



Provas de preparação - inverno

FPA COMPETIÇÕES

Pista Mun. Atle. Alberto Chaiça - Almada - (07/12/2024 - 08/12/2024)

Vara - F - INIC | SUB-16 - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1.80	1.95	2.10	2.25
1	Alícia Filipe	2011	SUB-16		G DESP CAVADAS	2.10	O	O	O	XXX
2	Mariana Santos	2011	SUB-16		A D TÁLENTOS TEAM	2.10	O	O	XXO	XXX

Disco (1 Kg) - F | SUB-16 a MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4	5	6
1	Inês Diogo	2002	SEN		J O MONTE ABRAÃO	35.97	35.40	35.97	30.42			
2	Matilde Macheta	2010	SUB-16		QUINTAJENSE F C	28.12	X	X	X	X	27.38	28.12
3	Lara Silva	2009	SUB-18		QUINTAJENSE F C	26.07	24.85	26.07	23.46	23.06	X	21.88
4	Catarina Coelho	1997	SEN		A D TÁLENTOS TEAM	22.95	X	22.51	19.49	X	18.72	22.95
5	Mariana Nobre	2004	SUB-23		CLUBE PEDRO PESSOA	22.84	X	X	X	X	22.84	X
6	Leonor Esteves	2008	SUB-18		QUINTAJENSE F C	21.99	21.99	20.50	X	X	19.13	19.94
7	Helena Serra	2011	SUB-16		PALMELENSE F C	15.21	15.21	X	X	13.80	14.75	X
8	Raquel Rodrigues	2008	SUB-18		JUV DESP ALMANSOR	0.00	X	X	X			

Triplo (Tábua 11 m.) - 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	13.25	13.25	2.60	13.17	0.90	-	-	12.55	-0.8	11.52	1.90	X	-
2	Rafael Cardoso	2009	SUB-18		A A CHARN CAPARICA	12.80	X	-	X	-	12.80	0.0	X	-	X	-	X	-

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

Série 1 v = -0.7

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Sérgio Alves	1997	SEN		CLUBE PEDRO PESSOA	7.30
2	Gustavo Graça	2007	SUB-20		JUV DESP ALMANSOR	7.63
3	Cristiano Catoto	2009	SUB-18	ANG	G R QUINTA DA LOMBA	7.88
DNS	Francisco Caldeira	2006	SUB-20		U A POVOENSE	x
DNS	João Ferreira	2008	SUB-18		QUINTAJENSE F C	x

Série 2 v = +0.9

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Víctor Santos	2008	SUB-18	BRA	G DESP CAVADAS	7.61
2	João Pereira	2009	SUB-18		CLUBE PEDRO PESSOA	7.64
3	David Matos	2009	SUB-18		PALMELENSE F C	7.80
4	David Almeida	2008	SUB-18		CLUBE PEDRO PESSOA	8.06
5	Larik Viegas	2009	SUB-18	STP	C A BAIXA BANHEIRA	8.08
6	Diogo Mendes	2007	SUB-20		JUVENTUDE NAVEGANTE	8.39

Série 3 v = +0.0

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Elves Ramos	2009	SUB-18	STP	PALMELENSE F C	7.42
2	Sava Budu	2009	SUB-18		PALMELENSE F C	7.58
3	Guilherme Miranda	2006	SUB-20		A A CHARN CAPARICA	7.61
4	Ricardo Parreira	2008	SUB-18		PALMELENSE F C	7.83
5	Miguel Viana	2008	SUB-18		G DESP CAVADAS	7.90
6	Paulo Cardoso	1965	M 55		BOAVISTA F C	8.92

Série 4 v = +0.6

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Afonso Luís	1997	SEN		CLUBE PEDRO PESSOA	6.96
2	Élvio Almeida	2003	SUB-23		G DESP CAVADAS	7.07



FEDERAÇÃO PORTUGUESA ATLETISMO

100 ANOS 1921 - 2021

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
3	Lucca Reis	2008	SUB-18	BRA	G R QUINTA DA LOMBA	7.22
4	Telmo Piado	2005	SUB-23		GRUPO DESP PAVIA	7.25
5	Rodrigo Russo	2005	SUB-23		A D TÁLENTOS TEAM	7.33
6	António Semedo	2008	SUB-18		G R QUINTA DA LOMBA	7.38

Vara - M - INIC | SUB-16 - M | Dia 1

Disco (1 Kg) - M | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	António Horta	1962	M 60		CLUBE PRAÇAS ARMADA	24.07	20.40	19.40	24.07	-
2	Valdemar Pereira	1950	M 70		G R QUINTA DA LOMBA	22.57	21.21	22.57	21.11	-

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

Série 1 v = +2.6

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Raquel Cavaco	2008	SUB-18		PALMELENSE F C	8.48
2	Matilde Filipe	2008	SUB-18		JUVENTUDE NAVEGANTE	8.70
3	Sofia Simões	2006	SUB-20		PALMELENSE F C	9.01
4	Dora Saraiva	1965	M 55		CLUBE PEDRO PESSOA	11.91

Série 2 v = +0.0

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Mielcias Correia	2007	SUB-20	GBS	G R QUINTA DA LOMBA	8.36
2	Maria Inês Machado	2009	SUB-18		PALMELENSE F C	8.99
3	Bruna Augusto	2009	SUB-18		PALMELENSE F C	9.00
4	Sara Alves	1985	M 35		CLUBE PEDRO PESSOA	10.77
5	Isabel Pereira	1968	M 55		CLUBE PEDRO PESSOA	11.79

Série 3 v = -1.7

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Luna Dias	2007	SUB-20		A A CHARN CAPARICA	8.56
2	Madalena Aurélio	2008	SUB-18		NÚCLEO SCP ALMADA	8.68
3	Rafaela Chantre	2008	SUB-18		G R QUINTA DA LOMBA	8.77
4	Matilde Guerreiro	2008	SUB-18		CLUBE PEDRO PESSOA	8.80
5	Maria Camolas	2007	SUB-20		PALMELENSE F C	8.84

Série 4 v = +0.9

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Sara Athayde	2006	SUB-20		CLUBE PEDRO PESSOA	7.99
2	Daniela Amaro	2001	SEN		G DESP CAVADAS	8.11
3	Eulália Borges	2008	SUB-18		G R QUINTA DA LOMBA	8.13
4	Sara Camolas	2007	SUB-20		PALMELENSE F C	8.32
5	Cândida Piedade	2008	SUB-18		NÚCLEO SCP ALMADA	8.38

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

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Afonso Santos	2009	SUB-18		A D TÁLENTOS TEAM	53.20
2	Rodrigo Miranda	2008	SUB-18		A D TÁLENTOS TEAM	57.19
3	Diogo Ataz Ribeiro	2009	SUB-18		PALMELENSE F C	60.47
4	Carlos Daniel Nitas	2009	SUB-18	ROU	PALMELENSE F C	60.87
DSQ	Afonso Machado	2009	SUB-18		NÚCLEO SCP ALMADA	x (RT 17.3.1)

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Francisco Pombo	2008	SUB-18		CLUBE PEDRO PESSOA	52.05
2	Rafael Medina	2008	SUB-18		G R QUINTA DA LOMBA	52.47
3	Telmo Piado	2005	SUB-23		GRUPO DESP PAVIA	53.12
4	Guilherme Ramalho	2008	SUB-18		G R QUINTA DA LOMBA	57.07



Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
5	David Almeida	2008	SUB-18		CLUBE PEDRO PESSOA	58.03

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

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Filipa Carvalho	2009	SUB-18		NÚCLEO SCP ALMADA	63.45
2	Michelle Elmer	2007	SUB-20		CLUBE PEDRO PESSOA	67.83
3	Catarina Coelho	2009	SUB-18		G DESP CAVADAS	68.66
4	Solange Mata	2007	SUB-20		QUINTAJENSE F C	70.12
5	Ana Nogueira	2009	SUB-18		PALMELENSE F C	74.36
6	Sara Alves	1985	M 35		CLUBE PEDRO PESSOA	96.42

1500 Metros - M | SUB-18 a MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Vasco Marta	1991	SEN		RUN TEJO-PREV.SPRAIN	4:17.27
2	Tiago Lupi	2007	SUB-20		CASA POVO CORROIOS	4:18.84
3	Guilherme Cravo	2007	SUB-20		CASA POVO CORROIOS	4:26.69
4	António Horta	1962	M 60		CLUBE PRAÇAS ARMADA	4:45.80
5	Gonçalo Matos	2009	SUB-18		QUINTAJENSE F C	4:47.23
6	João Gomes	2008	SUB-18		A A CHARN CAPARICA	4:51.37
7	Bernardo Camolas	2008	SUB-18		PALMELENSE F C	5:10.41
8	Ram Kumar	1993	SEN		C C R ALTO DO MOINHO	5:10.90
9	Guilherme Gouveia	2009	SUB-18		A C D COTOVIA	5:11.51
10	David Vargas	2009	SUB-18		CLUBE PEDRO PESSOA	5:24.55

1500 Metros - F | SUB-18 a MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Beatriz Almeida	2009	SUB-18		CLUBE PEDRO PESSOA	5:21.49
2	Beatriz Fernandes	1969	M 55		C F OS BELENENSES	5:23.03
3	Ana Cruz	2007	SUB-20		G R QUINTA DA LOMBA	5:37.66
4	Cristiana Mabiala	2006	SUB-20		C A BAIXA BANHEIRA	5:59.51
5	Raquel Martins	2008	SUB-18		PALMELENSE F C	6:09.87

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

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1.40	1.45	1.48	1.51	1.55	1.58
1	Raquel Conceição	2005	SUB-23		A A CHARN CAPARICA	1.55	-	O	O	O	XO	XXX
2	Joana Rosa	2007	SUB-20		CLUBE PEDRO PESSOA	1.48	O	O	XO	XXX		

Peso (6 Kg) - M - JUN/M50-55 | SUB-20 a MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4	5	6
1	Duarte Encarnação	2006	SUB-20		SPORTING C P	12.30	12.30	12.29	12.30			
2	Diogo Mendes	2007	SUB-20		JUVENTUDE NAVEGANTE	6.83	X	6.83	6.74	6.78	5.57	X
3	Gustavo Serrano	2007	SUB-20		QUINTAJENSE F C	6.37	6.23	6.19	6.37	X	5.87	5.32

Peso (7.26 Kg) - Sub23/SEN/M35-40-45 | SUB-23 a MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4	5	6
1	Rafael Pereira	2003	SUB-23		JUV DESP ALMANSOR	10.59	10.59	10.14	10.11			
2	Emanuel Rodrigues	1988	M 35		G R QUINTA DA LOMBA	7.85	7.59	7.30	7.07	7.85	7.44	7.71
3	Pedro Correia	1978	M 45		A C D COTOVIA	5.36	5.36	5.06	4.70	4.85	4.77	4.82



Dardo (600 G) - F - JUN/Sub23/SEN/F35-40-45 | SUB-20 a MASTER - F | Dia 1**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Luna Dias	2007	SUB-20		A A CHARN CAPARICA	23.69	21.92	22.88	23.69	23.65

Dardo (600 G) - M - M60-65 | MASTER - M | Dia 1**Dardo (500 G) - M - M70+ | MASTER - M | Dia 1****Dardo (500 G) - F - INIC/JUV | SUB-16 a SUB-18 - F | Dia 1****Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Camila Fonseca	2008	SUB-18		A A CHARN CAPARICA	30.71	30.71	27.23	30.09	X
2	Carolina Cunha	2009	SUB-18		NÚCLEO SCP ALMADA	26.52	25.02	26.52	X	X
3	Margarida António	2008	SUB-18	ANG	G R QUINTA DA LOMBA	25.59	X	X	25.59	X
4	Alicia Filipe	2011	SUB-16		G DESP CAVADAS	22.00	X	22.00	X	22.00
5	Luana Espírito Santo	2010	SUB-16		NÚCLEO SCP ALMADA	21.70	X	20.79	20.09	21.70
6	Irish Lobo	2010	SUB-16		NÚCLEO SCP ALMADA	19.24	19.24	18.19	X	18.11
7	Ariana Peixeiro	2010	SUB-16		QUINTAJENSE F C	19.15	16.73	19.15	17.65	X
8	Ana Carolina Martins	2011	SUB-16		NÚCLEO SCP ALMADA	18.65	18.65	12.48	18.12	16.76
9	Rita Dos Santos	2010	SUB-16		A D TÁLENTOS TEAM	16.76	X	13.58	14.40	16.76
10	Mariana Santos	2011	SUB-16		A D TÁLENTOS TEAM	12.18	9.30	10.83	X	12.18
11	Helena Serra	2011	SUB-16		PALMELENSE F C	11.78	11.78	X	X	X

Peso (5 Kg) - M - INIC/JUV/M60-65 | SUB-16 a MASTER - 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	12.63	11.85	11.46	11.46	11.14	10.87	12.63
2	Elves Ramos	2009	SUB-18	STP	PALMELENSE F C	10.06	X	X	X	10.06	9.03	9.71
3	Frederico Serrano	2010	SUB-16		QUINTAJENSE F C	9.86	9.59	X	9.31	9.61	9.86	8.90
4	Larik Viegas	2009	SUB-18	STP	C A BAIXA BANHEIRA	9.62	8.76	9.50	9.62	9.35	9.40	9.35

200 Metros - M | SUB-18 a MASTER - M | Dia 1**Série 1 v = +0.5 (Manual)**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Sava Budu	2009	SUB-18		PALMELENSE F C	25.54
2	David Matos	2009	SUB-18		PALMELENSE F C	25.67
3	Cristiano Catoto	2009	SUB-18	ANG	G R QUINTA DA LOMBA	26.28
4	João Ferreira	2008	SUB-18		QUINTAJENSE F C	26.66
5	Gustavo Serrano	2007	SUB-20		QUINTAJENSE F C	27.87

Série 2 v = +0.8 (Manual)

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	João Pereira	2009	SUB-18		CLUBE PEDRO PESSOA	24.86
2	Miguel Viana	2008	SUB-18		G DESP CAVADAS	26.18
3	André Amorim	2005	SUB-23		CLUBE PEDRO PESSOA	26.64
4	Paulo Cardoso	1965	M 55		BOAVISTA F C	31.56
DNS	Leonardo Antunes	2009	SUB-18		QUINTAJENSE F C	x

Série 3 v = +0.0 (Manual)

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Lucca Reis	2008	SUB-18	BRA	G R QUINTA DA LOMBA	23.38
2	Sérgio Alves	1997	SEN		CLUBE PEDRO PESSOA	23.56
3	Rodrigo Russo	2005	SUB-23		A D TÁLENTOS TEAM	24.17
4	António Semedo	2008	SUB-18		G R QUINTA DA LOMBA	24.33
5	Víctor Santos	2008	SUB-18	BRA	G DESP CAVADAS	26.25

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

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Maria Camolas	2007	SUB-20		PALMELENSE F C	29.99



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO



100 ANOS
1921 - 2021

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
2	Catarina Cunha Rêgo	2007	SUB-20		QUINTAJENSE F C	30.25
3	Maria Inês Machado	2009	SUB-18		PALMELENSE F C	31.06
4	Inês Gonçalves	2009	SUB-18		CLUBE PEDRO PESSOA	33.72
5	Dora Saraiva	1965	M 55		CLUBE PEDRO PESSOA	42.86
6	Isabel Pereira	1968	M 55		CLUBE PEDRO PESSOA	43.42

Série 2 v = +0.8

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Eulália Borges	2008	SUB-18		G R QUINTA DA LOMBA	27.83
2	Mielcias Correia	2007	SUB-20	GBS	G R QUINTA DA LOMBA	28.34
3	Sara Camolas	2007	SUB-20		PALMELENSE F C	28.41
3	Daniela Amaro	2001	SEN		G DESP CAVADAS	28.41
5	Eliéta Mendes	2008	SUB-18		NÚCLEO SCP SEIXAL	29.13
6	Rafaela Chantre	2008	SUB-18		G R QUINTA DA LOMBA	29.57

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	Sara Athayde	2006	SUB-20		CLUBE PEDRO PESSOA	5.29	5.05	0.40	5.07	0.20	5.21	0.40	4.76	-1.8	4.97	-0.3	5.29	1.20
2	Rita Quirino	2007	SUB-20		CLUBE PEDRO PESSOA	5.12	5.10	0.70	5.12	0.30	3.84	0.20	4.98	-0.5	4.98	-1	X	-
3	Joana Rosa	2007	SUB-20		CLUBE PEDRO PESSOA	5.02	X	-	4.91	0.90	4.67	-0.4	4.78	-0.2	5.02	0.80	4.91	0.50
4	Inês Custódio	2009	SUB-18		JUV DESP ALMANSOR	4.63	4.63	1.10	X	-	X	-						
5	Matilde Filipe	2008	SUB-18		JUVENTUDE NAVEGANTE	4.50	4.50	0.50	4.36	0.50	4.04	1.10	-	-	-	-	-	-
6	Bruna Augusto	2009	SUB-18		PALMELENSE F C	3.91	3.74	-0.1	3.87	1.50	3.75	0.40	3.76	1.40	3.91	0.50	X	-

Martelo (4 Kg) - M - M70+ | MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4	5	6
1	Valdemar Pereira	1950	M 70		G R QUINTA DA LOMBA	25.10	X	25.01	25.10	-	-	-

Martelo (3 Kg) - F - INIC/JUV/F50-55-60-65-70+ | SUB-16 a MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4	5	6
1	Lara Silva	2009	SUB-18		QUINTAJENSE F C	48.16	44.97	46.58	X	45.04	X	48.16
2	Raquel Rodrigues	2008	SUB-18		JUV DESP ALMANSOR	41.47	39.26	X	41.47	X	X	X
3	Matilde Macheta	2010	SUB-16		QUINTAJENSE F C	39.01	37.41	39.01	X	X	X	37.99
4	Carolina Sousa	2009	SUB-18		QUINTAJENSE F C	38.72	X	X	X	X	35.75	38.72

Martelo (4 Kg) - F - JUN/Sub23/SEN/VET 35-40-45 | SUB-20 a MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4	5	6
1	Joana Silva	2006	SUB-20		A A CHARN CAPARICA	27.82	X	X	X	X	X	27.82
DNS	Mariana Nobre	2004	SUB-23		CLUBE PEDRO PESSOA			X				

Martelo (7,26 Kg) - M - Sub23/SEN/M35,40,45 | SUB-23 a MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4	5	6
1	Pedro Lopes	2003	SUB-23		A A CHARN CAPARICA	38.60	X	X	X	X	X	38.60
2	Rafael Pereira	2003	SUB-23		JUV DESP ALMANSOR	34.15	X	X	34.15			

60 Barreiras (1.06) - M - Sub23, SEN | SUB-23 a SEN - M | Dia 2

Série 1 v = -1.1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Nicolas Silva	1997	SEN		CLUBE PEDRO PESSOA	9.90



Martelo (5 Kg) - INIC, JUV, M60-65 | SUB-16 a MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4	5	6
1	Frederico Serrano	2010	SUB-16		QUINTAJENSE F C	47.51	41.12	41.05	39.37	45.67	X	47.51
2	Rodrigo Miranda	2008	SUB-18		A D TALENTOS TEAM	28.52	25.22	20.21	26.99	26.39	28.52	24.94

Martelo (6 Kg) - M - JUN, M50-55 | SUB-20 a MASTER - M | Dia 2**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-23		CLUBE PEDRO PESSOA	11.04	10.96	3.00	X	-	X	-	10.67	-0.1	11.04	0.20	X	-
2	Raquel Conceição	2005	SUB-23		A A CHARN CAPARICA	10.90	10.67	0.90	X	-	10.90	1.30	10.58	0.80	10.42	0.10	-	-
NM	Inês Custódio	2009	SUB-18		JUV DESP ALMANSOR	x	x	-	X	-	X	-						

60 Barreiras (1.00) - M - JUN, M35-40-45 | SUB-20 a MASTER - M | Dia 2**60 Barreiras (0.91) - M - JUV | SUB-18 - M | Dia 2****Série 1 v = -3.2**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Rafael Cardoso	2009	SUB-18		A A CHARN CAPARICA	8.93
2	Afonso Santos	2009	SUB-18		A D TALENTOS TEAM	9.46
3	David Almeida	2008	SUB-18		CLUBE PEDRO PESSOA	11.89

60 Barreiras (0.84) - M - INIC | SUB-16 - M | Dia 2**Série 1 v = -2.9**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Rafael Inácio	2010	SUB-16		JUV DESP ALMANSOR	9.82
2	Guilherme Galante	2010	SUB-16		PALMELENSE F C	10.33

60 Barreiras (0.84) - JUN, Sub23, SEN | SUB-20 a SEN - F | Dia 2**Série 1 v = +0.0**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Raquel Conceição	2005	SUB-23		A A CHARN CAPARICA	9.94
2	Sara Camolas	2007	SUB-20		PALMELENSE F C	10.04
3	Sara Athayde	2006	SUB-20		CLUBE PEDRO PESSOA	10.20
4	Leticia Cruz	2004	SUB-23	CPV	G R QUINTA DA LOMBA	10.44

60 Barreiras (0.76) - F - JUV | SUB-18 - F | Dia 2**Série 1 v = -2.8**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Raquel Cavaco	2008	SUB-18		PALMELENSE F C	10.36
2	Maria Inês Machado	2009	SUB-18		PALMELENSE F C	10.52
3	Inês Gonçalves	2009	SUB-18		CLUBE PEDRO PESSOA	13.30

Dardo (700 G) - M - INIC, JUV, M50-55 | SUB-16 a MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4	5	6
1	Ricardo Parreira	2008	SUB-18		PALMELENSE F C	31.47	30.62	30.31	28.70	29.03	29.56	31.47
2	David Aguiar	2010	SUB-16		SPORTING C P	29.41	28.23	28.30	29.41			
3	João Ferreira	2008	SUB-18		QUINTAJENSE F C	28.10	X	X	23.80	22.35	28.10	22.58
4	Paulo Cardoso	1965	M 55		BOAVISTA F C	20.14	20.14	17.63	15.34			
5	Rodrigo Miranda	2008	SUB-18		A D TALENTOS TEAM	19.21	X	X	X	X	19.21	-
6	José Barão	2011	SUB-16		G R QUINTA DA LOMBA	16.46	14.60	14.84	15.72	X	X	16.46



Peso (4 Kg) - F - JUN, Sub23, SEN, F35-40-45 | SUB-20 a MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Inês Diogo	2002	SEN		J O MONTE ABRAÃO	10.23	X	10.23	9.79	X
2	Sara Athayde	2006	SUB-20		CLUBE PEDRO PESSOA	8.26	8.13	8.26	X	7.66
3	Luna Dias	2007	SUB-20		A A CHARN CAPARICA	7.11	7.00	7.11	6.57	6.27
4	Leonor Cardoso	2006	SUB-20		G DESP CAVADAS	6.75	6.58	6.12	6.43	6.75

Peso (3 Kg) - F - INIC, JUV, F50-55-60-65-70+ | SUB-16 a MASTER - F | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4
1	Matilde Macheta	2010	SUB-16		QUINTAJENSE F C	11.00	9.41	10.17	9.99	11.00
2	Margarida António	2008	SUB-18	ANG	G R QUINTA DA LOMBA	10.44	10.05	10.18	10.44	9.39
3	Leonor Esteves	2008	SUB-18		QUINTAJENSE F C	8.22	7.47	7.71	8.22	8.13
4	Ana Carolina Martins	2011	SUB-16		NÚCLEO SCP ALMADA	7.88	7.88	7.79	7.51	6.73
5	Luana Espírito Santo	2010	SUB-16		NÚCLEO SCP ALMADA	7.77	7.54	7.47	7.77	7.57
6	Alícia Filipe	2011	SUB-16		G DESP CAVADAS	6.85	-	-	6.85	X
7	Bruna Augusto	2009	SUB-18		PALMELENSE F C	6.36	5.77	6.36	5.69	6.06

Altura - M - JUV, JUN, Sub23, SEN, VET todos | SUB-18 a MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1.15	1.20	1.25	1.30	1.35	1.38	1.41	1.44	1.47	1.50	1.53	1.56	1.59	1.69	1.75
1	Nicolas Silva	1997	SEN		CLUBE PEDRO PESSOA	1.69	-	-	-	-	-	-	O	-	-	O	-	-	XO	XXO	XXX
2	Afonso Machado	2009	SUB-18		NÚCLEO SCP ALMADA	1.53	-	-	-	O	O	O	O	O	O	O	O	XXX			
3	Dinis Santos	2009	SUB-18		A D TÁLENTOS TEAM	1.50	-	-	-	O	O	O	XO	XXO	O	XXO	XXX				
4	David Almeida	2008	SUB-18		CLUBE PEDRO PESSOA	1.38	O	O	-	O	O	O	XXX								
5	David Vargas	2009	SUB-18		CLUBE PEDRO PESSOA	1.38	-	-	O	O	XO	XXO	XXX								

Dardo (800 G) - M - JUN, Sub23, SEN, M35-40-45 | SUB-20 a MASTER - M | Dia 2**Série 1**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4	5	6
1	Gustavo Serrano	2007	SUB-20		QUINTAJENSE F C	28.32	22.90	25.48	26.20	22.32	26.21	28.32
2	Diogo Mendes	2007	SUB-20		JUVENTUDE NAVEGANTE	27.66	16.58	25.54	25.73	27.66	27.16	26.38
3	Luís Martins	1976	M 45		CASA BENFICA SEIXAL	17.38	15.35	15.48	17.38	X	14.31	15.34

60 Barreiras (0.76) - F - INIC | SUB-16 - F | Dia 2**Série 1 v = -3.2**

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Alícia Filipe	2011	SUB-16		G DESP CAVADAS	11.11
2	Maria Marques	2011	SUB-16		QUINTAJENSE F C	11.67
3	Madalena Pilar	2011	SUB-16		QUINTAJENSE F C	12.47
4	Carolina Lopes	2010	SUB-16		CLUBE PEDRO PESSOA	13.82

Série 2 v = -2.7

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Lara Simões	2010	SUB-16		CLUBE PEDRO PESSOA	9.63
2	Daniela Gorgueira	2010	SUB-16		NÚCLEO SCP ALMADA	9.81
3	Inês Teixeira	2010	SUB-16		QUINTAJENSE F C	10.87
4	Carolina Paiva	2010	SUB-16		QUINTAJENSE F C	10.88

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

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Guilherme Cravo	2007	SUB-20		CASA POVO CORROIOS	2:08.23
2	João Silva	2007	SUB-20		CLUBE PEDRO PESSOA	2:09.20
3	João Guerreiro	2008	SUB-18		G DESP CAVADAS	2:11.53



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO



100 ANOS
1921 - 2021

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
4	João Duarte	2009	SUB-18		G DESP CAVADAS	2:16.45
5	Sava Budu	2009	SUB-18		PALMELENSE F C	2:16.90
6	Mika Peliganga	2004	SUB-23	ANG	CASA BENFICA SEIXAL	2:17.25
7	Helder Carminé	1979	M 45		CASA BENFICA SEIXAL	2:19.57
8	Carlos Daniel Nitas	2009	SUB-18	ROU	PALMELENSE F C	2:25.04
DNF	Leonardo Antunes	2009	SUB-18		QUINTAJENSE F C	x

Série 2

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Joel Barros	2005	SUB-23		A D NUCLEOEIRAS	1:58.78
2	Luís Garcia	2001	SEN		CLUBE PEDRO PESSOA	1:59.05
3	Rodrigo Ganância	2003	SUB-23		CLUBE PEDRO PESSOA	1:59.56
4	Diogo Batista	1998	SEN		A D NUCLEOEIRAS	2:00.16
5	José Carlos	2003	SUB-23		A D NUCLEOEIRAS	2:01.13
6	Tiago Lupi	2007	SUB-20		CASA POVO CORROIOS	2:03.75
7	Vasco Marta	1991	SEN		RUN TEJO-PREV.SPRAIN	2:08.58
8	Rafael Medina	2008	SUB-18		G R QUINTA DA LOMBA	2:08.78
9	Vasco Costa Lopes	2007	SUB-20		CLUBE PEDRO PESSOA	2:09.06

800 Metros - F - JUV a VET | SUB-18 a MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Matilde Ferreira	2008	SUB-18		JUV DESP ALMANSOR	2:25.77
2	Catarina Cunha Rêgo	2007	SUB-20		QUINTAJENSE F C	2:34.11
3	Leonor Mira	2009	SUB-18		G DESP CAVADAS	2:34.12
4	Beatriz Almeida	2009	SUB-18		CLUBE PEDRO PESSOA	2:35.95
5	Ana Cruz	2007	SUB-20		G R QUINTA DA LOMBA	2:39.52
6	Solange Mata	2007	SUB-20		QUINTAJENSE F C	2:53.10
7	Ana Nogueira	2009	SUB-18		PALMELENSE F C	2:56.47
8	Isabel Maldonado	1963	M 60		G R QUINTA DA LOMBA	3:37.59

3000 Metros - JUV a VET M | SUB-18 a MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Miguel Silva	2007	SUB-20		URJ DE FERNÃO FERRO	10:09.64
2	António Horta	1962	M 60		CLUBE PRAÇAS ARMADA	10:20.39
3	Diogo Pinto	2007	SUB-20		CLUBE PEDRO PESSOA	11:04.64
4	Guilherme Gouveia	2009	SUB-18		A C D COTOVIA	11:08.59

3000 Metros - JUV a VET - F | SUB-18 a MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Sara Monteiro	1999	SEN		A D NUCLEOEIRAS	10:25.61
2	Íris Gonçalves	2009	SUB-18		CLUBE PEDRO PESSOA	12:38.53
3	Cristiana Mabiala	2006	SUB-20		C A BAIXA BANHEIRA	13:11.22

Disco (1,50 Kg) - M - INIC, JUV, M50-55 | SUB-16 a MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4	5	6
1	Frederico Serrano	2010	SUB-16		QUINTAJENSE F C	31.37	22.12	X	24.74	X	31.37	X
2	David Aguiar	2010	SUB-16		SPORTING C P	24.15	X	21.49	24.15	X	23.71	X
3	Paulo Cardoso	1965	M 55		BOAVISTA F C	20.35	14.58	14.22	15.72	18.87	20.35	19.16

Comprimento - M - JUV, JUN, Sub23, SEN, VET todos | 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	Rúben Barros	2007	SUB-20		NÚCLEO SCP ALMADA	5.84	5.84	0.60	X	-	X	-	5.23	-0.8	5.24	1.00	5.28	4.00
2	João Chão	2006	SUB-20		A D TÁLENTOS TEAM	5.62	5.62	-0.1	X	-	-	-	-	-	-	-	-	-



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO



100 ANOS
1921 - 2021

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	Vento	2	Vento	3	Vento	4	Vento	5	Vento	6	Vento
3	Elves Ramos	2009	SUB-18	STP	PALMELENSE F C	5.54	4.69	0.80	4.94	1.10	5.54	0.60	5.24	-0.8	4.23	0.20	4.31	0.20
4	David Matos	2009	SUB-18		PALMELENSE F C	5.34	5.34	0.20	5.30	1.40	X	-	4.92	1.30	4.79	0.60	5.11	1.10
5	Larik Viegas	2009	SUB-18	STP	C A BAIXA BANHEIRA	5.25	5.12	0.60	5.14	0.60	5.14	2.30	5.25	0.80	5.15	3.20	5.22	0.20
DNS	Élvio Almeida	2003	SUB-23		G DESP CAVADAS	x		0.0										

Disco (2 Kg) - M - SUB23, SEN, M35-40-45 | SUB-23 a MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4	5	6
1	Rafael Pereira	2003	SUB-23		JUV DESP ALMANSOR	36.78	34.17	X	34.80	35.81	36.78	33.54
2	Emanuel Rodrigues	1988	M 35		G R QUINTA DA LOMBA	17.94	15.06	17.15	X	17.94	X	X
3	Luis Martins	1976	M 45		CASA BENFICA SEIXAL	17.90	X	X	17.60	17.90	16.40	14.42
4	Pedro Correia	1978	M 45		A C D COTOVIA	13.72	13.48	13.54	13.42	13.72	X	X

Disco (1,75 Kg) - M - JUN | SUB-20 - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca	1	2	3	4	5	6
1	Duarte Encarnação	2006	SUB-20		SPORTING C P	32.83	32.83	30.94	31.56	32.32	30.50	X

3000 - Marcha - F - JUV a VET | SUB-18 a MASTER - F | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Isabel Luís	2007	SUB-20		CLUBE PEDRO PESSOA	15:08.02
2	Ana Sofia Santos	2009	SUB-18		CLUBE PEDRO PESSOA	15:55.66
3	Inês Cunha	2008	SUB-18		QUINTAJENSE F C	18:14.72
4	Catarina Gonçalves	1977	M 45		CASA POVO CORROIOS	19:20.63 (<)

5000 Marcha - M - JUV a VET | SUB-18 a MASTER - M | Dia 2

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Diogo Santos	2005	SUB-23		CLUBE PEDRO PESSOA	27:53.20



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO



100 ANOS
1921 - 2021

Estatística Clubes

Sigla	Associação	Nº atletas Masculino	Nº atletas Feminino	Nº atletas Total	Participações Masculino	Participações Feminino	Participações Total
AACC	Setúbal	4	4	8	5	8	13
ACDC	Setúbal	2	0	2	4	0	4
ADNO	Lisboa	3	1	4	3	1	4
ADTT	Setúbal	5	3	8	9	4	13
BFC	Porto	1	0	1	4	0	4
CABB	Setúbal	1	1	2	3	2	5
CBSEIXAL	Setúbal	3	0	3	4	0	4
CCRAM	Setúbal	1	0	1	1	0	1
CFB	Lisboa	0	1	1	0	1	1
CPARM	Setúbal	1	0	1	3	0	3
CPC	Setúbal	2	1	3	4	1	5
CPPEA	Setúbal	14	17	31	21	27	48
GDC	Setúbal	5	5	10	9	9	18
GDPVAV	Évora	1	0	1	2	0	2
GRQL	Setúbal	8	7	15	14	12	26
JDAL	Santarém	3	3	6	5	5	10
JOMA	Lisboa	0	1	1	0	2	2
JUNA	Setúbal	1	1	2	3	2	5
NSCPSX	Setúbal	0	1	1	0	1	1
PFC	Setúbal	8	9	17	17	19	36
QFC	Setúbal	5	12	17	12	18	30
RUNTEJO	Lisboa	1	0	1	2	0	2
SCP	Lisboa	2	0	2	4	0	4
SLA	Setúbal	2	8	10	3	10	13
UAP	Lisboa	1	0	1	1	0	1
URJFF	Setúbal	1	0	1	1	0	1
_Total		75	75	150	134	122	256



Estatística Escalão

Escalão	Nº atletas Masculino	Nº atletas Feminino	Nº atletas Total	Participações Masculino	Participações Feminino	Participações Total
SUB-16	5	16	21	8	25	33
SUB-18	31	29	60	62	45	107
SUB-20	14	16	30	21	30	51
SUB-23	11	4	15	17	7	24
SEN	7	4	11	10	6	16
M 35	1	1	2	2	2	4
M 45	3	1	4	5	1	6
M 55	1	3	4	4	5	9
M 60	1	1	2	3	1	4
M 70	1	0	1	2	0	2

