50		4.49		
9	Artur Cota	1974	M 45		1º DEZEMBRO QUEIJAS	4.30	3.61		3.76	3.84		4.30		
10	Paulo Custódio	1976	M 45		C F OS BELENENSES	4.10	3.98		4.10	X		3.98		
11	Luís Palma	1973	M 45		C F OS BELENENSES	3.57	3.05		3.44	3.30		3.57		

400 Metros M45 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Horácio Oliveira	1974	M 45		C F OS BELENENSES	60.74
2	David Silva	1978	M 45		GRECAS - VAGOS	63.11
3	Pedro Teixeira	1973	M 45		NASCIDOS PARA CORRER	63.13
4	Luís Ribeiro (X)	1974	M 45		ASS VALE GRANDE	73.66

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Joaquim Lopes	1977	M 45		A FIGUEIREDO RUNNERS	59.86
2	Manuel Silva	1975	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	62.10
3	Daniel Custódio	1976	M 45		C F OS BELENENSES	65.51
4	Ezequiel Fernandes (X)	1974	M 45		ESCOLA DESP LIMIANA	69.89

Série 3

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Nelson Tembe	1973	M 45	ANG	1º DEZEMBRO QUEIJAS	61.68
2	Luís Quintas	1976	M 45		C BENFICA ABRANTES	63.19
3	Telmo Cardoso	1975	M 45		A DESP LUSTOSA	63.84
4	Joaquim Leal (X)	1973	M 45		GDRC PONTERROLENSE	70.30

Série 4

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Ricardo Carvalho	1976	M 45		C F OS BELENENSES	55.33
2	José Júlio	1976	M 45		C F OS BELENENSES	55.58
3	Tomás Marinho (X)	1973	M 45		ASS MOINHO VERMOIM	74.61
DNS	Manuel Valente	1975	M 45		A C D DE CESAR	x

400 Metros M40 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	David Karin	1978	M 40		ASS DESP PALMEIROS	62.90
2	Rui Costa	1981	M 40		C D C NAVAIS	64.58
3	Nelson Marques	1981	M 40		C BENFICA ABRANTES	65.84

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Bruno Monteiro	1981	M 40		NASCIDOS PARA CORRER	60.28
2	Jorge Fontes	1981	M 40		C D C NAVAIS	60.48
3	Jacinto Rodrigues (X)	1979	M 40		C D C NAVAIS	68.58

Série 3

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Tony Calvo	1981	M 40		ESCOLA DO MOVIMENTO	56.34
2	Ricardo Santos	1981	M 40		C F OS BELENENSES	60.85
3	Sérgio Lima	1982	M 40		G JUV VILA DE PUNHE	63.46

400 Metros M35 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Cláudio Resende	1986	M 35		N A DE CUCUJÃES	56.23
2	Vitor Santos	1984	M 35		GRECAS - VAGOS	57.54
3	Ricardo Rocha	1984	M 35		GRECAS - VAGOS	59.66

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Joatan Santos	1983	M 35	BRA	N BARROSAS AMADOR	54.74
2	Fernando Almeida	1987	M 35		GIRA SOL	57.42
3	Bruno Santiago	1983	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	58.80
4	Rui Milagaia	1985	M 35		C BENFICA ABRANTES	63.84

Série 3

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Pedro Braz Correia	1986	M 35		AA LACOBRIENSE	53.96
2	Celso Pinto	1984	M 35		C F OS BELENENSES	54.03
3	Pedro Porfírio	1983	M 35		GDRC PONTERROLENSE	62.44
4	Nuno Soares (X)	1983	M 35		S S T S JOÃO MADEIRA	75.86

1.500 Metros F65 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Vanda Augusto	1954	M 65		A NATUREZA ENSINA	7:31.25

1.500 Metros 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	5:55.83
2	Lina Brito	1961	M 60		C R D SANTALUZIENSE	6:04.75
3	Conceição Pereira	1961	M 60		C A VALE DE FIGUEIRA	6:13.25
4	Rosa Pinto	1961	M 60		NASCIDOS PARA CORRER	6:29.53

1.500 Metros F55 | MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Chantal Xhervelle	1968	M 55	BEL	A NATUREZA ENSINA	6:10.82
2	Elsa Oliveira	1965	M 55		ASS DESP PALMEIROS	6:29.44
3	Delfina Rompante	1964	M 55		A FIGUEIREDO RUNNERS	6:31.08
4	Ana Pereira	1967	M 55		C F OLIVEIRA DOURO	6:51.74
5	Alexandra Reboredo	1967	M 55		NASCIDOS PARA CORRER	7:29.99

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

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Gaspar Araújo	1981	M 40		N A DE CUCUJÃES	6.22	X		6.22		X			-
2	Lenine Cunha	1982	M 40		C F OLIVEIRA DOURO	6.08	6.04		X		6.08		6.06	
3	Luís Fernandes	1982	M 40		G DESP CAVADAS	5.34	5.28		5.34		5.13		5.22	
4	Fernando Patrício	1979	M 40		C F OLIVEIRA DOURO	4.92	4.92		4.84		4.62		4.55	
5	Pedro Correia	1981	M 40		C F OS BELENENSES	4.85	4.12		4.58		4.85		-	
6	Bruno Martins	1982	M 40		A C R SRA DESTERRO	4.52	4.28		4.19		4.51		4.52	
7	Hugo Borges	1982	M 40		ASS DESP PALMEIROS	4.06	X		4.06		3.51		X	
NM	Rider Costa	1980	M 40		GIRA SOL		x		-		-		-	

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	6.43	6.43		5.08		6.42		6.22	



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
2	Leonel Rosado	1986	M 35		ACADEMIA DE VALDEVEZ	5.82	5.82		5.66		5.53		X	
3	Tiago Silva	1984	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	4.47	4.47		3.61		4.33		3.87	
4	João Parente	1987	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	4.43	4.43		4.39		4.11		4.15	
5	André Ciriaco	1985	M 35		C F OS BELENENSES	4.10	4.10	X		X			-	
6	Paulo Patrício	1985	M 35		N D CULTURAL ODEMIRA	4.04	4.01		4.04		4.01		3.22	
7	Filipe Correia	1983	M 35		A NATUREZA ENSINA	4.02	3.83		3.86		3.85		4.02	
8	Nuno Soares (X)	1983	M 35		S S T S JOÃO MADEIRA	2.54	2.43		2.53		2.54		-	

1.500 Metros F50 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Beatriz Fernandes	1969	M 50		C F OS BELENENSES	5:34.01
2	Deolinda Oliveira	1968	M 50		E ATLETISMO TROFA	5:45.46
3	Florinda Fernandes	1969	M 50		C A MAZAREFES	5:58.20
4	Ana Rosário	1972	M 50		A NATUREZA ENSINA	6:10.64
5	Paula Carvalho	1972	M 50		ASS MOINHO VERMOIM	6:43.40
6	Paula Varelas	1971	M 50		C BENFICA ABRANTES	7:13.70
DNS	Susana Duarte	1971	M 50		S S T S JOÃO MADEIRA	x
DNF	Carla Mendes	1971	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	x

1.500 Metros F45 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Estela Melo	1976	M 45		U DESP DA VÁRZEA	4:54.35
2	Sabina Neca	1976	M 45		A C R SRA DESTERRO	5:05.53
3	Elsa Miranda	1978	M 45		A NATUREZA ENSINA	5:37.90
4	Cristina Pedro	1977	M 45		C BENFICA ABRANTES	5:45.58
5	Marlene Ferreira	1976	M 45		N BARROSAS AMADOR	6:02.75
6	Sandra Campos	1977	M 45		C SPIRIDON DE GAIA	6:03.62
7	Maria José Lopes	1977	M 45		N BARROSAS AMADOR	6:05.78
8	Marta Mendes	1975	M 45		ESCOLA DO MOVIMENTO	6:27.31
9	Paula Simões	1974	M 45		A NATUREZA ENSINA	6:36.24
DNF	Isabel Azevedo	1973	M 45		A C D DE CESAR	x

1.500 Metros F40 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Paula Costa	1979	M 40		ACADEMIA DE VALDEVEZ	5:17.47
2	Sofia Monteiro	1980	M 40		A NATUREZA ENSINA	5:35.33
3	Magda Reina	1980	M 40		N BARROSAS AMADOR	5:40.68
4	Márcia Santos	1982	M 40		A NATUREZA ENSINA	5:56.94
5	Dina Oliveira	1979	M 40		A NATUREZA ENSINA	6:02.82
6	Catarina Palma	1981	M 40		ASS DESP PALMEIROS	6:18.72
DNS	Marisa Costa	1979	M 40		1º DEZEMBRO QUEIJAS	x

1.500 Metros F35 | MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Tânia Cruz	1986	M 35		A C R SRA DESTERRO	5:12.11
2	Inês Mendes	1986	M 35		S C FREAMUNDE	5:33.45
3	Ângela Ricardo	1987	M 35		A NATUREZA ENSINA	5:43.49

1.500 Metros M85 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Bernardino Pereira	1936	M 85		C F OS BELENENSES	7:31.40



1.500 Metros M80 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	José Ferreira	1942	M 80		N D CULTURAL ODEMIRA	7:22.94
2	Francisco Cipriano (X)	1942	M 80		AMCR FONTE GRADA	10:34.00

1.500 Metros M75 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Adelino Moutinho	1947	M 75		BOAVISTA F C	5:50.28
2	José Magalhães	1945	M 75		ASS MOINHO VERMOIM	6:18.34

1.500 Metros M70 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Fernando Chamusca	1950	M 70		A NATUREZA ENSINA	5:42.27
2	Adérito Alves	1951	M 70		S C SALGUEIROS	5:44.22
3	Jaime Silva	1952	M 70		ASS DESP PALMEIROS	6:09.05
4	José Bordalo	1952	M 70		Individual	6:49.85
5	Adão Dias (X)	1951	M 70		NASCIDOS PARA CORRER	7:15.90
DNS	José Ribeiro	1951	M 70		C VETERANOS COIMBRA	x

1.500 Metros M65 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	José Ferreira	1956	M 65		M JUVENTUDE MERELIM	5:20.01
2	Pedro Terra	1957	M 65		S S T S JOÃO MADEIRA	5:29.31
3	Manuel Rodrigues	1954	M 65		S C ESPINHO	5:34.52
4	Joaquim Moura	1955	M 65		C L A COMPETIÇÃO	5:55.80
5	António Pereira	1954	M 65		NASCIDOS PARA CORRER	6:07.71
6	António Inácio	1956	M 65		GDRC PONTERROLENSE	6:24.64
7	João Marques	1953	M 65		C ATLETISMO DE SEIA	6:39.98
DNF	Aires Pratas	1955	M 65		C A VALE DE FIGUEIRA	x

1.500 Metros M60 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	João Veiga	1959	M 60		A NATUREZA ENSINA	4:56.16
2	Manuel Costa	1963	M 60		A DESP LUSTOSA	4:56.64
3	António Antunes	1961	M 60		A NATUREZA ENSINA	5:07.42
4	Alexandre Ferreira	1962	M 60		VIZELA CORRE	5:07.49
5	Hermínio Martins	1958	M 60		A C R SRA DESTERRO	5:26.34
6	Augusto Rachão	1962	M 60		S C ESPINHO	5:40.26
7	Rogério Sarmento	1960	M 60		NASCIDOS PARA CORRER	6:03.02
8	Emanuel Madureira	1961	M 60		NASCIDOS PARA CORRER	6:17.77
DNS	Vítor Figueiredo	1962	M 60		A FIGUEIREDO RUNNERS	x

1.500 Metros M55 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Armando Araújo	1964	M 55		LIBERDADE F C	5:31.21
2	Júlio Barros	1967	M 55		NASCIDOS PARA CORRER	5:35.44
3	Carlos Pinto	1965	M 55		C BENFICA ABRANTES	5:44.78
4	José Morais	1968	M 55		NASCIDOS PARA CORRER	5:54.03
5	Fernando Rocha	1967	M 55		NASCIDOS PARA CORRER	5:56.73
6	Manuel Marinho (X)	1967	M 55		ASS MOINHO VERMOIM	6:29.84
DNS	Manuel Figueiredo	1965	M 55		A FIGUEIREDO RUNNERS	x

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Joaquim Figueiredo	1967	M 55		C D S SALVADOR CAMPO	4:29.96
2	Mário Silva	1963	M 55		A C R SRA DESTERRO	4:58.62
3	Vicent Sobrinho	1965	M 55	BRA	C F OS BELENENSES	5:02.50
4	Antonio Pereira	1966	M 55		A DESP LUSTOSA	5:05.84
5	Fernando Figueiredo	1964	M 55		A FIGUEIREDO RUNNERS	5:06.03
6	António Patrício	1964	M 55		A D REC 4 ESTAÇÕES	5:18.08
7	Domingos Presas	1966	M 55		NASCIDOS PARA CORRER	5:34.16
DNS	António Aguiar	1963	M 55		GDRC PONTERROLENSE	x
DNS	Joaquim Belchior	1967	M 55		A NATUREZA ENSINA	x

1.500 Metros M50 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Nuno Queija	1972	M 50		C F OS BELENENSES	5:14.86
2	José Massuça	1971	M 50		C F OS BELENENSES	5:17.55
3	Rui Avelans Coelho	1972	M 50		C F OS BELENENSES	5:18.31
4	Abílio Silva	1972	M 50		GDRC PONTERROLENSE	5:18.81
5	Carmindo Soares	1968	M 50		M JUVENTUDE MERELIM	5:19.89
6	Gonçalo Ferreira	1972	M 50		C F OS BELENENSES	5:24.10
7	Paulo Baptista	1970	M 50		C BENFICA ABRANTES	5:32.42
8	Vítor Sá (X)	1971	M 50		A C D DE CESAR	5:47.47
9	José Carlos Sousa (X)	1972	M 50		C BENFICA ALGUEIRÃO	6:15.09
10	José Rui Pereira (X)	1968	M 50		ASS MOINHO VERMOIM	6:30.90
11	Paulo Carvalho (X)	1970	M 50		S C FREAMUNDE	6:34.65
12	Joaquim Pereira (X)	1968	M 50		C F OLIVEIRA DOURO	6:35.52

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Augusto Costa	1969	M 50		A.MONT/ESCOLA DO RIO	4:21.09
2	Álvaro Oliveira	1969	M 50		ASS DESP PALMEIROS	4:41.19
3	José Vilela	1972	M 50		Individual	4:46.75
4	Francisco Goncalves	1970	M 50		ASS DESP PALMEIROS	4:48.02
5	Gustavo Santos	1972	M 50		C F OS BELENENSES	4:48.41
6	Rui Alves	1971	M 50		A C R SRA DESTERRO	5:01.24
7	José Fachadas	1970	M 50		A NATUREZA ENSINA	5:03.21
8	Vítor Salvador	1971	M 50		A C R SRA DESTERRO	5:08.23
9	Luís Filipe Rosa	1971	M 50		C ATLETISMO DE SEIA	5:13.61
10	João Prisal	1972	M 50		ASS DESP PALMEIROS	5:18.59
11	Cesário Simões	1969	M 50		C ATLETISMO DE SEIA	5:27.17
12	Manuel Cardoso	1970	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	5:30.13

1.500 Metros M45 | MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Augusto Lopes	1977	M 45		M JUVENTUDE MERELIM	4:49.78
2	Luís Quintas	1976	M 45		C BENFICA ABRANTES	4:51.13
3	Filipe Lima	1974	M 45		ESCOLA DESP LIMIANA	5:00.77
4	Pedro Teixeira	1973	M 45		NASCIDOS PARA CORRER	5:03.43
5	Mário Cardoso	1976	M 45		C ATLETISMO DE SEIA	5:07.30
6	Alexandre Pedrosa	1975	M 45		C F OS BELENENSES	5:22.18
7	Jóice Jesus (X)	1975	M 45		NASCIDOS PARA CORRER	5:42.72
8	Tomás Marinho (X)	1973	M 45		ASS MOINHO VERMOIM	6:19.24

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Luís Rações	1976	M 45		C A VALE DE FIGUEIRA	4:26.10
2	Rudimar Moura	1976	M 45	BRA	C F OS BELENENSES	4:26.27
3	Carlos Saias	1973	M 45		A NATUREZA ENSINA	4:31.50



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO

100 ANOS
1921 - 2021

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
4	João Paulo Ferreira	1976	M 45		A C R SRA DESTERRO	4:39.86
5	Joaquim Lopes	1977	M 45		A FIGUEIREDO RUNNERS	4:41.52
6	Nuno Sousa	1974	M 45		A D REC 4 ESTAÇÕES	4:43.28
7	Tiago Marques	1977	M 45		A C R SRA DESTERRO	4:44.06
8	Lourenço Barcelos	1977	M 45		Individual	4:48.95
9	António Reis	1974	M 45		A NATUREZA ENSINA	4:58.61
10	Miguel Figueiredo	1973	M 45		A FIGUEIREDO RUNNERS	5:11.12

1.500 Metros M40 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	António Carvalho	1979	M 40		ASS MONDIM ATLETISMO	4:24.66
2	Marco Alves	1981	M 40		AMIGOS DO PEDAL	4:39.50
3	Nelson Fonseca	1978	M 40		ASS DESP PALMEIROS	4:53.52
4	David Karin	1978	M 40		ASS DESP PALMEIROS	4:55.36
5	Licínio Matos	1982	M 40		N D CULTURAL ODEMIRA	4:58.71
6	Bruno Monteiro	1981	M 40		NASCIDOS PARA CORRER	5:00.35
7	Nelson Marques	1981	M 40		C BENFICA ABRANTES	5:09.11
8	Hugo Borges	1982	M 40		ASS DESP PALMEIROS	5:14.01
9	José Ferreira (X)	1979	M 40		1º DEZEMBRO QUEIJAS	5:21.11
10	Domingos Silva (X)	1980	M 40		NASCIDOS PARA CORRER	5:27.78
DNS	Paulo Martins	1982	M 40		VIZELA CORRE	x
DNS	Agostinho Figueiredo	1979	M 40		A FIGUEIREDO RUNNERS	x

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Mihail Lalev	1982	M 40		M JUVENTUDE MERELIM	4:14.09
2	Nuno Miguel Costa	1981	M 40		C D S SALVADOR CAMPO	4:14.85
3	Adelino Monteiro	1981	M 40		A NATUREZA ENSINA	4:17.43
4	Manuel Rodrigues	1980	M 40		A ACAD BELA VISTA	4:18.89
5	Jorge Neto	1982	M 40		N BARROSAS AMADOR	4:20.02
6	Pedro Guimarães	1980	M 40		INGLESES F C	4:27.18
7	Virgílio Bastos	1978	M 40		C A MARINHA GRANDE	4:29.72
8	Miguel Maia	1979	M 40		A C PÓVOA DE VARZIM	4:34.01
9	Nuno Fernandes	1982	M 40		FAFE RUNNERS	4:48.49
DNS	Helder Carminé	1979	M 40		A NATUREZA ENSINA	x

1.500 Metros M35 | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Luís Dantas	1984	M 35		ESCOLA DESP LIMIANA	4:32.35
2	João Da Cruz	1985	M 35		CB RUN	4:33.17
3	Rodolfo Vilela	1988	M 35	BRA	C F OS BELENENSES	4:36.94
4	Paulo Lopes	1983	M 35		TEAM EL COMANDANTE	4:40.80
5	João Correia	1987	M 35		AA LACOBRIENSE	4:44.95
6	Pedro Porfírio	1983	M 35		GDRC PONTERROLENSE	4:45.64
7	Hélder Silva	1984	M 35		VIZELA CORRE	4:45.69
8	Rui Milagaia	1985	M 35		C BENFICA ABRANTES	4:48.70
9	Marco Cunha (X)	1985	M 35		S C FREAMUNDE	5:11.82

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Ricardo Paixão	1986	M 35		BEJA ATLÉTICO CLUBE	4:07.27
2	Tiago Correia	1986	M 35		C ATLETISMO DE SEIA	4:11.29
3	Fernando Lemos	1983	M 35		GRECAS - VAGOS	4:11.76
4	Pedro Braz Correia	1986	M 35		AA LACOBRIENSE	4:12.61
5	Tiago Graça	1987	M 35		RUN TEJO-PREV.SPRAIN	4:13.69
6	Sérgio Rodrigues	1985	M 35		NASCIDOS PARA CORRER	4:19.14
7	André Alves	1986	M 35		C F OS BELENENSES	4:20.39



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
8	André Pinto	1984	M 35		S C FREAMUNDE	4:21.95
9	Ricardo Silva	1985	M 35		NASCIDOS PARA CORRER	4:24.06
DNF	Bruno Carvalho	1984	M 35		Individual	x

3.000 Metros F65 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Vanda Augusto	1954	M 65		A NATUREZA ENSINA	16:57.81

3.000 Metros F60 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Fátima Dantas	1962	M 60		G JUV VILA DE PUNHE	12:33.42
2	Lina Brito	1961	M 60		C R D SANTALUZIENSE	12:43.37
3	Conceição Pereira	1961	M 60		C A VALE DE FIGUEIRA	13:02.57
4	Rosa Pinto	1961	M 60		NASCIDOS PARA CORRER	13:11.33
5	Anabela Pereira	1960	M 60		A NATUREZA ENSINA	13:57.46

3.000 Metros F55 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Rosa Trancoso	1968	M 55		AC FERNANDA RIBEIRO	11:56.40
2	Lídia Pereira	1967	M 55		GRECAS - VAGOS	12:00.16
3	Chantal Xhervelle	1968	M 55	BEL	A NATUREZA ENSINA	12:50.14
4	Elsa Oliveira	1965	M 55		ASS DESP PALMEIROS	13:46.56
5	Ana Pereira	1967	M 55		C F OLIVEIRA DOURO	14:41.32
DNS	Delfina Rompante	1964	M 55		A FIGUEIREDO RUNNERS	x

3.000 Metros F50 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Beatriz Fernandes	1969	M 50		C F OS BELENENSES	12:01.73
2	Deolinda Oliveira	1968	M 50		E ATLETISMO TROFA	12:04.03
3	Manuela Gonçalves	1970	M 50		C P T SOBRAL CEIRA	12:27.30
4	Florinda Fernandes	1969	M 50		C A MAZAREFES	12:40.47
5	Ana Rosário	1972	M 50		A NATUREZA ENSINA	13:07.39
6	Flora Carrilho	1971	M 50		C BENFICA ABRANTES	14:36.15
7	Paula Varelas	1971	M 50		C BENFICA ABRANTES	15:14.72
DNS	Susana Duarte	1971	M 50		S S T S JOÃO MADEIRA	x

3.000 Metros F45 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Estela Melo	1976	M 45		U DESP DA VÁRZEA	10:33.73
2	Sabina Neca	1976	M 45		A C R SRA DESTERRO	10:48.19
3	Elsa Miranda	1978	M 45		A NATUREZA ENSINA	11:58.66
4	Cristina Pedro	1977	M 45		C BENFICA ABRANTES	11:59.03
5	Sandra Campos	1977	M 45		C SPIRIDON DE GAIA	12:10.44

Tripla Salto 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	5.09	5.09	4.83	-	-	-	-	-	-

Tripla Salto 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	7.81	7.52	7.81	7.58	-	-	-	-	-



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
2	Mª Fátima Carrelo	1963	M 55		C L A COMPETIÇÃO	5.60	5.32	-	-	-	-	-	5.60	-

Triplo Salto 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	8.11	7.71		X		8.10		8.11	
2	Anabela Santos	1972	M 50		S S T S JOÃO MADEIRA	6.73	6.24		6.53		6.41		6.73	
3	Filomena Rebelo	1973	M 50		CASA POVO CORROIOS	6.58	6.00		5.98		6.58		6.46	
4	Ana Abegão	1968	M 50		C L A COMPETIÇÃO	5.59	5.59		-		X		X	

Triplo Salto 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	8.74	8.61		8.67		8.74		8.24	
2	Carla Reis	1977	M 45		GRECAS - VAGOS	8.70	8.02		7.74		X		8.70	
3	Graça Costa	1977	M 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	6.23	6.23		X		6.09		-	
4	Marina Guita	1976	M 45		C L A COMPETIÇÃO	5.60	5.60		X		X		-	
NM	Bárbara Moreira	1974	M 45		ESCOLA DO MOVIMENTO				x					

Salto em Altura M55 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1.00	1.05	1.10	1.15	1.20	1.25	1.30	1.35	1.40	1.45	1.50
1	Jose Pedro Vieira	1966	M 55		C SPIRIDON DE GAIA	1.45	-	-	-	-	-	-	O	-	O	O	XXX
2	Carlos Pinto	1965	M 55		C BENFICA ABRANTES	1.30	-	-	-	-	O	O	O	XXX			
3	Vasco Araújo	1964	M 55		C VETERANOS COIMBRA	1.20	-	O	XO	XXO	O	X-	-	-	-	-	
4	Vicent Sobrinho	1965	M 55	BRA	C F OS BELENENSES	1.15	O	O	O	O	XXX						
DNS	José Pacheco	1963	M 55		S C SALGUEIROS	SM	-										

Salto em Altura M50 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1.05	1.10	1.15	1.20	1.25	1.30	1.35	1.40	1.45	1.50	1.55	1.60	1.65	1.68
1	Ernesto Pinto	1971	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	1.60	-	-	-	-	-	-	-	O	O	XO	O	O	O	XX
2	Orlando Alves	1972	M 50		C F OS BELENENSES	1.55	-	-	-	-	-	-	O	-	O	O	O	O	X	
3	João Simão	1968	M 50		AAACRO POMBAL	1.50	-	-	-	-	-	-	-	-	XO	O	XXX			
4	Reinaldo Fernandes	1970	M 50		C F OS BELENENSES	1.40	-	-	-	-	O	O	O	O	O	XXX				
4	Rui Avelans Coelho	1972	M 50		C F OS BELENENSES	1.40	-	-	O	O	O	O	O	O	O	XXX				
6	Américo Pereira	1971	M 50		C F OLIVEIRA DOURO	1.10	O	XO	XXX											
7	Joaquim Pereira (X)	1968	M 50		C F OLIVEIRA DOURO	1.05	O	XXX												

Salto em Altura M45 | 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	1.65	1.68	1.71	1.74
1	André Assunção	1977	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	1.71	-	-	-	-	-	O	O	O	O	O	O	XXO	O	XXX
2	Francisco Marques	1977	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	1.50	-	O	-	O	-	XO	O	XXO	XXX					
3	Gonçalo Pacheco	1978	M 45		C ATLETISMO FUNCHAL	1.50	-	-	-	-	XO	O	O	XXO	-	-	-	-	-	-
4	Hélder Ribeiro	1976	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	1.30	O	O	O	XXO	XXX									
5	António Mouro	1976	M 45		A NATUREZA ENSINA	1.25	-	O	O	XXX										
DNS	Artur Cota	1974	M 45		1º DEZEMBRO QUEIJAS	SM	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-



Salto em Altura M40 | 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	1.65	1.68	
1	Lenine Cunha	1982	M 40		C F OLIVEIRA DOURO	1.65	-	-	-	O	O	-	O	O	O	O	O	O	XXX
2	Luís Jesus	1982	M 40		GRECAS - VAGOS	1.65	-	O	-	-	-	O	-	O	O	O	O	XXO	XXX
3	Fernando Patrício	1979	M 40		C F OLIVEIRA DOURO	1.35	-	O	O	O	O	XXX							
4	Bruno Martins	1982	M 40		A C R SRA DESTERRO	1.30	O	O	O	O	XXX								
5	José Alberto Silva (X)	1978	M 40		C D C NAVAIS	1.20	O	O	XXX										

Salto em Altura M35 | 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	1.65	1.68	1.71	1.74	1.77	1.80	1.83
1	Sérgio F Silva	1985	M 35		A C R SRA DESTERRO	1.83	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	O	O	-	XO	O	XXO	XXO
2	Carlos Alves	1983	M 35	BRA	A C VALE S MARTINHO	1.77	-	-	-	-	-	-	-	-	-	O	O	-	O	-	XXO	-	XXX
3	Tiago Silva	1984	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	1.55	-	O	-	O	O	XXO	XO	XO	O	XXX							
4	Gonçalo Ferraz	1983	M 35		LINDA-A-PASTORA S C	1.45	O	-	O	-	O	O	O	XXX									

3.000 Metros F40 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Ana Eustáquio	1978	M 40		C P T SOBRAL CEIRA	11:16.83
2	Paula Costa	1979	M 40		ACADEMIA DE VALDEVEZ	11:24.15
3	Dina Oliveira	1979	M 40		A NATUREZA ENSINA	12:22.99
4	Andreia Branco	1981	M 40		G JUV VILA DE PUNHE	12:25.65
5	Márcia Santos	1982	M 40		A NATUREZA ENSINA	12:57.41
6	Catarina Palma	1981	M 40		ASS DESP PALMEIROS	13:24.83
DNS	Elisabete Fonseca	1980	M 40		Individual	x

3.000 Metros 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	11:06.58
2	Inês Mendes	1986	M 35		S C FREAMUNDE	11:43.03
3	Ângela Ricardo	1987	M 35		A NATUREZA ENSINA	12:22.28
4	Sandra Maciel	1985	M 35		TEAM EL COMANDANTE	12:34.67
5	Filipa Branco	1984	M 35		G JUV VILA DE PUNHE	13:51.78

3.000 Metros M85 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Bernardino Pereira	1936	M 85		C F OS BELENENSES	15:06.03

3.000 Metros M80 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	José Ferreira	1942	M 80		N D CULTURAL ODEMIRA	14:35.03

3.000 Metros M75 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Adelino Moutinho	1947	M 75		BOAVISTA F C	12:40.66
2	Diamantino Coelho	1948	M 75		Individual	15:27.93

3.000 Metros M70 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Adérito Alves	1951	M 70		S C SALGUEIROS	12:14.54
2	Fernando Chamusca	1950	M 70		A NATUREZA ENSINA	12:18.58
3	Jaime Silva	1952	M 70		ASS DESP PALMEIROS	13:47.26
4	José Bordalo	1952	M 70		Individual	13:49.68

3.000 Metros 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	11:40.37
2	António Alves	1957	M 65		INDUSTRIAL VIEIRENSE	11:45.26
3	Aires Pratas	1955	M 65		C A VALE DE FIGUEIRA	12:03.98
4	Joaquim Moura	1955	M 65		C L A COMPETIÇÃO	12:14.34
5	José Gomes	1953	M 65		C D C NAVAIS	13:06.85
DNF	João Marques	1953	M 65		C ATLETISMO DE SEIA	x

3.000 Metros M60 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	João Veiga	1959	M 60		A NATUREZA ENSINA	10:33.88
2	Alexandre Ferreira	1962	M 60		VIZELA CORRE	10:37.26
3	Peter Knight	1961	M 60		N D CULTURAL ODEMIRA	10:47.50
4	Hermínio Martins	1958	M 60		A C R SRA DESTERRO	11:24.75

3.000 Metros 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	9:22.64
2	Mário Silva	1963	M 55		A C R SRA DESTERRO	10:26.65
3	Fernando Figueiredo	1964	M 55		A FIGUEIREDO RUNNERS	10:31.79
4	Agostinho Rodrigues	1964	M 55		A.MONT/ESCOLA DO RIO	10:40.77
5	Vicent Sobrinho	1965	M 55	BRA	C F OS BELENENSES	10:45.80
6	Jorge Luz	1964	M 55		NASCIDOS PARA CORRER	10:59.64
7	Fernando Silva	1965	M 55		C D C NAVAIS	11:02.04
8	Luís Trigo	1965	M 55		VITÓRIA F C	11:10.40
9	António Patrício	1964	M 55		A D REC 4 ESTAÇÕES	11:15.81
DNS	Armindo Araújo	1964	M 55		LIBERDADE F C	x
DNS	Domingos Barros	1967	M 55		C A MAZAREFES	x

3.000 Metros M50 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	António Silva	1970	M 50		NASCIDOS PARA CORRER	10:44.02
2	Cesário Simões	1969	M 50		C ATLETISMO DE SEIA	11:22.84
3	José Massaça	1971	M 50		C F OS BELENENSES	11:24.95
4	Hernâni Francisco	1968	M 50		VITÓRIA F C	11:26.87
5	Jorge Correia	1971	M 50		G D R REBOLEIRA	11:27.78
6	Paulo Baptista	1970	M 50		C BENFICA ABRANTES	11:42.40
7	Gonçalo Ferreira	1972	M 50		C F OS BELENENSES	11:52.36
8	Jaime Santos (X)	1972	M 50		GRECAS - VAGOS	12:29.58
9	Paulo Carvalho (X)	1970	M 50		S C FREAMUNDE	14:48.69

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Álvaro Oliveira	1969	M 50		ASS DESP PALMEIROS	10:02.09
2	Gustavo Santos	1972	M 50		C F OS BELENENSES	10:19.21
3	Francisco Goncalves	1970	M 50		ASS DESP PALMEIROS	10:19.33

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
4	Augusto Cardoso	1970	M 50		A C R SRA DESTERRO	10:19.60
5	Rui Alves	1971	M 50		A C R SRA DESTERRO	10:40.27
6	José Fachadas	1970	M 50		A NATUREZA ENSINA	10:44.61
7	Vitor Salvador	1971	M 50		A C R SRA DESTERRO	10:56.71
8	Luís Filipe Rosa	1971	M 50		C ATLETISMO DE SEIA	11:10.56
DNS	António Costa	1969	M 50		U DESP DA VÁRZEA	x
DNS	Davide Figueiredo	1971	M 50		A FIGUEIREDO RUNNERS	x

Triplo Salto F40 | MASTER - F | Dia 2

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	8.37	8.02		X		8.37		X	
2	Marta Ferreira	1982	M 40		C F OS BELENENSES	8.26	7.62		7.56		8.26		X	
3	Susana Flores	1981	M 40		A D R E PALHAÇA	8.21	7.82		8.11		8.18		8.21	
4	Cláudia Vilarinho	1978	M 40		C F OLIVEIRA DOURO	7.35	6.84		7.27		X		7.35	
5	Filipa Lopes	1978	M 40		C BENFICA ABRANTES	7.23	6.91		7.23		7.04		7.05	

Triplo Salto 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	9.85	9.85		9.54		9.73		9.80	
2	Sónia Eusébio	1983	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	7.96	7.73		7.71		7.96		7.89	
3	Carla Machado	1985	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	7.12	X		6.97		7.10		7.12	

3.000 Metros 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	9:41.06
2	Marco Ferreira	1976	M 45		U DESP DA VÁRZEA	9:46.29
3	Carlos Costa	1974	M 45		U DESP DA VÁRZEA	9:54.67
4	Alberto Fonte	1973	M 45		RECREIO DESP ÁGUEDA	9:57.35
5	João Paulo Ferreira	1976	M 45		A C R SRA DESTERRO	9:58.45
6	Luís Quintas	1976	M 45		C BENFICA ABRANTES	10:07.89
7	Tiago Marques	1977	M 45		A C R SRA DESTERRO	10:14.75
8	Filipe Lima	1974	M 45		ESCOLA DESP LIMIANA	10:20.14
9	António Reis	1974	M 45		A NATUREZA ENSINA	10:41.01
10	Mário Cardoso	1976	M 45		C ATLETISMO DE SEIA	10:42.70
11	Rui Cardoso	1975	M 45		TEAM EL COMANDANTE	10:46.19
12	Jorge Luís Rocha	1976	M 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	11:14.47

Peso M65 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Ulrich Geuther	1953	M 65	GER	C F OS BELENENSES	10.69	10.18	10.07	10.16	10.69
2	Fernando Ribeiro	1956	M 65		C VETERANOS COIMBRA	10.37	10.37	10.03	10.07	9.69
3	Manuel Pinto	1956	M 65		C VETERANOS COIMBRA	10.17	10.17	X	10.00	10.11
4	Victor Mendes	1955	M 65		C F OS BELENENSES	9.01	9.01	8.92	X	X
5	Reinaldo Vieira	1955	M 65		C VETERANOS COIMBRA	7.21	6.94	7.01	7.21	X
6	Carlos Alfaiate	1953	M 65		C BENFICA ABRANTES	6.51	6.51	6.43	X	6.48
7	José Luis Pires	1956	M 65		A NATUREZA ENSINA	6.19	6.11	6.19	5.47	6.05

Peso 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	13.03	12.86	X	12.67	13.03
2	Fonseca Antunes	1960	M 60		S U OPERÁRIA VAIS	9.99	9.04	9.53	9.99	9.56
3	Paulo Beckert	1961	M 60		C F OS BELENENSES	9.69	9.04	9.50	9.69	9.11
4	Luis Guimarães	1962	M 60		ESCOLA DO MOVIMENTO	8.45	8.11	7.73	8.45	8.39



Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	António Carvalho	1979	M 40		ASS MONDIM ATLETISMO	9:14.58
2	Marco Alves	1981	M 40		AMIGOS DO PEDAL	9:54.16
3	Sérgio Lima	1982	M 40		G JUV VILA DE PUNHE	10:01.34
4	Edivaldo Maciel	1982	M 40	ANG	TEAM EL COMANDANTE	10:24.71
5	Nelson Fonseca	1978	M 40		ASS DESP PALMEIROS	10:34.15
6	Licínio Matos	1982	M 40		N D CULTURAL ODEMIRA	10:35.31
7	Nelson Marques	1981	M 40		C BENFICA ABRANTES	11:13.43
8	José Ferreira (X)	1979	M 40		1º DEZEMBRO QUEIJAS	11:21.35
DNS	Paulo Martins	1982	M 40		VIZELA CORRE	x
DNS	Agostinho Figueiredo	1979	M 40		A FIGUEIREDO RUNNERS	x

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Mihail Lalev	1982	M 40		M JUVENTUDE MERELIM	8:53.95
2	Nuno Miguel Costa	1981	M 40		C D S SALVADOR CAMPO	8:57.63
3	João Pereira	1979	M 40		GRUPO REC EIRENSE	8:58.41
4	Manuel Rodrigues	1980	M 40		A ACAD BELA VISTA	8:58.86
5	Adelino Monteiro	1981	M 40		A NATUREZA ENSINA	9:14.86
6	Jorge Neto	1982	M 40		N BARROSAS AMADOR	9:21.24
7	Pedro Guimarães	1980	M 40		INGLESES F C	9:50.16
8	Hugo Ramalho	1978	M 40		RECREIO DESP ÁGUEDA	9:54.17
9	Nuno Fernandes	1982	M 40		FAFE RUNNERS	10:30.55
DNS	Miguel Maia	1979	M 40		A C PÓVOA DE VARZIM	x

Triplo Salto 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	7.33	7.24		7.33		X		X	
2	Fernando Silva	1947	M 75		C BENFICA ABRANTES	6.71	X		X		X		6.71	
DNS	Jorge Carvalho	1948	M 75		C VETERANOS COIMBRA		x							

Triplo Salto M70 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Marcelo Ribeiro	1953	M 70		C VETERANOS COIMBRA	6.89	5.91		6.89		X		6.87	

Triplo Salto 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	7.15	7.15		-		-		-	

Triplo Salto M60 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Camilo Rego	1959	M 60		ESCOLA DO MOVIMENTO	8.82	8.21		8.43		8.55		8.82	

Salto em Altura F70 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	0.80	0.90
1	Helena Carvalho	1950	M 70		C VETERANOS COIMBRA	0.80	O	XXX

Salto em Altura F55 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	0.80	0.90	1.00	1.05	1.10	1.15	1.20	1.25	1.27
1	Isabel Ferreira	1968	M 55		ESCOLA DO MOVIMENTO	1.25	-	-	-	-	-	O	O	O	XXX
2	Anabela Gordo	1963	M 55		C F OS BELENENSES	1.00	O	O	XO	-	-				

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

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	0.90	1.00	1.05	1.10	1.15
1	Isabel Moreira	1970	M 50		OLÍMPICO C LAGOS	1.10	-	-	O	O	XXX
2	Anabela Santos	1972	M 50		S S T S JOÃO MADEIRA	1.05	O	O	O	XXX	
3	Filomena Rebelo	1973	M 50		CASA POVO CORROIOS	1.00	-	O	-		
DNS	Paula Gonçalves	1970	M 50		C D C NAVAIS	SM					

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

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	0.90	1.00	1.05	1.10	1.15	1.20	1.25	1.27	1.29	1.31
1	Carla Reis	1977	M 45		GRECAS - VAGOS	1.29	-	-	-	O	O	O	XXO	O	XXO	XXX
2	Isabel Gama	1977	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	1.15	-	-	O	O	O	XXX				
3	Maria José Ferreira	1973	M 45		GDRC PONTERROLENSE	1.00	O	O	XXX							

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

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	0.90	1.00	1.05	1.10	1.15	1.20	1.25	1.27	1.29
1	Carina Pinto	1981	M 40		C DESP C+S LAVRA	1.27	-	-	-	O	O	O	XO	O	XXX
2	Cristina Kosta	1979	M 40		ASS AMIGOS ATL MAFRA	1.20	O	O	O	O	O	O	XXX		
3	Susana Flores	1981	M 40		A D R E PALHAÇA	1.20	-	-	-	O	O	XO	XXX		
4	Ana Vieira	1979	M 40		C F OLIVEIRA DOURO	1.15	-	-	O	O	XXO	XXX			
5	Cláudia Vilarinho	1978	M 40		C F OLIVEIRA DOURO	1.00	O	O	XXX						
DNS	Filipa Lopes	1978	M 40		C BENFICA ABRANTES	SM									

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

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	0.80	0.90	1.00	1.05	1.10	1.15	1.20	1.25
1	Carla Machado	1985	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	1.20	-	-	O	O	O	XXO	XO	XXX
2	Vanessa Pereira	1986	M 35		A NATUREZA ENSINA	1.15	-	O	O	O	O	XO	XXX	
3	Sónia Eusébio	1983	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	1.10	-	-	O	O	XO	XXX		
4	Lúcia Rodrigues	1987	M 35		C D C NAVAIS	1.05	-	-	O	O	XXX			
NM	Luísa Marques	1985	M 35		GRECAS - VAGOS	SM	-	-	-					

Peso M55 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Jorge Santos	1968	M 55		S U OPERÁRIA VAIS	11.39	X	11.39	X	X
2	Luís Inocêncio	1968	M 55		A C R SRA DESTERRO	10.27	10.27	9.90	9.82	10.19
3	António Ribeiro	1963	M 55		M JUVENTUDE MERELIM	10.18	9.36	X	10.18	X
4	Vítor Pimenta	1966	M 55		ASS REC S. MIGUEL	9.25	8.32	9.18	9.25	8.52
5	Paulo Cavaleiro	1964	M 55		A R CASAENSE - EAC	9.20	9.16	9.20	9.13	8.71
6	Vasco Araújo	1964	M 55		C VETERANOS COIMBRA	6.69	X	6.57	6.41	6.69
7	António Rodrigues	1965	M 55		A C R SRA DESTERRO	6.61	6.61	6.32	6.16	6.49
8	João Rosado	1963	M 55		C BENFICA ABRANTES	6.12	6.12	5.63	5.78	5.35
9	José Pacheco	1963	M 55		S C SALGUEIROS	5.98	5.72	5.98	X	5.35
10	Francisco Carvalho	1966	M 55		C F OLIVEIRA DOURO	5.77	5.77	5.52	5.04	5.42
11	Luis Neiva	1967	M 55		ASS DESP PALMEIROS	5.29	5.29	4.92	4.94	4.88

3.000 Metros M35 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Bruno Santiago	1983	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	9:59.76
2	Luís Dantas	1984	M 35		ESCOLA DESP LIMIANA	10:04.79
3	Filipe Correia	1983	M 35		A NATUREZA ENSINA	10:15.47
4	João Correia	1987	M 35		AA LACOBRIENSE	10:19.51
5	Paulo Lopes	1983	M 35		TEAM EL COMANDANTE	10:26.45
6	Rui Milagaia	1985	M 35		C BENFICA ABRANTES	10:32.57
7	Marco Cunha (X)	1985	M 35		S C FREAMUNDE	11:06.35



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
8	Nelson Correia (X)	1986	M 35		AA LACOBRIGENSE	11:06.61
DNS	Nuno Carvalho	1984	M 35		VIZELA CORRE	x

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	António Silva	1987	M 35		A C R SRA DESTERRO	8:40.53
2	Ricardo Silva	1985	M 35		NASCIDOS PARA CORRER	9:10.56
3	Tiago Graça	1987	M 35		RUN TEJO-PREV.SPRAIN	9:15.11
4	André Alves	1986	M 35		C F OS BELENENSES	9:17.36
5	André Pinto	1984	M 35		S C FREAMUNDE	9:21.38
6	Rodolfo Vilela	1988	M 35	BRA	C F OS BELENENSES	9:57.67
DSQ	António Moreira	1987	M 35		PRIME RUNNING CLUB	X
DNS	Bruno Carvalho	1984	M 35		Individual	x
DNS	Ricardo Paixão	1986	M 35		BEJA ATLÉTICO CLUBE	x

200 Metros F60 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Elsa Bruxelas	1959	M 60		C F OS BELENENSES	38.83
2	Helena Mourão	1960	M 60		A C R SRA DESTERRO	39.04
3	Clara Mina	1960	M 60		C A VALE DE FIGUEIRA	40.99
DNS	Carolina Ribeiro	1958	M 60		S S T S JOÃO MADEIRA	x

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Eugénia Izaías	1963	M 60		A NATUREZA ENSINA	34.71
2	Isabel Parracho	1960	M 60		GRECAS - VAGOS	35.72
3	Fátima Dantas	1962	M 60		G JUV VILA DE PUNHE	37.57
4	Delfina Silva (X)	1961	M 60		C F OLIVEIRA DOURO	47.79

Peso 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	14.85	14.64	14.49	14.85	X
2	Luís Dias	1970	M 50		C F OS BELENENSES	11.05	10.41	10.89	10.66	11.05
3	Miguel Carvalho	1969	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	10.94	10.49	10.94	X	10.85
4	Nuno Martins	1971	M 50		GINÁSIO C ALCOBAÇA	10.00	10.00	X	9.63	9.84
5	Luís Silva	1973	M 50		C SPIRIDON DE GAIA	9.76	9.37	9.76	9.63	9.65
6	José Fernandes	1973	M 50		C F OS BELENENSES	8.97	8.69	8.97	X	X
7	Luís Gomes	1970	M 50		AMCR FONTE GRADA	8.86	8.19	8.40	8.86	8.48
8	Luís Ferreira	1973	M 50		C F OS BELENENSES	8.71	8.16	8.71	8.37	7.78
9	José Rocha	1971	M 50		GRECAS - VAGOS	8.58	7.96	8.58	8.05	8.18
10	Rui Avelans Coelho	1972	M 50		C F OS BELENENSES	8.10	7.82	7.43	7.95	8.10
11	Rui Alves	1971	M 50		A C R SRA DESTERRO	7.72	7.55	7.19	7.72	6.92
12	Paulo Baptista	1970	M 50		C BENFICA ABRANTES	7.48	7.36	6.43	7.42	7.48
13	Américo Pereira	1971	M 50		C F OLIVEIRA DOURO	7.20	7.20	6.97	6.32	6.34
14	Carlos Eusébio	1972	M 50		C D C NAVAIS	7.07	6.28	6.36	6.77	7.07
15	Joaquim Pereira	1968	M 50		C F OLIVEIRA DOURO	6.38	5.71	6.38	6.12	6.16
16	Nuno Queija	1972	M 50		C F OS BELENENSES	6.36	6.36	6.19	6.25	5.86
17	Vitor Salvador	1971	M 50		A C R SRA DESTERRO	6.31	6.31	6.31	6.09	6.30

200 Metros F70 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Maria Fernandes	1952	M 70		S S T S JOÃO MADEIRA	46.05



200 Metros F55 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Ana Morais	1965	M 55		S U OPERÁRIA VAIS	34.25
2	Isabel Maldonado	1963	M 55		G R QUINTA DA LOMBA	38.25
3	M ^a Fátima Carrelo	1963	M 55		C L A COMPETIÇÃO	40.35

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Isabel Ferreira	1968	M 55		ESCOLA DO MOVIMENTO	30.89
2	Clídia Coelho	1966	M 55		C F OS BELENENSES	31.36
3	Maria Luísa Caldas	1966	M 55		GDRC PONTERROLENSE	38.19

Triplo Salto M55 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento
1	Luís Marto	1966	M 55		Individual	10.25	10.25		X		10.22		10.06	
2	Jorge Silva Santos	1966	M 55		S C BEIRA-MAR	10.25	9.87		10.02		10.25		9.75	
3	Paulo Cavaleiro	1964	M 55		A R CASAENSE - EAC	7.41	X		7.41		7.40		-	

Triplo Salto 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	10.63	9.66		10.13		10.44		10.63	
2	Orlando Alves	1972	M 50		C F OS BELENENSES	10.59	9.96		10.46		10.39		10.59	
3	Miguel Carvalho	1969	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	10.25	10.10		X		X		10.25	
4	Luís Ferreira	1973	M 50		C F OS BELENENSES	10.03	9.78		9.80		X		10.03	
5	Reinaldo Fernandes	1970	M 50		C F OS BELENENSES	9.63	X		9.63		X		X	
6	Adelino Oliveira	1968	M 50		C BENFICA ABRANTES	8.26	X		8.26		8.23		-	

200 Metros F50 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Manuela Pereira	1968	M 50		C R D SANTALUZIENSE	34.72
2	Paula Guedes	1971	M 50		C F OS BELENENSES	36.16
3	Ana Passos	1971	M 50		C F OS BELENENSES	37.59
DNS	Ana Abegão	1968	M 50		C L A COMPETIÇÃO	x

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Carla Oleirinha	1970	M 50		A NATUREZA ENSINA	33.64
2	Catarina Quintas	1972	M 50		Individual	34.33
3	Natália Santos (X)	1970	M 50		S S T S JOÃO MADEIRA	53.20

Série 3

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Anabela Ferreira	1970	M 50		C F OS BELENENSES	33.25
2	Teresa Paula Coelho	1968	M 50		VITÓRIA F C	34.25
3	Paula Varelas (X)	1971	M 50		C BENFICA ABRANTES	40.92

Peso M45 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Nuno Serra	1974	M 45		C P T SOBRAL CEIRA	13.59	13.30	13.10	13.29	13.59
2	Pedro Veloso	1977	M 45		A ACAD BELA VISTA	12.39	12.26	12.39	12.34	12.13
3	Firmino Baptista	1977	M 45		SPORTING C P	9.63	9.61	9.63	9.46	8.93
4	Daniel Custódio	1976	M 45		C F OS BELENENSES	6.92	6.70	6.92	X	6.19
5	Paulo Custódio	1976	M 45		C F OS BELENENSES	6.29	6.03	5.89	6.12	6.29
6	Luís Palma	1973	M 45		C F OS BELENENSES	5.95	5.72	5.95	5.60	5.81



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
7	Jóice Jesus	1975	M 45		NASCIDOS PARA CORRER	5.32	5.26	5.32	5.09	5.13
8	Luís Ribeiro (X)	1974	M 45		ASS VALE GRANDE	4.70	4.59	4.70	3.85	4.37

200 Metros F45 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Alexandra Silva	1976	M 45		G R QUINTA DA LOMBA	34.74
2	Sara Martins	1975	M 45		C VETERANOS COIMBRA	36.10
3	Maria José Ferreira	1973	M 45		GDRC PONTERROLENSE	37.13
DNS	Carla Pedrosa	1973	M 45		C F OS BELENENSES	x

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Ana Neves	1975	M 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	32.14
2	Liliana Silva	1974	M 45		A D REC 4 ESTAÇÕES	33.80
3	Catarina Gonçalves	1977	M 45		C L A COMPETIÇÃO	37.73
4	Carla Coelho (X)	1974	M 45		C F OS BELENENSES	41.84

Série 3

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Sónia Freitas	1973	M 45		C F OS BELENENSES	31.12
2	Rita Duarte	1976	M 45		GDRC PONTERROLENSE	31.74
3	Célia Silva	1976	M 45		C L A COMPETIÇÃO	38.64

200 Metros F40 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Magda Mello	1978	M 40		1º DEZEMBRO QUEIJAS	28.47
2	Paula Fernandes	1978	M 40		C F OS BELENENSES	33.63
3	Susana Nascimento	1980	M 40		GRECAS - VAGOS	34.26
4	Vera Martins (X)	1978	M 40		C BENFICA ABRANTES	37.97

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Kseniia Yatsenko	1979	M 40	UKR	S CLUBE DE BRAGA	27.85
2	Cristina Kosta	1979	M 40		ASS AMIGOS ATL MAFRA	29.09
3	Andreia Branco	1981	M 40		G JUV VILA DE PUNHE	36.48
4	Susana Silva (X)	1980	M 40		S S T S JOÃO MADEIRA	40.11

Peso 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	14.43	14.12	14.43	14.24	13.86
2	Bruno Martins	1982	M 40		A C R SRA DESTERRO	12.99	12.24	12.99	X	X
3	Luís Jesus	1982	M 40		GRECAS - VAGOS	11.11	10.36	10.83	10.72	11.11
4	José Alberto Silva	1978	M 40		C D C NAVAIS	11.08	X	10.41	11.08	10.58
5	Pedro Martins	1981	M 40		C R D SANTALUZIENSE	11.05	10.68	11.05	10.72	11.02
6	Nuno Monteiro	1980	M 40		OLÍMPICO VIANENSE	8.96	8.90	8.73	8.96	8.79
7	Sérgio Cipriano	1978	M 40		AMCR FONTE GRADA	8.88	8.83	X	8.80	8.88
8	Pedro Correia	1981	M 40		C F OS BELENENSES	8.86	8.64	8.08	8.86	8.62
9	Tiago Silva	1980	M 40		Individual	7.60	5.56	7.33	7.60	-
10	Hélder Rodrigues	1979	M 40		VIZELA CORRE	7.04	6.63	7.00	7.04	6.89

Salto em Altura M75 | 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	1.20	1.25	1.30
1	Leonardo Azevedo	1946	M 75		C F OS BELENENSES	1.25	0	-	-	-	0	0	0	XO	XXX



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

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

Salto em Altura M65 | 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	1.20	1.25	1.30	1.35	1.40	1.45	1.50
1	Victor Mendes	1955	M 65		C F OS BELENENSES	1.45	-	-	-	-	-	-	O	-	-	O	O	O	XXX
2	Fernando Ribeiro	1956	M 65		C VETERANOS COIMBRA	1.30	-	-	-	-	-	O	O	O	O	XXX			
3	Vitor Saraiva	1956	M 65		C VETERANOS COIMBRA	1.25	-	-	O	-	O	O	O	O	XXX				

Salto em Altura M60 | 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	1.20	1.25	1.30	1.35	1.40	1.45	1.50	1.60	1.67
1	Carlos Pereira	1963	M 60		ESCOLA DO MOVIMENTO	1.60	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	O	O	XXX
2	Camilo Rego	1959	M 60		ESCOLA DO MOVIMENTO	1.35	-	-	-	-	-	-	-	-	O	XXX					
3	Paulo Beckert	1961	M 60		C F OS BELENENSES	1.25	O	-	O	-	O	XO	XO	O	XXX						
4	Jorge Rio Cardoso	1958	M 60		C BENFICA ABRANTES	1.10	O	O	O	O	XO	XXX									

Triplo Salto 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	11.23	11.23		11.14		-		-	
2	Francisco Marques	1977	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	10.78	10.35		9.99		9.76		10.78	
3	George Silva	1976	M 45		C BENFICA DE LEIRIA	10.72	9.98		10.09		10.32		10.72	
4	Gonçalo Pacheco	1978	M 45		C ATLETISMO FUNCHAL	10.50	10.09		10.50		-		10.34	
5	Telmo Cardoso	1975	M 45		A DESP LUSTOSA	9.84	9.66		9.84		X		9.62	
6	Paulo Costa	1976	M 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	9.32	9.32		9.20		9.32		9.14	
7	Paulo Custódio	1976	M 45		C F OS BELENENSES	8.68	8.21		8.68		7.47		8.22	
8	Hélder Ribeiro	1976	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	8.20	X		7.87		8.06		8.20	

Triplo Salto 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	11.98	11.21		11.68		11.98		X	
2	Fernando Patrício	1979	M 40		C F OLIVEIRA DOURO	10.03	9.59		10.03		-		-	
3	Agostinho Figueiredo	1979	M 40		A FIGUEIREDO RUNNERS	8.13	X		8.13		-		-	

Triplo Salto M35 | MASTER - M | Dia 2**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	12.79	12.19		12.32		12.57		12.79	
2	Leonel Rosado	1986	M 35		ACADEMIA DE VALDEVEZ	11.93	11.31		11.61		X		11.93	
3	João Parente	1987	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	9.31	8.98		9.15		9.00		9.31	
DNS	André Ciríaco	1985	M 35		C F OS BELENENSES		x							

200 Metros F35 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Cristiana Monteiro (X)				SEN	1º DEZEMBRO QUEIJAS
2	Luísa Marques	1985	M 35		GRECAS - VAGOS	32.79
DNS	Isabel Sousa	1984	M 35		CLUBE DESP DA PÓVOA	x



Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Filipa Cancela	1983	M 35		Individual	30.17
2	Vanessa Pereira	1986	M 35		A NATUREZA ENSINA	30.70
3	Filipa Branco (X)	1984	M 35		G JUV VILA DE PUNHE	36.22

Série 3

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Sandra Borges	1983	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	27.74
2	Liliana Manhente	1985	M 35		GRUPO REC EIRENSE	27.88
3	Lúcia Rodrigues	1987	M 35		C D C NAVAIS	35.13

200 Metros M85 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
DNS	Elvino Cruz	1934	M 85		C F OS BELENENSES	x

200 Metros M80 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Auspício Fernandes (X)	1942	M 80		C F OLIVEIRA DOURO	43.98
DNS	Manuel Maia	1940	M 80		C L A COMPETIÇÃO	x

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

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Juan Pinho	1986	M 35		GRECAS - VAGOS	11.50	11.32	11.50	X	11.09
2	Carlos Alves	1983	M 35	BRA	A C VALE S MARTINHO	9.72	8.16	9.08	9.38	9.72
3	Gonçalo Ferraz	1983	M 35		LINDA-A-PASTORA S C	8.28	8.28	7.71	7.52	8.03
4	Tiago Silva	1984	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	8.12	7.57	7.69	7.73	8.12
5	Paulo Patrício	1985	M 35		N D CULTURAL ODEMIRA	7.92	7.41	7.71	7.68	7.92
6	João Parente	1987	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	6.08	5.79	6.08	5.81	5.71
NM	Nuno Soares	1983	M 35		S S T S JOÃO MADEIRA	x	x	x	x	x

200 Metros M75 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Fernando Silva	1947	M 75		C BENFICA ABRANTES	34.67
2	António Fortunato	1946	M 75		GDR C PONTERROLENSE	35.08
3	José Tomé (X)	1946	M 75		C D AREIAS S. JOÃO	44.24
DNS	Fernando Santos	1943	M 75		ATLETAS FIM SEMANA	x

200 Metros M70 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	José Bordalo (X)	1952	M 70		Individual	41.16
2	Hélder Rodrigues (X)	1952	M 70		A D R E PALHAÇA	44.48

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Mário Rocha	1950	M 70		S S T S JOÃO MADEIRA	31.39
2	João Travessa	1949	M 70		C VETERANOS COIMBRA	32.37
3	José Amigo	1952	M 70		A NATUREZA ENSINA	36.53

200 Metros M65 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Anselmo Moreira	1954	M 65		C F OLIVEIRA DOURO	35.76
2	José Luis Pires (X)	1956	M 65		A NATUREZA ENSINA	35.93



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
3	Carlos Alfaiate (X)	1953	M 65		C BENFICA ABRANTES	48.41
DNS	João Catalão	1956	M 65		C VETERANOS COIMBRA	x

200 Metros M60 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Alberto Sampaio	1961	M 60		BOAVISTA F C	29.45
2	Carlos Ferreira	1962	M 60		ESCOLA DO MOVIMENTO	30.31
3	Jorge Rio Cardoso (X)	1958	M 60		C BENFICA ABRANTES	37.46

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Carlos Pereira	1963	M 60		ESCOLA DO MOVIMENTO	27.12
2	José Carlos Marques	1962	M 60		GRECAS - VAGOS	27.47
3	Jorge Santos	1961	M 60		OLÍMPICO C LAGOS	31.37

200 Metros M55 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Jorge Silva Santos	1966	M 55		S C BEIRA-MAR	26.18
2	Rui Nogueira	1967	M 55		ESCOLA DO MOVIMENTO	26.74
3	Luís Inocêncio	1968	M 55		A C R SRA DESTERRO	27.74
4	João Rosado (X)	1963	M 55		C BENFICA ABRANTES	33.31

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Paulo Viana	1968	M 55		ESCOLA DO MOVIMENTO	25.42
2	Jose Pedro Vieira	1966	M 55		C SPIRIDON DE GAIA	27.39
3	Paulo Vilaça	1964	M 55		ESCOLA DO MOVIMENTO	27.94
4	Joao Guimaraes	1966	M 55		A DESP LUSTOSA	28.99

200 Metros M50 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Francisco Goncalves	1970	M 50		ASS DESP PALMEIROS	28.30
2	Lúcio Alves	1971	M 50		C F OS BELENENSES	29.34
3	Paulo Ribeiro (X)	1968	M 50		CLUBE RAQUEL CABAÇO	32.87
4	António Carvalho (X)	1968	M 50		C L A COMPETIÇÃO	35.38

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Miguel Nascimento	1970	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	25.88
2	Carlos Costa	1970	M 50		A NATUREZA ENSINA	27.93
3	Fernando Costa	1971	M 50		CLUBE DESP DA PÓVOA	29.35
4	Rui Jorge	1969	M 50		A NATUREZA ENSINA	31.43

Série 3

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Eugenio Costa	1969	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	25.01
2	Ernesto Pinto	1971	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	25.03
3	Carlos Eusébio	1972	M 50		C D C NAVAIS	29.05
4	Adelino Oliveira	1968	M 50		C BENFICA ABRANTES	29.62

200 Metros M45 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Horácio Oliveira	1974	M 45		C F OS BELENENSES	27.29
2	David Silva	1978	M 45		GRECAS - VAGOS	28.13
3	José Carlos Sousa	1975	M 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	28.70

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
4	Joaquim Vaz	1975	M 45		C F OS BELENENSES	30.31

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Paulo Costa	1976	M 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	26.69
2	Tiago Marques	1977	M 45		A C R SRA DESTERRO	27.83
3	Artur Cota	1974	M 45		1º DEZEMBRO QUEIJAS	28.94
4	Carlos Alves (X)	1977	M 45		1º DEZEMBRO QUEIJAS	54.99

Série 3

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	André Assunção	1977	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	24.81
2	António Mouro	1976	M 45		A NATUREZA ENSINA	26.42
3	Daniel Custódio	1976	M 45		C F OS BELENENSES	28.79
4	Pedro Antunes	1974	M 45		GDR C PONTERROLENSE	29.70

Série 4

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Ricardo Carvalho	1976	M 45		C F OS BELENENSES	24.56
2	Selwin Wever	1974	M 45		C F OS BELENENSES	24.88
3	Manuel Silva	1975	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	28.94
4	Sérgio Silva	1975	M 45		GRECAS - VAGOS	29.34

200 Metros M40 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Marco Fatelo	1978	M 40		A NATUREZA ENSINA	26.71
2	Ricardo Santos	1981	M 40		C F OS BELENENSES	26.92
3	Hugo Borges	1982	M 40		ASS DESP PALMEIROS	28.47

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Marco Veloso	1979	M 40		1º DEZEMBRO QUEIJAS	24.79
2	Elder Veiga	1978	M 40	CPV	1º DEZEMBRO QUEIJAS	25.33
3	Jorge Fontes	1981	M 40		C D C NAVAIS	28.44

200 Metros M35 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Fernando Almeida	1987	M 35		GIRA SOL	25.42
2	Vítor Santos	1984	M 35		GRECAS - VAGOS	26.65
3	Nuno Soares (X)	1983	M 35		S S T S JOÃO MADEIRA	34.78
DNS	André Ciríaco	1985	M 35		C F OS BELENENSES	x

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Joatan Santos	1983	M 35	BRA	N BARROSAS AMADOR	25.08
2	Celso Pinto	1984	M 35		C F OS BELENENSES	25.13
3	Ricardo Rocha	1984	M 35		GRECAS - VAGOS	26.90
DNS	Paulo Patrício	1985	M 35		N D CULTURAL ODEMIRA	x

Série 3

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Pedro Braz Correia	1986	M 35		AA LACOBRIGENSE	25.24
2	Cláudio Resende	1986	M 35		N A DE CUCUJÃES	25.25
3	Filipe Correia (X)	1983	M 35		A NATUREZA ENSINA	31.79

800 Metros F70 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Maria Fernandes	1952	M 70		S S T S JOÃO MADEIRA	4:14.38

800 Metros F65 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Vanda Augusto	1954	M 65		A NATUREZA ENSINA	4:11.44

800 Metros F60 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Eugénia Izaias	1963	M 60		A NATUREZA ENSINA	3:04.73
2	Conceição Pereira	1961	M 60		C A VALE DE FIGUEIRA	3:10.75
3	Helena Mourão	1960	M 60		A C R SRA DESTERRO	3:25.86
4	Elsa Bruxelas	1959	M 60		C F OS BELENENSES	3:32.85
DNS	Delfina Silva	1961	M 60		C F OLIVEIRA DOURO	x

800 Metros F55 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Luísa Coelho	1963	M 55		C F OS BELENENSES	2:41.37
2	Chantal Xhervelle	1968	M 55	BEL	A NATUREZA ENSINA	3:12.02
3	Isabel Maldonado	1963	M 55		G R QUINTA DA LOMBA	3:25.68
4	Ana Pereira	1967	M 55		C F OLIVEIRA DOURO	3:33.60

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

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Beatriz Fernandes	1969	M 50		C F OS BELENENSES	2:44.28
2	Carla Mendes	1971	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	2:49.71
3	Deolinda Oliveira	1968	M 50		E ATLETISMO TROFA	2:54.97
4	Anabela Ferreira	1970	M 50		C F OS BELENENSES	3:03.78
5	Justina Pereira	1972	M 50		C R D SANTALUZIENSE	3:04.39
6	Paula Guedes	1971	M 50		C F OS BELENENSES	3:13.12
7	Flora Carrilho	1971	M 50		C BENFICA ABRANTES	3:27.04
8	Isabel Moreira (X)	1970	M 50		OLÍMPICO C LAGOS	3:40.21
DNS	Fátima Silva	1970	M 50		CLUBE DESP DA PÓVOA	x

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

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Sofia Jorge	1978	M 45		A NATUREZA ENSINA	2:34.52
2	Sabina Neca	1976	M 45		A C R SRA DESTERRO	2:36.12
3	Cristina Pedro	1977	M 45		C BENFICA ABRANTES	2:47.86
4	Sofia Pinheiro	1975	M 45		A NATUREZA ENSINA	2:49.68
5	Conceição Santos	1977	M 45		CLUBE DESP DA PÓVOA	2:57.58
6	Sandra Campos	1977	M 45		C SPIRIDON DE GAIA	3:02.12
7	Maria José Lopes	1977	M 45		N BARROSAS AMADOR	3:08.14
8	Sara Martins	1975	M 45		C VETERANOS COIMBRA	3:12.62

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

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Paula Costa	1979	M 40		ACADEMIA DE VALDEVEZ	2:39.00
2	Manuela Borges	1980	M 40		AA LACOBRIENSE	2:41.61
3	Paula Fernandes	1978	M 40		C F OS BELENENSES	2:46.86
4	Sofia Monteiro	1980	M 40		A NATUREZA ENSINA	2:49.93

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
5	Mónica Miler	1981	M 40		C F OS BELENENSES	2:58.99
6	Inês Bernardo (X)	1981	M 40		C F OS BELENENSES	3:32.67
7	Susana Silva (X)	1980	M 40		S S T S JOÃO MADEIRA	4:07.69
DNS	Sónia Félix	1982	M 40		RUNRIVER - RIO TINTO	x

800 Metros F35 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Isabel Sousa	1984	M 35		CLUBE DESP DA PÓVOA	2:36.05
2	Tânia Cruz	1986	M 35		A C R SRA DESTERRO	2:40.95
3	Liliana Manhente	1985	M 35		GRUPO REC EIRENSE	2:43.61
4	Filipa Cancela	1983	M 35		Individual	2:43.80
5	Inês Mendes	1986	M 35		S C FREAMUNDE	2:45.52

800 Metros M85 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Bernardino Pereira	1936	M 85		C F OS BELENENSES	3:47.53

800 Metros M80 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Auspício Fernandes (X)	1942	M 80		C F OLIVEIRA DOURO	4:04.88
2	Francisco Cipriano (X)	1942	M 80		AMCR FONTE GRADA	4:51.06

800 Metros M75 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Adelino Moutinho	1947	M 75		BOAVISTA F C	2:54.38
2	Fernando Santos (X)	1943	M 75		ATLETAS FIM SEMANA	3:55.42
3	José Tomé (X)	1946	M 75		C D AREIAS S. JOÃO	4:08.48

800 Metros M70 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Fernando Chamusca	1950	M 70		A NATUREZA ENSINA	2:45.23
2	Adérito Alves	1951	M 70		S C SALGUEIROS	2:49.61
3	José Amigo	1952	M 70		A NATUREZA ENSINA	2:58.42
4	José Ribeiro (X)	1951	M 70		C VETERANOS COIMBRA	3:20.79
5	Hélder Rodrigues (X)	1952	M 70		A D R E PALHAÇA	3:53.56

800 Metros M65 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	José Ferreira	1956	M 65		M JUVENTUDE MERELIM	2:40.33
2	Pedro Terra	1957	M 65		S S T S JOÃO MADEIRA	2:46.17
3	Aires Pratas	1955	M 65		C A VALE DE FIGUEIRA	2:49.02
4	António Alves	1957	M 65		INDUSTRIAL VIEIRENSE	2:51.90
5	António Inácio	1956	M 65		GDRC PONTERROLENSE	3:02.20
6	José Gomes	1953	M 65		C D C NAVAIS	3:03.12
DNS	Anselmo Moreira	1954	M 65		C F OLIVEIRA DOURO	x

800 Metros M60 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	António Antunes	1961	M 60		A NATUREZA ENSINA	2:30.10
2	Jorge Santos	1961	M 60		OLÍMPICO C LAGOS	2:30.43
3	Manuel Costa	1963	M 60		A DESP LUSTOSA	2:30.68



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
4	Alexandre Ferreira	1962	M 60		VIZELA CORRE	2:35.71
5	Alberto Covas (X)	1959	M 60		A NATUREZA ENSINA	3:01.30
DNS	Vitor Figueiredo	1962	M 60		A FIGUEIREDO RUNNERS	x
DNS	Alberto Sampaio	1961	M 60		BOAVISTA F C	x

800 Metros M55 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Paulo Garcia	1968	M 55		A R CASAENSE - EAC	2:11.20
2	Francisco Rocha	1963	M 55		N A R MESSEJANA	2:22.35
3	Luís Oliveira	1967	M 55		ESCOLA DO MOVIMENTO	2:25.65
4	Pedro Silva Ferreira	1967	M 55		DESP OPERÁRIO RANGEL	2:26.94
5	Fernando Silva	1965	M 55		C D C NAVAIS	2:34.88
6	Fromentino Guimarães	1966	M 55		ESCOLA DO MOVIMENTO	2:40.43
7	Francisco Carvalho (X)	1966	M 55		C F OLIVEIRA DOURO	2:55.73
DNS	Carlos Pinto	1965	M 55		C BENFICA ABRANTES	x
DNS	Joaquim Belchior	1967	M 55		A NATUREZA ENSINA	x
DNS	António Aguiar	1963	M 55		GDRP PONTEROLENSE	x
DNF	Armando Araújo	1964	M 55		LIBERDADE F C	x

800 Metros M50 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Gustavo Santos	1972	M 50		C F OS BELENENSES	2:26.41
2	Rui Lacerda	1972	M 50		ASS VALE GRANDE	2:40.57
3	Gonçalo Ferreira (X)	1972	M 50		C F OS BELENENSES	2:51.24
4	Paulo Ribeiro (X)	1968	M 50		CLUBE RAQUEL CABAÇO	2:57.76
5	Rui Andrade (X)	1972	M 50		INDUSTRIAL VIEIRENSE	3:01.67
DNS	José Massuça	1971	M 50		C F OS BELENENSES	x
DNS	João Prisal	1972	M 50		ASS DESP PALMEIROS	x

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	João Carlos Gomes	1969	M 50		C F OS BELENENSES	2:17.27
2	José Vilela	1972	M 50		Individual	2:23.98
3	Paulo Silva	1971	M 50		CLUBE DESP DA PÓVOA	2:27.06
4	Lúcio Alves	1971	M 50		C F OS BELENENSES	2:29.69
5	Nuno Queija	1972	M 50		C F OS BELENENSES	2:30.69
6	Manuel Cardoso	1970	M 50		ESCOLA DO MOVIMENTO	2:31.23

800 Metros M45 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Nuno Sousa	1974	M 45		A D REC 4 ESTAÇÕES	2:15.67
2	Nelson Tembe	1973	M 45	ANG	1º DEZEMBRO QUEIJAS	2:19.13
3	Luís Quintas	1976	M 45		C BENFICA ABRANTES	2:20.81
4	Manuel Silva	1975	M 45		C F OLIVEIRA DOURO	2:21.39
5	Alexandre Pedrosa (X)	1975	M 45		C F OS BELENENSES	2:41.15
6	Ezequiel Fernandes (X)	1974	M 45		ESCOLA DESP LIMIANA	2:41.75
7	Joaquim Leal (X)	1973	M 45		GDRP PONTEROLENSE	2:45.49

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Rudimar Moura	1976	M 45	BRA	C F OS BELENENSES	2:09.56
2	Luís Rações	1976	M 45		C A VALE DE FIGUEIRA	2:09.86
3	José Júlio	1976	M 45		C F OS BELENENSES	2:10.42
4	Joaquim Lopes	1977	M 45		A FIGUEIREDO RUNNERS	2:13.54
5	Carlos Saias	1973	M 45		A NATUREZA ENSINA	2:16.57
6	Gonçalo Dias	1976	M 45		ASS ACAD COIMBRA	2:17.18

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
7	Lourenço Barcelos	1977	M 45		Individual	2:22.38

800 Metros M40 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Ricardo Santos	1981	M 40		C F OS BELENENSES	2:20.92
2	Nelson Fonseca	1978	M 40		ASS DESP PALMEIROS	2:22.29
3	Hugo Borges	1982	M 40		ASS DESP PALMEIROS	2:23.23
4	Jacinto Rodrigues (X)	1979	M 40		C D C NAVAIS	2:41.50
DNS	Nelson Marques	1981	M 40		C BENFICA ABRANTES	x
DNS	Helder Carminé	1979	M 40		A NATUREZA ENSINA	x
DNS	Paulo Martins	1982	M 40		VIZELA CORRE	x

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Tony Calvo	1981	M 40		ESCOLA DO MOVIMENTO	2:05.09
2	Adelino Monteiro	1981	M 40		A NATUREZA ENSINA	2:07.62
3	Jorge Neto	1982	M 40		N BARROSAS AMADOR	2:07.92
4	Virgílio Bastos	1978	M 40		C A MARINHA GRANDE	2:10.19
5	Jorge Fontes	1981	M 40		C D C NAVAIS	2:21.46
DNS	Pedro Guimarães	1980	M 40		INGLESES F C	x
DNS	Manuel Rodrigues	1980	M 40		A ACAD BELA VISTA	x

800 Metros M35 | MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	André Pinto	1984	M 35		S C FREAMUNDE	2:13.59
2	Bruno Santiago	1983	M 35		C F OLIVEIRA DOURO	2:16.92
3	Luís Dantas	1984	M 35		ESCOLA DESP LIMIANA	2:17.47
4	Hélder Silva	1984	M 35		VIZELA CORRE	2:19.91
5	Pedro Porfírio (X)	1983	M 35		GDRC PONTERROLENSE	2:26.28
DNS	Rodolfo Vilela	1988	M 35	BRA	C F OS BELENENSES	x
DNS	Joatan Santos	1983	M 35	BRA	N BARROSAS AMADOR	x
DNS	Rui Milagaia	1985	M 35		C BENFICA ABRANTES	x

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Ricardo Paixão	1986	M 35		BEJA ATLÉTICO CLUBE	1:59.86
2	Celso Pinto	1984	M 35		C F OS BELENENSES	2:00.26
3	Pedro Braz Correia	1986	M 35		AA LACOBRIENSE	2:02.64
4	Tiago Correia	1986	M 35		C ATLETISMO DE SEIA	2:05.13
5	Fernando Lemos	1983	M 35		GRECAS - VAGOS	2:05.66
6	Sérgio Rodrigues	1985	M 35		NASCIDOS PARA CORRER	2:05.91
7	Tiago Graça	1987	M 35		RUN TEJO-PREV.SPRAIN	2:06.83
8	Fernando Almeida	1987	M 35		GIRA SOL	2:12.67
DNS	André Alves	1986	M 35		C F OS BELENENSES	x

Estafeta 4x200 Metros F50 | MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	C R D SANTALUZIENSE		ND		C R D SANTALUZIENSE	2:34.22	Justina Pereira-13Fátima Salve Rainha-1334-MASTER	Lina Brito-1333-MASTER	Manuela Pereira-1336-MASTER	
2	C F OS BELENENSES		ND		C F OS BELENENSES	2:37.76	Paula Guedes-1248-MASTER	Ana Passos-1230-MASTER	Elsa Bruxelas-1217-MASTER	Anabela Gordo-1225-MASTER
3	A NATUREZA ENSINA		ND		A NATUREZA ENSINA	2:41.25	Eugénia Izaías-1095-MASVanda Augusto-1090-MASTER	Ana Rosário-1103-MASTER	Anabela Pereira-1097-MASTER	



Estafeta 4x200 Metros F45 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	C F OS BELENENSES		ND		C F OS BELENENSES	2:09.42	Clídia Coelho-1262	Beatriz Fernandes-1224	Anabela Ferreira-1229	Sónia Freitas-124
2	A NATUREZA ENSINA		ND		A NATUREZA ENSINA	2:13.04	Carla Oleirinha-1099	Sofia Pinheiro-1107	Elsa Miranda-1111	Sofia Jorge-1112
3	C L A COMPETIÇÃO		ND		C L A COMPETIÇÃO	2:42.84	Célia Silva-1295	Mª Fátima Carrelo-1291-MASTER	Catarina Gonçalves-1297-MASTER	Ana Abegão-1294-MASTER
DNS	GDRC PONTERROLENSE		ND		GDRC PONTERROLENSE	x	Maria Luísa Caldas-1382	Maribel Silva-1389	Maria José Ferreira-1385	Rita Duarte-1388

Estafeta 4x200 Metros F40 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	C F OS BELENENSES		ND		C F OS BELENENSES	2:19.24	Inês Bernardo-1256	Marta Ferreira-1257	Mónica Miler-1261	Paula Fernandes-1253
2	C BENFICA ABRANTES		ND		C BENFICA ABRANTES	2:28.78	Vera Martins-1174	Flora Carrilho-1168	Paula Varelas-1173	Cristina Pedro-1172
3	C F OLIVEIRA DOURO		ND		C F OLIVEIRA DOURO	2:47.46	Ana Vieira-1279	Cláudia Vilarinho-1277	Ana Pereira-1270	Delfina Silva-1268

Estafeta 4x200 Metros F35 | MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	C F OLIVEIRA DOURO		ND		C F OLIVEIRA DOURO	2:04.37	Carla Machado-1287	Isabel Gama-1278	Sónia Eusébio-1284	Sandra Borges-1283
2	CLUBE DESP DA PÓVOA		ND		CLUBE DESP DA PÓVOA	2:11.82	Isabel Sousa-1203	Fátima Silva-1193	Conceição Santos-1204	Ana Neves-1197
3	A NATUREZA ENSINA		ND		A NATUREZA ENSINA	2:16.60	Vanessa Pereira-1118	Ângela Ricardo-1119	Dina Oliveira-1113	Márcia Santos-1115

Estafeta 4x200 Metros M70 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	C VETERANOS COIMBRA		ND		C VETERANOS COIMBRA	2:43.14	Marcelo Ribeiro-1303	José Ribeiro-1302	José Marques-1298	João Travessa-1299

Estafeta 4x200 Metros M60 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	ESCOLA DO MOVIMENTO		ND		ESCOLA DO MOVIMENTO	2:02.65	Carlos Pereira-1363	Camilo Rego-1355	Daniel Monteiro-1354	Carlos Ferreira-1366
2	A NATUREZA ENSINA		ND		A NATUREZA ENSINA	2:22.11	António Antunes-1096	José Amigo-1093	Fernando Chamusca-108	João Veiga-1092

Estafeta 4x200 Metros M55 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	ESCOLA DO MOVIMENTO		ND		ESCOLA DO MOVIMENTO	1:55.73
2	C BENFICA ABRANTES		ND		C BENFICA ABRANTES	2:33.45

Estafeta 4x200 Metros M50 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	A NATUREZA ENSINA		ND		A NATUREZA ENSINA	2:23.47

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	ESCOLA DO MOVIMENTO		ND		ESCOLA DO MOVIMENTO	1:40.89
2	C F OS BELENENSES		ND		C F OS BELENENSES	2:02.52
3	A C R SRA DESTERRO		ND		A C R SRA DESTERRO	2:12.66
4	C F OLIVEIRA DOURO		ND		C F OLIVEIRA DOURO	2:29.46



Estafeta 4x200 Metros M40 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	1º DEZEMBRO QUEIJAS		ND		1º DEZEMBRO QUEIJAS	1:47.42

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	C F OLIVEIRA DOURO		ND		C F OLIVEIRA DOURO	1:45.51
2	A NATUREZA ENSINA		ND		A NATUREZA ENSINA	1:48.26
3	ASS DESP PALMEIROS		ND		ASS DESP PALMEIROS	1:56.43
4	C D C NAVAIS		ND		C D C NAVAIS	1:59.45

Estafeta 4x200 Metros M45 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	C F OS BELENENSES		ND		C F OS BELENENSES	1:42.42
2	CLUBE DESP DA PÓVOA		ND		CLUBE DESP DA PÓVOA	1:53.72

Estafeta 4x200 Metros M35 | MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	GRECAS - VAGOS		ND		GRECAS - VAGOS	1:49.53
2	C BENFICA ABRANTES		ND		C BENFICA ABRANTES	1:58.94
3	A FIGUEIREDO RUNNERS		ND		A FIGUEIREDO RUNNERS	2:01.02
4	GDRC PONTERROLENSE		ND		GDRC PONTERROLENSE	2:06.18

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	C F OS BELENENSES		ND		C F OS BELENENSES	1:46.41
2	C F OLIVEIRA DOURO		ND		C F OLIVEIRA DOURO	1:51.78
3	A NATUREZA ENSINA		ND		A NATUREZA ENSINA	2:03.14
DNF	A C R SRA DESTERRO		ND		A C R SRA DESTERRO	x



Posicao	Clube	Pontos
57	AMCRFG	10.0
57	CLAC	10.0
57	ADR4E	10.0
60	GJVP	8.0
60	CATUNES	8.0
60	SLA	8.0
60	BCP	8.0
60	VFC	8.0
60	MAC	8.0
60	DOR	8.0
67	AMA-VR	7.0
68	CBAM	6.0
68	CDPRI	6.0
68	GDC	6.0
68	AAADP	6.0
68	GRE-AA	6.0
68	CAMG	6.0
68	SCP	6.0
75	CAF-SCF	5.0
75	RDA	5.0
75	ARSM	5.0
78	CRDS	4.0
79	IFC	3.0
79	CAOV	3.0
81	EDL	2.0
81	AAC	2.0
81	LFC-F	2.0
81	AVG	2.0

Coletiva Feminina

Posicao	Clube	Pontos
1	ANE	253.0
2	CFB	232.0
3	CFOD	185.0
4	GREAS	94.0
5	CLUVE	90.0
6	SSTSJM	82.0
7	CLAC	78.0
8	CRDS	73.0
9	ACRSD	69.0
10	CDP	66.0
11	CBA-S	57.0
12	ESCMOV	53.0
13	GDRCP	47.0
14	IND	42.0
15	GJVP	34.0
16	LAVRA	30.0
16	SUOV	30.0
18	CRDP	29.0
19	EAT	28.0
19	GRE-AA	28.0
19	GM1DQ	28.0
19	ADPALM	28.0
23	NPCAD	27.0
24	CAVF	26.0
25	GRQL	24.0
25	ACFR	24.0
25	GSDS	24.0

Posicao	Clube	Pontos				
28	ACDAV	23.0		8.0		
28	SCB	23.0	8.0			8.0
30	OCL	22.0			8.0	
30	CPC	22.0			6.0	6.0
32	AAM	21.0			7.0	6.0
33	ADREP	19.0	7.0		6.0	
34	CAF-SCF	18.0		4.0		
34	CSGAIA	18.0		3.0		
36	UDV	16.0				
37	CDCNAV	15.0	5.0		5.0	3.0
37	ADAAL	15.0		7.0		
39	ADR4E	14.0				5.0
39	CPTSC	14.0				
39	NBA	14.0		2.0		
42	CAG	13.0				
43	VFC	12.0				6.0
44	CAB	11.0				
44	CAM-VC	11.0				
46	AMVE	7.0				
46	LPSC	7.0	7.0			
46	CATUNES	7.0				
49	UAP	6.0				
49	CSJSC	6.0				
49	AFR F	6.0				
52	ELCT	5.0				
53	RUNRIVER	4.0				
54	ACDCVC	1.0	1.0			

Estatística Clubes

Sigla	Associação	Nº atletas Masculino	Nº atletas Feminino	Nº atletas Total	Participações Masculino	Participações Feminino	Participações Total
AAADP	Leiria	1	0	1	1	0	1
AABV	Algarve	2	0	2	4	0	4
AAC	Coimbra	1	0	1	1	0	1
AAM	Lisboa	0	1	1	0	3	3
ACA	Porto	3	1	4	3	1	4
ACDAV	Viana do Castelo	1	1	2	3	3	6
ACDCVC	Aveiro	2	2	4	3	2	5
ACFR	Porto	0	2	2	0	3	3
ACPV	Porto	1	0	1	2	0	2
ACRSD	Guarda	13	4	17	35	10	45
ACVSM	Braga	1	0	1	4	0	4
ADAAL	Algarve	3	1	4	7	2	9
ADL-P	Porto	4	0	4	10	0	10
ADPALM	Lisboa	9	3	12	24	6	30
ADR4E	Coimbra	2	1	3	4	3	7
ADREP	Aveiro	1	1	2	4	4	8
AFIS	Aveiro	1	0	1	4	0	4
AFR F	Braga	7	1	8	13	2	15
AFS	Lisboa	1	0	1	2	0	2
AMA-VR	Vila Real	1	0	1	2	0	2
AMCRFG	Lisboa	3	0	3	5	0	5
AMONT	Braga	2	0	2	2	0	2
AMVE	Braga	4	1	5	8	2	10
ANE	Setúbal	17	15	32	45	40	85
AP-CM	Castelo Branco	1	0	1	2	0	2
ARC-EAC	Coimbra	2	0	2	3	0	3
ARSM	Coimbra	1	0	1	1	0	1
AVG	Lisboa	2	1	3	5	1	6
BAC	Beja	1	0	1	3	0	3
BCP	Lisboa	1	0	1	1	0	1
BFC	Porto	2	0	2	7	0	7
CAB	Braga	0	2	2	0	3	3
CAF-FR	Braga	1	0	1	2	0	2
CAF-SCF	Porto	3	1	4	7	3	10
CAFH	Madeira	1	0	1	4	0	4
CAG	Lisboa	1	2	3	1	2	3
CAM-VC	Viana do Castelo	1	1	2	1	2	3
CAMG	Leiria	1	0	1	2	0	2
CAOV	Viana do Castelo	1	0	1	1	0	1
CAS	Guarda	6	0	6	11	0	11
CASJ	Algarve	1	0	1	4	0	4
CATUNES	Algarve	1	1	2	1	1	2
CAVF	Lisboa	2	2	4	7	5	12
CBA-S	Santarém	10	5	15	40	19	59
CBAM	Lisboa	2	0	2	3	0	3
CBL	Leiria	1	0	1	3	0	3
CBRUN	Braga	1	0	1	1	0	1
CCSJM	Aveiro	2	0	2	2	0	2
CDCNAV	Porto	7	2	9	21	6	27
CDP	Porto	5	6	11	9	13	22
CDPRI	Braga	1	0	1	1	0	1
CDSSC	Porto	2	0	2	4	0	4
CFB	Lisboa	37	15	52	111	46	157



Sigla	Associação	Nº atletas Masculino	Nº atletas Feminino	Nº atletas Total	Participações Masculino	Participações Feminino	Participações Total
CFOD	Porto	16	10	26	56	32	88
CLAC	Santarém	3	6	9	8	19	27
CLUVE	Coimbra	13	8	21	32	14	46
CPC	Setúbal	0	1	1	0	4	4
CPTSC	Coimbra	2	2	4	2	2	4
CRDP	Setúbal	2	5	7	2	5	7
CRDS	Algarve	1	5	6	1	10	11
CSGAIA	Porto	2	1	3	5	4	9
CSJSC	Aveiro	0	1	1	0	1	1
DOR	Lisboa	1	0	1	2	0	2
EAT	Porto	0	2	2	0	4	4
EDL	Viana do Castelo	3	0	3	7	0	7
ELCT	Braga	3	1	4	4	1	5
ESCMOV	Porto	16	4	20	44	10	54
GCA	Leiria	2	0	2	3	0	3
GDC	Setúbal	1	0	1	1	0	1
GDRCP	Lisboa	7	4	11	17	9	26
GDRR	Lisboa	1	0	1	1	0	1
GSDS	Lisboa	2	5	7	4	9	13
GJVP	Viana do Castelo	2	3	5	5	7	12
GM1DQ	Lisboa	6	4	10	13	6	19
GRE-AA	Coimbra	1	1	2	1	4	5
GREAS	Aveiro	11	6	17	26	16	42
GRQL	Setúbal	0	2	2	0	6	6
GS	Coimbra	2	0	2	5	0	5
IDV	Leiria	2	0	2	3	0	3
IFC	Lisboa	1	0	1	3	0	3
IND	None	8	4	12	14	8	22
LAVRA	Porto	0	1	1	0	4	4
LFC-F	Braga	1	0	1	4	0	4
LPSC	Lisboa	1	1	2	4	1	5
MAC	Porto	1	0	1	1	0	1
MJM	Braga	5	0	5	7	0	7
NAC	Aveiro	4	0	4	9	0	9
NARM	Beja	1	0	1	2	0	2
NBA	Porto	2	3	5	7	4	11
NDCO	Beja	4	0	4	8	0	8
NPCAD	Porto	16	4	20	28	8	36
OCL	Algarve	1	1	2	4	4	8
PRC	Porto	1	0	1	1	0	1
RC	Évora	1	0	1	4	0	4
RDA	Aveiro	2	0	2	2	0	2
RUNRIVER	Porto	0	1	1	0	2	2
RUNTEJO	Lisboa	1	0	1	3	0	3
SCB	Braga	0	1	1	0	3	3
SCBM	Aveiro	1	0	1	4	0	4
SCE	Aveiro	2	0	2	4	0	4
SCP	Lisboa	1	1	2	1	2	3
SCS	Porto	2	0	2	6	0	6
SCV	Viana do Castelo	0	1	1	0	1	1
SLA	Setúbal	1	0	1	1	0	1
SSTSJM	Aveiro	3	7	10	10	21	31
SUOV	Coimbra	3	1	4	3	4	7
UAP	Lisboa	0	1	1	0	1	1
UDV	Porto	3	1	4	3	2	5
VFC	Setúbal	3	1	4	3	2	5
VIZELA	Braga	5	0	5	10	0	10
_NaoFederado		-	-	39	-	-	40

Sigla	Associação	Nº atletas Masculino	Nº atletas Feminino	Nº atletas Total	Participações Masculino	Participações Feminino	Participações Total
_Total		350	172	561	832	412	1284

Estatística Escalão

Escalão	Nº atletas Masculino	Nº atletas Feminino	Nº atletas Total	Participações Masculino	Participações Feminino	Participações Total
M 35	43	18	61	116	52	168
M 40	49	36	85	108	82	190
M 45	59	37	96	134	83	217
M 50	66	33	99	152	82	234
M 55	50	22	72	107	53	160
M 60	26	16	42	64	40	104
M 65	24	4	28	58	8	66
M 70	13	4	17	42	9	51
M 75	11	0	11	28	0	28
M 80	7	1	8	16	2	18
M 85	2	1	3	7	1	8
_NaoFederado	-	-	39	-	-	40