



Triatlo Técnico - Fase Regional (sub14/16/18) + provas extras

CMACS - SEIXAL - (28/12/2024 - 29/12/2024)

Triatlo Sub14 M | SUB-14 - M | Dia 1

Triatlo Sub14 F | SUB-14 - F | Dia 1

Triatlo sub18 F | SUB-18 - F | Dia 1

Altura - F - JUV | SUB-18 - F | Dia 1

Série 1

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca | 1.10 | 1.13 | 1.16 | 1.19 | 1.22 | 1.25 | 1.28 | 1.31 | 1.34 | 1.37 | 1.40 | 1.43 | 1.46 | 1.49 | 1.52 | 1.55 |
|---------|--------------------|------|---------|-----|---------------------|------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| 1 | Sara Lopes | 2009 | SUB-18 | | ASSOCIAÇÃO GDAK | 1.52 (644) | - | - | - | O | O | O | O | O | O | XO | O | O | XXO | XO | XXO | XXX |
| 2 | Margarida António | 2008 | SUB-18 | ANG | G R QUINTA DA LOMBA | 1.31 (419) | O | O | O | O | O | O | O | O | XXX | | | | | | | |
| 3 | Catarina Coelho | 2009 | SUB-18 | | G DESP CAVADAS | 1.25 (359) | O | O | XO | O | O | O | XXX | | | | | | | | | |
| 4 | Maria Inês Machado | 2009 | SUB-18 | | PALMELENSE F C | 1.19 (302) | XO | O | O | O | XXX | | | | | | | | | | | |
| 5 | Leonor Esteves | 2008 | SUB-18 | | QUINTAJENSE F C | 1.16 (275) | O | O | XXO | XXX | | | | | | | | | | | | |
| NM | Gabriela Coelho | 2009 | SUB-18 | | CLUBE PEDRO PESSOA | SM | XXX | | | | | | | | | | | | | | | |

60 Metros - F - INF | SUB-14 - F | Dia 1

Série 1 v = +2.1 (Manual)

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca |
|---------|------------------|------|---------|-----|---------------------|-------------|
| 1 | Nelcyane Varela | 2012 | SUB-14 | CPV | G DESP CAVADAS | 9.33 (484) |
| 2 | Matilde Cabaço | 2012 | SUB-14 | | CASA POVO CORROIOS | 9.43 (461) |
| 3 | Lara Freitas | 2012 | SUB-14 | | ASSOCIAÇÃO GDAK | 9.70 (400) |
| 4 | Roxana Careba | 2013 | SUB-14 | ROU | PALMELENSE F C | 9.75 (389) |
| 5 | Matilde Fradinho | 2013 | SUB-14 | | JUVENTUDE NAVEGANTE | 9.95 (346) |
| 6 | Leonor Cardoso | 2012 | SUB-14 | | PALMELENSE F C | 10.24 (289) |
| 7 | Mariana Torres | 2013 | SUB-14 | | JUVENTUDE NAVEGANTE | 11.02 (158) |

Série 2 v = +1.7 (Manual)

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca |
|---------|--------------------|------|---------|-----|--------------------|------------|
| 1 | Mariana Madeira | 2013 | SUB-14 | | CASA POVO CORROIOS | 9.02 (561) |
| 2 | Júlia Barateiro | 2012 | SUB-14 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 9.03 (558) |
| 3 | Letícia Carvalho | 2012 | SUB-14 | | G D R DA VERDERENA | 9.12 (536) |
| 4 | Dilma Jordão | 2012 | SUB-14 | STP | G DESP CAVADAS | 9.21 (513) |
| 5 | Margarida Figueira | 2012 | SUB-14 | | NÚCLEO SCP ALMADA | 9.33 (484) |
| 6 | Kelly Coxi | 2012 | SUB-14 | | G DESP CAVADAS | 9.44 (458) |
| 7 | Matilde Garrancho | 2012 | SUB-14 | | A D TÁLENTOS TEAM | 9.46 (454) |

Série 3 v = +1.9 (Manual)

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca |
|---------|----------------------|------|---------|-----|---------------------|-------------|
| 1 | Alice Fichtner | 2012 | SUB-14 | | NÚCLEO SCP ALMADA | 8.69 (648) |
| 2 | Maria Beatriz Santos | 2012 | SUB-14 | | CASA POVO CORROIOS | 8.70 (645) |
| 3 | Ísis Loyola | 2012 | SUB-14 | | A D TÁLENTOS TEAM | 8.87 (600) |
| 4 | Madalena Leirão | 2012 | SUB-14 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 8.98 (571) |
| 5 | Adegilsa Santos | 2013 | SUB-14 | | G DESP CAVADAS | 9.56 (431) |
| 6 | Inês Viana | 2012 | SUB-14 | | G DESP CAVADAS | 10.36 (267) |
| 7 | Maria Certal | 2012 | SUB-14 | | CASA BENFICA SEIXAL | 10.46 (249) |
| 8 | Manuela Cunha | 2013 | SUB-14 | | G D R DA VERDERENA | 11.54 (91) |

Peso (3 Kg) - M - INF | SUB-14 - M | Dia 1

Série 1

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca | 1 | 2 | 3 |
|---------|-----------------|------|---------|-----|---------------------|------------|------|------|------|
| 1 | Bernardo Silva | 2013 | SUB-14 | | JUVENTUDE NAVEGANTE | 6.67 (288) | 5.68 | 6.67 | 6.44 |
| 2 | João Madeira | 2012 | SUB-14 | | URJ DE FERNÃO FERRO | 6.21 (261) | 6.03 | 5.79 | 6.21 |
| 3 | Rúben Landim | 2013 | SUB-14 | | URJ DE FERNÃO FERRO | 5.95 (246) | 5.95 | 5.55 | X |
| 4 | Valentim Chanal | 2012 | SUB-14 | | A D TÁLENTOS TEAM | 5.76 (235) | 5.55 | 5.68 | 5.76 |



| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca | 1 | 2 | 3 |
|---------|------------------|------|---------|-----|----------------------|------------|------|------|------|
| 5 | Vitor Peres | 2012 | SUB-14 | | G D Q FONTE DE PRATA | 5.65 (228) | 5.55 | 5.65 | 5.04 |
| 6 | Martim Dias | 2012 | SUB-14 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 5.64 (228) | 5.01 | 5.04 | 5.64 |
| 7 | Yanni Flohr | 2012 | SUB-14 | | QUINTAJENSE F C | 5.30 (208) | 4.21 | 5.30 | 5.07 |
| 8 | Carlos Rocha | 2012 | SUB-14 | | Individual | 5.24 (205) | 4.91 | 5.24 | 4.74 |
| 9 | André Cordeiro | 2012 | SUB-14 | | PALMELENSE F C | 5.16 (200) | X | 5.16 | X |
| 10 | Santiago Pereira | 2013 | SUB-14 | | CASA BENFICA SEIXAL | 5.14 (199) | 4.51 | 4.98 | 5.14 |
| 11 | Rafael Bueno | 2013 | SUB-14 | | JUVENTUDE NAVEGANTE | 4.99 (190) | 4.99 | X | X |
| 12 | Rúben Ferreira | 2012 | SUB-14 | | URJ DE FERNÃO FERRO | 4.94 (188) | 4.81 | 4.94 | 4.44 |
| 13 | Daniel Correia | 2013 | SUB-14 | | NÚCLEO SCP ALMADA | 4.74 (176) | 4.40 | 4.25 | 4.74 |
| 14 | Tiago Teles | 2012 | SUB-14 | | PALMELENSE F C | 4.67 (172) | 4.67 | 3.96 | 2.99 |
| 15 | Miguel Soares | 2013 | SUB-14 | | A D TÁLENTOS TEAM | 4.32 (152) | 3.99 | 4.32 | 3.58 |
| 16 | Vasco Boal | 2013 | SUB-14 | | JUVENTUDE NAVEGANTE | 4.05 (137) | 4.05 | 3.87 | 3.30 |

60 Metros - M - JUV a VET - Extra | SUB-18 a MASTER - M | Dia 1

Série 1 v = +1.5 (Manual)

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca |
|---------|------------------|------|---------|-----|---------------------|-------|
| 1 | Víctor Santos | 2008 | SUB-18 | BRA | G DESP CAVADAS | 7.46 |
| 2 | Luís Bonfim | 2007 | SUB-20 | ANG | G D R DA VERDERENA | 8.19 |
| 3 | Diogo Mendes | 2007 | SUB-20 | | JUVENTUDE NAVEGANTE | 8.38 |
| DNS | Miguel Viana | 2008 | SUB-18 | | G DESP CAVADAS | x |
| DNS | Ricardo Parreira | 2008 | SUB-18 | | PALMELENSE F C | x |

Série 2 v = +1.7 (Manual)

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca |
|---------|----------------------|------|---------|-----|---------------------|-------|
| 1 | Lucca Reis | 2008 | SUB-18 | BRA | G R QUINTA DA LOMBA | 7.18 |
| 2 | Martim Estanislau | 2004 | SUB-23 | | A C R SRA DESTERRO | 7.18 |
| 3 | António Semedo | 2008 | SUB-18 | | G R QUINTA DA LOMBA | 7.28 |
| 4 | Duarte De Figueiredo | 2008 | SUB-18 | | VITÓRIA F C | 7.75 |
| 5 | Élvio Almeida | 2003 | SUB-23 | | G DESP CAVADAS | 17.61 |

60 Metros - F - JUV a VET - Extra | SUB-18 a MASTER - F | Dia 1

Série 1 v = +1.6 (Manual)

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca |
|---------|-----------------|------|---------|-----|---------------------|-------|
| 1 | Beatriz Maia | 2008 | SUB-18 | | VITÓRIA F C | 8.27 |
| 2 | Sara Camolas | 2007 | SUB-20 | | PALMELENSE F C | 8.32 |
| 3 | Rafaela Chantre | 2008 | SUB-18 | | G R QUINTA DA LOMBA | 8.64 |
| 4 | Matilde Filipe | 2008 | SUB-18 | | JUVENTUDE NAVEGANTE | 8.80 |
| 5 | Inês Gonçalves | 2009 | SUB-18 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 9.60 |
| 6 | Ana Lúcia Ponte | 1979 | M 45 | | ASSOCIAÇÃO GDAK | 10.60 |

Série 2 v = +2.2 (Manual)

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca |
|---------|-----------------|------|---------|-----|---------------------|-------|
| 1 | Daniela Amaro | 2001 | SEN | | G DESP CAVADAS | 7.78 |
| 2 | Sara Athayde | 2006 | SUB-20 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 7.90 |
| 3 | Raquel Lourenço | 1996 | SEN | | JUV VIDIGALENSE | 7.94 |
| 4 | Joana Miguel | 2008 | SUB-18 | | CASA BENFICA SEIXAL | 8.04 |
| 5 | Clara Bastos | 2009 | SUB-18 | | CASA BENFICA SEIXAL | 8.07 |
| DNS | Eulália Borges | 2008 | SUB-18 | | G R QUINTA DA LOMBA | x |

Peso (2 Kg) - F - INF | SUB-14 - F | Dia 1

Série 1

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca | 1 | 2 | 3 |
|---------|------------------|------|---------|-----|--------------------|------------|------|------|------|
| 1 | Nelcyane Varela | 2012 | SUB-14 | CPV | G DESP CAVADAS | 7.74 (383) | 7.32 | 7.74 | 7.23 |
| 2 | Ísis Loyola | 2012 | SUB-14 | | A D TÁLENTOS TEAM | 7.61 (365) | X | 7.46 | 7.61 |
| 3 | Dilma Jordão | 2012 | SUB-14 | STP | G DESP CAVADAS | 7.59 (373) | 7.59 | X | 7.21 |
| 4 | Letícia Carvalho | 2012 | SUB-14 | | G D R DA VERDERENA | 7.27 (352) | 6.93 | 6.95 | 7.27 |
| 5 | Inês Viana | 2012 | SUB-14 | | G DESP CAVADAS | 6.90 (329) | 6.47 | 5.77 | 6.90 |
| 6 | Alice Fichtner | 2012 | SUB-14 | | NÚCLEO SCP ALMADA | 6.69 (315) | 5.70 | 6.69 | X |
| 7 | Júlia Barateiro | 2012 | SUB-14 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 6.57 (308) | 5.81 | 5.43 | 6.57 |



| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca | 1 | 2 | 3 |
|---------|----------------------|------|---------|-----|---------------------|------------|------|------|------|
| 8 | Lara Freitas | 2012 | SUB-14 | | ASSOCIAÇÃO GDAK | 6.49 (302) | 5.59 | 6.44 | 6.49 |
| 9 | Maria Beatriz Santos | 2012 | SUB-14 | | CASA POVO CORROIOS | 6.38 (295) | 5.28 | 6.38 | 6.05 |
| 10 | Margarida Figueira | 2012 | SUB-14 | | NÚCLEO SCP ALMADA | 6.34 (293) | 6.08 | 6.34 | 6.28 |
| 11 | Mariana Madeira | 2013 | SUB-14 | | CASA POVO CORROIOS | 6.28 (289) | 6.28 | 5.46 | 5.91 |
| 12 | Maria Certal | 2012 | SUB-14 | | CASA BENFICA SEIXAL | 6.05 (274) | 5.55 | 5.69 | 6.05 |
| 13 | Madalena Leirão | 2012 | SUB-14 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 6.04 (274) | 6.04 | 5.36 | 4.50 |
| 14 | Matilde Garrancho | 2012 | SUB-14 | | A D TÁLENTOS TEAM | 5.81 (259) | 4.85 | 5.81 | 5.21 |
| 15 | Leonor Cardoso | 2012 | SUB-14 | | PALMELENSE F C | 5.69 (252) | 5.69 | X | 5.51 |
| 16 | Matilde Fradinho | 2013 | SUB-14 | | JUVENTUDE NAVEGANTE | 5.47 (238) | 4.92 | 5.47 | 5.04 |
| 17 | Adegilisa Santos | 2013 | SUB-14 | | G DESP CAVADAS | 5.44 (236) | 4.74 | 5.44 | 4.68 |
| 18 | Roxana Careba | 2013 | SUB-14 | ROU | PALMELENSE F C | 5.37 (231) | 4.41 | X | 5.37 |
| 19 | Matilde Cabaço | 2012 | SUB-14 | | CASA POVO CORROIOS | 5.16 (218) | 5.09 | 5.16 | 4.95 |
| 20 | Kelly Coxi | 2012 | SUB-14 | | G DESP CAVADAS | 4.79 (195) | 4.79 | 4.02 | 4.25 |
| 21 | Mariana Torres | 2013 | SUB-14 | | JUVENTUDE NAVEGANTE | 4.12 (154) | 3.87 | 4.12 | X |
| 22 | Manuela Cunha | 2013 | SUB-14 | | G D R DA VERDERENA | 3.92 (141) | 3.48 | 3.86 | 3.92 |

300 M - INIC/JUV - Extra | SUB-16 a SUB-18 - M | Dia 1

Série 1

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca |
|---------|----------------------|------|---------|-----|---------------------|---------------|
| 1 | Duarte De Figueiredo | 2008 | SUB-18 | | VITÓRIA F C | 40.53 |
| 2 | Manuel Tacão | 2011 | SUB-16 | | ASSOCIAÇÃO GDAK | 42.86 |
| 3 | Martim Graça | 2011 | SUB-16 | | ASSOCIAÇÃO GDAK | 49.07 |
| 4 | Tiago Capelo | 2011 | SUB-16 | | A NATUREZA ENSINA | 61.81 |
| DSQ | André Nugal | 2011 | SUB-16 | | PALMELENSE F C | x (RT 17.3.1) |
| DNS | Kelvin Tavares | 2008 | SUB-18 | | G R QUINTA DA LOMBA | x |

Série 2

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca |
|---------|---------------------|------|---------|-----|-------------------|-------|
| 1 | Guilherme Galante | 2010 | SUB-16 | | PALMELENSE F C | 39.75 |
| 2 | Sava Budu | 2009 | SUB-18 | | PALMELENSE F C | 39.85 |
| 3 | Víctor Santos | 2008 | SUB-18 | BRA | G DESP CAVADAS | 40.27 |
| 4 | Diogo Ataz Ribeiro | 2009 | SUB-18 | | PALMELENSE F C | 42.85 |
| 5 | Carlos Daniel Nitas | 2009 | SUB-18 | ROU | PALMELENSE F C | 43.68 |
| 6 | Daniel Moraes | 2011 | SUB-16 | | A NATUREZA ENSINA | 46.54 |
| 7 | Tiago Lobo | 2010 | SUB-16 | | A NATUREZA ENSINA | 52.09 |

Série 3

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca |
|---------|------------------|------|---------|-----|---------------------|-------|
| 1 | Lucca Reis | 2008 | SUB-18 | BRA | G R QUINTA DA LOMBA | 36.64 |
| 2 | Afonso Santos | 2009 | SUB-18 | | A D TÁLENTOS TEAM | 37.89 |
| 3 | Rafael Medina | 2008 | SUB-18 | | G R QUINTA DA LOMBA | 38.09 |
| 4 | João Pereira | 2009 | SUB-18 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 38.28 |
| 5 | Cristiano Catoto | 2009 | SUB-18 | ANG | G R QUINTA DA LOMBA | 39.43 |
| 6 | David Matos | 2009 | SUB-18 | | PALMELENSE F C | 39.56 |

300 - F - INIC/JUV - Extra | SUB-16 a SUB-18 - F | Dia 1

Série 1

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca |
|---------|-------------------|------|---------|-----|---------------------|---------------|
| 1 | Carina Mendes | 2010 | SUB-16 | | JUVENTUDE NAVEGANTE | 46.87 |
| 2 | Matilde Filipe | 2008 | SUB-18 | | JUVENTUDE NAVEGANTE | 48.10 |
| 3 | Lara King | 2010 | SUB-16 | | QUINTAJENSE F C | 49.41 |
| 4 | Beatriz Mendes | 2011 | SUB-16 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 51.19 |
| DSQ | Matilde Guerreiro | 2008 | SUB-18 | | CLUBE PEDRO PESSOA | x (RT 17.4.4) |
| DNS | Aline Pinho | 2011 | SUB-16 | | ASSOCIAÇÃO GDAK | x |

Série 2

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca |
|---------|-----------------|------|---------|-----|-----------------|-------|
| 1 | Beatriz Maia | 2008 | SUB-18 | | VITÓRIA F C | 44.34 |
| 2 | Maria Gonçalves | 2010 | SUB-16 | | QUINTAJENSE F C | 49.51 |



| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca |
|---------|-----------------|------|---------|-----|---------------------|-------|
| 3 | Ana Nogueira | 2009 | SUB-18 | | PALMELENSE F C | 50.66 |
| 4 | Mariana Pereira | 2010 | SUB-16 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 50.80 |
| 5 | Ema Ramires | 2010 | SUB-16 | | QUINTAJENSE F C | 51.87 |
| 6 | Mayene Pereira | 2009 | SUB-18 | | G R QUINTA DA LOMBA | 52.85 |

Série 3

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca |
|---------|-------------------|------|---------|-----|---------------------|-------|
| 1 | Daniela Gorgueira | 2010 | SUB-16 | | NÚCLEO SCP ALMADA | 44.39 |
| 2 | Eliéta Mendes | 2008 | SUB-18 | | NÚCLEO SCP SEIXAL | 45.73 |
| 3 | Leonor Mira | 2009 | SUB-18 | | G DESP CAVADAS | 46.85 |
| 4 | Íris Gonçalves | 2009 | SUB-18 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 48.03 |
| 5 | Rafaela Chantre | 2008 | SUB-18 | | G R QUINTA DA LOMBA | 48.24 |
| 6 | Bruna Augusto | 2009 | SUB-18 | | PALMELENSE F C | 50.70 |
| DNS | Eulália Borges | 2008 | SUB-18 | | G R QUINTA DA LOMBA | x |

400 Metros - M - JUN a VET - Extra | SUB-20 a MASTER - M | Dia 1

Série 1

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca |
|---------|----------------|------|---------|-----|---------------------|-------|
| 1 | Mika Peliganga | 2004 | SUB-23 | ANG | CASA BENFICA SEIXAL | 60.58 |
| 2 | Irineu Medina | 1971 | M 50 | | G R QUINTA DA LOMBA | 65.76 |

400 Metros - F - JUN a VET - Extra | SUB-20 a MASTER - F | Dia 1

Série 1

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca |
|---------|------------------|------|---------|-----|---------------------|-------|
| 1 | Maria Camolas | 2007 | SUB-20 | | PALMELENSE F C | 66.07 |
| 2 | Mielcias Correia | 2007 | SUB-20 | GBS | G R QUINTA DA LOMBA | 67.32 |

60 Metros - M - INF | SUB-14 - M | Dia 1

Série 1 v = +1.6 (Manual)

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca |
|---------|------------------|------|---------|-----|----------------------|-------------|
| 1 | Carlos Rocha | 2012 | SUB-14 | | Individual | 8.96 (313) |
| 2 | Santiago Pereira | 2013 | SUB-14 | | CASA BENFICA SEIXAL | 9.03 (298) |
| 3 | Yanni Flohr | 2012 | SUB-14 | | QUINTAJENSE F C | 9.43 (216) |
| 4 | Vítor Peres | 2012 | SUB-14 | | G D Q FONTE DE PRATA | 9.45 (212) |
| 5 | Bernardo Silva | 2013 | SUB-14 | | JUVENTUDE NAVEGANTE | 9.54 (196) |
| 6 | Rafael Bueno | 2013 | SUB-14 | | JUVENTUDE NAVEGANTE | 9.63 (180) |
| 7 | Vasco Boal | 2013 | SUB-14 | | JUVENTUDE NAVEGANTE | 9.85 (143) |
| 8 | Martim Dias | 2012 | SUB-14 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 10.03 (116) |

Série 2 v = +1.5 (Manual)

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca |
|---------|-----------------|------|---------|-----|---------------------|------------|
| 1 | Tiago Teles | 2012 | SUB-14 | | PALMELENSE F C | 9.19 (264) |
| 2 | Valentim Chanal | 2012 | SUB-14 | | A D TÁLENTOS TEAM | 9.38 (226) |
| 3 | Rúben Landim | 2013 | SUB-14 | | URJ DE FERNÃO FERRO | 9.45 (212) |
| 4 | Miguel Soares | 2013 | SUB-14 | | A D TÁLENTOS TEAM | 9.50 (203) |
| 5 | Daniel Correia | 2013 | SUB-14 | | NÚCLEO SCP ALMADA | 10.76 (33) |
| 6 | Rúben Ferreira | 2012 | SUB-14 | | URJ DE FERNÃO FERRO | 11.70 (0) |
| 7 | João Madeira | 2012 | SUB-14 | | URJ DE FERNÃO FERRO | 13.14 (0) |
| DNS | André Cordeiro | 2012 | SUB-14 | | PALMELENSE F C | x |

60 Barreiras (0.76) - F - JUV | SUB-18 - F | Dia 1

Série 1 v = +1.3 (Manual)

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca |
|---------|--------------------|------|---------|-----|---------------------|-------------|
| 1 | Catarina Coelho | 2009 | SUB-18 | | G DESP CAVADAS | 10.30 (657) |
| 2 | Maria Inês Machado | 2009 | SUB-18 | | PALMELENSE F C | 10.32 (653) |
| 3 | Margarida António | 2008 | SUB-18 | ANG | G R QUINTA DA LOMBA | 11.07 (525) |
| 4 | Sara Lopes | 2009 | SUB-18 | | ASSOCIAÇÃO GDAK | 11.24 (498) |
| 5 | Leonor Esteves | 2008 | SUB-18 | | QUINTAJENSE F C | 12.79 (280) |
| 6 | Gabriela Coelho | 2009 | SUB-18 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 12.97 (258) |



1500 Metros - M - JUN a VET - Extra | SUB-20 a MASTER - M | Dia 1

Série 1

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca |
|---------|----------------|------|---------|-----|----------------------|---------|
| 1 | Vasco Marta | 1991 | SEN | | RUN TEJO-PREV.SPRAIN | 4:24.22 |
| 2 | Miguel Silva | 2007 | SUB-20 | | URJ DE FERNÃO FERRO | 4:35.63 |
| 3 | Helder Carminé | 1979 | M 45 | | CASA BENFICA SEIXAL | 4:43.79 |

Comprimento - F - INF | SUB-14 - F | Dia 1

Série 1

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca | 1 | Vento | 2 | Vento | 3 | Vento |
|---------|----------------------|------|---------|-----|---------------------|------------|------|-------|------|-------|------|-------|
| 1 | Alice Fichtner | 2012 | SUB-14 | | NÚCLEO SCP ALMADA | 4.12 (336) | 4.12 | 0.50 | 3.87 | 0.0 | 3.84 | 1.10 |
| 2 | Madalena Leirão | 2012 | SUB-14 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 4.11 (333) | 4.11 | 0.0 | X | - | 4.11 | 0.90 |
| 3 | Maria Beatriz Santos | 2012 | SUB-14 | | CASA POVO CORROIOS | 4.06 (322) | 3.85 | 0.40 | 3.82 | 0.60 | 4.06 | 0.80 |
| 4 | Nelcyane Varela | 2012 | SUB-14 | CPV | G DESP CAVADAS | 4.00 (308) | 3.84 | 1.10 | 4.00 | 0.60 | X | - |
| 5 | Ísis Loyola | 2012 | SUB-14 | | A D TÁLENTOS TEAM | 3.84 (272) | 3.65 | 0.80 | 3.84 | 0.10 | 3.68 | 1.00 |
| 6 | Júlia Barateiro | 2012 | SUB-14 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 3.81 (265) | 3.53 | 0.90 | 3.50 | 0.20 | 3.81 | 1.60 |
| 7 | Matilde Garrancho | 2012 | SUB-14 | | A D TÁLENTOS TEAM | 3.79 (261) | 3.69 | 0.20 | 3.79 | 0.60 | 3.60 | 0.90 |
| 8 | Adegilsa Santos | 2013 | SUB-14 | | G DESP CAVADAS | 3.74 (250) | 3.36 | 0.0 | 3.74 | 0.10 | 3.03 | 1.00 |
| 9 | Mariana Madeira | 2013 | SUB-14 | | CASA POVO CORROIOS | 3.73 (248) | 3.37 | 0.0 | 3.41 | 0.50 | 3.73 | 1.10 |
| 10 | Dilma Jordão | 2012 | SUB-14 | STP | G DESP CAVADAS | 3.71 (244) | 3.54 | 0.80 | 3.71 | 0.70 | 3.52 | 0.90 |
| 11 | Lara Freitas | 2012 | SUB-14 | | ASSOCIAÇÃO GDAK | 3.64 (229) | 3.64 | 0.0 | 3.58 | 0.90 | 3.53 | 1.10 |
| 12 | Kelly Coxi | 2012 | SUB-14 | | G DESP CAVADAS | 3.54 (208) | 3.39 | 0.20 | 3.44 | 0.0 | 3.54 | 1.20 |
| 13 | Margarida Figueira | 2012 | SUB-14 | | NÚCLEO SCP ALMADA | 3.47 (194) | 3.27 | 0.40 | 3.47 | 0.60 | 3.39 | 0.70 |
| 14 | Roxana Careba | 2013 | SUB-14 | ROU | PALMELENSE F C | 3.47 (194) | 3.35 | 0.80 | X | - | 3.47 | 0.50 |
| 15 | Leticia Carvalho | 2012 | SUB-14 | | G D R DA VERDERENA | 3.43 (186) | 3.33 | 0.0 | 3.12 | 0.90 | 3.43 | 0.30 |
| 16 | Matilde Cabaço | 2012 | SUB-14 | | CASA POVO CORROIOS | 3.36 (172) | 3.33 | 0.10 | 3.36 | 0.80 | 3.25 | 0.30 |
| 17 | Inês Viana | 2012 | SUB-14 | | G DESP CAVADAS | 3.13 (130) | 2.96 | -0.5 | 2.98 | 0.70 | 3.13 | 1.30 |
| 18 | Matilde Fradinho | 2013 | SUB-14 | | JUVENTUDE NAVEGANTE | 3.00 (107) | 3.00 | 0.0 | 2.82 | 1.20 | 2.89 | 0.60 |
| 19 | Leonor Cardoso | 2012 | SUB-14 | | PALMELENSE F C | 2.97 (102) | 2.97 | 0.50 | 2.82 | 0.70 | 2.66 | 0.90 |
| 20 | Mariana Torres | 2013 | SUB-14 | | JUVENTUDE NAVEGANTE | 2.81 (76) | 2.64 | 1.00 | 2.32 | 0.0 | 2.81 | 0.70 |
| 21 | Maria Certal | 2012 | SUB-14 | | CASA BENFICA SEIXAL | 2.77 (70) | X | - | 2.77 | 1.60 | 2.49 | 1.70 |
| NM | Manuela Cunha | 2013 | SUB-14 | | G D R DA VERDERENA | | x | X | - | X | - | X |

1500 Metros - F - JUN a VET- Extra | SUB-20 a MASTER - F | Dia 1

Série 1

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca |
|---------|---------------------|------|---------|-----|---------------------|---------|
| 1 | Catarina Cunha Rêgo | 2007 | SUB-20 | | QUINTAJENSE F C | 5:30.66 |
| 2 | Ana Cruz | 2007 | SUB-20 | | G R QUINTA DA LOMBA | 5:33.50 |
| 3 | Sofia Meira | 2007 | SUB-20 | | NÚCLEO SCP ALMADA | 5:37.71 |

Comprimento - M - INF | SUB-14 - M | Dia 1

Série 1

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca | 1 | Vento | 2 | Vento | 3 | Vento |
|---------|------------------|------|---------|-----|----------------------|------------|------|-------|------|-------|------|-------|
| 1 | Tiago Teles | 2012 | SUB-14 | | PALMELENSE F C | 3.92 (193) | 3.25 | -1.1 | 3.75 | -1 | 3.92 | -1.5 |
| 2 | Carlos Rocha | 2012 | SUB-14 | | Individual | 3.90 (190) | 3.64 | -0.6 | 3.86 | -1.6 | 3.90 | -1.3 |
| 3 | Santiago Pereira | 2013 | SUB-14 | | CASA BENFICA SEIXAL | 3.85 (182) | X | - | 3.62 | -1 | 3.85 | -1.6 |
| 4 | Vasco Boal | 2013 | SUB-14 | | JUVENTUDE NAVEGANTE | 3.80 (174) | 3.80 | -1.1 | 3.40 | -1.6 | 3.29 | -1.6 |
| 5 | Valentim Chanal | 2012 | SUB-14 | | A D TÁLENTOS TEAM | 3.64 (150) | 3.12 | -0.4 | 3.32 | -0.7 | 3.64 | -1.3 |
| 6 | Bernardo Silva | 2013 | SUB-14 | | JUVENTUDE NAVEGANTE | 3.62 (147) | 3.62 | -1 | 3.38 | -1.5 | 3.60 | -1 |
| 7 | Rúben Landim | 2013 | SUB-14 | | URJ DE FERNÃO FERRO | 3.45 (123) | 2.69 | -1.1 | 3.18 | -1.1 | 3.45 | -0.6 |
| 8 | Rafael Bueno | 2013 | SUB-14 | | JUVENTUDE NAVEGANTE | 3.44 (122) | 3.28 | -0.4 | 3.44 | -1 | 3.28 | -0.8 |
| 9 | Yanni Flohr | 2012 | SUB-14 | | QUINTAJENSE F C | 3.34 (108) | 3.18 | -0.5 | X | - | 3.34 | -1.8 |
| 10 | Vitor Peres | 2012 | SUB-14 | | G D Q FONTE DE PRATA | 3.31 (104) | 3.27 | -1.1 | 3.31 | -0.8 | 3.02 | -1.2 |
| 11 | Martim Dias | 2012 | SUB-14 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 3.26 (98) | 3.26 | -1 | 3.11 | -0.6 | | |
| 12 | Miguel Soares | 2013 | SUB-14 | | A D TÁLENTOS TEAM | 3.02 (68) | 2.94 | -1.1 | 3.02 | -0.6 | 2.64 | -1.5 |
| 13 | Daniel Correia | 2013 | SUB-14 | | NÚCLEO SCP ALMADA | 2.75 (39) | X | - | 2.75 | -1.3 | 2.66 | -1.6 |
| 14 | Rúben Ferreira | 2012 | SUB-14 | | URJ DE FERNÃO FERRO | 2.59 (24) | 2.50 | -1.1 | X | - | 2.59 | -1.2 |
| 15 | João Madeira | 2012 | SUB-14 | | URJ DE FERNÃO FERRO | 2.25 (1) | X | - | 2.25 | -0.8 | 2.23 | -1 |
| DNS | André Cordeiro | 2012 | SUB-14 | | PALMELENSE F C | | x | 0.0 | | | | |



1500 Metros - M - Inic/Juv | SUB-16 a SUB-18 - M | Dia 1

Série 1

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca |
|---------|------------------|------|---------|-----|--------------------|---------|
| 1 | Gustavo Silva | 2011 | SUB-16 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 4:27.43 |
| 2 | David Maia | 2011 | SUB-16 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 4:29.70 |
| 3 | Gonçalo Mineiro | 2011 | SUB-16 | | NÚCLEO SCP ALMADA | 4:31.73 |
| 4 | Bernardo Camolas | 2008 | SUB-18 | | PALMELENSE F C | 5:17.92 |
| DNS | João Duarte | 2009 | SUB-18 | | G DESP CAVADAS | x |
| DNF | Francisco Pombo | 2008 | SUB-18 | | CLUBE PEDRO PESSOA | x |

Peso (3 Kg) - F - JUV | SUB-18 - F | Dia 1

Série 1

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca | 1 | 2 | 3 |
|---------|--------------------|------|---------|-----|---------------------|-------------|-------|-------|-------|
| 1 | Sara Lopes | 2009 | SUB-18 | | ASSOCIAÇÃO GDAK | 11.52 (629) | 10.83 | 11.52 | 11.13 |
| 2 | Margarida António | 2008 | SUB-18 | ANG | G R QUINTA DA LOMBA | 9.86 (520) | 9.35 | 9.86 | 8.70 |
| 3 | Gabriela Coelho | 2009 | SUB-18 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 8.03 (401) | 8.03 | 7.71 | 7.89 |
| 4 | Leonor Esteves | 2008 | SUB-18 | | QUINTAJENSE F C | 7.32 (356) | 6.67 | 7.32 | 7.32 |
| 5 | Maria Inês Machado | 2009 | SUB-18 | | PALMELENSE F C | 7.24 (350) | 7.02 | 7.24 | 6.01 |
| 6 | Catarina Coelho | 2009 | SUB-18 | | G DESP CAVADAS | 5.45 (237) | 4.52 | 5.45 | 5.44 |

1500 Metros - F - Inic/Juv | SUB-16 a SUB-18 - F | Dia 1

Série 1

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca |
|---------|-----------------|------|---------|-----|---------------------|---------|
| 1 | Beatriz Almeida | 2009 | SUB-18 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 5:27.30 |
| 2 | Marta Godinho | 2011 | SUB-16 | | JUVENTUDE NAVEGANTE | 5:44.61 |
| 3 | Raquel Barrenho | 2011 | SUB-16 | | G R QUINTA DA LOMBA | 5:54.58 |
| 4 | Raquel Martins | 2008 | SUB-18 | | PALMELENSE F C | 6:11.08 |

Triatlo Sub16 F | SUB-16 - F | Dia 2

Triatlo Sub16 M | SUB-16 - M | Dia 2

Triatlo Sub18 M | SUB-18 - M | Dia 2

60 Barreiras (0.91) - M - JUV | SUB-18 - M | Dia 2

Série 1 v = +1.5 (Manual)

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca |
|---------|-------------------|------|---------|-----|--------------------|-------------|
| 1 | Rafael Cardoso | 2009 | SUB-18 | | A A CHARN CAPARICA | 8.49 (862) |
| 2 | Larik Viegas | 2009 | SUB-18 | STP | C A BAIXA BANHEIRA | 9.80 (579) |
| 3 | Esmael Martins | 2008 | SUB-18 | STP | A A CHARN CAPARICA | 9.84 (572) |
| 4 | David Almeida | 2008 | SUB-18 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 9.90 (560) |
| 5 | Francisco Pereira | 2008 | SUB-18 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 10.25 (495) |
| 6 | João Ferreira | 2008 | SUB-18 | | QUINTAJENSE F C | 11.34 (316) |
| 7 | David Vargas | 2009 | SUB-18 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 11.58 (282) |
| DNS | Ricardo Parreira | 2008 | SUB-18 | | PALMELENSE F C | x |

Comprimento - F - INIC | SUB-16 - F | Dia 2

Série 1

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca | 1 | Vento | 2 | Vento | 3 | Vento |
|---------|-----------------|------|---------|-----|---------------------|------------|------|-------|------|-------|------|-------|
| 1 | Lara Simões | 2010 | SUB-16 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 5.25 (628) | 5.16 | 1.10 | X | - | 5.25 | 0.80 |
| 2 | Inês Teixeira | 2010 | SUB-16 | | QUINTAJENSE F C | 4.65 (466) | 4.54 | 1.20 | 4.65 | 0.80 | 4.34 | 3.30 |
| 3 | Alice Rocha | 2010 | SUB-16 | | CASA BENFICA SEIXAL | 4.49 (426) | 4.49 | 1.00 | 4.13 | 1.90 | 4.40 | 2.70 |
| 4 | Matilde Macheta | 2010 | SUB-16 | | QUINTAJENSE F C | 4.45 (416) | 4.26 | 1.90 | 4.32 | 2.40 | 4.45 | 2.30 |
| 5 | Carolina Lopes | 2010 | SUB-16 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 4.42 (408) | 4.42 | 0.10 | X | - | X | - |
| 6 | Carolina Paiva | 2010 | SUB-16 | | QUINTAJENSE F C | 4.09 (329) | 4.09 | 1.10 | 2.24 | 2.40 | 3.95 | 3.30 |
| 7 | Diana Tubal | 2011 | SUB-16 | | NÚCLEO SCP SEIXAL | 4.02 (312) | 3.83 | 1.70 | 4.02 | 2.00 | 3.76 | 0.80 |
| 8 | Aline Pinho | 2011 | SUB-16 | | ASSOCIAÇÃO GDAK | 3.91 (287) | 3.91 | 0.30 | 3.91 | 1.70 | X | - |
| 9 | Madalena Pilar | 2011 | SUB-16 | | QUINTAJENSE F C | 3.67 (235) | 3.67 | 0.50 | X | - | X | - |
| 10 | Inês Ganço | 2010 | SUB-16 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 3.56 (212) | 3.56 | 1.20 | 3.29 | 0.70 | X | - |
| 11 | Helena Serra | 2011 | SUB-16 | | PALMELENSE F C | 3.50 (200) | 3.50 | 0.70 | 3.35 | 2.30 | 3.30 | 3.00 |
| 12 | Jade Sousa | 2011 | SUB-16 | | CASA BENFICA SEIXAL | 3.31 (163) | 3.03 | 0.0 | 3.31 | 0.70 | 3.02 | 1.90 |



Série 1

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca | 1 | Vento | 2 | Vento | 3 | Vento |
|---------|-------------------|------|---------|-----|---------------------|------------|------|-------|------|-------|------|-------|
| 1 | Santiago Jardim | 2011 | SUB-16 | | CASA BENFICA SEIXAL | 4.88 (360) | 4.79 | -0.2 | 4.88 | -1 | 4.87 | -2.9 |
| 2 | Rafael Inácio | 2010 | SUB-16 | | JUV DESP ALMANSOR | 4.73 (332) | X | - | X | - | 4.73 | -2.2 |
| 3 | Enzo Bernardo | 2011 | SUB-16 | | CASA BENFICA SEIXAL | 4.72 (330) | 4.72 | -1 | 3.86 | -1.5 | X | - |
| 4 | Manuel Tacão | 2011 | SUB-16 | | ASSOCIAÇÃO GDAK | 4.54 (297) | 4.54 | -0.6 | 4.33 | -1.7 | 4.50 | -1.2 |
| 5 | Ícaro Dias | 2010 | SUB-16 | ANG | G D R DA VERDERENA | 4.49 (288) | 4.47 | -1.8 | 4.49 | -2 | X | - |
| 6 | Guilherme Galante | 2010 | SUB-16 | | PALMELENSE F C | 4.48 (287) | X | - | X | - | 4.48 | -1.5 |
| 7 | Diego Ribeiro | 2011 | SUB-16 | | ASSOCIAÇÃO GDAK | 4.43 (278) | 4.22 | -1.8 | 4.43 | -2.3 | 3.83 | -0.4 |
| 8 | Vasco Rosa | 2011 | SUB-16 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 4.34 (262) | 4.34 | -0.4 | 4.21 | -1.5 | 4.11 | -2.1 |
| 9 | Francisco Sanches | 2011 | SUB-16 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 4.26 (249) | 4.18 | -0.4 | 4.04 | -2 | 4.26 | -0.9 |
| 10 | David Aguiar | 2010 | SUB-16 | | SPORTING C P | 4.22 (242) | 4.22 | -1.2 | 4.06 | -0.3 | 4.00 | -1.9 |
| 11 | Frederico Serrano | 2010 | SUB-16 | | QUINTAJENSE F C | 3.65 (152) | 3.65 | -0.7 | 2.59 | -1.8 | X | - |
| 12 | Tomás Ferreira | 2010 | SUB-16 | | QUINTAJENSE F C | 3.56 (139) | 3.56 | -1.5 | 3.39 | -0.4 | 3.41 | -2.2 |
| 13 | André Noyal | 2011 | SUB-16 | | PALMELENSE F C | 3.37 (112) | 3.37 | -1.3 | X | - | 3.10 | -2 |

3000 Metros - M - JUV/JUN/Sub23/SEN/VET - Extra | SUB-18 a MASTER - M | Dia 2

Série 1

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca |
|---------|---------------|------|---------|-----|----------------------|----------|
| 1 | Isaias Gomes | 1994 | SEN | | RUN TEJO-PREV.SPRAIN | 8:48.29 |
| 2 | Vasco Marta | 1991 | SEN | | RUN TEJO-PREV.SPRAIN | 9:27.03 |
| 3 | Nikita Yuriev | 2004 | SUB-23 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 9:42.26 |
| 4 | Carlos Tiago | 1979 | M 45 | | RUN TEJO-PREV.SPRAIN | 10:39.53 |
| 5 | Lourenço Cruz | 2009 | SUB-18 | | NÚCLEO SCP SEIXAL | 10:58.59 |
| 6 | Bruno Esteves | 1976 | M 45 | | C ATLETISMO DE AMORA | 11:21.19 |
| 7 | Alexy Esteves | 2006 | SUB-20 | | C ATLETISMO DE AMORA | 13:30.34 |

Peso (5 Kg) - M - JUV | SUB-18 - M | Dia 2

Série 1

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca | 1 | 2 | 3 |
|---------|-------------------|------|---------|-----|--------------------|-------------|-------|------|-------|
| 1 | Ricardo Parreira | 2008 | SUB-18 | | PALMELENSE F C | 10.71 (528) | 10.71 | 9.89 | 10.38 |
| 2 | Larik Viegas | 2009 | SUB-18 | STP | C A BAIXA BANHEIRA | 9.97 (484) | 8.21 | 8.41 | 9.97 |
| 3 | Esmael Martins | 2008 | SUB-18 | STP | A A CHARN CAPARICA | 8.99 (425) | 8.27 | 8.84 | 8.99 |
| 4 | Francisco Pereira | 2008 | SUB-18 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 8.15 (375) | 7.53 | 8.15 | 7.87 |
| 5 | Rafael Cardoso | 2009 | SUB-18 | | A A CHARN CAPARICA | 8.08 (371) | 8.08 | 7.70 | 7.96 |
| 6 | João Ferreira | 2008 | SUB-18 | | QUINTAJENSE F C | 7.90 (360) | 7.36 | 5.97 | 7.90 |
| 7 | David Vargas | 2009 | SUB-18 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 6.61 (284) | 6.40 | 6.49 | 6.61 |
| 8 | David Almeida | 2008 | SUB-18 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 6.08 (253) | 5.00 | 6.08 | X |

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

800 Metros - M - Juv a Vet - Extra | SUB-18 a MASTER - M | Dia 2

Série 1

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca |
|---------|---------------|------|---------|-----|----------------------|---------|
| 1 | Rafael Medina | 2008 | SUB-18 | | G R QUINTA DA LOMBA | 2:12.63 |
| 2 | Bruno Sousa | 2006 | SUB-20 | | RUN TEJO-PREV.SPRAIN | 2:14.73 |
| 3 | Tiago Ribeiro | 1987 | M 35 | | RUN TEJO-PREV.SPRAIN | 2:36.61 |
| 4 | Paulo Velez | 1980 | M 40 | | RUN TEJO-PREV.SPRAIN | 2:36.98 |

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

Série 1

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca |
|---------|---------------------|------|---------|-----|----------------------|---------|
| 1 | Inês Lopes | 2006 | SUB-20 | | SPORTING C P | 2:31.25 |
| 2 | Luísa Coelho | 1963 | M 60 | | SPORTING C P | 2:32.08 |
| 3 | Leonor Mira | 2009 | SUB-18 | | G DESP CAVADAS | 2:32.39 |
| 4 | Catarina Cunha Rêgo | 2007 | SUB-20 | | QUINTAJENSE F C | 2:33.24 |
| 5 | Sofia Leal | 2009 | SUB-18 | | JUV DESP ALMANSOR | 2:35.47 |
| 6 | Beatriz Almeida | 2009 | SUB-18 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 2:35.54 |
| 7 | Bárbara Rita Abreu | 1993 | SEN | | RUN TEJO-PREV.SPRAIN | 2:50.90 |



| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca |
|---------|------------|------|---------|-----|-----------------|---------|
| 8 | Laura Bate | 2008 | SUB-18 | | QUINTAJENSE F C | 3:25.26 |

60 Barreiras (0.76) - F - INIC | SUB-16 - F | Dia 2

Série 1 v = +1.3 (Manual)

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca |
|---------|----------------|------|---------|-----|---------------------|-------------|
| 1 | Diana Tubal | 2011 | SUB-16 | | NÚCLEO SCP SEIXAL | 10.88 (556) |
| 2 | Madalena Pilar | 2011 | SUB-16 | | QUINTAJENSE F C | 12.49 (318) |
| 3 | Jade Sousa | 2011 | SUB-16 | | CASA BENFICA SEIXAL | 12.62 (301) |
| 4 | Aline Pinho | 2011 | SUB-16 | | ASSOCIAÇÃO GDAK | 13.39 (211) |
| 5 | Helena Serra | 2011 | SUB-16 | | PALMELENSE F C | 16.25 (11) |
| DNF | Inês Ganço | 2010 | SUB-16 | | CLUBE PEDRO PESSOA | x (0) |

Série 2 v = +1.9 (Manual)

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca |
|---------|-----------------|------|---------|-----|---------------------|-------------|
| 1 | Lara Simões | 2010 | SUB-16 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 9.22 (865) |
| 2 | Alice Rocha | 2010 | SUB-16 | | CASA BENFICA SEIXAL | 10.06 (701) |
| 3 | Carolina Paiva | 2010 | SUB-16 | | QUINTAJENSE F C | 10.40 (639) |
| 4 | Inês Teixeira | 2010 | SUB-16 | | QUINTAJENSE F C | 11.21 (503) |
| 5 | Matilde Macheta | 2010 | SUB-16 | | QUINTAJENSE F C | 11.56 (448) |
| DNF | Carolina Lopes | 2010 | SUB-16 | | CLUBE PEDRO PESSOA | x (0) |

60 Barreiras (0.84) - M - INIC | SUB-16 - M | Dia 2

Série 1 v = +1.3 (Manual)

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca |
|---------|-------------------|------|---------|-----|--------------------|-------------|
| 1 | Guilherme Galante | 2010 | SUB-16 | | PALMELENSE F C | 9.31 (679) |
| 2 | Diego Ribeiro | 2011 | SUB-16 | | ASSOCIAÇÃO GDAK | 10.78 (403) |
| 3 | Ícaro Dias | 2010 | SUB-16 | ANG | G D R DA VERDERENA | 11.89 (241) |
| 4 | Vasco Rosa | 2011 | SUB-16 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 12.19 (204) |
| 5 | Frederico Serrano | 2010 | SUB-16 | | QUINTAJENSE F C | 12.19 (204) |
| 6 | Tomás Ferreira | 2010 | SUB-16 | | QUINTAJENSE F C | 12.41 (178) |

Série 2 v = +2.0 (Manual)

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca |
|---------|-------------------|------|---------|-----|---------------------|-------------|
| 1 | Rafael Inácio | 2010 | SUB-16 | | JUV DESP ALMANSOR | 9.36 (668) |
| 2 | Santiago Jardim | 2011 | SUB-16 | | CASA BENFICA SEIXAL | 10.37 (473) |
| 3 | Enzo Bernardo | 2011 | SUB-16 | | CASA BENFICA SEIXAL | 10.70 (416) |
| 4 | Francisco Sanches | 2011 | SUB-16 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 11.16 (343) |
| 5 | Manuel Tacão | 2011 | SUB-16 | | ASSOCIAÇÃO GDAK | 11.62 (277) |
| 6 | David Aguiar | 2010 | SUB-16 | | SPORTING C P | 12.48 (171) |
| 7 | André Nogal | 2011 | SUB-16 | | PALMELENSE F C | 12.69 (149) |

60 Barreiras (0.84) - F - JUN a VET - Extra | SUB-20 a MASTER - F | Dia 2

Série 1 v = +1.9 (Manual)

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca |
|---------|------------------|------|---------|-----|--------------------|-------|
| 1 | Raquel Lourenço | 1996 | SEN | | JUV VIDIGALENSE | 8.95 |
| 2 | Sara Camolas | 2007 | SUB-20 | | PALMELENSE F C | 9.77 |
| 3 | Raquel Conceição | 2005 | SUB-23 | | A A CHARN CAPARICA | 9.84 |
| 4 | Luna Dias | 2007 | SUB-20 | | A A CHARN CAPARICA | 10.34 |

60 Barreiras (1.06) - M - JUN a VET - Extra | SUB-20 a MASTER - M | Dia 2

Altura - M - JUV | SUB-18 - M | Dia 2

Série 1

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca | 1.27 | 1.30 | 1.33 | 1.36 | 1.39 | 1.42 | 1.45 | 1.48 | 1.51 | 1.54 | 1.57 | 1.60 | 1.63 | 1.66 | 1.69 | 1.72 |
|---------|----------------|------|---------|-----|--------------------|------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| 1 | Larik Viegas | 2009 | SUB-18 | STP | C A BAIXA BANHEIRA | 1.69 (536) | - | - | - | - | - | O | O | - | O | - | O | - | O | O | XO | XXX |
| 2 | Esmael Martins | 2008 | SUB-18 | STP | A A CHARN CAPARICA | 1.57 (441) | O | O | O | O | O | O | O | O | XO | XO | XXO | XXX | | | | |
| 3 | Rafael Cardoso | 2009 | SUB-18 | | A A CHARN CAPARICA | 1.54 (419) | - | - | - | O | O | O | O | O | XO | O | XXX | | | | | |



| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca | 1.27 | 1.30 | 1.33 | 1.36 | 1.39 | 1.42 | 1.45 | 1.48 | 1.51 | 1.54 | 1.57 | 1.60 | 1.63 | 1.66 | 1.69 | 1.72 | |
|---------|-------------------|------|---------|-----|--------------------|------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|--|
| 4 | Ricardo Parreira | 2008 | SUB-18 | | PALMELENSE F C | 1.51 (396) | - | O | - | O | O | - | XXO | XXO | O | XXX | | | | | | | |
| 5 | Francisco Pereira | 2008 | SUB-18 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 1.42 (331) | O | O | O | XXO | XXO | XXO | XXX | | | | | | | | | | |
| 6 | David Almeida | 2008 | SUB-18 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 1.39 (310) | XO | XO | XO | O | XXO | XXX | | | | | | | | | | | |
| 7 | João Ferreira | 2008 | SUB-18 | | QUINTAJENSE F C | 1.36 (290) | - | - | - | O | XXX | | | | | | | | | | | | |
| 8 | David Vargas | 2009 | SUB-18 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 1.36 (290) | - | O | XO | XO | XXX | | | | | | | | | | | | |

Peso (3 Kg) - F - INIC | SUB-16 - F | Dia 2

Série 1

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca | 1 | 2 | 3 |
|---------|-----------------|------|---------|-----|---------------------|------------|------|------|------|
| 1 | Matilde Macheta | 2010 | SUB-16 | | QUINTAJENSE F C | 9.09 (470) | 8.65 | 9.09 | X |
| 2 | Lara Simões | 2010 | SUB-16 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 7.52 (368) | 7.52 | 7.10 | 6.96 |
| 3 | Helena Serra | 2011 | SUB-16 | | PALMELENSE F C | 6.37 (295) | 6.37 | 6.05 | 6.15 |
| 4 | Carolina Lopes | 2010 | SUB-16 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 6.04 (274) | 5.70 | 6.04 | 5.41 |
| 5 | Jade Sousa | 2011 | SUB-16 | | CASA BENFICA SEIXAL | 5.84 (261) | 5.51 | 5.59 | 5.84 |
| 6 | Alice Rocha | 2010 | SUB-16 | | CASA BENFICA SEIXAL | 5.82 (260) | 5.82 | 4.86 | 5.43 |
| 7 | Aline Pinho | 2011 | SUB-16 | | ASSOCIAÇÃO GDAK | 5.71 (253) | 4.56 | 4.99 | 5.71 |
| 8 | Diana Tubal | 2011 | SUB-16 | | NÚCLEO SCP SEIXAL | 5.68 (251) | 4.96 | 5.68 | 4.90 |
| 9 | Carolina Paiva | 2010 | SUB-16 | | QUINTAJENSE F C | 5.58 (245) | 4.64 | 5.58 | 5.18 |
| 10 | Inês Teixeira | 2010 | SUB-16 | | QUINTAJENSE F C | 5.45 (237) | 5.45 | 5.04 | X |
| 11 | Madalena Pilar | 2011 | SUB-16 | | QUINTAJENSE F C | 4.88 (201) | 3.96 | 4.88 | 3.85 |
| 12 | Inês Ganço | 2010 | SUB-16 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 4.01 (147) | 4.01 | X | - |

Peso (4 Kg) - M - INIC | SUB-16 - M | Dia 2

Série 1

| Posicao | Nome | Ano | Escalao | Nac | Clube | Marca | 1 | 2 | 3 |
|---------|-------------------|------|---------|-----|---------------------|-------------|------|-------|-------|
| 1 | Tomás Ferreira | 2010 | SUB-16 | | QUINTAJENSE F C | 10.88 (539) | 9.53 | 10.61 | 10.88 |
| 2 | David Aguiar | 2010 | SUB-16 | | SPORTING C P | 9.96 (483) | 9.40 | 9.61 | 9.96 |
| 3 | Frederico Serrano | 2010 | SUB-16 | | QUINTAJENSE F C | 9.83 (475) | 9.83 | X | 9.78 |
| 4 | Guilherme Galante | 2010 | SUB-16 | | PALMELENSE F C | 9.46 (453) | 9.28 | 8.59 | 9.46 |
| 5 | Ícaro Dias | 2010 | SUB-16 | ANG | G D R DA VERDERENA | 8.50 (396) | 8.50 | 7.59 | 7.78 |
| 6 | Santiago Jardim | 2011 | SUB-16 | | CASA BENFICA SEIXAL | 7.93 (362) | 7.43 | 7.93 | X |
| 7 | Manuel Tacão | 2011 | SUB-16 | | ASSOCIAÇÃO GDAK | 7.42 (332) | X | 7.42 | X |
| 8 | Enzo Bernardo | 2011 | SUB-16 | | CASA BENFICA SEIXAL | 7.15 (316) | 5.78 | 7.15 | 6.89 |
| 9 | Rafael Inácio | 2010 | SUB-16 | | JUV DESP ALMANSOR | 6.53 (280) | 5.97 | 6.37 | 6.53 |
| 10 | André Nogal | 2011 | SUB-16 | | PALMELENSE F C | 6.18 (259) | 5.97 | 5.44 | 6.18 |
| 11 | Francisco Sanches | 2011 | SUB-16 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 6.07 (253) | 5.64 | 6.04 | 6.07 |
| 12 | Diego Ribeiro | 2011 | SUB-16 | | ASSOCIAÇÃO GDAK | 5.95 (246) | 5.94 | 5.95 | 5.90 |
| 13 | Vasco Rosa | 2011 | SUB-16 | | CLUBE PEDRO PESSOA | 5.38 (213) | 5.38 | 5.21 | 5.12 |



Triatlo sub18 F

| Posicao | Nome | Clube | Pontos | | |
|---------|--------------------|-------|--------|-----|---------|
| 1 | Sara Lopes | AGDAK | 1771 | 629 | 498 644 |
| 2 | Margarida António | GRQL | 1464 | 520 | 525 419 |
| 3 | Maria Inês Machado | PFC | 1305 | 350 | 653 302 |
| 4 | Catarina Coelho | GDC | 1253 | 237 | 657 359 |
| 5 | Leonor Esteves | QFC | 911 | 356 | 280 275 |
| 6 | Gabriela Coelho | CPPEA | 659 | 401 | 258 0 |

Triatlo sub18 M

| Posicao | Nome | Clube | Pontos | | |
|---------|-------------------|-------|--------|-----|---------|
| 1 | Rafael Cardoso | AACC | 1652 | 862 | 371 419 |
| 2 | Larik Viegas | CABB | 1599 | 579 | 484 536 |
| 3 | Esmael Martins | AACC | 1438 | 572 | 425 441 |
| 4 | Francisco Pereira | CPPEA | 1201 | 495 | 375 331 |
| 5 | David Almeida | CPPEA | 1123 | 560 | 253 310 |
| 6 | João Ferreira | QFC | 966 | 316 | 360 290 |
| 7 | Ricardo Parreira | PFC | 924 | 0 | 528 396 |
| 8 | David Vargas | CPPEA | 856 | 282 | 284 290 |

Triatlo sub16 F

| Posicao | Nome | Clube | Pontos | | |
|---------|-----------------|----------|--------|-----|---------|
| 1 | Lara Simões | CPPEA | 1861 | 628 | 865 368 |
| 2 | Alice Rocha | CBSEIXAL | 1387 | 426 | 701 260 |
| 3 | Matilde Macheta | QFC | 1334 | 416 | 448 470 |
| 4 | Carolina Paiva | QFC | 1213 | 329 | 639 245 |
| 5 | Inês Teixeira | QFC | 1206 | 466 | 503 237 |
| 6 | Diana Tubal | NSCPSX | 1119 | 312 | 556 251 |
| 7 | Madalena Pilar | QFC | 754 | 235 | 318 201 |
| 8 | Aline Pinho | AGDAK | 751 | 287 | 211 253 |
| 9 | Jade Sousa | CBSEIXAL | 725 | 163 | 301 261 |
| 10 | Carolina Lopes | CPPEA | 682 | 408 | 0 274 |
| 11 | Helena Serra | PFC | 506 | 200 | 11 295 |
| 12 | Inês Ganço | CPPEA | 359 | 212 | 0 147 |

Triatlo sub16M

| Posicao | Nome | Clube | Pontos | | |
|---------|-------------------|----------|--------|-----|---------|
| 1 | Guilherme Galante | PFC | 1419 | 287 | 679 453 |
| 2 | Rafael Inácio | JDAL | 1280 | 332 | 668 280 |
| 3 | Santiago Jardim | CBSEIXAL | 1195 | 360 | 473 362 |
| 4 | Enzo Bernardo | CBSEIXAL | 1062 | 330 | 416 316 |
| 5 | Diego Ribeiro | AGDAK | 927 | 278 | 403 246 |
| 6 | Ícaro Dias | GDRV | 925 | 288 | 241 396 |
| 7 | Manuel Tacão | AGDAK | 906 | 297 | 277 332 |
| 8 | David Aguiar | SCP | 896 | 242 | 171 483 |
| 9 | Tomás Ferreira | QFC | 856 | 139 | 178 539 |
| 10 | Francisco Sanches | CPPEA | 845 | 249 | 343 253 |
| 11 | Frederico Serrano | QFC | 831 | 152 | 204 475 |
| 12 | Vasco Rosa | CPPEA | 679 | 262 | 204 213 |
| 13 | André Nogal | PFC | 520 | 112 | 149 259 |



Triatlo sub 14 F

| Posicao | Nome | Clube | Pontos | | |
|---------|----------------------|----------|--------|-----|---------|
| 1 | Alice Fichtner | SLA | 1299 | 336 | 315 648 |
| 2 | Maria Beatriz Santos | CPC | 1262 | 322 | 295 645 |
| 3 | Ísis Loyola | ADTT | 1237 | 272 | 365 600 |
| 4 | Madalena Leirão | CPPEA | 1178 | 333 | 274 571 |
| 5 | Nelcyane Varela | GDC | 1175 | 308 | 383 484 |
| 6 | Júlia Barateiro | CPPEA | 1131 | 265 | 308 558 |
| 7 | Dilma Jordão | GDC | 1130 | 244 | 373 513 |
| 8 | Mariana Madeira | CPC | 1098 | 248 | 289 561 |
| 9 | Letícia Carvalho | GDRV | 1074 | 186 | 352 536 |
| 10 | Matilde Garrancho | ADTT | 974 | 261 | 259 454 |
| 11 | Margarida Figueira | SLA | 971 | 194 | 293 484 |
| 12 | Lara Freitas | AGDAK | 931 | 229 | 302 400 |
| 13 | Adegilsa Santos | GDC | 917 | 250 | 236 431 |
| 14 | Kelly Coxí | GDC | 861 | 208 | 195 458 |
| 15 | Matilde Cabaço | CPC | 851 | 172 | 218 461 |
| 16 | Roxana Careba | PFC | 814 | 194 | 231 389 |
| 17 | Inês Viana | GDC | 726 | 130 | 329 267 |
| 18 | Matilde Fradinho | JUNA | 691 | 107 | 238 346 |
| 19 | Leonor Cardoso | PFC | 643 | 102 | 252 289 |
| 20 | Maria Certal | CBSEIXAL | 593 | 70 | 274 249 |
| 21 | Mariana Torres | JUNA | 388 | 76 | 154 518 |
| 22 | Manuela Cunha | GDRV | 232 | 0 | 141 91 |

Triatlo sub14 M

| Posicao | Nome | Clube | Pontos | | |
|---------|------------------|----------|--------|-----|---------|
| 1 | Carlos Rocha | IND | 708 | 190 | 313 205 |
| 2 | Santiago Pereira | CBSEIXAL | 679 | 182 | 298 199 |
| 3 | Bernardo Silva | JUNA | 631 | 147 | 196 288 |
| 4 | Tiago Teles | PFC | 629 | 193 | 264 172 |
| 5 | Valentim Chanal | ADTT | 611 | 150 | 226 235 |
| 6 | Rúben Landim | URJFF | 581 | 123 | 212 246 |
| 7 | Vítor Peres | GDQFP | 544 | 104 | 212 228 |
| 8 | Yanni Flohr | QFC | 532 | 108 | 216 208 |
| 9 | Rafael Bueno | JUNA | 492 | 122 | 180 190 |
| 10 | Vasco Boal | JUNA | 454 | 174 | 143 137 |
| 11 | Martim Dias | CPPEA | 442 | 98 | 116 228 |
| 12 | Miguel Soares | ADTT | 423 | 68 | 203 152 |
| 13 | João Madeira | URJFF | 262 | 1 | 0 261 |
| 14 | Daniel Correia | SLA | 248 | 39 | 33 176 |
| 15 | Rúben Ferreira | URJFF | 212 | 24 | 0 188 |



Estatística Clubes

| Sigla | Associação | Nº atletas Masculino | Nº atletas Feminino | Nº atletas Total | Participações Masculino | Participações Feminino | Participações Total |
|----------|------------|----------------------|---------------------|------------------|-------------------------|------------------------|---------------------|
| AACC | Setúbal | 2 | 2 | 4 | 6 | 2 | 8 |
| ACRSD | Guarda | 1 | 0 | 1 | 1 | 0 | 1 |
| ADTT | Setúbal | 3 | 2 | 5 | 7 | 6 | 13 |
| AGDAK | Setúbal | 3 | 4 | 7 | 8 | 11 | 19 |
| ANE | Setúbal | 3 | 0 | 3 | 3 | 0 | 3 |
| CABB | Setúbal | 1 | 0 | 1 | 3 | 0 | 3 |
| CATA | Setúbal | 2 | 0 | 2 | 2 | 0 | 2 |
| CBSEIXAL | Setúbal | 5 | 5 | 10 | 11 | 11 | 22 |
| CPC | Setúbal | 0 | 3 | 3 | 0 | 9 | 9 |
| CPPEA | Setúbal | 11 | 13 | 24 | 23 | 26 | 49 |
| GDC | Setúbal | 4 | 8 | 12 | 5 | 21 | 26 |
| GDQFP | Setúbal | 1 | 0 | 1 | 3 | 0 | 3 |
| GDRV | Setúbal | 2 | 2 | 4 | 4 | 6 | 10 |
| GRQL | Setúbal | 6 | 7 | 13 | 8 | 11 | 19 |
| IND | None | 1 | 0 | 1 | 3 | 0 | 3 |
| JDAL | Santarém | 1 | 1 | 2 | 3 | 1 | 4 |
| JUNA | Setúbal | 4 | 5 | 9 | 10 | 10 | 20 |
| JV | Leiria | 0 | 1 | 1 | 0 | 2 | 2 |
| NSCPSX | Setúbal | 1 | 2 | 3 | 1 | 4 | 5 |
| PFC | Setúbal | 10 | 9 | 19 | 23 | 18 | 41 |
| QFC | Setúbal | 4 | 10 | 14 | 12 | 21 | 33 |
| RUNTEJO | Lisboa | 6 | 1 | 7 | 7 | 1 | 8 |
| SCP | Lisboa | 1 | 2 | 3 | 3 | 2 | 5 |
| SLA | Setúbal | 2 | 4 | 6 | 4 | 8 | 12 |
| URJFF | Setúbal | 4 | 0 | 4 | 10 | 0 | 10 |
| VFC | Setúbal | 1 | 1 | 2 | 2 | 2 | 4 |
| _Total | | 79 | 82 | 161 | 162 | 172 | 334 |



Estatística Escalão

| Escalão | Nº atletas Masculino | Nº atletas Feminino | Nº atletas Total | Participações Masculino | Participações Feminino | Participações Total |
|---------|----------------------|---------------------|------------------|-------------------------|------------------------|---------------------|
| SUB-14 | 16 | 22 | 38 | 48 | 66 | 114 |
| SUB-16 | 20 | 21 | 41 | 49 | 46 | 95 |
| SUB-18 | 26 | 24 | 50 | 47 | 42 | 89 |
| SUB-20 | 5 | 9 | 14 | 5 | 11 | 16 |
| SUB-23 | 4 | 1 | 5 | 4 | 1 | 5 |
| SEN | 2 | 3 | 5 | 3 | 4 | 7 |
| M 35 | 1 | 0 | 1 | 1 | 0 | 1 |
| M 40 | 1 | 0 | 1 | 1 | 0 | 1 |
| M 45 | 3 | 1 | 4 | 3 | 1 | 4 |
| M 50 | 1 | 0 | 1 | 1 | 0 | 1 |
| M 60 | 0 | 1 | 1 | 0 | 1 | 1 |

