



# Campeonato Regional de 10 000 metros + prova extras

FPA **COMPETIÇÕES**

Pista Mun. Atle. Alberto Chaiça - Almada - (19/04/2026 - 19/04/2026)

**10 000 - F - Sub23 a V80+ | SUB-23 a MASTER - F | Dia 1**

## Série 1

| Posicao | Nome              | Ano  | Escalao | Nac | Clube  | Marca    |
|---------|-------------------|------|---------|-----|--|----------|
| 1       | Inês Pinto (X)    | 1992 | SEN     |     | GAFANHORI - CLUBE DE ORIENTAÇÃO DA GAFANHOEIRA - A | 37:35.69 |
| 2       | Carla Martins     | 1979 | M 45    |     | GRUPO DESPORTIVO 'O INDEPENDENTE' BARREIRO         | 42:50.70 |
| 3       | Mirian Couto      | 1989 | M 35    |     | CLUBE DESPORTIVO E RECREATIVO RIBEIRINHO           | 46:17.93 |
| 4       | Mara Pais         | 2006 | SUB-23  |     | GRUPO DESPORTIVO 'O INDEPENDENTE' BARREIRO         | 46:25.36 |
| 5       | Andreia Banha     | 1980 | M 45    |     | VITÓRIA FUTEBOL CLUBE                              | 47:00.03 |
| 6       | Sara Alves        | 1985 | M 40    |     | CLUBE PEDRO PESSOA ESCOLA DE ATLETISMO             | 47:16.02 |
| 7       | Catarina Santos   | 2000 | SEN     |     | ASSOCIAÇÃO CULTURAL E DESPORTIVA DA COTOVIA        | 52:14.87 |
| DNS     | Joaquina Flores   | 1940 | M 85    |     | CENTRO CULTURAL E RECREATIVO DO ALTO DO MOINHO     | x        |
| DNF     | Arina Stonozhenko | 2004 | SUB-23  | RUS | MARATONA CLUBE DE PORTUGAL                         | x        |

**Dardo - F - Sub16/18 | SUB-16 a SUB-18 - F | Dia 1**

## Série 1

| Posicao | Nome                 | Ano  | Escalao | Nac | Clube  | Marca | 1     | 2     | 3     | 4     |
|---------|----------------------|------|---------|-----|--|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1       | Beatriz Patrício (X) | 2009 | SUB-18  |     | SPORTING CLUBE DE PORTUGAL                         | 31.73 | 31.73 | 28.00 | 28.93 | 30.07 |
| 2       | Carolina Cunha       | 2009 | SUB-18  |     | SOLAR DOS LEÕES DE ALMADA - NÚCLEO SPORTING CP ALM | 30.62 | 29.86 | 30.62 | 27.02 | 26.42 |
| 3       | Luana Espírito Santo | 2010 | SUB-18  |     | SOLAR DOS LEÕES DE ALMADA - NÚCLEO SPORTING CP ALM | 28.34 | 27.62 | 26.70 | 28.34 | 27.66 |
| 4       | Dilma Jordão         | 2012 | SUB-16  | STP | GRUPO DESPORTIVO DO CAVADAS                        | 27.94 | 27.94 | X     | 19.94 | 27.05 |
| 5       | Matilde Macheta      | 2010 | SUB-18  |     | QUINTAJENSE FUTEBOL CLUBE                          | 26.89 | 24.07 | 25.38 | 26.85 | 26.89 |
| 6       | Alícia Filipe        | 2011 | SUB-16  |     | GRUPO DESPORTIVO DO CAVADAS                        | 26.77 | 22.51 | 26.77 | X     | 26.30 |
| 7       | Helena Serra         | 2011 | SUB-16  |     | QUINTAJENSE FUTEBOL CLUBE                          | 25.11 | X     | 23.09 | 19.11 | 25.11 |
| 8       | Elizinha Mendes      | 2012 | SUB-16  | GBS | GRUPO DESPORTIVO DO CAVADAS                        | 16.27 | X     | 16.27 | 16.03 | 15.12 |
| 9       | Sofia Afonso         | 2010 | SUB-18  |     | SOLAR DOS LEÕES DE ALMADA - NÚCLEO SPORTING CP ALM | 13.99 | 13.99 | 11.95 | 8.21  | 10.89 |

**Dardo - F - V50 a 70 | MASTER - F | Dia 1**

## Série 1

| Posicao | Nome            | Ano  | Escalao | Nac | Clube                                     | Marca | 1     | 2     | 3     | 4     |
|---------|-----------------|------|---------|-----|---|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1       | Filomena Rebelo | 1973 | M 50    |     | ASSOCIAÇÃO ESCOLA DE ATLETISMO MOITA TEJO | 22.56 | 17.77 | 21.15 | 22.56 | 21.47 |

**Dardo - F - Sub20/23/SEN | SUB-20 a SEN - F | Dia 1**

## Série 1

| Posicao | Nome              | Ano  | Escalao | Nac | Clube                                       | Marca | 1     | 2     | 3     | 4     |
|---------|-------------------|------|---------|-----|---|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1       | Inês Custódio (X) | 2005 | SUB-23  |     | ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE VARZIM           | 42.01 | 42.01 | 39.35 | 40.22 | 41.59 |
| 2       | Camila Fonseca    | 2008 | SUB-20  |     | AMIGOS DO ATLETISMO DA CHARNECA DE CAPARICA | 28.96 | 28.96 | 26.06 | X     | 24.52 |
| 3       | Luna Dias         | 2007 | SUB-20  |     | AMIGOS DO ATLETISMO DA CHARNECA DE CAPARICA | 24.52 | 23.68 | 23.59 | 22.82 | 24.52 |
| 4       | Leonor Esteves    | 2008 | SUB-20  |     | QUINTAJENSE FUTEBOL CLUBE                   | 18.00 | 15.82 | 16.52 | 18.00 | 16.96 |

**Dardo - F - V75+ | MASTER - F | Dia 1**

**Dardo - F - V35/40/45 | MASTER - F | Dia 1**

## Série 1

| Posicao | Nome          | Ano  | Escalao | Nac | Clube           | Marca | 1 | 2     | 3     | 4     |
|---------|---------------|------|---------|-----|-----------------|-------|---|-------|-------|-------|
| 1       | Cristina Falé | 1977 | M 45    |     | ASSOCIAÇÃO GDAK | 23.07 | X | 19.75 | 22.20 | 23.07 |



**MAIS Atletismo!**

www.fpatletismo.pt

**Disco - M - Sub16/V60 a 80+ | SUB-16 a MASTER - M | Dia 1****Série 1**

| Posicao | Nome           | Ano  | Escalao | Nac | Clube                                      | Marca | 1     | 2     | 3     | 4     |
|---------|----------------|------|---------|-----|--|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1       | Hugo Sousa     | 2011 | SUB-16  |     | GRUPO DESPORTIVO 'O INDEPENDENTE' BARREIRO | 37.03 | 26.26 | 26.93 | 25.27 | 37.03 |
| 2       | João Coelho    | 1965 | M 60    |     | GRUPO DESPORTIVO DO CAVADAS                | 31.12 | 30.00 | 31.12 | 28.24 | 31.09 |
| 3       | Nicolas Silva  | 2012 | SUB-16  | BRA | GRUPO DESPORTIVO 'O INDEPENDENTE' BARREIRO | 26.09 | X     | 21.70 | 22.74 | 26.09 |
| 4       | Luís Da Silva  | 1951 | M 70    |     | ASSOCIAÇÃO ESCOLA DE ATLETISMO MOITA TEJO  | 20.32 | 15.75 | 20.32 | X     | X     |
| 5       | André Cordeiro | 2012 | SUB-16  |     | PALMELENSE FUTEBOL CLUBE                   | 20.04 | X     | X     | X     | 20.04 |
| 6       | Enzo Bernardo  | 2011 | SUB-16  |     | GRUPO DESPORTIVO DO CAVADAS                | 19.65 | 17.14 | X     | 19.65 | 18.86 |

**Disco - M - Sub18/V50/55 | SUB-18 a MASTER - M | Dia 1****Série 1**

| Posicao | Nome              | Ano  | Escalao | Nac | Clube                                     | Marca | 1     | 2     | 3     | 4     |
|---------|-------------------|------|---------|-----|---|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1       | Aristides Pestana | 1971 | M 50    |     | ASSOCIAÇÃO ESCOLA DE ATLETISMO MOITA TEJO | 34.93 | 29.71 | 34.93 | 32.80 | X     |
| 2       | Tomás Ferreira    | 2010 | SUB-18  |     | QUINTAJENSE FUTEBOL CLUBE                 | 32.38 | 31.60 | X     | 28.95 | 32.38 |
| 3       | David Aguiar (X)  | 2010 | SUB-18  |     | SPORTING CLUBE DE PORTUGAL                | 29.00 | 28.54 | 26.17 | 29.00 | X     |
| 4       | Armindo Pestana   | 1971 | M 50    |     | ASSOCIAÇÃO ESCOLA DE ATLETISMO MOITA TEJO | 28.39 | 26.98 | X     | 28.39 | X     |

**Disco - M - Sub20 | SUB-20 - M | Dia 1****Série 1**

| Posicao | Nome         | Ano  | Escalao | Nac | Clube                       | Marca | 1     | 2 | 3     | 4     |
|---------|--------------|------|---------|-----|-----------------------------|-------|-------|---|-------|-------|
| 1       | Miguel Viana | 2008 | SUB-20  |     | GRUPO DESPORTIVO DO CAVADAS | 28.88 | 28.88 | X | 27.26 | 28.21 |

**Disco-M-Sub23/SEN/V35a45 | SUB-23 a MASTER - M | Dia 1****Série 1**

| Posicao | Nome          | Ano  | Escalao | Nac | Clube                                       | Marca | 1     | 2     | 3     | 4     |
|---------|---------------|------|---------|-----|---|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1       | Tiago Silva   | 1980 | M 45    |     | ASSOCIAÇÃO ESCOLA DE ATLETISMO MOITA TEJO   | 21.25 | X     | 19.66 | 21.25 | X     |
| 2       | Pedro Correia | 1978 | M 45    |     | ASSOCIAÇÃO CULTURAL E DESPORTIVA DA COTOVIA | 15.11 | 13.60 | 14.89 | 15.08 | 15.11 |

**10 000 - M - V45 a 80+ | MASTER - M | Dia 1****Série 1**

| Posicao | Nome                 | Ano  | Escalao | Nac | Clube  | Marca    |
|---------|----------------------|------|---------|-----|--|----------|
| 1       | Nelson Cruz          | 1977 | M 45    |     | CLUBE PEDRO PESSOA ESCOLA DE ATLETISMO         | 33:11.15 |
| 2       | Luís Reforço         | 1974 | M 50    |     | ASSOCIAÇÃO A NATUREZA ENSINA                   | 37:23.41 |
| 3       | Hernâni Francisco    | 1968 | M 55    |     | VITÓRIA FUTEBOL CLUBE                          | 41:08.62 |
| 4       | Carlos Gregório      | 1978 | M 45    |     | VITÓRIA FUTEBOL CLUBE                          | 41:25.52 |
| 5       | Nuno Santos          | 1972 | M 50    |     | VITÓRIA FUTEBOL CLUBE                          | 41:30.10 |
| 6       | Nuno Cidade Do Carmo | 1974 | M 50    |     | CLUBE PEDRO PESSOA ESCOLA DE ATLETISMO         | 41:37.54 |
| 7       | Carlos Gouveia       | 1980 | M 45    |     | ASSOCIAÇÃO CULTURAL E DESPORTIVA DA COTOVIA    | 45:42.49 |
| 8       | Manuel Domingues     | 1949 | M 75    |     | CENTRO CULTURAL E RECREATIVO DO ALTO DO MOINHO | 48:52.30 |
| 9       | Pedro Salvador       | 1976 | M 45    |     | GRUPO DESPORTIVO 'O INDEPENDENTE' BARREIRO     | 48:52.94 |
| 10      | Luís Peixoto         | 1979 | M 45    |     | ASSOCIAÇÃO CULTURAL E DESPORTIVA DA COTOVIA    | 49:19.08 |
| DNS     | Graciano Campos      | 1955 | M 70    |     | MONTE KAPA ESCOLA DESPORTO                     | x        |
| DNF     | Miguel Duarte        | 1973 | M 50    |     | VITÓRIA FUTEBOL CLUBE                          | x        |

**10 000 - M - Sub23 a V40 | SUB-23 a MASTER - M | Dia 1****Série 1**

| Posicao | Nome           | Ano  | Escalao | Nac | Clube                                    | Marca    |
|---------|----------------|------|---------|-----|--|----------|
| 1       | Vitor Valverde | 2002 | SEN     |     | CLUBE PEDRO PESSOA ESCOLA DE ATLETISMO   | 33:07.61 |
| 2       | Marco Tavares  | 1992 | SEN     |     | CLUBE DESPORTIVO E RECREATIVO RIBEIRINHO | 33:49.43 |



| Posicao | Nome              | Ano  | Escalao | Nac | Clube  | Marca    |
|---------|-------------------|------|---------|-----|--|----------|
| 3       | Alberto Parenti   | 1999 | SEN     | ITA | CLUBE PEDRO PESSOA ESCOLA DE ATLETISMO             | 34:26.24 |
| 4       | Plácido Jesus     | 1987 | M 35    |     | CATA - CLUBE DE ATLETISMO DE AMORA                 | 34:41.39 |
| 5       | António Leirão    | 1984 | M 40    |     | CLUBE PEDRO PESSOA ESCOLA DE ATLETISMO             | 34:53.82 |
| 6       | Diogo Seixas      | 1991 | MASTER  |     | SOLAR DOS LEÕES DE ALMADA - NÚCLEO SPORTING CP ALM | 35:01.45 |
| 7       | André Fernandes   | 1994 | SEN     |     | CLUBE DESPORTIVO E RECREATIVO RIBEIRINHO           | 35:46.00 |
| 8       | João Benedito     | 1988 | M 35    |     | ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREATIVA BENFIQUISTA - C | 36:35.88 |
| 9       | André Fonseca     | 2002 | SEN     |     | UNIÃO RECREATIVA E JUVENTUDE DE FERNÃO FERRO       | 38:01.86 |
| 10      | Renato Moreiras   | 1981 | M 40    |     | VITÓRIA FUTEBOL CLUBE                              | 39:27.32 |
| 11      | Rui Silva         | 1988 | M 35    |     | UNIÃO RECREATIVA E JUVENTUDE DE FERNÃO FERRO       | 41:36.14 |
| 12      | Emanuel Carlos    | 1992 | SEN     |     | SOLAR DOS LEÕES DE ALMADA - NÚCLEO SPORTING CP ALM | 43:06.49 |
| 13      | Sérgio Ferreira   | 1982 | M 40    |     | UNIÃO RECREATIVA E JUVENTUDE DE FERNÃO FERRO       | 44:03.68 |
| 14      | Colvi Huiemery    | 2000 | SEN     | GBS | CENTRO CULTURAL E RECREATIVO DO ALTO DO MOINHO     | 44:05.76 |
| 15      | João Moniz        | 1995 | SEN     |     | CLUBE DESPORTIVO E RECREATIVO RIBEIRINHO           | 44:44.61 |
| 16      | Sérgio Pinto      | 1989 | M 35    |     | ASSOCIAÇÃO CULTURAL E DESPORTIVA DA COTOVIA        | 48:30.34 |
| DNS     | João Paulo Borges | 1983 | M 40    |     | CASA DO POVO DE CORROIOS                           | x        |
| DNF     | Rui Maia          | 1996 | SEN     |     | CLUBE DESPORTIVO E RECREATIVO RIBEIRINHO           | x        |
| DNF     | Duarte Lima       | 2003 | SEN     |     | SOLAR DOS LEÕES DE ALMADA - NÚCLEO SPORTING CP ALM | x        |
| DNF     | Hugo Igreja       | 2004 | SUB-23  |     | NÚCLEO DO SPORTING CLUBE DE PORTUGAL DO SEIXAL     | x        |
| DNF     | Vasco Marta       | 1991 | MASTER  |     | ASSOCIAÇÃO RUN TEJO                                | x        |

**Dardo - M - V70/75 | MASTER - M | Dia 1**

**Série 1**

| Posicao | Nome          | Ano  | Escalao | Nac | Clube                                     | Marca | 1     | 2 | 3     | 4     |
|---------|---------------|------|---------|-----|---|-------|-------|---|-------|-------|
| 1       | Luís Da Silva | 1951 | M 70    |     | ASSOCIAÇÃO ESCOLA DE ATLETISMO MOITA TEJO | 20.35 | 18.15 | X | 16.40 | 20.35 |

**Dardo - M - Sub20/23/SEN | SUB-20 a SEN - M | Dia 1**

**Série 1**

| Posicao | Nome                 | Ano  | Escalao | Nac | Clube                                  | Marca | 1     | 2     | 3     | 4     |
|---------|----------------------|------|---------|-----|--|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1       | Daniel Coelho        | 1996 | SEN     |     | GRUPO DESPORTIVO DO CAVADAS            | 47.13 | 44.87 | 43.49 | 47.13 | 44.66 |
| 2       | Nuno Cidade Do Carmo | 2002 | SEN     |     | CLUBE PEDRO PESSOA ESCOLA DE ATLETISMO | 46.53 | 46.53 | 43.19 | 40.17 | 45.19 |
| 3       | João Ferreira        | 2008 | SUB-20  |     | QUINTAJENSE FUTEBOL CLUBE              | 36.57 | 35.35 | 32.55 | 31.88 | 36.57 |
| 4       | Ricardo Parreira     | 2008 | SUB-20  |     | QUINTAJENSE FUTEBOL CLUBE              | 35.05 | 33.36 | 34.76 | 33.44 | 35.05 |

**Dardo - M - V35/40/45 | MASTER - M | Dia 1**

**Série 1**

| Posicao | Nome          | Ano  | Escalao | Nac | Clube                                       | Marca | 1     | 2     | 3     | 4     |
|---------|---------------|------|---------|-----|---|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1       | Tiago Silva   | 1980 | M 45    |     | ASSOCIAÇÃO ESCOLA DE ATLETISMO MOITA TEJO   | 25.34 | 22.97 | 21.68 | 25.18 | 25.34 |
| 2       | Pedro Correia | 1978 | M 45    |     | ASSOCIAÇÃO CULTURAL E DESPORTIVA DA COTOVIA | 13.81 | X     | X     | X     | 13.81 |

**Dardo - M - Sub16/V60/65 | SUB-16 a MASTER - M | Dia 1**

**Série 1**

| Posicao | Nome                     | Ano  | Escalao | Nac | Clube                        | Marca | 1     | 2     | 3     | 4     |
|---------|--------------------------|------|---------|-----|------------------------------|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1       | Carlos Cunha             | 1962 | M 60    |     | ASSOCIAÇÃO A NATUREZA ENSINA | 40.21 | 40.21 | 38.85 | 39.16 | 39.29 |
| 2       | Carlos Ponte E Sousa (X) | 2011 | SUB-16  |     | GRUPO DESPORTIVO DIANA       | 35.35 | 33.60 | 35.35 | 33.89 | 34.99 |
| 3       | João Coelho              | 1965 | M 60    |     | GRUPO DESPORTIVO DO CAVADAS  | 27.15 | 24.40 | 27.15 | X     | X     |
| 4       | Enzo Bernardo            | 2011 | SUB-16  |     | GRUPO DESPORTIVO DO CAVADAS  | 23.49 | 20.26 | 23.49 | 22.00 | X     |



**MAIS Atletismo!**

www.fpatletismo.pt

**Disco - F - Sub16/V75+ | SUB-16 a MASTER - F | Dia 1**

**Série 1**

| Posicao | Nome              | Ano  | Escalao | Nac | Clube                                      | Marca | 1     | 2     | 3     | 4     |
|---------|-------------------|------|---------|-----|--|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1       | Inês Viana        | 2012 | SUB-16  |     | GRUPO DESPORTIVO DO CAVADAS                | 24.60 | 22.56 | 20.98 | 23.87 | 24.60 |
| 2       | Helena Serra      | 2011 | SUB-16  |     | QUINTAJENSE FUTEBOL CLUBE                  | 23.59 | 21.96 | 16.71 | 20.28 | 23.59 |
| 3       | Matilde Viola     | 2011 | SUB-16  |     | GRUPO DESPORTIVO 'O INDEPENDENTE' BARREIRO | 21.91 | X     | 21.91 | 21.23 | 20.98 |
| 4       | Elizinha Mendes   | 2012 | SUB-16  | GBS | GRUPO DESPORTIVO DO CAVADAS                | 21.84 | X     | X     | 18.76 | 21.84 |
| 5       | Leonor Cardoso    | 2012 | SUB-16  |     | PALMELENSE FUTEBOL CLUBE                   | 21.33 | 19.09 | X     | 19.98 | 21.33 |
| 6       | Margarida Caçoete | 2011 | SUB-16  |     | PALMELENSE FUTEBOL CLUBE                   | 18.84 | 18.84 | 17.10 | X     | X     |
| 7       | Alice Domingos    | 2011 | SUB-16  |     | QUINTAJENSE FUTEBOL CLUBE                  | 17.49 | X     | X     | 17.29 | 17.49 |

**Disco - F - Sub18 a V70 | SUB-18 a MASTER - F | Dia 1**

**Série 1**

| Posicao | Nome            | Ano  | Escalao | Nac | Clube                                       | Marca | 1     | 2     | 3     | 4     |
|---------|-----------------|------|---------|-----|---|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1       | Sara Lopes      | 2009 | SUB-18  |     | ASSOCIAÇÃO GDAK                             | 40.97 | 40.44 | X     | 37.36 | 40.97 |
| 2       | Matilde Macheta | 2010 | SUB-18  |     | QUINTAJENSE FUTEBOL CLUBE                   | 30.46 | X     | 26.54 | 25.76 | 30.46 |
| 3       | Cristina Falé   | 1977 | M 45    |     | ASSOCIAÇÃO GDAK                             | 21.40 | 15.32 | 21.40 | X     | 20.58 |
| 4       | Luna Dias       | 2007 | SUB-20  |     | AMIGOS DO ATLETISMO DA CHARNECA DE CAPARICA | 20.60 | 19.63 | 19.66 | 20.60 | 18.97 |
| 5       | Leonor Esteves  | 2008 | SUB-20  |     | QUINTAJENSE FUTEBOL CLUBE                   | 19.58 | 19.58 | 17.86 | 16.70 | -     |
| 6       | Filomena Rebelo | 1973 | M 50    |     | ASSOCIAÇÃO ESCOLA DE ATLETISMO MOITA TEJO   | 16.90 | X     | 16.90 | X     | 16.53 |

**Dardo - M - V80+ | MASTER - M | Dia 1**

**Dardo - M - Sub18/V50/55 | SUB-18 a MASTER - M | Dia 1**

**Série 1**

| Posicao | Nome              | Ano  | Escalao | Nac | Clube                                     | Marca | 1     | 2     | 3     | 4     |
|---------|-------------------|------|---------|-----|---|-------|-------|-------|-------|-------|
| 1       | Armindo Pestana   | 1971 | M 50    |     | ASSOCIAÇÃO ESCOLA DE ATLETISMO MOITA TEJO | 42.43 | 42.43 | 40.94 | 37.69 | 39.38 |
| 2       | David Aguiar (X)  | 2010 | SUB-18  |     | SPORTING CLUBE DE PORTUGAL                | 41.68 | 40.12 | 41.68 | 40.15 | 40.90 |
| 3       | Tomás Ferreira    | 2010 | SUB-18  |     | QUINTAJENSE FUTEBOL CLUBE                 | 35.95 | 35.49 | 34.63 | 35.95 | X     |
| 4       | Aristides Pestana | 1971 | M 50    |     | ASSOCIAÇÃO ESCOLA DE ATLETISMO MOITA TEJO | 31.66 | 31.66 | 31.19 | X     | X     |
| 5       | Leonardo Antunes  | 2009 | SUB-18  |     | QUINTAJENSE FUTEBOL CLUBE                 | 27.94 | 26.78 | 25.88 | 27.02 | 27.94 |

**110B - M - Sub23/SEN | SUB-23 a SEN - M | Dia 1**

**110B - M - Sub20 | SUB-20 - M | Dia 1**

**Série 1 v = -1.8**

| Posicao | Nome          | Ano  | Escalao | Nac | Clube                                  | Marca |
|---------|---------------|------|---------|-----|--|-------|
| 1       | David Almeida | 2008 | SUB-20  |     | CLUBE PEDRO PESSOA ESCOLA DE ATLETISMO | 17.89 |

**110B - M - Sub16/18 | SUB-16 a SUB-18 - M | Dia 1**

**Série 1 v = -1.9**

| Posicao | Nome         | Ano  | Escalao | Nac | Clube                                    | Marca |
|---------|--------------|------|---------|-----|--|-------|
| 1       | Larik Viegas | 2009 | SUB-18  | STP | CENTRO DE ATLETISMO DA BAIXA DA BANHEIRA | 17.56 |

**100B - F - Sub20/23/SEN | SUB-20 a SEN - F | Dia 1**

**Série 1 v = -1.2**

| Posicao | Nome             | Ano  | Escalao | Nac | Clube                                       | Marca |
|---------|------------------|------|---------|-----|---|-------|
| 1       | Dania Furk       | 2000 | SEN     |     | CLUBE PEDRO PESSOA ESCOLA DE ATLETISMO      | 17.00 |
| 2       | Raquel Conceição | 2005 | SUB-23  |     | AMIGOS DO ATLETISMO DA CHARNECA DE CAPARICA | 17.84 |
| 3       | Elena Furk       | 2003 | SEN     |     | CLUBE PEDRO PESSOA ESCOLA DE ATLETISMO      | 18.23 |



## Série 1 v = -1.3

| Posicao | Nome                | Ano  | Escalao | Nac | Clube                                  | Marca |
|---------|---------------------|------|---------|-----|--|-------|
| 1       | Carolina Paiva      | 2010 | SUB-18  |     | QUINTAJENSE FUTEBOL CLUBE              | 15.88 |
| 2       | Inês Teixeira       | 2010 | SUB-18  |     | QUINTAJENSE FUTEBOL CLUBE              | 16.27 |
| 3       | Madalena Figueiredo | 2011 | SUB-16  |     | CLUBE PEDRO PESSOA ESCOLA DE ATLETISMO | 16.51 |
| 4       | Filipa Roussado (X) | 2009 | SUB-18  |     | SPORTING CLUBE DE PORTUGAL             | 18.16 |

## 100 - M - Sub20/23/SEN | SUB-20 a SEN - M | Dia 1

## Série 1 v = -1.9

| Posicao | Nome           | Ano  | Escalao | Nac | Clube                       | Marca |
|---------|----------------|------|---------|-----|-----------------------------|-------|
| 1       | Élvio Almeida  | 2003 | SEN     |     | GRUPO DESPORTIVO DO CAVADAS | 11.22 |
| 2       | Ivo Silva      | 1998 | SEN     |     | MONTE KAPA ESCOLA DESPORTO  | 12.02 |
| 3       | Miquéias Jorge | 1998 | SEN     | ANG | CASA DO POVO DE CORROIOS    | 12.12 |

## Série 2 v = -1.4

| Posicao | Nome                 | Ano  | Escalao | Nac | Clube                       | Marca |
|---------|----------------------|------|---------|-----|-----------------------------|-------|
| 1       | Rui Neves            | 2006 | SUB-23  |     | GRUPO DESPORTIVO DO CAVADAS | 11.27 |
| 2       | Duarte De Figueiredo | 2008 | SUB-20  |     | VITÓRIA FUTEBOL CLUBE       | 11.61 |
| 3       | Víctor Santos        | 2008 | SUB-20  | BRA | GRUPO DESPORTIVO DO CAVADAS | 11.64 |
| 4       | David Grageles       | 2004 | SUB-23  |     | CASA DO POVO DE CORROIOS    | 11.73 |

## 100 - M - Sub16/18 | SUB-16 a SUB-18 - M | Dia 1

## Série 1 v = -1.2

| Posicao | Nome                | Ano  | Escalao | Nac | Clube                                      | Marca |
|---------|---------------------|------|---------|-----|--|-------|
| 1       | Carlos Daniel Nitas | 2009 | SUB-18  | ROU | QUINTAJENSE FUTEBOL CLUBE                  | 12.60 |
| 2       | Leonardo Fretes     | 2011 | SUB-16  |     | Individual                                 | 13.25 |
| 3       | Rodrigo Vinagre     | 2010 | SUB-18  |     | GRUPO DESPORTIVO 'O INDEPENDENTE' BARREIRO | 13.29 |
| 4       | Vicente Pereira     | 2010 | SUB-18  |     | VITÓRIA FUTEBOL CLUBE                      | 13.39 |

## Série 2 v = -1.8

| Posicao | Nome             | Ano  | Escalao | Nac | Clube  | Marca |
|---------|------------------|------|---------|-----|--|-------|
| 1       | Sava Budu        | 2009 | SUB-18  |     | QUINTAJENSE FUTEBOL CLUBE                          | 11.73 |
| 2       | João Pereira     | 2009 | SUB-18  |     | CLUBE PEDRO PESSOA ESCOLA DE ATLETISMO             | 12.02 |
| 3       | David Matos      | 2009 | SUB-18  |     | QUINTAJENSE FUTEBOL CLUBE                          | 12.19 |
| 4       | Gonçalo Ferreira | 2010 | SUB-18  |     | ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREATIVA BENFIQUISTA - C | 12.50 |

## 100 - F - Sub20/23/SEN | SUB-20 a SEN - F | Dia 1

## Série 1 v = -1.4

| Posicao | Nome                  | Ano  | Escalao | Nac | Clube  | Marca |
|---------|-----------------------|------|---------|-----|--|-------|
| 1       | Daniela Amaro         | 2001 | SEN     |     | GRUPO DESPORTIVO DO CAVADAS                        | 12.56 |
| 2       | Joana Miguel          | 2008 | SUB-20  |     | GRUPO DESPORTIVO DO CAVADAS                        | 12.91 |
| 3       | Cândida Piedade       | 2008 | SUB-20  |     | SOLAR DOS LEÕES DE ALMADA - NÚCLEO SPORTING CP ALM | 13.29 |
| 4       | Andreia Quitari       | 2008 | SUB-20  | ANG | SOLAR DOS LEÕES DE ALMADA - NÚCLEO SPORTING CP ALM | 13.78 |
| 5       | Wilsínia Pernambucano | 2007 | SUB-20  | STP | GRUPO DESPORTIVO DO CAVADAS                        | 14.56 |

## 100 - F - Sub16/18 | SUB-16 a SUB-18 - F | Dia 1

## Série 1 v = -2.0

| Posicao | Nome            | Ano  | Escalao | Nac | Clube  | Marca |
|---------|-----------------|------|---------|-----|--|-------|
| 1       | Filipa Roussado | 2009 | SUB-18  |     | SPORTING CLUBE DE PORTUGAL                         | 14.47 |
| 2       | Beatriz Mendes  | 2011 | SUB-16  |     | CLUBE PEDRO PESSOA ESCOLA DE ATLETISMO             | 14.66 |
| 3       | Inês Afonso     | 2011 | SUB-16  |     | SOLAR DOS LEÕES DE ALMADA - NÚCLEO SPORTING CP ALM | 14.80 |
| 4       | Mariana Nunes   | 2011 | SUB-16  |     | ASSOCIAÇÃO ESCOLA DE ATLETISMO MOITA TEJO          | 15.46 |



| Posicao | Nome               | Ano  | Escalao | Nac | Clube   | Marca |
|---------|--------------------|------|---------|-----|---|-------|
| 1       | Maria Marques      | 2011 | SUB-16  |     | QUINTAJENSE FUTEBOL CLUBE                             | 13.31 |
| 2       | Sara Passeira      | 2011 | SUB-16  |     | ASSOCIAÇÃO ESCOLA DE ATLETISMO<br>MOITA TEJO          | 13.66 |
| 3       | Maria João Antunes | 2012 | SUB-16  |     | CASX - CENTRO DE ATLETISMO DO SEIXAL                  | 14.00 |
| 4       | Joana Alves        | 2010 | SUB-18  |     | SOLAR DOS LEÕES DE ALMADA - NÚCLEO<br>SPORTING CP ALM | 15.08 |
| 5       | Margarida Caçoete  | 2011 | SUB-16  |     | PALMELENSE FUTEBOL CLUBE                              | 15.27 |



## Estatística Clubes

| Sigla    | Associação | Nº atletas Masculino | Nº atletas Feminino | Nº atletas Total | Participações Masculino | Participações Feminino | Participações Total |
|----------|------------|----------------------|---------------------|------------------|-------------------------|------------------------|---------------------|
| AACC     | Setúbal    | 0                    | 3                   | 3                | 0                       | 4                      | 4                   |
| ACDC     | Setúbal    | 4                    | 1                   | 5                | 5                       | 1                      | 6                   |
| ACPV     | Porto      | 0                    | 1                   | 1                | 0                       | 1                      | 1                   |
| AGDAK    | Setúbal    | 0                    | 2                   | 2                | 0                       | 3                      | 3                   |
| ANE      | Setúbal    | 2                    | 0                   | 2                | 2                       | 0                      | 2                   |
| CABB     | Setúbal    | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| CASX     | Setúbal    | 0                    | 1                   | 1                | 0                       | 1                      | 1                   |
| CATA     | Setúbal    | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| CBSEIXAL | Setúbal    | 2                    | 0                   | 2                | 2                       | 0                      | 2                   |
| CCRAM    | Setúbal    | 2                    | 1                   | 3                | 2                       | 1                      | 3                   |
| CDRR     | Setúbal    | 4                    | 1                   | 5                | 4                       | 1                      | 5                   |
| CPC      | Setúbal    | 3                    | 0                   | 3                | 3                       | 0                      | 3                   |
| CPPEA    | Setúbal    | 8                    | 5                   | 13               | 8                       | 5                      | 13                  |
| EAMT     | Setúbal    | 4                    | 3                   | 7                | 8                       | 4                      | 12                  |
| GAFORI   | Évora      | 0                    | 1                   | 1                | 0                       | 1                      | 1                   |
| GDC      | Setúbal    | 7                    | 7                   | 14               | 9                       | 8                      | 17                  |
| GDD      | Évora      | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| GDIB     | Setúbal    | 4                    | 3                   | 7                | 4                       | 3                      | 7                   |
| IND      | None       | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| MCP      | Lisboa     | 0                    | 1                   | 1                | 0                       | 1                      | 1                   |
| MKED     | Setúbal    | 2                    | 0                   | 2                | 2                       | 0                      | 2                   |
| NSCPSX   | Setúbal    | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| PFC      | Setúbal    | 1                    | 2                   | 3                | 1                       | 3                      | 4                   |
| QFC      | Setúbal    | 7                    | 7                   | 14               | 8                       | 10                     | 18                  |
| RUNTEJO  | Lisboa     | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| SCP      | Lisboa     | 1                    | 2                   | 3                | 2                       | 3                      | 5                   |
| SLA      | Setúbal    | 3                    | 7                   | 10               | 3                       | 7                      | 10                  |
| URJFF    | Setúbal    | 3                    | 0                   | 3                | 3                       | 0                      | 3                   |
| VFC      | Setúbal    | 7                    | 1                   | 8                | 7                       | 1                      | 8                   |
| _Total   |            | 70                   | 49                  | 119              | 79                      | 58                     | 137                 |



## Estatística Escalão

| Escalão | Nº atletas Masculino | Nº atletas Feminino | Nº atletas Total | Participações Masculino | Participações Feminino | Participações Total |
|---------|----------------------|---------------------|------------------|-------------------------|------------------------|---------------------|
| SUB-16  | 6                    | 16                  | 22               | 7                       | 19                     | 26                  |
| SUB-18  | 11                   | 10                  | 21               | 13                      | 12                     | 25                  |
| SUB-20  | 6                    | 7                   | 13               | 6                       | 9                      | 15                  |
| SUB-23  | 3                    | 4                   | 7                | 3                       | 4                      | 7                   |
| SEN     | 15                   | 5                   | 20               | 15                      | 5                      | 20                  |
| M 35    | 4                    | 1                   | 5                | 4                       | 1                      | 5                   |
| M 40    | 4                    | 1                   | 5                | 4                       | 1                      | 5                   |
| M 45    | 7                    | 3                   | 10               | 9                       | 4                      | 13                  |
| M 50    | 6                    | 1                   | 7                | 8                       | 2                      | 10                  |
| M 55    | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| M 60    | 2                    | 0                   | 2                | 3                       | 0                      | 3                   |
| M 70    | 2                    | 0                   | 2                | 3                       | 0                      | 3                   |
| M 75    | 1                    | 0                   | 1                | 1                       | 0                      | 1                   |
| M 85    | 0                    | 1                   | 1                | 0                       | 1                      | 1                   |
| MASTER  | 2                    | 0                   | 2                | 2                       | 0                      | 2                   |



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO

**MAIS Atletismo!**

[www.fpatletismo.pt](http://www.fpatletismo.pt)