



CAMPEONATO REGIONAL DE ABSOLUTOS

FPA **COMPETIÇÕES**

Pista Mun. Atle. Alberto Chaiça - Almada - (08/06/2024 - 09/06/2024)

Martelo (4 Kg) - F | SUB-18 a MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4	5	6
1	Beatriz Sobral	2008	SUB-18		N D JUV LARANJEIRO	42.90	X	X	39.06	X	42.90	X
2	Joana Silva	2006	SUB-20		A A CHARN CAPARICA	33.20	29.35	33.20	31.60	X	31.61	X
3	Maria Zongo	2005	SUB-20	ANG	NÚCLEO SCP ALMADA	21.91	21.91	20.19	18.94	X	18.96	18.95
DNS	Filomena Rebelo	1973	M 50		A NATUREZA ENSINA		x					

Comprimento - F | SUB-18 a MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento	5	Vento	6	Vento
1	Rita Martins	2007	SUB-18		CLUBE PEDRO PESSOA	5.54	X	-	5.48	0.70	5.33	-1.2	4.04	0.0	5.29	0.0	5.54	1.00
2	Sara Athayde	2006	SUB-20		CLUBE PEDRO PESSOA	5.23	X	-	5.10	0.0	5.15	-0.4	5.23	0.0	5.21	-1	X	-
3	Joana Rosa	2007	SUB-18		CLUBE PEDRO PESSOA	5.18	5.12	0.50	5.15	-0.5	5.15	-0.6	5.07	0.90	5.10	0.0	5.18	0.30
4	Beatriz Maia	2008	SUB-18		VITÓRIA F C	4.66	4.60	0.0	4.31	-0.3	X	-	4.66	-0.4	X	-	X	-
5	Cristina Falé	1977	M 45		ASSOCIAÇÃO GDAK	4.19	4.02	0.0	4.19	2.00	4.10	-0.8	4.07	1.20	4.05	0.0	-	-
6	Ana Lúcia Ponte	1979	M 45		ASSOCIAÇÃO GDAK	3.70	3.70	0.0	3.15	0.0	X	-	X	-	X	-	3.38	-0.1

Vara - M | SUB-18 a MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	3.00	3.05	3.10	3.15	3.20	3.25	3.30	3.35	3.40	3.45	3.50	3.55	3.60	3.65	3.70	3.75	3.80	4.60	4.80	5.00	
1	Edi Maia	1987	M 35		INDEPENDENTE SETÚBAL	4.80	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	XXO	O	X
2	Tiago Silva	1994	SEN		A D TÁLENTOS TEAM	3.70	O	-	-	-	O	-	-	-	XO	-	-	-	XO	-	XO	-	XXX				

100 Metros - M | SUB-18 a MASTER - M | Dia 1

Série 1 v = +0.0 (Manual)

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Sérgio Alves (X)	1997	SEN		CASA BENFICA DE FARO	11.50
2	Rúben Barros	2007	SUB-18		NÚCLEO SCP ALMADA	12.15 (Q)
3	Gonçalo Pires	2007	SUB-18		VITÓRIA F C	12.48
4	David Almeida	2008	SUB-18		CLUBE PEDRO PESSOA	12.78
5	Joaquim Branquinho	1977	M 45		CASA BENFICA SEIXAL	13.86

Série 2 v = 0.3 (Manual)

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Afonso Luís	1997	SEN		C D R RIBEIRINHO	11.45 (Q)
2	Guilherme Miranda	2006	SUB-20		A A CHARN CAPARICA	11.68 (q)
3	Víctor Santos	2008	SUB-18	BRA	G DESP CAVADAS	11.91
4	Duarte Figueiredo	2008	SUB-18		VITÓRIA F C	11.92
5	Carlos Costa	1970	M 50		A NATUREZA ENSINA	12.73

Série 3 v = -0.4

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Diogo Teixeira	2007	SUB-18		CASA BENFICA SEIXAL	11.77 (Q)
2	João Ganhão	2004	SUB-23		ASSOCIAÇÃO GDAK	12.10
3	Gil Pinto	2008	SUB-18		NÚCLEO SCP ALMADA	12.15
4	Paulo Pereira	2003	SUB-23		A ESC ATLET CARTAXO	12.16
5	João Dias	1973	M 50		A NATUREZA ENSINA	13.50

Série 4 v = -0.4

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Lucca Reis	2008	SUB-18	BRA	G R QUINTA DA LOMBA	11.34 (Q)
2	António Semedo	2008	SUB-18		G R QUINTA DA LOMBA	11.74 (q)



100 ANOS
1921 - 2021

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
3	Francisco Lima	2002	SUB-23		NÚCLEO SCP ALMADA	12.01
4	Miguel Viana	2008	SUB-18		G DESP CAVADAS	12.52
5	Luís Bonfim	2007	SUB-18	ANG	G D R DA VERDERENA	12.98
6	Miguel Dias	2006	SUB-20		C DESP UNIV LISBOA	13.01

100 Metros - F | SUB-18 a MASTER - F | Dia 1

Série 1 v = +0.5

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Joana Miguel	2008	SUB-18		CASA BENFICA SEIXAL	12.82 (Q)
2	Eulália Borges	2008	SUB-18		G R QUINTA DA LOMBA	12.86 (Q)
3	Luna Dias	2007	SUB-18		A A CHARN CAPARICA	13.34 (q)
4	Inês Oliveira	2006	SUB-20		QUINTAJENSE F C	13.65
5	Carla Oleirinha	1970	M 50		A NATUREZA ENSINA	16.15

Série 2 v = +1.6

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Sara Athayde	2006	SUB-20		CLUBE PEDRO PESSOA	12.87 (Q)
2	Sandra Insubú	2005	SUB-20	GBS	G R QUINTA DA LOMBA	13.05 (Q)
3	Sara Camolas	2007	SUB-18		PALMELENSE F C	13.26 (q)
4	Cândida Piedade	2008	SUB-18		NÚCLEO SCP ALMADA	14.02
5	Cláudia Tavares	1987	M 35		MONTE KAPA	15.68
6	Eugénia Izaías	1963	M 60		A NATUREZA ENSINA	16.74

1.500 Metros - M | SUB-18 a MASTER - M | Dia 1

Série 1 v = +0.0 (Manual)

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Gabriel Silva	2003	SUB-23	BRA	C D R RIBEIRINHO	3:53.88
2	Hugo Igreja	2004	SUB-23		NÚCLEO SCP SEIXAL	4:30.04
3	Nikita Yuriev	2004	SUB-23		CLUBE PEDRO PESSOA	4:31.15
4	Rui Maia	1996	SEN		C D R RIBEIRINHO	4:33.94
5	João Benedito	1988	M 35		CASA BENFICA SEIXAL	4:41.61
6	Pedro Paisana	2003	SUB-23		ASSOCIAÇÃO GDAK	4:47.13
7	João Gomes	2008	SUB-18		A A CHARN CAPARICA	4:55.21
8	João Veiga	1959	M 60		A NATUREZA ENSINA	4:59.37
9	Nuno Cidade Do Carmo	1974	M 50		CLUBE PEDRO PESSOA	5:09.69
10	Ivo Fernandes	1977	M 45		CASA BENFICA SEIXAL	5:16.18
11	Bernardo Camolas	2008	SUB-18		PALMELENSE F C	5:24.70

1.500 Metros - F | SUB-18 a MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Ana Sofia Silva	2007	SUB-18		PALMELENSE F C	5:10.04
2	Cristina Ramalho (X)	2008	SUB-18		C DESP UNIV LISBOA	5:15.26
3	Marta Ferreira (X)	2002	SUB-23		C S MARÍTIMO	5:18.74
4	Teresa Ramalho (X)	2005	SUB-20		C DESP UNIV LISBOA	5:31.52
5	Elsa Miranda	1978	M 45		A NATUREZA ENSINA	5:44.62
6	Paula Guedes	1971	M 50		CASA BENFICA SEIXAL	6:11.65
7	Paula Simões	1974	M 45		A NATUREZA ENSINA	6:39.69
DNF	Mariana Faria	2007	SUB-18		VITÓRIA F C	x

400 Metros - M | SUB-18 a MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Joel Ponces (X)	2001	SEN		INGLESES F C	53.92
2	André Amorim	2005	SUB-20		ESCOLA MOITA TEJO	55.90
3	Miguel Viana	2008	SUB-18		G DESP CAVADAS	60.59
4	Gonçalo Pires	2007	SUB-18		VITÓRIA F C	62.16
DNS	Paulo Pereira (X)	2003	SUB-23		A ESC ATLET CARTAXO	x



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO



100 ANOS
1921 - 2021

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Tiago Lupi	2007	SUB-18		CASA POVO CORROIOS	53.64
2	Marco Fatelo	1978	M 45		A NATUREZA ENSINA	55.60
3	Vasco Santos (X)	2007	SUB-18		C DESP UNIV LISBOA	58.72
4	Víctor Santos	2008	SUB-18	BRA	G DESP CAVADAS	59.03
DNS	Duarte Figueiredo	2008	SUB-18		VITÓRIA F C	x

Série 3

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Diogo Cancela (X)	2002	SUB-23		C DESP UNIV LISBOA	50.78
2	Ivan Pedro	2004	SUB-23		NÚCLEO SCP SEIXAL	51.18
3	Carlos Lourenço	1996	SEN	ANG	C A BAIXA BANHEIRA	51.90
4	Luís Garcia	2001	SEN		CLUBE PEDRO PESSOA	52.09
5	Rodrigo Russo	2005	SUB-20		A D TÁLENTOS TEAM	54.22

400 Metros - F | SUB-18 a MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Sofia Meira	2007	SUB-18		NÚCLEO SCP ALMADA	67.98
2	Catarina Cunha Rêgo	2007	SUB-18		QUINTAJENSE F C	68.31
3	Soraia Oliveira (X)	2003	SUB-23		INGLESES F C	76.85
4	Isabela Santos (X)	2008	SUB-18		ASS JORGE PINA	93.46

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Galina Danishevskaya	1985	M 35	RUS	VITÓRIA F C	60.90
2	Eliéta Mendes	2008	SUB-18		NÚCLEO SCP SEIXAL	63.66
3	Maria Camolas	2007	SUB-18		PALMELENSE F C	64.57
4	Sara Costa (X)	2007	SUB-18		C DESP UNIV LISBOA	67.85

Altura - F | SUB-18 a MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1.25	1.30	1.35	1.40	1.43	1.46	1.49	1.52	1.55
1	Joana Rosa	2007	SUB-18		CLUBE PEDRO PESSOA	1.52	-	-	-	O	O	O	XXO	O	XXX
2	Raquel Conceição	2005	SUB-20		A A CHARN CAPARICA	1.52	-	-	-	O	O	O	O	XXO	XXX
3	Cristina Falé	1977	M 45		ASSOCIAÇÃO GDAK	1.25 (R)	XXO	X							

Disco (1 Kg) - F | SUB-18 a MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4	5	6
1	Inês Diogo (X)	2002	SUB-23		J O MONTE ABRAÃO	39.59	39.24	X	33.57	X	37.51	39.59
2	Carla Mendes	2007	SUB-18		NÚCLEO SCP ALMADA	28.10	28.10	21.73	X	26.87	X	X
3	Beatriz Sobral	2008	SUB-18		N D JUV LARANJEIRO	28.00	24.83	28.00	27.89	X	X	X
4	Leonor Esteves	2008	SUB-18		QUINTAJENSE F C	21.40	21.40	X	X	21.00	18.37	21.23
5	Filomena Rebelo	1973	M 50		A NATUREZA ENSINA	17.69	X	16.75	X	17.69	X	X

Peso (6 Kg) - M - Extra | SUB-18 a SUB-20 - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4	5	6
1	Ricardo Parreira	2008	SUB-18		PALMELENSE F C	10.12	10.07	8.95	10.12	X	9.86	9.34

Peso (7.260 Kg) - M | SUB-20 a MASTER - M | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4	5	6
1	Rui Pombeiro	1984	M 35		A NATUREZA ENSINA	10.48	9.62	10.09	10.40	10.48	X	X
2	Orlando Alves	1972	M 50		A NATUREZA ENSINA	8.82	8.36	7.60	8.82	8.49	8.19	-
3	Vasco Paisana	2003	SUB-23		ASSOCIAÇÃO GDAK	8.77	7.37	7.90	8.06	8.66	8.30	8.77
4	Luís Da Silva	1951	M 70		A NATUREZA ENSINA	5.55	5.07	4.91	5.55	5.18	4.84	X



100 Metros - M - Final | SUB-18 a MASTER - M | Dia 1

Série 1 v = +1.8

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Afonso Luís	1997	SEN		C D R RIBEIRINHO	11.05
2	Lucca Reis	2008	SUB-18	BRA	G R QUINTA DA LOMBA	11.11
3	Diogo Teixeira	2007	SUB-18		CASA BENFICA SEIXAL	11.43
4	António Semedo	2008	SUB-18		G R QUINTA DA LOMBA	11.63
5	Guilherme Miranda	2006	SUB-20		A A CHARN CAPARICA	11.82
5	Guilherme Miranda	2006	SUB-20		A A CHARN CAPARICA	11.82
6	Rúben Barros	2007	SUB-18		NÚCLEO SCP ALMADA	12.04

100 Metros - F - Final | SUB-18 a MASTER - F | Dia 1

Série 1 v = +1.7

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Joana Miguel	2008	SUB-18		CASA BENFICA SEIXAL	12.67
2	Eulália Borges	2008	SUB-18		G R QUINTA DA LOMBA	12.70
3	Sara Athayde	2006	SUB-20		CLUBE PEDRO PESSOA	12.79
4	Sara Camolas	2007	SUB-18		PALMELENSE F C	13.16
5	Sandra Insubú	2005	SUB-20	GBS	G R QUINTA DA LOMBA	13.18
6	Luna Dias	2007	SUB-18		A A CHARN CAPARICA	13.26

5.000 Metros - M | SUB-20 a MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Nelson Cruz	1977	M 45		CLUBE PEDRO PESSOA	15:35.58
2	Marco Gomes	1974	M 45		CLUBE PEDRO PESSOA	16:05.32
3	João Benedito	1988	M 35		CASA BENFICA SEIXAL	16:59.38
4	António Horta	1962	M 60		CLUBE PRAÇAS ARMADA	17:07.08
5	Hélder Santos	1987	M 35		C D R RIBEIRINHO	17:40.13
6	Ivo Fernandes	1977	M 45		CASA BENFICA SEIXAL	19:47.01
7	Nuno Gomes	1976	M 45		G D Q FONTE DE PRATA	23:48.90

5.000 Metros - F | SUB-20 a MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Maria Pia Nehme (X)	1981	M 40	CAN	1º DEZEMBRO QUEIJAS	17:47.12
2	Sofia Rocha (X)	2006	SUB-20		SPORTING C P	20:49.38

Comprimento - M | SUB-18 a MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento	5	Vento	6	Vento
1	Élvio Almeida	2003	SUB-23		G DESP CAVADAS	6.71	6.61	0.0	6.71	0.10	5.42	2.20	X	-	6.64	1.30	X	-
2	João Chão	2006	SUB-20		A D TÁLENTOS TEAM	6.08	6.08	1.40	5.83	1.00	-	-	-	-	4.29	0.0	-	-
3	Rúben Barros	2007	SUB-18		NÚCLEO SCP ALMADA	5.66	X	-	5.66	1.40	5.56	1.30	5.53	1.70	4.91	0.30	X	-
4	Luís Bonfim	2007	SUB-18	ANG	G D R DA VERDERENA	5.62	X	-	5.43	1.40	X	-	5.47	2.00	5.62	0.80	5.49	1.20
5	João Ganhão	2004	SUB-23		ASSOCIAÇÃO GDAK	5.56	5.55	2.60	5.30	0.90	X	-	5.56	0.0	5.27	1.00	4.82	0.40
6	Ricardo Parreira	2008	SUB-18		PALMELENSE F C	5.29	4.98	0.10	5.29	2.70	5.21	0.0	5.28	1.80	5.04	1.70	5.05	1.00
7	Joaquim Branquinho	1977	M 45		CASA BENFICA SEIXAL	5.07	4.84	2.40	4.01	2.00	4.90	1.90	4.64	2.20	5.07	0.70	4.69	1.00
8	Jorge Santos	1971	M 50		ASSOCIAÇÃO GDAK	4.19	4.19	1.30	4.18	0.0								

Dardo (800 G) - M | SUB-18 a MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4	5	6
1	Armindo Pestana	1971	M 50		C A BAIXA BANHEIRA	43.84	40.24	43.72	43.84	X	38.19	38.41
2	António Marques	1972	M 50		A A CHARN CAPARICA	40.00	32.55	38.52	40.00	X	39.12	X
3	Aristides Pestana	1971	M 50		C A BAIXA BANHEIRA	39.63	38.72	39.63	39.40	39.24	36.23	37.10



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4	5	6
4	Abdulay Mandinga	1998	SEN	STP	A NATUREZA ENSINA	29.38	27.62	29.38	24.48	26.36	26.06	23.54
5	Jorge Santos	1971	M 50		ASSOCIAÇÃO GDAK	28.28	27.10	28.28	-	27.19	X	X
6	Pedro Santos	1982	M 40		CASA BENFICA SEIXAL	25.85	24.78	24.87	23.33	25.85	X	X
7	António Mouro	1976	M 45		A NATUREZA ENSINA	25.07	25.07	24.98	20.18	23.70	24.57	X

4X100 Metros - M | SUB-18 a MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	ADTT		ND		A D TÁLENTOS TEAM	46.79	Tiago Silva-641-SEN	Rodrigo Russo-639-SUB-20	João Chalaça-635-SUB-20	João Chão-636-SUB-20
2	GRQL		ND		G R QUINTA DA LOMBA	47.01	António Semedo-359-SUB-18	Guilherme Ramalho-365-SUB-18	Rafael Medina-378-SUB-18	Lucca Reis-371-SUB-18
3	ANE		ND		A NATUREZA ENSINA	53.17	Carlos Costa-37-MASTER	Rui Jorge-75-MASTER	João Dias-57-MASTER	Orlando Alves-69-MASTER

4X100 Metros - F | SUB-18 a MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	GRQL		ND		G R QUINTA DA LOMBA	53.41	Eulália Borges-362-SUB-18	Rafaela Chantre-379-SUB-18	Mielcias Correia-375-SUB-18	Márcia Afonso-972-SUB-18
2	GRQL 2		ND		G R QUINTA DA LOMBA	55.16	Eulália Borges-362-SUB-18	Rafaela Chantre-379-SUB-18	Mielcias Correia-375-SUB-18	Márcia Afonso-972-SUB-18

5.000 Marcha - M - (Pistas 4-6) | SUB-18 a MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Jorge Coelho	1977	M 45		ESCOLA MOITA TEJO	26:16.44 (~)
2	Diogo Santos	2005	SUB-20		CLUBE PEDRO PESSOA	27:20.49
DSQ	Flávio Ramalho	1984	M 35		ESCOLA MOITA TEJO	x (~~~~ RT 54.7.5)
DNS	Ricardo Santos	1975	M 45		NÚCLEO SCP ALMADA	x
DNF	João Pinel	2001	SEN		C A BAIXA BANHEIRA	x

5.000 Marcha F - (Pistas 1-3) | SUB-18 a MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Ana Leonor	1998	SEN		G D R DA VERDERENA	25:31.97
2	Isabel Luís	2007	SUB-18		CLUBE PEDRO PESSOA	25:32.24 (~)

Martelo (6 Kg) - M - Extra | SUB-18 a SUB-20 - M | Dia 2

Martelo (7.260 Kg) - M | SUB-20 a MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4	5	6
1	Bernardo Oliveira	1999	SEN		C ATLETISMO DE SEIA	55.72	X	X	55.72	54.21	X	X
2	Aristides Pestana	1971	M 50		C A BAIXA BANHEIRA	38.84	37.29	38.58	38.66	36.35	X	38.84
3	Pedro Lopes	2003	SUB-23		A A CHARN CAPARICA	35.47	X	X	X	35.47	31.24	X
4	Daniel Rodrigues	2001	SEN		CLUBE PEDRO PESSOA	27.46	27.46	X	X	-	X	26.94
5	Armindo Pestana	1971	M 50		C A BAIXA BANHEIRA	25.45	24.40	X	25.16	25.19	25.45	X
6	Vasco Paisana	2003	SUB-23		ASSOCIAÇÃO GDAK	16.34	13.50	13.08	14.70	16.10	14.26	16.34

3.000 Obstáculos - M | SUB-20 a MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Luís Gouveia	1967	M 55		NÚCLEO SCP SEIXAL	11:21.71



Triplo (Tábua 11 m.) - M | SUB-18 a MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento 2	Vento 3	Vento 4	Vento 5	Vento 6	Vento					
1	Bruno Pinto	1993	SEN		CLUBE PEDRO PESSOA	14.20	X	-	X	-	X	-	14.14	0.60	X	-	14.20	0.0
DNS	Élvio Almeida	2003	SUB-23		G DESP CAVADAS	x		0.0										

Vara - F | SUB-18 a MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	2.30	2.40	2.50	2.60
1	Jéssica Agostinho	2005	SUB-20		A D TÁLENTOS TEAM	2.50	O	O	O	XXX

3.000 Obstáculos - F | SUB-20 a MASTER - F | Dia 2**3.000 Metros - F | SUB-18 a MASTER - F | Dia 2****Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Letícia Magalhães	2007	SUB-18		VITÓRIA F C	12:34.00
2	Rute Cabral	1990	SEN		MONTE KAPA	16:06.49
DNS	Joana Souto	2006	SUB-20		CASA POVO CORROIOS	x

3.000 Metros - M | SUB-18 a MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Vítor Valverde	2002	SUB-23		CLUBE PEDRO PESSOA	8:48.14
2	Nelson Cruz	1977	M 45		CLUBE PEDRO PESSOA	9:02.15
3	Fábio Santos	2007	SUB-18		CASA POVO CORROIOS	9:08.13
4	Marco Gomes	1974	M 45		CLUBE PEDRO PESSOA	9:14.65
5	Ricardo Santos	1980	M 40		C OLÍMPICO OEIRAS	9:50.37
6	António Horta	1962	M 60		CLUBE PRAÇAS ARMADA	10:07.10
7	Ivo Fernandes	1977	M 45		CASA BENFICA SEIXAL	11:09.65
8	Nuno Cidade Do Carmo	1974	M 50		CLUBE PEDRO PESSOA	11:14.05
9	Bruno Esteves	1976	M 45		C ATLETISMO DE AMORA	11:27.15
10	João Gomes	2008	SUB-18		A A CHARN CAPARICA	11:37.28
11	Nuno Gomes	1976	M 45		G D Q FONTE DE PRATA	13:47.54

Peso (4 Kg) - F | SUB-18 a MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4	5	6
1	Inês Diogo	2002	SUB-23		J O MONTE ABRAÃO	10.78	X	8.97	9.87	10.77	10.78	10.30
2	Beatriz Sobral	2008	SUB-18		N D JUV LARANJEIRO	10.05	8.74	X	7.69	8.77	X	10.05
3	Cristina Falé	1977	M 45		ASSOCIAÇÃO GDAK	7.54	7.27	6.95	7.54	7.03	6.82	7.33
4	Leonor Cardoso	2006	SUB-20		VITÓRIA F C	6.53	6.46	6.39	6.23	6.46	6.53	5.98
5	Rute Cabral	1990	SEN		MONTE KAPA	6.11	5.26	5.10	5.66	5.66	6.04	6.11
DNS	Cláudia Tavares	1987	M 35		MONTE KAPA	x						
DNS	Maria Zongo	2005	SUB-20	ANG	NÚCLEO SCP ALMADA	x						

Altura - M | SUB-18 a MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1.40	1.50	1.55	1.60	1.63	1.66	1.69	1.72	1.80	1.85	1.91
1	Francisco Lima	2002	SUB-23		NÚCLEO SCP ALMADA	1.85	-	-	-	-	-	-	-	O	O	XO	XXX
2	Luís Bonfim	2007	SUB-18	ANG	G D R DA VERDERENA	1.66	-	O	O	O	XO	XXO	XXX				
3	Orlando Alves	1972	M 50		A NATUREZA ENSINA	1.40	O	XXX									
NM	David Almeida	2008	SUB-18		CLUBE PEDRO PESSOA	SM	XXX										



Disco (1.750 g) - M - Extra | SUB-18 a SUB-20 - M | Dia 2**Disco (2 Kg) - M | SUB-18 a MASTER - M | Dia 2****Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4	5	6
1	Daniel Rodrigues	2001	SEN		CLUBE PEDRO PESSOA	36.55	36.52	X	36.49	36.03	36.55	35.57
2	Aristides Pestana	1971	M 50		C A BAIXA BANHEIRA	33.92	31.11	X	32.76	33.92	X	X
3	Rui Pombeiro	1984	M 35		A NATUREZA ENSINA	31.34	X	31.34	31.09	X	30.42	27.78
4	Armindo Pestana	1971	M 50		C A BAIXA BANHEIRA	26.10	25.20	X	25.62	24.47	25.23	26.10
5	Bernardo Oliveira	1999	SEN		C ATLETISMO DE SEIA	23.88	X	X	23.88			
6	Vasco Paisana	2003	SUB-23		ASSOCIAÇÃO GDAK	21.22	X	21.22	X	19.38	X	X
7	Tiago Silva	1994	SEN		A D TÁLENTOS TEAM	20.39	X	18.12	19.06	20.39	X	X
8	Emanuel Rodrigues	1988	M 35		G R QUINTA DA LOMBA	20.08	X	14.59	X	15.78	14.72	20.08
9	Luís Da Silva	1951	M 70		A NATUREZA ENSINA	12.95	11.66	12.47	X	12.41	12.95	12.59

110 Barreiras (1.06) - M | SUB-18 a MASTER - M | Dia 2**Série 1 v = -1.7**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Tiago Silva	1994	SEN		A D TÁLENTOS TEAM	19.09

100 Barreiras (0.84) - F | SUB-18 a MASTER - F | Dia 2**Série 1 v = -1.4**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Rita Martins	2007	SUB-18		CLUBE PEDRO PESSOA	17.58
2	Raquel Conceição	2005	SUB-20		A A CHARN CAPARICA	20.10

800 Metros - M | SUB-18 a MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Gabriel Silva	2003	SUB-23	BRA	C D R RIBEIRINHO	1:57.09
2	Luís Garcia	2001	SEN		CLUBE PEDRO PESSOA	1:58.00
3	Eduardo Gonçalves	2005	SUB-20		NÚCLEO SCP ALMADA	1:58.76
4	Joel Ponces	2001	SEN		INGLESES F C	2:03.46
5	Tiago Lupi	2007	SUB-18		CASA POVO CORROIOS	2:04.56
6	Rafael Felisberto	2006	SUB-20		NÚCLEO SCP ALMADA	2:04.59
7	Marco Tavares	1992	SEN		C D R RIBEIRINHO	2:05.18
8	Gonçalo Figueiredo	1993	SEN		CASA BENFICA SEIXAL	2:06.52
9	Rui Maia	1996	SEN		C D R RIBEIRINHO	2:11.81
10	Pedro Paisana	2003	SUB-23		ASSOCIAÇÃO GDAK	2:15.51
11	Bruno Esteves	1976	M 45		C ATLETISMO DE AMORA	2:29.77
12	Irineu Medina	1971	M 50		G R QUINTA DA LOMBA	2:37.12

800 Metros - F | SUB-18 a MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Ana Sofia Silva	2007	SUB-18		PALMELENSE F C	2:29.11
2	Cátia Mendes	2002	SUB-23		C D R RIBEIRINHO	2:30.27
3	Ana Cruz	2007	SUB-18		G R QUINTA DA LOMBA	2:30.42
4	Mariana Faria	2007	SUB-18		VITÓRIA F C	3:03.78
DNS	Sofia Jorge	1978	M 45		A NATUREZA ENSINA	x

400 Barreiras (0.91) - M | SUB-18 a MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Orlando Alves	1972	M 50		A NATUREZA ENSINA	66.33
2	David Almeida	2008	SUB-18		CLUBE PEDRO PESSOA	74.68



400 Barreiras (0.76) - F | SUB-18 a MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Sara Camolas	2007	SUB-18		PALMELENSE F C	71.04
2	Luna Dias	2007	SUB-18		A A CHARN CAPARICA	73.01
3	Ángela Ricardo	1987	M 35		A NATUREZA ENSINA	80.96

Triplo (Tábua 9 m.) - F | SUB-18 a MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento	5	Vento	6	Vento
1	Carolina Seleiro	2005	SUB-20		CLUBE PEDRO PESSOA	11.03	10.72	0.20	10.92	2.20	11.03	0.20	10.67	0.70	X	-	11.01	0.0
2	Rita Martins	2007	SUB-18		CLUBE PEDRO PESSOA	10.70	10.33	0.0	10.70	0.10	10.49	1.50	10.34	0.0	10.56	1.00	10.55	0.40
3	Raquel Conceição	2005	SUB-20		A A CHARN CAPARICA	10.66	10.66	0.0	10.63	0.10	10.40	0.70	-	-	10.35	0.70	10.28	1.50
4	Raquel Oliveira	2002	SUB-23		A A CHARN CAPARICA	10.42	X	-	10.09	2.20	-	-	10.37	0.20	X	-	10.42	-1.7
5	Beatriz Maia	2008	SUB-18		VITÓRIA F C	10.18	9.80	0.40	9.60	2.20	10.18	0.80	X	-	X	-	X	-

Dardo (600 G) - F | SUB-18 a MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4	5	6
1	Margarida António	2008	SUB-18	ANG	G R QUINTA DA LOMBA	27.78	X	26.58	X	23.55	X	27.78
2	Cristina Falé	1977	M 45		ASSOCIAÇÃO GDAK	24.94	20.61	24.06	24.94	X	X	23.03
3	Camila Fonseca	2008	SUB-18		A A CHARN CAPARICA	24.24	24.24	24.01	22.30	X	X	20.73
4	Luna Dias	2007	SUB-18		A A CHARN CAPARICA	22.01	19.00	X	22.01	X	X	16.35
5	Filomena Rebelo	1973	M 50		A NATUREZA ENSINA	19.78	X	X	19.78	X	X	17.50
6	Cláudia Tavares	1987	M 35		MONTE KAPA	17.71	15.22	16.06	17.71	17.71	14.36	9.85

200 Metros - M | SUB-18 a MASTER - M | Dia 2

Série 1 v = -0.3

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Miguel Viana	2008	SUB-18		G DESP CAVADAS	25.36
2	Carlos Costa	1970	M 50		A NATUREZA ENSINA	26.21
3	Luís Bonfim	2007	SUB-18	ANG	G D R DA VERDERENA	26.39
4	João Rolo	1981	M 40		ESCOLA MOITA TEJO	27.67
DNS	Carlos Lourenço	1996	SEN	ANG	C A BAIXA BANHEIRA	x

Série 2 v = +1.0

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Guilherme Miranda	2006	SUB-20		A A CHARN CAPARICA	23.78
2	Duarte Figueiredo	2008	SUB-18		VITÓRIA F C	24.27
3	Gil Pinto	2008	SUB-18		NÚCLEO SCP ALMADA	24.59
4	Víctor Santos	2008	SUB-18	BRA	G DESP CAVADAS	24.71
5	Marco Fatelo	1978	M 45		A NATUREZA ENSINA	24.99
6	Gonçalo Pires	2007	SUB-18		VITÓRIA F C	25.43

Série 3 v = +1.0

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Afonso Luís	1997	SEN		C D R RIBEIRINHO	22.72
2	Lucca Reis	2008	SUB-18	BRA	G R QUINTA DA LOMBA	22.75
3	Diogo Cancela	2002	SUB-23		C DESP UNIV LISBOA	23.00
4	Sérgio Alves	1997	SEN		CASA BENFICA DE FARO	23.07
5	Ivan Pedro	2004	SUB-23		NÚCLEO SCP SEIXAL	23.35
6	António Semedo	2008	SUB-18		G R QUINTA DA LOMBA	24.04

200 Metros - F | SUB-18 a MASTER - F | Dia 2

Série 1 v = +1.2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Mielcias Correia	2007	SUB-18	GBS	G R QUINTA DA LOMBA	28.18



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO



100 ANOS
1921 - 2021

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
2	Maria Camolas	2007	SUB-18		PALMELENSE F C	28.68
3	Cândida Piedade	2008	SUB-18		NÚCLEO SCP ALMADA	29.28
4	Catarina Cunha Rêgo	2007	SUB-18		QUINTAJENSE F C	29.35
5	Carla Oleirinha	1970	M 50		A NATUREZA ENSINA	33.71
6	Eugénia Izaiais	1963	M 60		A NATUREZA ENSINA	34.10

Série 2 v = +0.8

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Joana Miguel	2008	SUB-18		CASA BENFICA SEIXAL	26.59
2	Eulália Borges	2008	SUB-18		G R QUINTA DA LOMBA	26.93
3	Sandra Insubú	2005	SUB-20	GBS	G R QUINTA DA LOMBA	27.06
4	Daniela Amaro	2001	SEN		G DESP CAVADAS	27.15
5	Eliéta Mendes	2008	SUB-18		NÚCLEO SCP SEIXAL	27.70
DNS	Galina Danishevskaya	1985	M 35	RUS	VITÓRIA F C	x
DNS	Galina Danishevskaya	1985	M 35	RUS	VITÓRIA F C	x

4X400 Metros - M | SUB-18 a MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	CDDR		ND		C D R RIBEIRINHO	3:44.22	Marco Tavares-196-SEN	Afonso Luís-189-SEN	Rui Maia-928-SEN	Gabriel Silva-192-SUB-23
2	GRQL		ND		G R QUINTA DA LOMBA	3:53.30	Guilherme Ramalho-365-SUB-18	Gabriel Gonçalves-364-SUB-18	Rafael Medina-378-SUB-18	Lucca Reis-371-SUB-18

4X400 Metros - F | SUB-18 a MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	ANE		ND		A NATUREZA ENSINA	5:19.27	Ângela Ricardo-85-MASTER	Carla Oleirinha-35-MASTER	Paula Simões-70-MASTER	Sofia Jorge-78-MASTER
DSQ	GRQL		ND		G R QUINTA DA LOMBA	x (RT 24.15)	Margarida António-373-SUB-18	Mielcias Correia-375-SUB-18	Sandra Insubú-956-SUB-20	Eulália Borges-362-SUB-18



Estatística Clubes

Sigla	Associação	Nº atletas Masculino	Nº atletas Feminino	Nº atletas Total	Participações Masculino	Participações Feminino	Participações Total
AACC	Setúbal	4	5	9	8	10	18
ADTT	Setúbal	3	1	4	5	1	6
AEAC	Santarém	1	0	1	2	0	2
AGDAK	Setúbal	4	2	6	9	5	14
AJPINA	Lisboa	0	1	1	0	1	1
ANE	Setúbal	9	7	16	15	11	26
CABB	Setúbal	4	0	4	9	0	9
CAS	Guarda	1	0	1	2	0	2
CATA	Setúbal	1	0	1	2	0	2
CBF	Algarve	1	0	1	2	0	2
CBSEIXAL	Setúbal	6	2	8	11	4	15
CDRR	Setúbal	5	1	6	9	1	10
CDUL	Lisboa	3	3	6	4	3	7
COO	Lisboa	1	0	1	1	0	1
CPARM	Setúbal	1	0	1	2	0	2
CPC	Setúbal	2	1	3	3	1	4
CPPEA	Setúbal	10	5	15	17	10	27
CSM	Madeira	0	1	1	0	1	1
EAMT	Setúbal	4	0	4	4	0	4
GDC	Setúbal	3	1	4	8	1	9
GDIS	Setúbal	1	0	1	1	0	1
GDQFP	Setúbal	1	0	1	2	0	2
GDRV	Setúbal	1	1	2	4	1	5
GM1DQ	Lisboa	0	1	1	0	1	1
GRQL	Setúbal	4	5	9	8	9	17
IFC	Lisboa	1	1	2	2	1	3
JOMA	Lisboa	0	1	1	0	2	2
MKED	Setúbal	0	2	2	0	5	5
NDJL-ST	Setúbal	0	1	1	0	3	3
NSCPSX	Setúbal	3	1	4	4	2	6
PFC	Setúbal	2	3	5	3	7	10
QFC	Setúbal	0	3	3	0	4	4
SCP	Lisboa	0	1	1	0	1	1
SLA	Setúbal	6	4	10	10	6	16
VFC	Setúbal	2	5	7	6	9	15
_NaoFederado		-	-	8	-	-	9
_Total		84	59	151	153	100	262



Estatística Escalão

Escalão	Nº atletas Masculino	Nº atletas Feminino	Nº atletas Total	Participações Masculino	Participações Feminino	Participações Total
SUB-18	17	26	43	41	47	88
SUB-20	8	12	20	11	19	30
SUB-23	13	5	18	23	6	29
SEN	14	3	17	25	4	29
M 35	6	3	9	8	7	15
M 40	3	1	4	3	1	4
M 45	10	5	15	18	8	26
M 50	9	3	12	18	6	24
M 55	1	0	1	1	0	1
M 60	2	1	3	3	2	5
M 70	1	0	1	2	0	2
_NaoFederado	-	-	8	-	-	9

