



# KM REGIONAL JOVEM + PROVAS EXTRA

FPA **COMPETIÇÕES**

Complexo Mun. Atletismo Carla Sacramento - Seixal - 06/04/2024

**Disco (750 g) - F - (extra) | SUB-16 - F | Dia 1**

## Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4	5	6
1	Matilde Macheta	2010	SUB-16		QUINTAJENSE F C	37.75	35.12	32.85	35.12	X	X	37.75
2	Lara Silva	2009	SUB-16		QUINTAJENSE F C	28.02	21.56	26.77	21.85	28.02	24.64	27.79
3	Sara Lopes	2009	SUB-16		ASSOCIAÇÃO GDAK	27.79	26.83	27.79	X	X	X	X
4	Irish Lobo	2010	SUB-16		N D JUV LARANJEIRO	18.04	15.71	16.53	15.19	16.75	18.04	X
5	Rita Dos Santos	2010	SUB-16		A D TÁLENTOS TEAM	17.41	14.42	14.18	12.89	13.52	17.41	14.10

**Tripló - M - (Tábua 9 m.) (extra) | SUB-16 - 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	Rafael Cardoso	2009	SUB-16		N D JUV LARANJEIRO	11.49	10.68	0.80	10.66	-0.1	9.92	0.60	X	-	11.49	0.60	11.30	-0.6
2	Henrique Lopes	2009	SUB-16		CLUBE PEDRO PESSOA	10.24	9.34	0.10	10.24	-0.8	X	-	-	-	-	-	-	-

**60 Metros - F - (extra) | SUB-14 - F | Dia 1**

## Série 1 v = +0.6 (Manual)

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Kelly Coxi	2012	SUB-14		G DESP CAVADAS	9.45
2	Dilma Jordão	2012	SUB-14	STP	G DESP CAVADAS	9.64
3	Nelcyane Varela	2012	SUB-14	CPV	G DESP CAVADAS	9.97
4	Laura Silva	2012	SUB-14		URJ DE FERNÃO FERRO	10.72
DNS	Inês Viana	2012	SUB-14		G DESP CAVADAS	x
DNS	Madalena Pilar	2011	SUB-14		QUINTAJENSE F C	x

## Série 2 v = -1.2 (Manual)

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Aline Pinho	2011	SUB-14		ASSOCIAÇÃO GDAK	10.07
2	Matilde Cabaço	2012	SUB-14		URJ DE FERNÃO FERRO	10.08
3	Ema Meliço	2012	SUB-14		A NATUREZA ENSINA	10.17
4	Marta Santos	2012	SUB-14		CLUBE PEDRO PESSOA	11.26
5	Matilde Caetano	2012	SUB-14		CLUBE PEDRO PESSOA	11.27
6	Beatriz Amaro	2012	SUB-14		NÚCLEO SCP ALMADA	11.31

## Série 3 v = -0.9

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Joana Antunes	2012	SUB-14		CLUBE PEDRO PESSOA	9.38
2	Letícia Carvalho	2012	SUB-14		G D R DA VERDERENA	9.60
3	Maria João Antunes	2012	SUB-14		URJ DE FERNÃO FERRO	9.69
4	Mónica Bandeira	2011	SUB-14		NÚCLEO SCP ALMADA	9.86
5	Rita Mação	2011	SUB-14		CLUBE PEDRO PESSOA	9.90
6	Ana Rita Dias	2011	SUB-14		CLUBE PEDRO PESSOA	10.24

## Série 4 v = -0.8 (Manual)

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Maria Marques	2011	SUB-14		QUINTAJENSE F C	8.85
2	Alícia Filipe	2011	SUB-14		N D JUV LARANJEIRO	8.98
3	Gabriela Mourinha	2011	SUB-14		CLUBE PEDRO PESSOA	9.07
4	Ana Carolina Martins	2011	SUB-14		NÚCLEO SCP ALMADA	9.18
5	Mariana Santos	2011	SUB-14		A D TÁLENTOS TEAM	9.33
6	Beatriz Mendes	2011	SUB-14		CLUBE PEDRO PESSOA	9.45
7	Helena Pinto	2012	SUB-14		CLUBE PEDRO PESSOA	9.76



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO

**100 ANOS**  
1921 - 2021

**60 Metros - M - (extra) | SUB-14 - M | Dia 1****Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Enzo Rafael	2012	SUB-14		G R QUINTA DA LOMBA	9.11
2	André Miranda	2012	SUB-14		URJ DE FERNÃO FERRO	9.51
3	Tiago Capelo	2011	SUB-14		A NATUREZA ENSINA	11.32
4	Daniel Santos	2011	SUB-14		ASSOCIAÇÃO GDAK	11.83
5	João Madeira	2012	SUB-14		URJ DE FERNÃO FERRO	13.40

**Série 2 v = -0.9 (Manual)**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Francisco Sanches	2011	SUB-14		CLUBE PEDRO PESSOA	8.45
2	Joshua Seidi	2011	SUB-14		G DESP CAVADAS	8.45
3	Daniel Morais	2011	SUB-14		A NATUREZA ENSINA	8.54
4	Diego Ribeiro	2011	SUB-14		ASSOCIAÇÃO GDAK	8.77
5	Vasco Rosa	2011	SUB-14		CLUBE PEDRO PESSOA	9.04
6	André Antunes	2012	SUB-14		URJ DE FERNÃO FERRO	9.57

**80 Metros - F - (extra) | SUB-16 - F | Dia 1****Série 1 v = +0.1 (Manual)**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Inês Teixeira	2010	SUB-16		QUINTAJENSE F C	11.18
2	Matilde Silva	2010	SUB-16		CASA BENFICA SEIXAL	11.76
3	Carolina Pereira	2010	SUB-16		CLUBE PEDRO PESSOA	11.82
4	Catarina Pinto	2010	SUB-16		QUINTAJENSE F C	11.82
5	Matilde Silva	2010	SUB-16		A D TÁLENTOS TEAM	12.09
6	Ariana Peixeiro	2010	SUB-16		QUINTAJENSE F C	12.70

**Série 2 v = -0.1 (Manual)**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Clara Bastos	2009	SUB-16		CASA BENFICA SEIXAL	10.58
2	Daniela Gorgueira	2010	SUB-16		NÚCLEO SCP ALMADA	10.68
3	Diana Miranda	2010	SUB-16		CLUBE PEDRO PESSOA	10.72
4	Carlota Calado	2010	SUB-16		VITÓRIA F C	10.91
5	Alice Rocha	2010	SUB-16		CASA BENFICA SEIXAL	11.10
6	Catarina Coelho	2009	SUB-16		G DESP CAVADAS	11.69

**80 Metros - M - (extra) | SUB-16 - M | Dia 1****Série 1 v = +0.5 (Manual)**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Daniel René Santos	2009	SUB-16		NÚCLEO SCP ALMADA	9.87
2	Afonso Santos	2009	SUB-16		A D TÁLENTOS TEAM	10.15
3	Marco Ferreira	2009	SUB-16		G R QUINTA DA LOMBA	10.95
4	Henrique Lopes	2009	SUB-16		CLUBE PEDRO PESSOA	11.35
5	Miguel Pacheco	2010	SUB-16		QUINTAJENSE F C	12.37
DNS	Tiago Lobo	2010	SUB-16		A NATUREZA ENSINA	x

**100 Metros -M - Cadeira Rodas (atletismo adaptado) | SUB-18 a MASTER - M | Dia 1****Série 1 v = +0.4 (Manual)**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	José Roquete	1999	SEN		Individual	13.57
2	Rafael Neto	2003	SUB-23		ASS JORGE PINA	14.62
3	Mamudo Baldé	2005	SUB-20		ASS JORGE PINA	14.87

**100 Metros -F - Cadeira Rodas (atletismo adaptado) | SUB-18 a MASTER - F | Dia 1****200 Metros - F - (extra) | SUB-18 a MASTER - F | Dia 1****Série 1 v = +1.0 (Manual)**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Eliéta Mendes	2008	SUB-18		NÚCLEO SCP SEIXAL	28.87



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO



100 ANOS  
1921 - 2021

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
2	Rafaela Chantre	2008	SUB-18		G R QUINTA DA LOMBA	29.22
3	Margarida Ant3nio	2008	SUB-18	ANG	G R QUINTA DA LOMBA	30.05
4	Patr3cia Sebast3o	2008	SUB-18		G R QUINTA DA LOMBA	30.09
5	Diana Abreu	2008	SUB-18	ANG	G R QUINTA DA LOMBA	30.19
6	Paula Guerreiro	1970	M 50		C D R 3GUIAS UNIDAS	36.96
7	Ana L3cia Ponte	1979	M 45		ASSOCIA33O GDAK	38.39

### S3rie 2 v = -0.9 (Manual)

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Catarina Varandinhas	2006	SUB-20		CLUBE PEDRO PESSOA	27.56
2	Joana Miguel	2008	SUB-18		CASA BENFICA SEIXAL	27.64
3	Eul3lia Borges	2008	SUB-18		G R QUINTA DA LOMBA	27.74
4	Lara Barroso	2008	SUB-18		CLUBE PEDRO PESSOA	28.33
5	Luna Dias	2007	SUB-18		A A CHARN CAPARICA	28.57
6	Beatriz Maia	2008	SUB-18		VIT3RIA F C	29.03
7	Mielcias Correia	2007	SUB-18	GBS	G R QUINTA DA LOMBA	29.40
8	Catarina Cunha R3go	2007	SUB-18		QUINTAJENSE F C	29.69

### Disco (1 Kg) - M - (extra) | SUB-16 - M | Dia 1

### S3rie 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4	5	6
1	Tom3s Ferreira	2010	SUB-16		QUINTAJENSE F C	36.73	32.42	30.75	36.73	36.52	X	34.17
2	Frederico Serrano	2010	SUB-16		QUINTAJENSE F C	34.96	32.44	32.21	34.96	X	31.80	X

### Comprimento - F - (extra) | SUB-16 - F | Dia 1

### S3rie 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento	5	Vento	6	Vento
1	Lara Sim3es	2010	SUB-16		CLUBE PEDRO PESSOA	5.11	4.65	-0.1	5.01	1.40	5.11	0.60	4.97	1.10	4.91	-0.2	5.08	0.30
2	In3s Teixeira	2010	SUB-16		QUINTAJENSE F C	4.49	4.49	0.20	4.25	-0.4	4.45	0.70	4.15	0.50	3.96	-0.5	4.32	0.0
3	Alice Rocha	2010	SUB-16		CASA BENFICA SEIXAL	4.47	4.33	-0.5	X	-	4.47	0.70	X	-	X	-	4.36	0.40
4	Clara Bastos	2009	SUB-16		CASA BENFICA SEIXAL	4.36	4.02	1.50	3.72	0.0	4.36	0.10	3.95	0.80	4.19	-0.6	4.13	0.60
5	Maria Gon3alves	2010	SUB-16		QUINTAJENSE F C	4.22	3.91	0.0	3.38	-0.2	3.55	0.70	3.96	0.0	4.22	-0.1	3.66	0.40
6	Matilde Silva	2010	SUB-16		A D T3LENTOS TEAM	4.07	3.94	0.70	3.96	-0.2	4.07	0.0	3.86	0.30	4.06	-0.6	X	-
7	Catarina Pinto	2010	SUB-16		QUINTAJENSE F C	4.00	X	-	X	-	3.86	1.50	3.90	0.10	X	-	4.00	0.10
8	Carolina Lopes	2010	SUB-16		Individual	3.91	3.84	-0.2	X	-	3.27	1.30	3.35	0.60	3.91	0.20	3.82	-1.2
9	Ariana Peixeiro	2010	SUB-16		QUINTAJENSE F C	3.66	3.60	1.00	3.66	0.60	3.37	0.50						

### 200 Metros - M - (extra) | SUB-18 a MASTER - M | Dia 1

### S3rie 1 v = +0.5 (Manual)

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	V3ctor Santos	2008	SUB-18	BRA	G DESP CAVADAS	25.57
2	Irineu Medina	1971	M 50		G R QUINTA DA LOMBA	29.87
3	Jos3 Rosa	1964	M 55		C ATLETISMO DE AMORA	32.32
4	Alberto Covas	1959	M 65		A NATUREZA ENSINA	34.35
5	Jo3o Correia	1963	M 60		C ATLETISMO DE AMORA	35.59
6	Lu3s Petisca	1954	M 70		LINDA-A-PASTORA S C	36.28
7	Ant3nio Ribeiro	1948	M 75		C D R 3GUIAS UNIDAS	37.07

### S3rie 2 v = +1.2 (Manual)

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Lucca Reis	2008	SUB-18	BRA	G R QUINTA DA LOMBA	23.47
2	Mart3m Estanislau	2004	SUB-23		VIT3RIA F C	23.51
3	Jo3o Pedro Silva	2007	SUB-18		VIT3RIA F C	23.64
4	Rodrigo Portugu3s	2007	SUB-18		PALMELENSE F C	23.89
5	Diogo Teixeira	2007	SUB-18		CASA BENFICA SEIXAL	24.18
6	Ant3nio Semedo	2008	SUB-18		G R QUINTA DA LOMBA	24.35
7	Duarte Figueiredo	2008	SUB-18		VIT3RIA F C	25.14



**300 Metros - F - (extra) | SUB-16 - F | Dia 1****Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Carlota Calado	2010	SUB-16		VITÓRIA F C	43.80
2	Mariana Costa	2009	SUB-16		CASA BENFICA SEIXAL	47.43
3	Carolina Paiva	2010	SUB-16		QUINTAJENSE F C	47.62
4	Carolina Pereira	2010	SUB-16		CLUBE PEDRO PESSOA	49.59
5	Matilde Silva	2010	SUB-16		CASA BENFICA SEIXAL	49.99

**300 Metros - M - (extra) | SUB-16 - M | Dia 1****Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Afonso Santos	2009	SUB-16		A D TÁLENTOS TEAM	39.86
DNS	Marco Ferreira	2009	SUB-16		G R QUINTA DA LOMBA	x

**1.000 Metros - INF M - (km Reg. Jovem) | SUB-14 - M | Dia 1****Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	João Berjano	2011	SUB-14		G DESP INDEPENDENTE	3:16.74
2	Dinis Gonçalves	2012	SUB-14		QUINTAJENSE F C	3:32.72
3	Vitor Peres	2012	SUB-14		G D Q FONTE DE PRATA	3:34.80
4	Tomás Herbert	2012	SUB-14		G DESP INDEPENDENTE	3:40.71
5	Guilherme Miranda	2011	SUB-14		G DESP INDEPENDENTE	3:42.67
6	Rodrigo Antunes	2012	SUB-14		URJ DE FERNÃO FERRO	3:42.70
7	Tiago Teles	2012	SUB-14		PALMELENSE F C	4:00.58
8	André Antunes	2012	SUB-14		URJ DE FERNÃO FERRO	4:06.64
9	André Miranda	2012	SUB-14		URJ DE FERNÃO FERRO	4:13.63
10	João Madeira	2012	SUB-14		URJ DE FERNÃO FERRO	6:16.70

**Série 2**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Gustavo Silva	2011	SUB-14		CLUBE PEDRO PESSOA	2:57.47
2	David Maia	2011	SUB-14		C D R RIBEIRINHO	3:07.29
3	Manuel Tacão	2011	SUB-14		ASSOCIAÇÃO GDAK	3:27.93
4	Francisco Sanches	2011	SUB-14		CLUBE PEDRO PESSOA	3:29.69
5	Carlos Rocha	2012	SUB-14		Individual	3:36.86
6	Tiago Vieira	2011	SUB-14		PALMELENSE F C	3:40.22
7	Eduardo Couto Lopes	2012	SUB-14		Individual	3:42.60
8	Vasco Rosa	2011	SUB-14		CLUBE PEDRO PESSOA	3:48.50
8	Vasco Rosa	2011	SUB-14		CLUBE PEDRO PESSOA	3:48.50
9	André Nugal	2011	SUB-14		PALMELENSE F C	3:52.79
9	André Nugal	2011	SUB-14		PALMELENSE F C	3:52.79
10	Fábio Mosso	2011	SUB-14		G DESP INDEPENDENTE	3:56.86
10	Fábio Mosso	2011	SUB-14		G DESP INDEPENDENTE	3:56.86

**1.000 Metros - INF F - (km Reg. Jovem) | SUB-14 - F | Dia 1****Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Alice Campos	2012	SUB-14		NÚCLEO SCP ALMADA	3:36.64
2	Lara Rodrigues	2012	SUB-14		URJ DE FERNÃO FERRO	3:43.78
3	Margarida Figueira	2012	SUB-14		NÚCLEO SCP ALMADA	3:52.53
4	Helena Pinto	2012	SUB-14		CLUBE PEDRO PESSOA	3:56.14
5	Helena Júlio	2012	SUB-14		NÚCLEO SCP ALMADA	3:58.91
6	Maria João Antunes	2012	SUB-14		URJ DE FERNÃO FERRO	3:58.91
7	Madalena Pilar	2011	SUB-14		QUINTAJENSE F C	4:03.47
8	Laura Silva	2012	SUB-14		URJ DE FERNÃO FERRO	4:11.11
9	Gabriela Mourinha	2011	SUB-14		CLUBE PEDRO PESSOA	4:15.65
10	Leonor Cardoso	2012	SUB-14		PALMELENSE F C	4:21.13
11	Letícia Carvalho	2012	SUB-14		G D R DA VERDERENA	4:58.49



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
12	Matilde Viola	2011	SUB-14		G DESP INDEPENDENTE	5:07.86

## Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Alícia Filipe	2011	SUB-14		N D JUV LARANJEIRO	3:33.27
2	Alice Fichtner	2012	SUB-14		NÚCLEO SCP ALMADA	3:38.05
3	Leonor Palma	2011	SUB-14		CASA POVO CORROIOS	3:38.69
4	Jaciara Coxi	2011	SUB-14		G DESP CAVADAS	3:40.75
5	Diana Túbal	2011	SUB-14		NÚCLEO SCP SEIXAL	3:45.44
6	Rita Mação	2011	SUB-14		CLUBE PEDRO PESSOA	3:45.92
7	Maria Marques	2011	SUB-14		QUINTAJENSE F C	3:46.31
8	Marta Godinho	2011	SUB-14		A F D D - MONTIJO	3:46.94
9	Helena Serra	2011	SUB-14		PALMELENSE F C	3:56.40
10	Matilde Cabaço	2012	SUB-14		URJ DE FERNÃO FERRO	3:57.98
11	Matilde Pais	2011	SUB-14		G DESP INDEPENDENTE	3:59.93
12	Lara Freitas	2012	SUB-14		ASSOCIAÇÃO GDAK	4:05.46

### 1.000 Metros - JUV M - (km Reg. Jovem) | SUB-18 - M | Dia 1

## Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Fábio Santos	2007	SUB-18		CASA POVO CORROIOS	2:45.47
2	Vasco Costa Lopes	2007	SUB-18		CLUBE PEDRO PESSOA	2:46.12
3	Tiago Lupi	2007	SUB-18		CASA POVO CORROIOS	2:47.50
4	Rafael Medina	2008	SUB-18		G R QUINTA DA LOMBA	2:56.70
5	João Silva	2007	SUB-18		CLUBE PEDRO PESSOA	3:01.64
6	Gabriel Gonçalves	2008	SUB-18		G R QUINTA DA LOMBA	3:11.87
7	Guilherme Ramalho	2008	SUB-18		G R QUINTA DA LOMBA	3:15.57
8	David Almeida	2008	SUB-18		CLUBE PEDRO PESSOA	3:20.46
9	Afonso Chouzende	2008	SUB-18		G R QUINTA DA LOMBA	3:21.42
10	Miguel Silva	2007	SUB-18		URJ DE FERNÃO FERRO	3:21.50
11	Bernardo Camolas	2008	SUB-18		PALMELENSE F C	3:24.77
DNS	Afonso Bastos	2008	SUB-18		A NATUREZA ENSINA	x
DNF	Joao Lázaro	2007	SUB-18		QUINTAJENSE F C	x

### 1.000 Metros - JUV F - (km Reg. Jovem) | SUB-18 - F | Dia 1

## Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Michelle Elmer	2007	SUB-18		CLUBE PEDRO PESSOA	3:07.53
2	Ana Sofia Silva	2007	SUB-18		PALMELENSE F C	3:19.41
3	Ana Cruz	2007	SUB-18		G R QUINTA DA LOMBA	3:30.33
4	Raquel Cavaco	2008	SUB-18		PALMELENSE F C	3:33.14
5	Sofia Meira	2007	SUB-18		NÚCLEO SCP ALMADA	3:41.31
6	Solange Mata	2007	SUB-18		QUINTAJENSE F C	3:49.91
7	Camila Fonseca	2008	SUB-18		A A CHARN CAPARICA	3:56.11
8	Raquel Martins	2008	SUB-18		PALMELENSE F C	4:04.23
9	Mariana Faria	2007	SUB-18		VITÓRIA F C	4:04.26

### 1.000 Metros - INIC M - (km Reg. Jovem) | SUB-16 - M | Dia 1

## Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Dário Cabral	2009	SUB-16		Individual	2:57.39
2	Hélio Mendes	2009	SUB-16		C D R RIBEIRINHO	3:04.28
3	Sava Budu	2009	SUB-16		PALMELENSE F C	3:06.26
4	Gonçalo Matos	2009	SUB-16		QUINTAJENSE F C	3:07.61
5	Rafael Cardoso	2009	SUB-16		N D JUV LARANJEIRO	3:11.95
6	Afonso Machado	2009	SUB-16		NÚCLEO SCP ALMADA	3:12.76
7	Elves Ramos	2009	SUB-16	STP	PALMELENSE F C	3:21.23
8	Luca Ferreira	2010	SUB-16		QUINTAJENSE F C	3:23.51
9	João Pereira	2009	SUB-16		CLUBE PEDRO PESSOA	3:25.31



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO



100 ANOS  
1921 - 2021

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
10	Leonardo Antunes	2009	SUB-16		PALMELENSE F C	3:25.41
11	David Vargas	2009	SUB-16		CLUBE PEDRO PESSOA	3:26.90
12	Miguel Pacheco	2010	SUB-16		QUINTAJENSE F C	3:31.86
13	Guilherme Gouveia	2009	SUB-16		A C D COTOVIA	3:34.25

**Martelo (3 Kg) - F - (extra) | SUB-16 - F | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4	5	6
1	Lara Silva	2009	SUB-16		QUINTAJENSE F C	44.54	43.35	X	X	44.54	42.70	X
2	Carolina Sousa	2009	SUB-16		QUINTAJENSE F C	34.78	34.09	34.78	32.32	32.42	32.60	32.70
3	Rita Dos Santos	2010	SUB-16		A D TÁLENTOS TEAM	17.08	X	14.96	X	X	14.77	17.08

**Martelo (4 Kg) - M - (extra) | SUB-16 - M | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4	5	6
1	Frederico Serrano	2010	SUB-16		QUINTAJENSE F C	46.71	42.30	43.68	43.57	X	46.71	X
2	Tomás Ferreira	2010	SUB-16		QUINTAJENSE F C	37.98	X	37.98	X	35.66	37.98	X
3	Dinis Santos	2009	SUB-16		A D TÁLENTOS TEAM	13.33	X	12.13	11.98	9.31	11.88	13.33

**Dardo (500 G) - F - (extra) | SUB-16 - F | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4	5	6
1	Matilde Macheta	2010	SUB-16		QUINTAJENSE F C	21.91	21.43	X	X	21.91	21.86	20.73
2	Sara Lopes	2009	SUB-16		ASSOCIAÇÃO GDAK	19.62	19.62	15.41	15.71	15.21	15.36	12.88
3	Luana Espírito Santo	2010	SUB-16		NÚCLEO SCP ALMADA	18.71	17.04	16.50	15.13	18.71	15.18	14.73
4	Maria Gonçalves	2010	SUB-16		QUINTAJENSE F C	15.52	13.90	15.29	14.45	X	12.93	15.52
5	Lara Simões	2010	SUB-16		CLUBE PEDRO PESSOA	14.85	10.45	14.70	14.38	X	12.29	14.85
6	Lara Ribeiro	2009	SUB-16		NÚCLEO SCP ALMADA	14.74	X	11.29	14.74	11.65	X	X
DNS	Leonor Brás	2009	SUB-16		A NATUREZA ENSINA							X

**1.000 Metros - INIC F - (km Reg. Jovem) | SUB-16 - F | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Luana Monteiro	2010	SUB-16		A NATUREZA ENSINA	3:08.55
2	Leonor Mira	2009	SUB-16		G DESP CAVADAS	3:19.42
3	Nicole Elmer	2010	SUB-16		CLUBE PEDRO PESSOA	3:23.90
4	Íris Gonçalves	2009	SUB-16		CLUBE PEDRO PESSOA	3:27.01
5	Beatriz Almeida	2009	SUB-16		CLUBE PEDRO PESSOA	3:32.85
6	Filipa Carvalho	2009	SUB-16		NÚCLEO SCP ALMADA	3:34.84
7	Carina Mendes	2010	SUB-16		A F D D - MONTIJO	3:41.85
8	Ana Nogueira	2009	SUB-16		PALMELENSE F C	3:48.63
9	Laura Camolas	2009	SUB-16		PALMELENSE F C	3:50.00
10	Maria Inês Machado	2009	SUB-16		PALMELENSE F C	3:52.43
11	Lara King	2010	SUB-16		QUINTAJENSE F C	3:54.77
12	Irish Lobo	2010	SUB-16		N D JUV LARANJEIRO	3:55.86
13	Mariana Pereira	2010	SUB-16		CLUBE PEDRO PESSOA	3:58.61
14	Renata Andrade	2010	SUB-16		G R QUINTA DA LOMBA	4:05.15

**3.000 Metros - F - (extra) | SUB-20 a MASTER - F | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Dina Oliveira	1979	M 40		C D R ÁGUIAS UNIDAS	12:25.03
2	Mara Pais	2006	SUB-20		G DESP INDEPENDENTE	14:27.16

**3.000 Metros - M - (extra) | SUB-20 a MASTER - M | Dia 1**

**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Filipe Correia	1983	M 40		A NATUREZA ENSINA	10:05.85



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO



100 ANOS  
1921 - 2021

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
2	Helder Carminé	1979	M 45		A NATUREZA ENSINA	10:08.95
3	Luís Gouveia	1967	M 55		NÚCLEO SCP SEIXAL	10:10.55
4	Pedro Paisana	2003	SUB-23		ASSOCIAÇÃO GDAK	10:40.58
5	Raul Pena	1965	M 55		C D R ÁGUIAS UNIDAS	10:58.42
6	João Correia	1963	M 60		C ATLETISMO DE AMORA	11:12.66
7	Francisco Borralho	1962	M 60		G D Q FONTE DE PRATA	11:46.84
8	João Rebelo	1965	M 55		C ATLETISMO DE AMORA	12:03.56
9	José Rosa	1964	M 55		C ATLETISMO DE AMORA	12:41.46
DNS	Alberto Covas	1959	M 65		A NATUREZA ENSINA	x



FEDERAÇÃO  
PORTUGUESA  
ATLETISMO



ANOS  
1921 - 2021

## Estadística Clubes

Sigla	Associação	Nº atletas Masculino	Nº atletas Feminino	Nº atletas Total	Participações Masculino	Participações Feminino	Participações Total
AACC	Setúbal	0	2	2	0	2	2
ACDC	Setúbal	1	0	1	1	0	1
ADTT	Setúbal	2	3	5	3	5	8
AFDD	Setúbal	0	2	2	0	2	2
AGDAK	Setúbal	4	4	8	4	5	9
AJPINA	Lisboa	2	0	2	2	0	2
ANE	Setúbal	7	3	10	8	3	11
CATA	Setúbal	3	0	3	5	0	5
CBSEIXAL	Setúbal	1	5	6	1	8	9
CDRAU	Setúbal	2	2	4	2	2	4
CDRR	Setúbal	2	0	2	2	0	2
CPC	Setúbal	2	1	3	2	1	3
CPPEA	Setúbal	9	18	27	13	23	36
GDC	Setúbal	2	7	9	2	7	9
GDIB	Setúbal	4	3	7	5	3	8
GDQFP	Setúbal	2	0	2	2	0	2
GDRV	Setúbal	0	1	1	0	2	2
GRQL	Setúbal	9	8	17	10	8	18
IND	None	4	1	5	4	1	5
LPSC	Lisboa	1	0	1	1	0	1
NDJL-ST	Setúbal	1	2	3	2	4	6
NSCPSX	Setúbal	1	2	3	1	2	3
PFC	Setúbal	8	8	16	9	8	17
QFC	Setúbal	7	13	20	10	21	31
SLA	Setúbal	2	12	14	2	12	14
URJFF	Setúbal	5	4	9	8	7	15
VFC	Setúbal	3	3	6	3	4	7
_Total		84	104	188	102	130	232





## Estatística Escalão

Escalão	Nº atletas Masculino	Nº atletas Feminino	Nº atletas Total	Participações Masculino	Participações Feminino	Participações Total
SUB-14	26	39	65	34	49	83
SUB-16	21	39	60	28	55	83
SUB-18	20	21	41	20	21	41
SUB-20	1	2	3	1	2	3
SUB-23	3	0	3	3	0	3
SEN	1	0	1	1	0	1
M 40	1	1	2	1	1	2
M 45	1	1	2	1	1	2
M 50	1	1	2	1	1	2
M 55	4	0	4	5	0	5
M 60	2	0	2	3	0	3
M 65	1	0	1	2	0	2
M 70	1	0	1	1	0	1
M 75	1	0	1	1	0	1

