

"Ranking" de P Ar Livre (Iniciados) 2009 / 2010



Largo da Lagoa, 15 B
2799-538 Linda a Velha
telf: 214 146 020
fax: 214 146 021
e-mail:
casquinha.costa@fpatletismo.pt



Qualquer comentário ou correção a este ranking enviar a: casquinha.costa@fpatletismo.pt

Atualizado em 30.05.2010

MASCULINOS

INICIADOS

60 Metros (até 8,14)									
7,45	(pc)	Ricardo	Ferreira	11-02-95	SLB	3 s3-ex	Alpiarça	06.03	
7,54	(0,2)	João	Taylor	24-01-95	CDFXXI	1 s1	Lagos	20.12.2009	
7,56	(pc)	Erick	Oliveira	26-02-95	EBMDS	1	Alpiarça	06.03	
7,57	(pc)	Ariclenes	Francisco	09-01-96	ACM-C	2	Alpiarça	06.03	
7,58	(pc)	Cristian	Rosa	16-04-95	CNRM	3	Alpiarça	06.03	
7,61	(pc)	Ricardo	Bárbara	02-03-96	JV	4	Alpiarça	06.03	
7,65	(pc)	Pedro	Ferreira	21-02-96	Lavra	ta	Alpiarça	06.02	
7,66	(pc)	Gabriel	Henriques	21-02-95	GAF	1	Alpiarça	13.02	
7,71	(0,5)	Filipe	Camacho	96	AACC	5 s2	Seixal	12.12.2009	
7,71	(pc)	Joel	Pereira	14-02-95	GAF	2	Alpiarça	13.02	
(10)									
7,74	(pc)	Miguel	Carreira	12-03-96	JV	6	Alpiarça	06.03	
7,75	(pc)	Ricardo	Ferreira	24-04-95	SCB	1 s1	Braga	23.01	
7,76	(pc)	Bernardo	Malaca	06-03-95	CPA-S	3	Alpiarça	05.12.2009	
7,76	(pc)	João	Romão	28-05-95	ARCBV	ta	Espinho	23.01	
7,78	(pc)	Pedro	Silva	21-03-95	SCB	1	Braga	12.02	
7,78	(0,8)	INF	Fábio	Dias	03-05-97	ACV	p	Luso	10.04
7,79	(0,0)	João	Dias	23-06-95	AAMt	1 s2	Seixal	20.12.2009	
7,79	(pc)	Ricardo	Costa	22-02-95	ACV	ta	Espinho	23.01	
7,80	(0,0)	Rafael	Matos	95	DE-EBPF	2 s2	Seixal	20.12.2009	
7,80	(pc)	Bruno	Pestana	28-05-95	CARDES	ta	Alpiarça	06.02	
(20)									
7,80	(pc)	Francisco	Videira	11-08-95	JDAL	7 s3-ex	Alpiarça	06.03	
7,81	(pc)	Diogo	Castro	01-04-95	AFIS	1-ex	Espinho	23.01	
7,82	(pc)	Fábio	Teixeira	22-02-95	ESL	2 s1-ex	Espinho	09.01	
7,83	(pc)	Diogo	Araújo	08-02-95	EAMS	3 s1	Braga	23.01	
7,86	(pc)	Davidson	Borges	31-05-95	EBMDS	6 s1-ex	Alpiarça	06.03	
7,87	(pc)	André	Santos	13-09-95	ACDI	3 s1-ex	Espinho	09.01	
7,87	(pc)	André	Pinto	95	SCB	3 s2	Braga	06.02	
7,88	(pc)	Tomás	Ribeiro	17-04-95	Lavra	4 s1-ex	Espinho	09.01	
7,88	(pc)	Sérgio	Campos	96	SCB	5 s1	Braga	23.01	
7,88	(pc)	Filipe	Pereira	95	DE-Prado	3	Braga	12.02	
(30)									
7,88	(pc)	Rui	Silva	27-02-95	SCB	4	Braga	12.02	
7,90	(pc)	Eduardo	Valério	07-02-96	JV	3 el2	Pombal	05.12.2009	
7,90	(pc)	Caio	Silva	95	AATC	4 s3-ex	Alpiarça	23.01	
7,90	(pc)	Bruno	Ferreira	05-10-96	ACBU	1 s3	Espinho	02.02	
7,90	(-1,3)	INF	Carlos	Costa	98	AACB	1 s1	Viseu	24.04
7,91	(pc)	João Pedro	Sousa	10-01-96	GDE	4 s2-ex	Alpiarça	06.03	
7,91	(-0,4)	INF	Francisco	Rebello	07-01-97	FCP	p	Maia	27.03
7,93	(1,0)	Mário	Mourão	01-05-95	CDQ	1 s2	Lagos	20.12.2009	
7,93	(pc)	Micael	Coelho	10-03-95	ESEST	ta	Espinho	26.12.2009	
7,93	(pc)	Jorge	Madeira	06-07-95	SRDE	7	Alpiarça	06.03	
(40)									
7,94	(pc)	Luis	Cardoso	11-02-95	SUOV	ta	Alpiarça	06.02	
7,94	(-0,9)	INF	Fábio	Martins	97	CLAC	p	Rio Maior	20.03
7,95	(0,2)	José João	Pereira	10-03-95	NSF	2 s1	Lagos	20.12.2009	
7,95	(0,0)	Cláudio	Marques	29-01-95	AAPL	1 s1	Seixal	20.12.2009	
7,95	(pc)	Sérgio	Capos	96	DE-EIDH	6	Braga	12.02	
7,96	(pc)	Tiago	da Silva Ferreira	27-11-95	ADREP	5 s1-ex	Espinho	09.01	
7,96	(0,8)	INF	Sérgio	Cruz	26-03-97	SUOV	p	Luso	10.04
7,98	(pc)	João	Costa	08-05-96	Lavra	1 s2-ex	Espinho	09.01	
7,99	(pc)	José	Castro	95	DE-EDMII	3 s1	Braga	12.12.2009	
8,00	(pc)	Jorge	de Oliveira	09-05-95	CPA-S	1 el1	Alpiarça	05.12.2009	
(50)									
8,00	(pc)	Alexandre	dos Santos	10-01-95	CPA-S	5 s3-ex	Alpiarça	23.01	

8,01	(pc)	Jorge	Paiva	95	DE-CT	3 mf2	Braga	12.02
8,02	(-1,5)	Miguel	Madeira	06-07-95	SRDE	1	Beja	05.12.2009
8,02	(pc)	Samuel	Oliveira	95	CSM	8	Alpiarça	06.03
8,03	(pc)	INF Fábio	Dias	03-05-97	ACV	1 s1-ex	Pombal	12.12.2009
8,03	(0,2)	Pedro C.	Rosado	12-11-95	CRCDL	3 s1	Lagos	20.12.2009
8,03	(1,0)	Adam	Ferreira	10-05-96	SLB-F	2 s2	Lagos	20.12.2009
8,05	(0,0)	Ivan	Bica	96	QFC	1 s4	Seixal	20.12.2009
8,06	(pc)	Marco	Almeida	11-03-95	ACDCVC	ta	Espinho	26.12.2009
8,06	(pc)	José Rafael	Vilas Boas	01-02-95	SCB	1 s2	Braga	23.01
(60)								
8,07	(0,0)	Miguel	Adriano	07-08-95	AAPL	2 s1	Seixal	20.12.2009
8,07	(pc)	Eduardo	Sá	95	DE-EDMII	2 el2	Braga	12.02
8,08	(pc)	Micael	Beco	95	GDRSM	ta	Alpiarça	06.02
8,08	(pc)	Rafael	Martins	96	GS-RC	1 s1	Espinho	02.02
8,08	(pc)	José	Antunes	12-09-95	AATC	6	Alpiarça	13.02
8,08	(0,6)	Júlio	Brissos	96	ACRZA	2 s1	Beja	27.02
8,10	(pc)	Miguel	Ângelo	96	DE-EFS	6 s1	Braga	23.01
8,10	(pc)	António	Oliveira	95	DE-Palmeira	3 el3	Braga	12.02
8,13	(pc)	José	Santos	14-01-95	A20Km	3 el3	Alpiarça	05.12.2009
8,14	(pc)	INF David	Sénica	27-01-97	UDZA	1-ex	Pombal	12.12.2009

Ao ar Livre:

7,91	(-1,5)	Bruno	Ferreira	05-10-96	ACBU	1 s2	Aveiro	20.12.2009
8,03	(-1,5)	Jorge	Madeira	06-07-95	SRDE	2	Beja	05.12.2009
8,03	(-1,5)	Eduardo	Valério	07-02-96	JV	2 s2	Aveiro	20.12.2009

Com marcas manuais

7,3	(1,1)	Ricardo	Ferreira	11-02-95	SLB	1 s1	Lisboa (AL)	28.11.2009
7,4	(-2,2)	Luís	Neves	22-05-95	SLB	1 s1	Sobreda	40.110
7,5	(0,2)	Wellington	Silva	BRA 01-04-95	SLB	1 s3	Lisboa (AL)	28.11.2009
7,5	(0,3)	Duarte	Laranjeiro	11-04-95	SLB	1 s1	Lisboa (AL)	07.03
7,6	(0,5)	Fábio	Martins	97	CLAC	s2-ex	Leiria	30.05
7,7	(0,8)	Filipe	Sousa	03-01-95	SCP	2 s2	Lisboa (AL)	28.11.2009
7,7	(0,3)	Dário	Rodrigues	24-08-95	SLB	2 s1	Lisboa (AL)	07.03
7,8	(1,1)	Ruben	Cavalheiro Couchinho	01-05-95	SCP	2 s1	Lisboa (AL)	28.11.2009
7,8	(0,2)	Diogo	Antunes	20-01-95	JOMA	2 s3	Lisboa (AL)	28.11.2009
7,9	(0,3)	Pedro	Martinho	11-02-95	JOMA	4 s1	Lisboa (AL)	07.03

Sem controlo de anemómetro

7,4		Pedro	Pereira	13-04-95	ATB	1	Covilhã	05.12.2009
7,76		Gonçalo	Dias	22-05-95	EGV	1 s2-ex	Viseu	01.12.2009
7,86		Carlos	Garrido	14-04-95	EGV	1 s1-ex	Viseu	01.12.2009
7,89		Bruno	Pestana	28-05-95	CARDES	1 s1-ex	Viseu	01.12.2009
7,7		João	Romão	28-05-95	ARCBV	ta	Covilhã	19.12.2009

Com vento favorável > 2 m /s

7,59	(2,7)	Wellington	Silva	BRA 01-04-95	SLB	1 s1	Lisboa (AL)	19.12.2009
7,83	(3,2)	INF Fábio	Martins	97	CLAC	1 s4	Abrantes	13.03
7,85	(3,9)	Diogo	Antunes	20-01-95	JOMA	1 s2	Lisboa (AL)	19.12.2009
7,96	(3,2)	INF David	Sénica	27-01-97	UDZA	2 s4	Abrantes	13.03
7,97	(2,7)	Filipe	Sousa	03-01-95	SCP	2 s1	Lisboa (AL)	19.12.2009
7,98	(3,5)	Bruno	Gomes	26-12-95	NDCG	1	Guarda	19.12.2009
8,01	(3,2)	Dário	Rodrigues	24-08-95	SLB	1 s3	Lisboa (AL)	19.12.2009
7,8	(3,3)	Watson	Silva	ANG 04-11-97	JOMA	1	Lisboa (AL)	29.05
8,06	(3,5)	David	Gonçalves	03-12-95	ACRASX	2	Guarda	19.12.2009
8,06	(3,9)	André	de Sá	01-06-95	GDACH	1 s4	Lisboa (AL)	19.12.2009

80 Metros (até 10,14/9,54)

9,49	(-0,9)	Luís	Neves	22-05-95	SLB	1 s1	Lisboa (AL)	22.05
9,54	(0,7)	Pedro	Ferreira	21-02-96	Lavra	Hep	Guimarães	17.04
9,57	(-0,3)	Cristian	Rosa	16-04-95	CNRM	1 el1	Abrantes	17.04
9,62	(-0,9)	Ricardo	Ferreira	11-02-95	SLB	2 s1	Lisboa (AL)	22.05
9,63	(1,7)	Mateus	Fortunato	BRA 13-06-95	ADLA	1	Abrantes	24.04
9,63	(-0,9)	Ricardo	Pereira	96	SLB	3 s1	Lisboa (AL)	22.05

9,63	(0,3)	Rafael	Martins		96	GS-RC	1	Coimbra (ECC)	23.05
9,67	(1,7)	Wellington	Silva	BRA	01-04-95	SLB	3	Abrantes	24.04
9,68	(0,3)	Rafael	Neves		95	DE-AEC	2	Coimbra (ECC)	23.05
9,69	(1,2)	David	Gonçalves		03-12-95	ACRASX	1	Seia	15.05
(10)									
9,70	(1,8)	Ricardo	Costa		22-02-95	ACV	1 s1	M.Grande	21.03
9,71	(0,8)	Carlos	Garrido		14-04-95	EGV	Hep	Viseu	13.03
9,71	(-1,2)	Ariclenes	Francisco	ANG	09-01-96	ACM-C	Hep	Luso	10.04
9,71	(-0,9)	Filipe	Sousa		03-01-95	SCP	4 s1	Lisboa (AL)	22.05
9,73	(0,7)	Daniel	Reis		03-01-95	CSGaia	Hep	Guimarães	17.04
9,75	(1,7)	Rafael	Matos		95	DE-EBPF	4	Abrantes	24.04
9,76	(1,8)	Eduardo	Valério		07-02-96	JV	2 s1	M.Grande	21.03
9,76	(0,8)	Bruno	Pestana		28-05-95	CARDES	Hep	Viseu	13.03
9,77	(-1,2)	João	Taylor		24-01-95	CDFXXI	1	Faro	24.04
9,79	(0,4)	Tiago	Bravo		95	EFC-E	1	V.Novas	10.04
(20)									
9,81	(0,0)	Tiago	da Silva Ferreira		27-11-95	ADREP	1 s1	Leiria	22.05
9,84	(1,8)	André	Nunes		06-07-95	CDUL	2 s1	Sobreda	21.03
9,84	(0,3)	Tomás	Ribeiro		17-04-95	Lavra	Hep	Maia	27.03
9,86	(0,3)	Eduardo	Sá		95	DE-EDMII	1 el1	Braga	28.04
9,87	(1,2)	Ruben Miguel	Almeida		95	CDD	1 s1	Viseu	15.05
9,88	(0,5)	Dário	Rodrigues		24-08-95	SLB	3 el3	Abrantes	24.04
9,90	(-0,5)	Bruno	Ferreira		05-10-96	ACBU	2 s1	Luso	17.03
9,90	(-1,2)	Miguel	Carreira		12-03-96	JV	Hep	Luso	10.04
9,90	(-0,5)	Sérgio	Campos		96	SCB	1	Braga	01.05
9,92	(1,7)	Bernardo	Malaca		06-03-95	CPA-S	5	Abrantes	24.04
(30)									
9,92	(0,3)	Ricardo	Ferreira		24-04-95	SCB	2 el1	Braga	28.04
9,93	(-0,7)	Gabriel	Henriques		21-02-95	GAF	Hep	Rio Maior	20.03
9,93	(-1,8)	Ricardo	Bárbara		02-03-96	JV	3	M.Grande	17.04
9,94	(-2,9)	Davidson	Borges	CBV	31-05-95	EBMDS	Hep	Faro	01.05
9,95	(1,7)	João	Nuno		95	CAMz-VC	1	A.Valdevez	30.05
9,96	(-0,9)	Bruno	Pepe		14-06-95	JV	1 s2	Leiria	22.05
9,97	(0,8)	Gonçalo	Dias		22-05-95	EGV	Hep	Viseu	13.03
9,98	(-0,7)	Joel	Pereira		14-02-95	GAF	Hep	Rio Maior	20.03
9,98	(1,4)	André	Almeida		95	EGV	1 s2	Viseu	27.03
9,99	(-1,8)	João	Costa		08-05-96	Lavra	1 s3-ex	Aveiro	14.03
(40)									
9,99	(-0,3)	Caio	Silva	BRA	95	AATC	3 el1	Abrantes	17.04
10,00	(-1,0)	Tiago	Pimenta		95	EFC-E	1	V.Novas	14.02
10,02	(-0,7)	Francisco	Videira		11-08-95	JDAL	Hep	Rio Maior	20.03
10,02	(-2,9)	Rafael	Oliveira		06-06-96	Ind-S	Hep	Faro	01.05
10,03	(1,3)	Diogo	Castro		01-04-95	AFIS	2 s1	Aveiro	14.03
10,03	(-1,2)	João	Romão		28-05-95	ARCBV	Hep	Luso	10.04
10,03	(0,3)	Luís	Rumor		95	GS-RC	3	Coimbra (ECC)	23.05
10,04	(1,3)	Rui	Silva		27-02-95	SCB	1 el2	Braga	28.04
10,04	(0,0)	Diogo	Araújo		08-02-95	EAMS	4	Braga	28.04
10,04	(0,2)	José	Gonçalves		27-09-95	FCP	1 s1	Maia	16.05
(50)									
10,06	(-0,5)	André	Pinto		95	SCB	2	Braga	01.05
10,07	(-0,6)	Diogo	Antunes		20-01-95	JOMA	3 s2	Lisboa (AL)	22.05
10,08	(-2,9)	Adam	Ferreira		10-05-96	SLB-F	Hep	Faro	01.05
10,08	(-0,6)	Ruben	Conchinho		01-05-95	SCP	4 s2	Lisboa (AL)	22.05
10,09	(-1,2)	Ruben	Forra		95	CAO-F	2	Faro	24.04
10,09	(0,8)	Pedro	Silva		95	SCB	3 el2	Braga	08.05
10,12	(-0,5)	Ademar	Marques		09-07-95	CAMz-VC	4	Braga	01.05
10,13	(-1,8)	Micael	Coelho		10-03-95	ESEST	8	M.Grande	17.04
10,13	(1,8)	Samuel	Oliveira		95	CSM	1 el3	Machico	09.05
10,13	(-0,9)	Miguel	Morais		95	CAMG-I	2 s2	Leiria	22.05
(60)									
10,14	(-0,4)	Eduardo	Silva		14-04-95	UDZA	Hep	Rio Maior	20.03
10,14	(-0,5)	João	Maciel		95	CAMz-VC	5	Braga	01.05

Com marcas manuais

8,9	(1,9)	Luís	Neves		22-05-95	SLB	1	Lisboa (AL)	29.05
9,1	(1,9)	Ricardo	Ferreira		11-02-95	SLB	2	Lisboa (AL)	29.05
9,3	(-1,1)	Pedro	Ferreira		21-02-96	Lavra	Hep-ex	V.Castelo	10.04
9,3	(0,7)	Mateus	Fortunato	BRA	13-06-95	ADLA	2 el1	Lisboa (AL)	29.05
9,3	(1,9)	Wellington	Silva	BRA	01-04-95	SLB	3	Lisboa (AL)	29.05
9,4	(1,9)	André	Nunes		06-07-95	CDUL	4	Lisboa (AL)	29.05
9,6	(-0,4)	Bruno	Carvalho		95	CPE	1	Ponte de Sôr	24.04

9,6	(-1,2)	Rafael	Martins	96	GS-RC	1 s3	Aveiro	10.05
9,7	(-0,7)	Erick	Oliveira	26-02-95	EBMDS	Hep	Lisboa (I)	10.04
9,7	(-0,7)	Davidson	Borges	CBV 31-05-95	EBMDS	Hep	Lisboa (I)	10.04
9,7	(-1,1)	João	Costa	08-05-96	Lavra	Hep-ex	V.Castelo	10.04
9,8	(0,0)	Fábio	Ferreira	30-11-95	CPQR	Hep	A.Heroísmo	27.02
9,8	(0,9)	Diogo	Antunes	20-01-95	JOMA	Hep	Lisboa (I)	10.04
9,8	(-2,2)	Dário	Rodrigues	24-08-95	SLB	Hep	Lisboa (I)	10.04
9,8	(1,0)	Micael	Seixeiro	20-07-95	GRECAS	1 s1	Aveiro	10.05
9,8	(1,8)	Pedro	Pereira	13-04-95	ATB	1	C.Branco	14.05
9,8	(2,0)	João	Casegas	24-08-95	CASM	1 el3	Lisboa (AL)	29.05
9,9	(-0,4)	João	Cardoso	14-06-96	CDUL	Hep	Lisboa (I)	10.04
9,9	(-1,6)	Ademar	Marques	09-07-95	CAMz-VC	Hep	V.Castelo	10.04
9,9	(-0,4)	Jorge	Madeira	06-07-95	SRDE	2	Ponte de Sôr	24.04
9,9	(0,7)	Marco	Carvalho	BRA 95	ACRM	5 el1	Lisboa (AL)	29.05

Sem controlo de anemómetro

9,5		Tiago	Bravo	95	EFC-E	1	Borba	14.03
9,7		Ivan	Vagarinho	96	GDRSM	2	Borba	14.03
9,8		Micael	Beco	95	GDRSM	3	Borba	14.03

Com vento favorável > 2 m /s

9,42	(4,0)	Pedro	Ferreira	21-02-96	Lavra	1	P.Varzim	30.05
9,2	(2,8)	Ariclenes	Francisco	ANG 09-01-96	ACM-C	1	Luso	01.05
9,2	(2,8)	Rafael	Neves	95	DE-AEC	2	Luso	01.05
9,49	(2,6)	João	Taylor	24-01-95	CDFXI	1 s2	Quarteira	13.05
9,53	(3,4)	Tomás	Ribeiro	17-04-95	Lavra	1 s1	Maia	01.05
9,60	(2,9)	Ricardo	Costa	22-02-95	ACV	Hep	M.Grande	27.03
9,61	(4,9)	Eduardo	Sá	95	DE-EDMII	1 el1	P.Varzim	15.05
9,63	(4,5)	João	Dias	23-06-95	AAMT	1 el2	Setúbal	15.05
9,70	(2,7)	Ricardo	Ferreira	24-04-95	SCB	1	Braga	15.05
9,70	(4,2)	Rafael	Oliveira	06-06-96	Ind-S	1 el1	Setúbal	15.05
9,70	(5,2)	Diogo	Castro	01-04-95	AFIS	1 s1	Aveiro	15.05
9,72	(3,8)	Hugo	Mariz	95	Ind-P	1 el2	P.Varzim	15.05
9,73	(4,6)	Bruno	Ferreira	05-10-96	ACBU	1 el3-ex	P.Varzim	30.05
9,74	(4,0)	Tiago	Bravo	95	EFC-E	Hep	V.Novas	27.03
9,5	(3,8)	Pedro	Pereira	29-05-95	JDN	1	Beja	15.05
9,79	(2,9)	Miguel	Carreira	12-03-96	JV	Hep	M.Grande	27.03
9,82	(5,2)	André	Santos	13-09-95	ACDI	2 s1	Aveiro	15.05
9,84	(2,7)	André	Pinto	95	SCB	2	Braga	15.05
9,85	(3,8)	Ivan	Bica	96	QFC	1 el3	Setúbal	15.05
9,86	(3,4)	João	Costa	08-05-96	Lavra	3 s1	Maia	01.05
9,86	(2,7)	Diogo	Araújo	08-02-95	EAMS	3	Braga	15.05
9,90	(5,2)	Délio	Macedo	30-09-95	CDELP	1 el1	P.Delgada	30.05
9,92	(3,4)	José	Gonçalves	27-09-95	FCP	4 s1	Maia	01.05
9,92	(3,2)	Rodrigo	Serra	96	ESMC	3	Setúbal	15.05
9,93	(4,0)	INF Francisco	Rebelo	07-01-97	FCP	2	P.Varzim	30.05
9,94	(2,5)	Duarte	Matos	95	ACV	Hep	M.Grande	27.03
9,94	(4,5)	Cláudio	Marques	29-01-95	AAPL	2 el2	Setúbal	15.05
9,7	(2,8)	Pedro	Sequeira	16-01-95	GS-RC	3	Luso	01.05
9,95	(3,8)	Fábio	Ferreira	30-11-95	CPQR	1	P.Delgada	30.05
9,96	(4,0)	João	Carvalho	95	ADAM	3	P.Varzim	30.05
9,99	(4,0)	Samuel	Oliveira	95	CSM	1	Machico	09.05
10,00	(2,7)	Fábio	Teixeira	22-02-95	ESL	Hep	Luso	27.03
10,00	(2,7)	João Pedro	Sousa	10-01-96	GDE	1 s1	Machico	27.03
9,8	(3,8)	Jorge	Madeira	06-07-95	SRDE	2	Beja	15.05
10,05	(5,2)	Rui Vasco	Paiva	96	EBE	3 s1	Aveiro	15.05
10,06	(3,4)	Rui	Simões	23-06-96	FCP	5 s1	Maia	01.05
10,07	(2,5)	João	Moreno		DE-EDJR	1 el2	Abrantes	24.04
10,07	(3,8)	Vitor	Santos	95	DE-GEDRDS	2 el2	P.Varzim	15.05
10,09	(2,5)	Filipe	Gonçalves	95	ACDSJ	1 s1-ex	Machico	24.04
10,11	(3,2)	Miguel	Adriano	07-08-95	AAPL	6	Setúbal	15.05
10,12	(2,7)	Mário	Mourão	01-05-95	CDQ	1 s1	Quarteira	13.05
10,14	(2,5)	INF Fábio	Martins	97	CLAC	2 el2	Abrantes	24.04
9,9	(2,8)	Joel	Oliveira	95	GS-RC	4	Luso	01.05

150 Metros (até 20,84)

18,50	(1,5)	INF	Fábio	Dias	03-05-97	ACV	1 s1	Leiria	29.05
18,58	(1,5)	INF	Fábio	Martins	97	CLAC	s1-ex	Leiria	29.05
18,78	(pc)		Fábio	Teixeira	22-02-95	ESL	1 s1-ex	Espinho	17.01
18,87	(pc)		André	Santos	13-09-95	ACDI	2 s1-ex	Espinho	17.01
19,01	(-3,1)		Daniel	Reis	03-01-95	CSGaia	1 s1	Maia	28.11.2009
19,02	(-2,6)		Miguel	Carreira	12-03-96	JV	1	Aveiro	20.12.2009
19,21	(-2,6)		Eduardo	Valério	07-02-96	JV	2	Aveiro	20.12.2009
19,30	(-1,0)	INF	David	Sénica	27-01-97	UDZA	2-ex	Abrantes	22.05
19,35	(-3,1)		Tomás	Ribeiro	17-04-95	Lavra	2 s1	Maia	28.11.2009
19,78	(-3,1)		Tiago	Silva	18-04-95	EBPGS	3 s1	Maia	28.11.2009
(10)									
19,79	(0,9)	INF	João	Pinto	12-06-97	CAMG-I	1 s2	Leiria	29.05
19,81	(-1,1)		Narciso	Vieira	19-03-96	EBPGS	1 s2	Maia	28.11.2009
19,87	(pc)		Vitor	Valente	25-02-95	ESEST	1 s3-ex	Espinho	17.01
19,89	(1,4)	INF	Pedro Afonso	Domingues	97	EBALH	1	Coimbra (ECC)	22.05
20,02	(-1,2)	INF	Francisco	Rebelo	07-01-97	FCP	1 s1	Maia	20.02
20,17	(0,5)	INF	André	Eleutério	97	CASG	1 s3	Leiria	29.05
20,25	(pc)		Pedro	Catarino	08-06-95	GRECAS	3 s1-ex	Espinho	17.01
20,27	(pc)		João	Teixeira	14-11-95	CCSJM	1 s2-ex	Espinho	17.01
20,32	(0,0)	INF	Luis	Machado	97	LFC-F	1	Braga	09.05
20,47	(-1,1)		Pedro	Fangueiro	96	EBPGS	2 s2	Maia	28.11.2009
(20)									
20,50	(0,5)	INF	Eduardo	Leça	97	CCDL	1 s1	Aveiro	14.03
20,52	(-4,5)	INF	Miguel	Mascarenhas	97	CDFXI	1 s1	Lagos	08.05
20,52	(-0,2)	INF	Tomás	Pereira	20-03-97	GDE	1 s3	Machico	22.05
20,57	(pc)		Ricardo	Marques	11-06-95	CCDL	2 s2-ex	Espinho	17.01
20,60	(pc)		Ruben	Costa	29-01-95	CCDL	3 s2-ex	Espinho	17.01
20,61	(0,0)	INF	Bruno Miguel	Pontes	98	DE-EFS	2	Braga	09.05
20,62	(pc)		Marcelo	Aguiar	18-01-95	ESEST	4 s2-ex	Espinho	17.01
20,69	(-0,2)	INF	Raúl	Antunes	97	CSM	2 s3	Machico	22.05
20,74	(pc)		Rui	Alves	31-05-95	CCDL	5 s2-ex	Espinho	17.01
20,77	(0,3)	INF	João	Ribeiro	97	CASG	1 s4	Leiria	29.05
(30)									
20,84	(-3,1)		João	Costa	08-05-96	Lavra	2 s1	Maia	28.11.2009

Com marcas manuais

18,3	(-1,7)		Erick	Oliveira	26-02-95	EBMDS	1 s1	Lisboa (AL)	05.12.2009
18,5	(-1,7)		André	Nunes	06-07-95	CDUL	2 s1	Lisboa (AL)	05.12.2009
18,5	(-1,4)		Wellington	Silva	01-04-95	SLB	1 s2	Lisboa (AL)	05.12.2009
19,5	(-1,7)		Dário	Rodrigues	24-08-95	SLB	1 s3	Lisboa (AL)	05.12.2009
19,6	(-2,0)		Filipe	Sousa	03-01-95	SCP	1 s4	Lisboa (AL)	05.12.2009
19,8	(-1,7)		Ruben	Cavalheiro Couchinho	01-05-95	SCP	2 s3	Lisboa (AL)	05.12.2009
20,0	(-1,7)		André	de Sá	01-06-95	GDACH	3 s3	Lisboa (AL)	05.12.2009
20,4	(-1,7)		Stélvio	Lemos	03-07-95	SLB	3 s1	Lisboa (AL)	05.12.2009
20,5	(-1,4)		João	Cardoso	14-06-96	CDUL	2 s2	Lisboa (AL)	05.12.2009

Com vento favorável > 2 m /s

19,55	(3,1)		Júlio	Brissos	96	ACRZA	1	Beja	30.01
19,9	(3,0)	INF	João	Rio	24-04-97	SFRAA	1 s3	Lisboa (AL)	30.05
20,21	(2,3)	INF	Francisco	Costa	25-02-97	ESCMOV	1 s1	P.Varzim	23.05
20,6	(3,0)	INF	Afonso	Moreira	18-07-97	SLB	1 s1	Lisboa (AL)	30.05

250 Metros (até 34,24)

30,07			Cristian	Rosa	16-04-95	CNRM	1 s2-ex	Abrantes	23.05
31,02			João	Maciel	95	CAMz-VC	1	A.Valdevez	29.05
31,06			Caio	Silva	95	AATC	2 s2-ex	Abrantes	23.05
31,12			Pedro Alexandre	Santos	12-04-95	CPC	1 s1	Sobreda	24.04
31,23			Carlos	Garrido	14-04-95	EGV	1 s2	Viseu	09.05
31,73			Filipe	Sousa	03-01-95	SCP	1 s3	Lisboa (I)	20.03
31,78			Ariclenes	Francisco	09-01-96	ACM-C	1	Coimbra (ECC)	22.05
31,82			Eduardo	Silva	14-04-95	UDZA	3 s2-ex	Abrantes	23.05
31,85			Bernardo	Malaca	06-03-95	CPA-S	4 s2-ex	Abrantes	23.05
31,87			Ricardo	Ferreira	24-04-95	SCB	1	Braga	09.05
(10)									
31,92			Daniel	Reis	03-01-95	CSGaia	1	Maia	20.02
31,99			Tomás	Ribeiro	17-04-95	Lavra	1	P.Varzim	29.05
32,02			Ricardo	Costa	22-02-95	ACV	1	M.Grande	02.05
32,33			Mateus	Fortunato	13-06-95	ADLA	1 s1	Lisboa (I)	20.03

32,23		Luís	Moura	07-02-96	ADAM	2	P.Varzim	29.05
32,34	(pc)	Diogo	Castro	01-04-95	AFIS	1 s1	Espinho	13.02
32,36		Pedro	Ferreira	21-02-96	Lavra	3	P.Varzim	29.05
32,39		Duarte	Laranjeira	11-04-95	SLB	2 s3	Lisboa (I)	20.03
32,43		Wellington	Silva	BRA 01-04-95	SLB	1 s2	Lisboa (AL)	19.12.2009
32,67		Dário	Rodrigues	24-08-95	SLB	2 s1	Lisboa (I)	20.03
(20)								
32,68		Francisco	Videira	11-08-95	JDAL	5 s2-ex	Abrantes	23.05
32,76		Bruno	Pestana	28-05-95	CARDES	1 s1	Viseu	09.05
32,77		Ruben Miguel	Almeida	95	CDD	2 s2	Viseu	09.05
32,88		Pedro	Sequeira	16-01-95	GS-RC	2	Coimbra (ECC)	22.05
32,90		Pedro	Silva	21-03-95	SCB	2	Braga	09.05
32,97		Samuel	Oliveira	95	CSM	1	Machico	08.05
32,98		Rui	Almeida	95	ACRC	3 s2	Viseu	09.05
33,00		André	Santos	11-01-95	ACDI	1 s1	Aveiro	20.12.2009
33,13		Cláudio	Marques	29-01-95	AAPL	2 s1	Sobreda	24.04
33,16		Diogo	Antunes	20-01-95	JOMA	2 s2	Lisboa (AL)	19.12.2009
(30)								
33,34		Miguel	Marques	23-07-95	AAMt	3 s1	Sobreda	24.04
33,43		Duarte	Matos	95	ACV	2	M.Grande	02.05
33,55		Filipe	Gonçalves	95	ACDSJ	2	Machico	08.05
33,56	(pc)	Micael	Coelho	10-03-95	ESEST	1 s2	Espinho	20.02
33,59		David	Leira	96	ACRC	4 s2	Viseu	09.05
33,61		Oswald	Freitas	08-02-96	CNRM	1 s1-ex	Abrantes	23.05
33,67		José	Gonçalves	27-09-95	FCP	4	Maia	20.02
33,82		André	de Sá	01-06-95	SLB	4 s2	Lisboa (AL)	19.12.2009
33,85		José António	Silva	09-09-96	CAC-VC	2	A.Valdevez	29.05
33,86		João	Dias	23-06-95	AAMt	4 s1	Sobreda	24.04
(40)								
33,88		Pedro	Lopes	14-04-96	ADAM	4	P.Varzim	29.05
34,05		Júlio	Brissos	96	ACRZA	1	Beja	27.02
34,09		Ayrton	Nascimento	95	ACRC	5 s2	Viseu	09.05
34,10		Miguel	Figueira	95	ACT	1	Coimbra (ECC)	10.04
34,12		João	Gomes	31-12-95	CAOV	3	A.Valdevez	29.05
34,20		Bruno	Pepe	95	JV	3	M.Grande	02.05
34,22	(pc)	Ruben	Costa	29-01-95	CCDL	2 s1	Espinho	13.02
34,22		Fábio	Fernandes	16-08-95	GDE	1 s1	Machico	13.03
34,23		Luís	Coelho	18-03-95	FCP	5	P.Varzim	29.05

Com marcas manuais

29,2		Luís	Neves	22-05-95	SLB	1 s1	Lisboa (AL)	30.05
30,1	(pc)	Erick	Oliveira	26-02-95	EBMDS	1 s4	Pombal	28.02
30,3		Ricardo	Pereira	96	SLB	1 s2	Lisboa (AL)	30.05
30,7		Ruben	Parreira	11-04-95	EBMDS	2 s2	Lisboa (AL)	30.05
30,9	(pc)	Davidson	Borges	CBV 31-05-95	EBMDS	2 s4	Pombal	28.02
31,0		André	Nunes	06-07-95	CDUL	2 s1	Lisboa (AL)	30.05
31,1	(pc)	Miguel	Carreira	12-03-96	JV	3 s4	Pombal	28.02
31,1		Filipe	Sousa	03-01-95	SCP	3 s2	Lisboa (AL)	30.05
31,4	(pc)	Ricardo	Costa	22-02-95	ACV	1 s1	Pombal	28.02
31,5	(pc)	Ariclenes	Francisco	ANG 09-01-96	ACM-C	1 s2	Pombal	28.02
31,7	(pc)	Joel	Pereira	14-02-95	GAF	2 s1	Pombal	28.02
31,9		Pedro	Sousa	14-02-95	CEBI	3 s1	Lisboa (AL)	30.05
32,0	(pc)	Jorge	de Oliveira	09-05-95	CPA-S	3 s1	Pombal	28.02
32,0	(pc)	Eduardo	Valério	07-02-96	JV	2 s2	Pombal	28.02
32,2	(pc)	Humberto	Afonso	11-09-96	EBMDS	1 s6	Pombal	28.02
32,2	(pc)	Paulo	Rosa	04-06-95	GAF	1 s3	Pombal	28.02
32,4	(pc)	Duarte	Matos	95	ACV	1 s7	Pombal	28.02
32,4	(pc)	Miguel	Barrigana	03-07-96	EBMDS	1 s5	Pombal	28.02
32,5		Ruben	Conchinho	01-05-95	SCP	2 s1	Lisboa (AL)	02.05
32,7	(pc)	Gabriel	Henriques	21-02-95	GAF	4 s1	Pombal	28.02
32,9		Stélvio	Lemos	ANG 03-07-95	SLB	4 s2	Lisboa (AL)	30.05
33,0		João	Romão	28-05-95	ARCBV	1	Covilhã	28.11.2009
33,2		João	Cardoso	14-06-96	CDUL	5 s2	Lisboa (AL)	30.05
33,3		Júlio	Brissos	96	ACRZA	1	Beja	30.05
33,6		Marco	Leal	95	SFRAA	5 s1	Lisboa (AL)	02.05
33,8	(pc)	Miguel	Marques	23-05-95	JV	2 s6	Pombal	28.02
33,8		Diogo	Correia	96	SFRAA	3 s2	Lisboa (AL)	02.05
33,9	(pc)	Gabriel	Brito	12-10-95	CAMG-I	2 s3	Pombal	28.02

Atletas Iniciados até 31-12-2009

30,00	Filipe	Cunha	15-07-94	SLB	1 s1	Lisboa (AL)	19.12.2009
-------	--------	-------	----------	-----	------	-------------	------------

300 Metros (até 41,54)

37,87	Pedro Alexandre	Santos	12-04-95	CPC	1 s1	Sobreda	08.05
38,51	João	Maciel	95	CAMz-VC	1 s2	V.Castelo	22.05
38,73	José João	Pereira	10-03-95	NSF	1 s1	Faro	15.05
39,22	Roberto	Reigado	13-08-95	CASJ	2 s1	Faro	15.05
39,40	Tomás	Ribeiro	17-04-95	Lavra	1 s1	P. Varzim	22.05
39,59	Luís	Moura	07-02-96	ADAM	1 s2	P. Varzim	22.05
39,81	João	Taylor	24-01-95	CDFXXI	3 s1	Faro	15.05
40,08	Adam	Ferreira	10-05-96	SLB-F	4 s1	Faro	15.05
40,40	(pc) Ricardo	Ferreira	24-04-95	SCB	1 s1	Braga	30.01
40,62	Duarte	Laranjeira	11-04-95	SLB	2 s2	Lisboa(U)	15.05

Com marcas manuais

36,5	Cristian	Rosa	16-04-95	CNRM	1 s2	Rio Maior	08.05
------	----------	------	----------	------	------	-----------	-------

Aletas Iniciados até 31-12-2008

38,41	(pc)	Cláudio	Ferreira	23-07-94	ACBU	1 s3	Espinho	27.12.2009
39,56	(pc)	Miguel António	Silva	03-02-94	NAC	1 s8	Espinho	27.12.2009
39,81	(pc)	José	Macedo	21-06-94	JUNI	3 s6	Braga	12.12.2009
39,7	(pc)	Joel	Gomes	06-07-94	ACV	1 s4	Pombal	05.12.2009
40,20	(pc)	Carlos	Graça	14-05-94	GRECAS	3 s6	Espinho	27.12.2009
40,69	(pc)	Diogo	Cruz	94	CCDR	3 s8	Braga	12.12.2009
40,82	(pc)	Flávio	Ferreira	11-02-94	ACBU	5 s3	Espinho	27.12.2009

600 Metros (1.47,54)

1.30,10		Pedro Alexandre	Santos	12-04-95	CPC	1 s1	Seixal	20.12.2009	
1.30,42		Ruben	Parreira	11-04-95	EBMDS	1-ex	Lisboa (I)	23.01	
1.34,39		Bruno	Silva	27-12-95	FCP	1	Maia	28.11.2009	
1.35,24		Francisco	Palma	14-11-95	CDUL	2-ex	Lisboa (I)	23.01	
1.35,45		Cláudio	Marques	29-01-95	AAPL	2 s1	Seixal	20.12.2009	
1.36,67		André	Pereira	10-08-95	AMFC	2	Maia	28.11.2009	
1.37,22		Miguel	Marques	23-07-95	AAMT	3 s1	Seixal	20.12.2009	
1.37,75	INF	David	Sénica	27-01-97	UDZA	1-ex	Aveiro	02.05	
1.38,00		Rui	Ferreira	23-02-95	EBMDS	3-ex	Lisboa (I)	23.01	
1.38,06	INF	Tomás	Pereira	20-03-97	GDE	1	Machico	18.04	
(10)									
1.38,44		Tiago	Silva	14-02-96	CPC	4 s1	Seixal	20.12.2009	
1.39,4		Cristian	Scutaru	MDA 24-02-96	CRDA	1 s1	Lisboa (AL)	28.11.2009	
1.39,6		Gonçalo	Cláudio	20-02-95	CRDA	2 s1	Lisboa (AL)	28.11.2009	
1.39,6		Francisco	Neves	03-04-95	CPE	2	Elvas	28.11.2009	
1.40,60		João	Mendes	24-09-95	CPC	1	Seixal	06.12.2009	
1.40,63		Ruben Miguel	Silva	21-06-95	AAPL	5 s1	Seixal	20.12.2009	
1.40,84		Filipe	Rebelo	10-03-95	CPC	6 s1	Seixal	20.12.2009	
1.40,89	INF	Eduardo	Leça	09-02-97	CCDL	2-ex	Aveiro	02.05	
1.41,47		Carlos	Martins	30-10-95	ARLVG	3	Maia	28.11.2009	
1.42,56		Mário	Correia	31-05-96	CPC	7 s1	Seixal	20.12.2009	
(20)									
1.42,66		Tiago	Morgado	95	CPC	8 s1	Seixal	20.12.2009	
1.42,84		Francisco	Reis	06-06-96	AAMT	9 s1	Seixal	20.12.2009	
1.42,90	INF	Tiago	Epaminondas	97	COP	1	Quarteira	13.05	
1.43,52	(pc)	INF	João	Pinto	12-06-97	CAMG-I	1 s1-ex	Pombal	13.12.2009
1.43,65	INF	André	Eugénio	24-04-97	COP	2	Quarteira	13.05	
1.43,94	(pc)	INF	Paulo	Neto	11-03-97	ACRDE	1 s1-ex	Espinho	16.01
1.44,1		Catalin	Doina	MDA 27-02-96	CRDA	1 s2	Lisboa (AL)	28.11.2009	
1.44,63	(pc)	INF	André	Eleutério	97	CASG	1 s2	Pombal	07.03
1.44,68		David	Mendes	25-05-96	ACDC	1 s2	Seixal	20.12.2009	
1.45,35		Pedro	Soares	13-07-95	ARLVG	4	Maia	28.11.2009	
(30)									
1.46,22		Ruben	Tavares	19-10-96	SLB	4-ex	Lisboa (I)	23.01	
1.46,24		Bruno	Robalo	07-12-96	ADREP	5	Maia	28.11.2009	
1.46,3	INF	Rui	Rodrigues	19-01-97	ACRM	1	Lisboa (AL)	24.04	
1.46,33	(pc)	INF	Francisco	Cordeiro	18-06-98	JV	2 s2	Pombal	07.03
1.46,35	(pc)	INF	José	Vieira	26-06-97	GDCCP	2 s1-ex	Espinho	16.01

1.46,40		Ivan	Bica	96	QFC	2 s2	Seixal	20.12.2009
1.46,77		Daniel	Pereira	04-05-95	CDP	6	Maia	28.11.2009
1.46,87		Diogo	Dantas	98	CAAV	1	V.Castelo	24.04
1.46,98	(pc)	INF Francisco	Rodrigues	10-05-97	JV	2 s1-ex	Pombal	13.12.2009
1.47,0		INF João	Bica	05-11-97	UAP	2	Lisboa (AL)	24.04
(40)								
1.47,1		Marcelo	Pap	HUN 10-08-95	SLB	3 s1	Lisboa (AL)	28.11.2009
1.47,13		Diogo	Rodrigues	24-02-97	GDE	1	Machico	27.03
1.47,51		INF Diogo	Peixoto	05-08-97	MAC	1	Maia	28.11.2009

800 Metros (até 2.15,00)

1.59,79		Pedro Alexandre	Santos	12-04-95	CPC	2 s1	Sobreda	09.05
2.00,39		Helder	Costa	95	GRAC	1	Guimarães	22.05
2.01,29		Ruben	Parreira	11-04-95	EBMDS	4 s1	Lisboa (U)	16.05
2.01,48		José João	Pereira	10-03-95	NSF	2	Quarteira	16.05
2.01,74	(pc)	Francisco	Rodrigues	24-05-95	GRAC	1	Braga	06.02
2.03,9		Cristian	Rosa	16-04-95	CNRM	2	Rio Maior	09.05
2.04,6		Miguel	Marques	23-07-95	AAMT	s1-ex	Lisboa (AL)	29.05
2.04,87		Gonçalo	Casimiro	24-03-95	CEBI	9 s1	Lisboa (U)	16.05
2.05,87		Oswald	Freitas	08-02-96	CNRM	1	Leiria	22.05
2.07,31		Luís	Moura	07-02-96	ADAM	5 s1	P.Varzim	23.05
(10)								
2.07,79	(pc)	Ruben	Costa	29-01-95	CCDL	2-ex	Espinho	16.01
2.08,16	(pc)	Bruno	Vieira	01-11-95	GDCCP	1-ex	Espinho	24.01
2.08,18		Roberto	Reigado	13-08-95	CASJ	6	Quarteira	16.05
2.09,43		Filipe	Vasconcelos	23-02-95	CAC-VC	2	V.Castelo	23.05
2.09,80		Tiago	Silva	14-02-96	CPC	4 s1	Sobreda	09.05
2.10,06		João	Mendes	24-09-95	CPC	2 s1	Sobreda	11.04
2.10,26		Fábio	Fernandes	16-08-95	GDE	2	Machico	16.05
2.10,36		Pedro	Sousa	14-02-95	CEBI	1 s2	Lisboa (U)	16.05
2.10,5		Francisco	Reis	06-06-96	AAMT	s1-ex	Lisboa (AL)	29.05
2.10,88		Edgar	Rodrigues	25-04-95	CAS	1	Seia	09.05
(20)								
2.11,08		André	Pereira	10-08-95	AMFC	1	Maia	23.01
2.11,42		José	Aleixo	96	ACBU	2-ex	P.Varzim	30.05
2.11,97		Rui	Alves	31-05-95	CCDL	3	Leiria	22.05
2.12,36		Rúben	Veiga	96	NO	2 s2	Lisboa (U)	16.05
2.12,43		Francisco	Palma	14-11-95	CDUL	1 s2-ex	Seixal	13.02
2.13,21		Pedro	Silva	28-02-96	ADAM	7 s1	P.Varzim	23.05
2.13,7		Cristian	Scutaru	MDA 96	CRDA	3 s1	Lisboa (AL)	29.05
2.13,97		Pedro	Meireles	04-06-96	SCB	4	Guimarães	22.05
2.14,06	(pc)	Tiago	Cordeiro	95	2AP	3	Pombal	20.02
2.14,1		Tiago	Cipriano	95	GRECAS	1	Aveiro	10.05
2.14,2		Leandro	Fernandes	31-08-96	CAG	1 s2	Lisboa (AL)	29.05
(30)								
2.14,72		Ricardo	Marques	11-06-95	CCDL	4	Leiria	22.05
2.14,73		João	Mendes	24-09-95	CPC	7 s1	Sobreda	09.05

Ao ar Livre:

2.01,78		Francisco	Rodrigues	24-05-95	GRAC	1 s2	Braga	01.05
2.08,75		Ruben	Costa	29-01-95	CCDL	2	Leiria	22.05

Atletas Iniciados até 31-12-2008

2.03,78	(pc)	João	Cruz	12-04-94	MAC	4 s1-ex	Braga	20.12.2009
2.11,44	(pc)	Oleh	Palamarchuk	UKR 16-02-94	CAMG-I	1 s2	Pombal	13.12.2009

1000 Metros (até 2.56,00/2.40,0)

2.34,70		Francisco	Rodrigues	24-05-95	GRAC	1	Lisboa (U)	22.05
2.35,18			Rodrigues			1	Braga	16.05
2.35,29		Pedro Alexandre	Santos	12-04-95	CPC	1	Setúbal	16.05
2.35,73		José João	Pereira	10-03-95	NSF	2	Lisboa (U)	22.05
2.36,39		Miguel	Marques	23-07-95	AAMT	2	Setúbal	16.05
2.39,78		Cristian	Rosa	16-04-95	CNRM	4	Lisboa (U)	22.05
2.43,22		Gonçalo	Casimiro	24-03-95	CEBI	5	Lisboa (U)	22.05
2.43,54		Bruno	Vieira	01-11-95	GDCCP	1	Viseu	24.04
2.43,96		Fábio	Fernandes	16-08-95	GDE	6	Lisboa (U)	22.05
2.43,98		Ruben	Costa	29-01-95	ACDLV	2	Viseu	24.04

2.44,32 (10)		Oswald	Freitas	08-02-96	CNRM	2	Rio Maior	25.04
2.44,75		Samuel	Pereira	03-06-95	UDVM	1 s1	Aveiro	16.05
2.45,40		Miguel	Figueira	95	ACT	7	Lisboa (U)	22.05
2.45,97		Filipe	Vasconcelos	23-02-95	CAC-VC	8	Lisboa (U)	22.05
2.46,78		André	Pereira	10-08-95	AMFC	6	Lisboa (U)	22.05
2.47,25		Ruben	Parreira	11-04-95	EBMDS	3	Setúbal	08.05
2.47,32		André Daniel	Miranda	95	SSSJM	4 s1	Aveiro	16.05
2.47,44		José Aleixo	da Cruz	01-07-96	ACBU	5 s1	Aveiro	16.05
2.47,58		Luis	Moura	07-02-96	ADAM	2	Braga	08.05
2.47,66		Edgar	Rodrigues	25-04-95	CAS	3	Viseu	24.04
2.50,3		Pedro	Sousa	14-02-95	CEBI	1	Lisboa (AL)	23.05
(20)								
2.50,8		Leandro	Fernandes	31-08-96	CAG	2	Lisboa (AL)	23.05
2.50,96		Igor	Valente	25-01-96	ACRDE	Hep	Luso	28.03
2.51,0		Roberto	Reigado	13-08-95	CASJ	2	Lagoa	09.05
2.51,21		Pedro	Silva	28-02-96	ADAM	3	Braga	08.05
2.51,32		José	Martins	21-09-95	CAT	11	Lisboa (U)	22.05
2.51,34		Pedro	Meireles	04-06-96	SCB	2	Braga	16.05
2.52,71		Tiago	Cipriano	95	GRECAS	6 s1	Aveiro	16.05
2.52,77		José Rafael	Vilas Boas	01-02-95	SCB	Hep	Guimarães	18.04
2.52,91		Rui	Alves	31-05-95	CCDL	7 s1	Aveiro	16.05
2.53,32		Carlos	Moreira	95	ATB	13	Lisboa (U)	22.05
(30)								
2.53,83		Bruno	Pestana	28-05-95	CARDDES	14	Lisboa (U)	22.05
2.53,95		Paulo	Cunha	01-09-95	CNC	2	V.Castelo	16.05
2.54,05		Eduardo	Silva	14-04-95	UDZA	3	Abrantes	18.04
2.54,20		Alexandre	Mingatos	95	ADAC	6	Viseu	24.04
2.54,44	(pc)	Tiago	Silva	18-04-95	EBPGS	1 s2	Braga	12.02
2.54,85	(pc)	Leandro	Silva	95	CASG	1	Pombal	07.03
2.54,9	(pc)	Jorge	Silva	95	DE-ESVC	1	Espinho	26.02
2.55,01		Júlio	Brissos	96	ACRZA	15	Lisboa (U)	22.05
2.55,12		Miguel	Carreira	12-03-96	JV	1	M.Grande	21.03
2.55,20		João	Correia	95	UDVM	8 s1	Aveiro	16.05
(40)								
2.55,22	(pc)	Nuno	Carvalho	95	DE-Real	2 s2	Braga	12.02
2.55,35		Rui	Ferreira	23-02-95	EBMDS	3	Lisboa (I)	27.03
2.55,62		Ricardo	Marques	11-06-95	CCDL	9 s1	Aveiro	16.05
2.55,80	INF	João	Vidais	24-02-97	AATC	1	Rio Maior	25.04
2.55,98		André	Vieira	95	UDZA	4	Rio Maior	25.04

Atletas Iniciados até 31-12-2009

2.40,33	(pc)	João	Cruz	12-04-94	MAC	2 s1	Braga	19.12.2009
2.44,35	(pc)	Paulo	Ferreira	29-06-94	ARAC	3 s2	Espinho	26.12.2009
2.44,68	(pc)	Tiago	Silva	07-05-94	NAC	4 s2	Espinho	26.12.2009
2.50,34	(pc)	Guilherme	Rodrigues	14-07-94	CAMz-VC	6 s1	Braga	19.12.2009
2.51,80	(pc)	Rui Filipe	Oliveira	21-07-94	CDP	2 s2	Braga	19.12.2009
2.53,46	(pc)	Alexandre	Marques	11-10-94	Lavra	6 s2	Espinho	26.12.2009

1500 Metros (até 4.40,00)

4.12,70		Helder	Costa	95	GRAC	1	Guimarães	23.05
4.17,53		Ruben	Parreira	11-04-95	EBMDS	5	Luso	23.05
4.19,83	(pc)	Francisco	Rodrigues	24-05-95	GRAC	1	Braga	23.01
4.20,83		Fábio	Fernandes	16-08-95	GDE	2	Machico	15.05
4.24,03		Ruben	Parreira	11-04-95	EBMDS	2	Abrantes	23.04
4.24,89		Gonçalo	Casimiro	24-03-95	CEBI	6 s2	Lisboa (U)	15.05
4.26,09		Tiago	Ricardo	10-01-95	ADAM	2	P. Varzim	22.05
4.28,22		Rui	Ferreira	23-02-95	EBMDS	8	Luso	23.05
4.28,5		Oswald	Freitas	08-02-96	CNRM	2	Rio Maior	08.05
4.28,86	(pc)	Bruno	Vieira	01-11-95	GDCCP	1-ex	Espinho	23.01
(10)								
4.29,09		Paulo	Cunha	01-09-95	CNC	1	A.Valdevez	29.05
4.29,14	(pc)	Ruben	Costa	29-01-95	CCDL	2-ex	Espinho	23.01
4.29,53		José	Aleixo	96	ACBU	1-ex	P. Varzim	29.05
4.32,89		Filipe	Rebelo	10-03-95	CPC	1	Sobreda	08.05
4.33,52		João	Carlos	95	MAC	2	P. Varzim	29.05
4.33,54		Tiago	Silva	95	EBPGS	1	Braga	28.04
4.34,02		Samuel	Pereira	03-06-95	UDVM	6-ex	P. Varzim	22.05
4.34,58		Pedro	Silva	28-02-96	ADAM	3	P. Varzim	29.05
4.35,3		Leandro	Fernandes	31-08-96	CAG	3	Lisboa (AL)	30.05

4.37,03 (20)		Cristian	Scutaru	MDA	96	CRDA	3 s1	Lisboa (U)	15.05
4.37,16		Tiago	Silva		14-02-96	CPC	2	Sobreda	08.05
4.37,63		Eduardo	Silva		14-04-95	UDZA	1	Abrantes	23.04
4.37,89		Afonso	Esteves		17-02-96	ACDRA	1	M.Grande	01.05
4.38,02		Miguel A.	Brito		14-02-95	CASJ	4	Faro	15.05
4.38,73		Filipe	Vasconcelos		23-02-95	CAC-VC	2	A.Valdevez	29.05
4.39,29	(pc)	Rui	Silva		08-10-96	CAAV	5	Braga	23.01
4.39,63		Paulo	Velhas		30-01-96	ARLVG	4	P. Varzim	29.05
4.39,79		Francisco	Reis		06-06-96	AAMT	3	Sobreda	08.05
4.39,98		Ruben	Tavares		19-10-96	SLB	4 s1	Lisboa (U)	15.05

Aleas Inicialos até 31-12-2009

4.34,0	(pc)	Daniel	Bastos		07-09-94	CNRM	1 s2	Pombal	12.12.2009
--------	------	--------	--------	--	----------	------	------	--------	------------

Milha									
4.35,14	(pc)	Francisco	Rodrigues		24-05-95	GRAC	1	Braga	13.02
4.45,23	(pc)	Helder	Costa		95	GRAC	2	Braga	13.02
5.05,46	(pc)	Eduardo	Lopes		20-11-95	EAMS	3	Braga	13.02
5.09,71	(pc)	Helder	Salazar		95	GRAC	4	Braga	13.02

1500 met-obstáculos (sem vala) (até 5.20,00/4.35,0)									
4.32,41		Helder	Costa		95	GRAC	1	Braga	15.05
4.32,64			Costa				1	Braga	08.05
4.34,23			Costa				1	Braga	01.05
4.36,13		Oswald	Freitas		08-02-96	CNRM	1	Abrantes	17.04
4.37,30		José João	Pereira		10-03-95	NSF	1	Faro	24.04
4.37,33		André	Pereira		10-08-95	AMFC	1	Maia	01.05
4.38,74		Miguel	Figueira		95	ACT	1	Coimbra (ECC)	23.05
4.41,18		Ruben	Costa		29-01-95	CCDL	1	Aveiro	15.05
4.41,30		Fábio	Fernandes		16-08-95	ACDSJ	1	Machico	01.05
4.44,5		Daniel	Lourenço		11-11-96	ABTO	1	C.Branco	14.05
4.44,6		Rui	Ferreira		23-02-95	EBMDS	1	Lisboa (AL)	29.05
4.44,86		André Daniel	Miranda		95	SSSJM	2	Aveiro	15.05
(10)									
4.45,55		José	Martins		21-09-95	CAT	1	A.Heroísmo	24.04
4.45,62		Igor	Valente		25-01-96	ACRDE	3	Aveiro	15.05
4.45,7		Gonçalo	Cláudio		20-02-95	CRDA	2	Lisboa (AL)	29.05
4.45,81		Tiago	Silva		14-02-96	CPC	1	Sobreda	24.04
4.47,47		Pedro	Silva		28-02-96	ADAM	2	Maia	01.05
4.47,93		Edgar	Rodrigues		25-04-95	CAS	1	Seia	15.05
4.49,34		Tiago	Silva		18-04-95	EBPGS	2	Braga	08.05
4.49,57		Filipe	Rebelo		10-03-95	CPC	2	Sobreda	24.04
4.50,3		Jacksael	Martins		95	ABC	2	C.Branco	14.05
4.51,00		Mário	Correia		31-05-96	CPC	3	Sobreda	24.04
(20)									
4.52,69		Filipe	Vasconcelos		23-02-95	CAC-VC	1	V.Castelo	15.05
4.52,82		Carlos	Sousa		14-08-96	ADREP	3-ex	Luso	27.03
4.53,14		Tiago	Ricardo		10-01-95	ADAM	3	Maia	01.05
4.53,31		Eduardo	Silva		14-04-95	UDZA	2	Abrantes	17.04
4.54,4		André	de Sá		01-06-95	GDACH	3	Lisboa (AL)	29.05
4.55,40		Fábio	da Silva		27-01-95	CDESR	2	A.Heroísmo	24.04
4.55,54		Paulo	Cunha		01-09-95	CNC	2	V.Castelo	15.05
4.55,6		Manuel	Moreira		95	ATB	3	C.Branco	14.05
4.56,12		Afonso	Esteves		17-02-96	ACDRA	1	M. Grande	08.05
4.56,79		Rui	Alves		31-05-95	CCDL	4-ex	Luso	27.03
(30)									
4.57,08		Tiago	Cipriano		95	GRECAS	4	Aveiro	15.05
4.57,74		João	Mendes		24-09-95	CPC	2	Setúbal	15.05
4.57,83		José Valentim	Fernandes		14-02-95	AJS	2	Machico	01.05
4.57,85		Francisco	Reis		06-06-96	AAMT	3	Setúbal	15.05
4.59,54		Rafael	Raposo		06-08-95	COD	3	A.Heroísmo	24.04
5.00,65		Pedro	Lopes		15-10-95	ACDCVC	1	Aveiro	06.03
5.00,71		Tiago	Ponte		19-07-95	ACV	2	M.Grande	08.05
5.01,53		Rui	Almeida		96	ACDI	6	Aveiro	15.05
5.01,92		Pedro	Meireles		04-06-96	SCB	2	Braga	01.05
5.01,94		Ricardo	Marques		11-06-95	CCDL	5-ex	Luso	27.03
(40)									
5.02,50		Luis	Moura		07-02-96	ADAM	4	Maia	01.05

5.02,83		Francisco	Palma	14-11-95	CDUL	2	Lisboa (AL)	22.05
5.03,98		André	Vieira	95	UDZA	3	Abrantes	17.04
5.04,72		João	Teixeira	14-11-95	CCSJM	6-ex	Luso	27.03
5.06,28		Júlio	Brissos	96	ACRZA	1	Beja	09.05
5.07,98		João	Almeida	28-06-96	ADECMS	9	Aveiro	15.05
5.08,09		Paulo	Rosa	96	CDCNAV	4	P.Varzim	30.05
5.08,43		Pedro	Oliveira	27-08-96	CRE	10	Aveiro	15.05
5.08,51		Miguel A.	Brito	14-02-95	CASJ	2	Faro	24.04
5.08,63		Pedro	Lopes	14-04-96	ADAM	5	Maia	01.05
(50)								
5.08,72		António	Aidos	12-01-95	ACRC	1	Viseu	27.03
5.08,78		Miguel	Neves	96	CRE	11	Aveiro	15.05
5.09,52		André	Costa	95	Lavra	5	P.Varzim	30.05
5.11,68		Luís	Costa	96	CCDR	3	Braga	01.05
5.11,93		Bruno	Conceição	17-07-95	CAAV	3	V.Castelo	15.05
5.16,03		Miguel	Cardoso	95	AMFC	8	Maia	01.05
5.16,4		Vicente	Albuquerque	95	ACP	2	C.Vide	10.04
5.17,1		Vitor	Cardante	95	EFC-E	1	V.Novas	10.04
5.17,42		Alexandre	Monteiro	06-06-95	JV	2	M.Grande	02.05
5.17,9		Rúben	Veiga	96	NO	2	Lisboa (AL)	17.04
(60)								
5.18,11		Fábio	Martins	25-09-96	CPP	4	Abrantes	17.04
5.18,49		Rodrigo	Sousa	22-06-96	CBF	3	Faro	24.04
5.20,0		Francisco	Neves	95	CPE	2	C.Vide	10.04

60 Metros-Barreiras (0,84) (até 10,04/8,90)

8,46	(pc)	Joel	Pereira	14-02-95	GAF	1 s-ex	Alpiarça	06.03
8,49	(pc)		Pereira			1	Alpiarça	06.03
8,69	(pc)		Pereira			t	Alpiarça	06.02
8,71	(pc)	Fábio	Teixeira	22-02-95	ESL	t	Espinho	23.01
8,71	(pc)		Teixeira			t	Alpiarça	06.02
8,74	(pc)		Pereira			ta-ex	Pombal	26.12.2009
8,74	(pc)		Teixeira			1	Espinho	03.02
8,79	(pc)	Erick	Oliveira	26-02-95	EBMDS	2 s-ex	Alpiarça	06.03
8,84	(pc)	Cristian	Rosa	16-04-95	CNRM	ta	Alpiarça	06.02
8,86	(pc)		Pereira			t	Alpiarça	20.12.2009
8,87	(pc)		Pereira			t	Alpiarça	03.01
8,90	(-0,5)	Davidson	Borges	CBV 31-05-95	EBMDS	1 s1-ex	Lisboa (U)	09.01
8,95	(-0,1)	Miguel	Barrigana	03-07-96	EBMDS	t	Lisboa (I)	23.01
9,03	(pc)	Pedro	Silva	21-03-95	SCB	t	Braga	16.01
9,07	(pc)	Ariclenes	Francisco	ANG 09-01-96	ACM-C	3	Alpiarça	06.03
9,25	(pc)	José Rafael	Vilas Boas	01-02-95	SCB	t	Braga	16.01
9,28	(pc)	Miguel	Marques	23-05-95	JV	ta	Espinho	23.01
(10)								
9,31	(pc)	Daniel	Reis	03-01-95	CSGaia	t	Braga	16.01
9,32	(pc)	André	Santos	11-01-95	ACDI	ta	Espinho	23.01
9,33	(pc)	Eduardo	Valério	07-02-96	JV	t	Pombal	26.12.2009
9,38	(-0,1)	Humberto	Afonso	11-09-96	EBMDS	t	Lisboa (I)	23.01
9,39	(pc)	João Pedro	Sousa	10-01-96	GDE	5	Alpiarça	06.03
9,40	(pc)	Alexandre	dos Santos	10-01-95	CPA-S	4 s-ex	Alpiarça	06.03
9,41	(pc)	Júlio	Brissos	96	ACRZA	6	Alpiarça	06.03
9,48	(-0,5)	Diogo	Antunes	20-01-95	JOMA	4 s1-ex	Lisboa (U)	09.01
9,49	(pc)	Gonçalo	Dias	22-05-95	EGV	t	Alpiarça	06.02
9,49	(pc)	Dyllan	Pedro	04-01-95	JV	t	Espinho	23.01
(20)								
9,59	(pc)	Adam	Ferreira	10-05-96	SLB-F	t	Alpiarça	06.02
9,59	(1,7)	Rafael	Oliveira	06-06-96	Ind-S	1 s2	Seixal	13.02
9,63	(pc)	Francisco	Videira	11-08-95	JDAL	t	Alpiarça	03.01
9,66	(0,5)	Pedro Alexandre	Santos	12-04-95	CPC	1 s3	Seixal	13.02
9,67	(pc)	Tomás	Ribeiro	17-04-95	Lavra	1 s3	Espinho	03.01
9,68	(pc)	Tiago	da Silva Ferreira	27-11-95	ADREP	t	Espinho	26.12.2009
9,72	(pc)	Axel	Teixeira	16-02-96	CAMG-I	t	Pombal	26.12.2009
9,72	(pc)	João	Costa	08-05-96	Lavra	t	Braga	16.01
9,72	(pc)	Narciso	Vieira	19-03-96	EBPGS	2	Braga	13.02
9,74	(pc)	José	Martins	21-09-95	CAT	t	Alpiarça	06.02
(30)								
9,75	(pc)	Pedro	Ferreira	21-02-96	Lavra	t	Braga	16.01
9,78	(pc)	Henrique	Oliveira	30-06-95	GRECAS	t	Espinho	26.12.2009
9,78	(pc)	Igor	Valente	25-01-96	ACRDE	6 s1	Espinho	03.01
9,78	(pc)	Bruno	Gomes	26-12-95	NDCG	t	Alpiarça	06.02
9,80	(pc)	Samuel	Oliveira	95	CSM	ta	Alpiarça	06.02
9,84	(pc)	Ricardo	Ferreira	95	SCB	t	Braga	16.01

9,85	(pc)	Miguel	Pinheiro	21-07-96	ACV	t	Pombal	26.12.2009
9,85	(pc)	Bernardo	Malaca	06-03-95	CPA-S	t	Alpiarça	20.12.2009
9,85	(-0,9)	João	Costa	08-05-96	Lavra	1 s2	Maia	28.11.2009
9,93	(pc)	João	Taylor	24-01-95	CDFFXI	t	V.R.S.António	10.01
(40)								
9,95	(pc)	Pedro	Santos	96	NACH	t	Braga	16.01
9,95	(pc)	Sérgio	Campos	96	SCB	t	Braga	16.01
9,95	(-0,6)	Dário	Rodrigues	24-08-95	SLB	t	Lisboa (I)	23.01

Ao ar Livre:

9,40	(-0,8)	Daniel	Reis	03-01-95	CSGaia	1 s1	Maia	28.11.2009
8,96	(-0,5)	Erick	Oliveira	26-02-95	EBMDS	2 s1-ex	Lisboa (U)	09.01
9,49	(-2,0)	João Pedro	Sousa	10-01-96	ACDSJ	1 s2	Machico	06.12.2009
10,00	(-3,7)	João	Taylor	24-01-95	CDFFXI	1 -ex	Faro	03.01

Com marcas manuais

8,8	(pc)	Fábio	Teixeira	22-02-95	ESL	1	Espinho	13.01
9,6	(1,6)	Pedro	Santos	96	NACH	1	Vila Real	05.12.2009
9,8	(-2,9)	André	de Sá	01-06-95	GDACH	2 s2	Lisboa (AL)	05.12.2009

Sem controlo de anemómetro

9,5		José	Martins	21-09-95	CAT	t	A.Heroísmo	12.12.2009
9,5		Pedro	Santos	96	NACH	1	Valpaços	09.01

Com vento favorável > 2 m /s

9,2	(3,8)	José	Martins	21-09-95	CAT	t	A.Heroísmo	09.01
9,46	(2,4)	André	Santos	11-01-95	ACDI	1 s1	Aveiro	12.12.2009
9,48	(5,2)	João Pedro	Sousa	10-01-96	ACDSJ	t	Machico	09.01
9,65	(7,0)	João	Taylor	24-01-95	CDFFXI	t	Faro	23.01
9,5	(2,2)	Fábio	Ferreira	30-11-95	CPQR	t	A.Heroísmo	30.01
9,76	(5,2)	Samuel	Oliveira	95	CSM	t	Machico	09.01
9,76	(2,9)	Júlio	Brisso	96	ACRZA	t	V.Novas	23.01
9,78	(2,6)	Bruno	Gomes	26-12-95	NDCG	1	Guarda	19.12.2009
9,79	(2,9)	Bruno	Carvalho	28-06-95	CPErv	t	V.Novas	23.01
9,86	(7,0)	Adam	Ferreira	10-05-96	SLB-F	t	Faro	23.01

100 Metros-Barreiras (até 16,54/14,54)

14,05	(-0,8)	Joel	Pereira	14-02-95	GAF	Hep	Rio Maior	21.03
14,25	(-2,6)		Pereira			1	Abrantes	18.04
14,35	(1,0)	Fábio	Teixeira	22-02-95	ESL	1	Aveiro	16.05
14,36	(0,1)	Pedro	Silva	21-03-95	SCB	1	Braga	16.05
14,45	(0,0)		Silva			1	Braga	09.05
14,54*	(-0,1)	Davidson	Borges	CBV 31-05-95	EBMDS	1 el1	Luso	22.05
14,53	(0,0)	Erick	Oliveira	26-02-95	EBMDS	1 s1	Lisboa (I)	27.03
14,53	(0,6)		Silva			1	Braga	01.05
14,60	(0,8)	Eduardo	Valério	07-02-96	JV	1	M. Grande	09.05
14,61	(0,4)	Ariclenes	Francisco	ANG 09-01-96	ACM-C	1	Coimbra (ECC)	22.05
14,67	(-1,8)	Cristian	Rosa	16-04-95	CNRM	1 el1	Abrantes	18.04
14,96	(-0,1)	Tomás	Ribeiro	17-04-95	Lavra	Hep	Maia	28.03
15,04	(0,0)	Miguel	Barrigana	03-07-96	EBMDS	2 s1	Lisboa (I)	27.03
(10)								
15,24	(-2,5)	João	Taylor	24-01-95	CDFFXI	1 s2	Albufeira	18.04
15,27	(-0,1)	Diogo	Antunes	20-01-95	JOMA	1	Lisboa (AL)	23.05
15,38	(0,0)	Humberto	Afonso	11-09-96	EBMDS	3 s1	Lisboa (I)	27.03
15,42	(0,1)	Narciso	Vieira	19-03-96	EBPGS	2	Braga	16.05
15,46	(-2,5)	Adam	Ferreira	10-05-96	SLB-F	2 s2	Albufeira	18.04
15,46	(0,8)	Miguel	Marques	23-05-95	JV	2	M. Grande	09.05
15,48	(-2,7)	Rafael	Oliveira	06-06-96	Ind-S	1 s2-ex	Lisboa (I)	27.03
15,50	(-0,1)	Daniel	Reis	03-01-95	CSGaia	Hep	Maia	28.03
15,53	(0,4)	Bruno	Gomes	26-12-95	NDCG	1	Seia	16.05
15,58	(0,8)	Dyllan	Pedro	04-01-95	JV	3	M. Grande	09.05
(20)								
15,60	(-2,4)	Pedro Alexandre	Santos	12-04-95	CPC	2 s1	Sobreda	24.04
15,62	(0,3)	Tiago	da Silva Ferreira	27-11-95	ADREP	Hep	Luso	11.04

15,66	(-2,6)	Alexandre	Santos	10-01-95	CPA-S	2	Abrantes	18.04
15,68	(0,3)	Rodrigo	Serra	96	ESMC	2	Setúbal	16.05
15,77	(-0,1)	Ruben	Conchinho	01-05-95	SCP	2	Lisboa (AL)	23.05
15,81	(-0,3)	José Rafael	Vilas Boas	01-02-95	SCB	Hep	Braga	28.03
15,85	(0,5)	Pedro	Ferreira	21-02-96	Lavra	Hep	Guimarães	18.04
15,89	(-1,7)	Gonçalo	Dias	22-05-95	EGV	1	Viseu	16.05
15,91	(-2,6)	Caio	Silva	95	AATC	3	Abrantes	18.04
15,96	(-0,8)	Francisco	Videira	11-08-95	JDAL	Hep	Rio Maior	21.03
(30)								
16,00	(0,8)	Axel	Teixeira	16-02-96	CAMG-I	4	M. Grande	09.05
16,03	(-1,1)	João Pedro	Sousa	10-01-96	ACDSJ	1 s1	Machico	13.03
16,22	(1,5)	João	Costa	08-05-96	Lavra	2	Maia	02.05
16,27	(0,4)	António Joaq.	Gomes	95	CAS	2	Seia	16.05
16,28	(-1,5)	João	Romão	28-05-95	ARCBV	Hep	Luso	11.04
16,34	(-3,4)	André	Santos	11-01-95	ACDI	1	Aveiro	06.03
16,39	(-3,1)	Fábio	Ferreira	30-11-95	CPQR	1	A. Heroísmo	25.05
16,40	(0,5)	Tiago	Silva	18-04-95	EBPGS	Hep	Guimarães	18.04
16,41	(1,8)	Eduardo	Lima	95	CAMz-VC	1	V.Castelo	16.05
16,42	(-0,1)	André	de Sá	01-06-95	GDACH	3	Lisboa (AL)	23.05

* - com barreiras de 0,91 mt

Com marcas manuais

14,2	(-0,9)	Davidson	Borges	CBV	31-05-95	EBMDS	Hep	Lisboa (I)	11.04
14,5	(-0,9)	Miguel	Barrigana		03-07-96	EBMDS	Hep	Lisboa (I)	11.04
14,5	(1,0)	Diogo	Antunes		20-01-95	JOMA	1 el2	Lisboa (AL)	30.05
14,7	(-0,9)	Humberto	Afonso		11-09-96	EBMDS	Hep	Lisboa (I)	11.04
14,9	(1,0)	Ruben	Conchinho		01-05-95	SCP	2 el2	Lisboa (AL)	30.05
15,4	(1,5)	João	Romão		28-05-95	ARCBV	1	C.Branco	16.05
15,6	(0,0)	José	Martins		21-09-95	CAT	Hep	A.Heroísmo	28.02
15,6	(1,0)	Dário	Rodrigues		24-08-95	SLB	3 el2	Lisboa (AL)	30.05
15,7	(-0,2)	Júlio	Brissos		96	ACRZA	1	Beja	16.05
15,8	(-0,3)	Fábio	Ferreira		30-11-95	CPQR	Hep	A.Heroísmo	07.03
15,9	(1,0)	André	de Sá		01-06-95	GDACH	4 el2	Lisboa (AL)	30.05
16,1	(1,5)	Pedro	Pereira		13-04-95	ATB	2	C.Branco	16.05
16,3	(1,1)	Francisco	Barreto		31-08-96	CASM	2 el1	Lisboa (AL)	30.05

Com vento favorável > 2 m /s

13,81	(2,6)	Joel	Pereira		14-02-95	GAF	1 s2	Abrantes	13.03
14,12*	(3,4)	Davidson	Borges	CBV	31-05-95	EBMDS	2	Luso	22.05
14,2	(2,7)	Diogo	Antunes		20-01-95	JOMA	1	Lisboa (AL)	30.05
14,3	(2,7)	Miguel	Barrigana		03-07-96	EBMDS	2	Lisboa (AL)	30.05
14,59	(2,5)	Eduardo	Valério		07-02-96	JV	1	M.Grande	02.05
14,71	(4,6)	João	Taylor		24-01-95	CDFXI	1 s2	Faro	25.04
14,82	(4,6)	Adam	Ferreira		10-05-96	SLB-F	2 s2	Faro	25.04
15,00	(2,5)	INF	Fábio		03-05-97	ACV	2	M.Grande	02.05
14,8	(2,7)	Ruben	Conchinho		01-05-95	SCP	3	Lisboa (AL)	30.05
15,10	(3,3)	João Pedro	Sousa		10-01-96	ACDSJ	1-ex	Machico	25.04
14,9	(2,7)	André	de Sá		01-06-95	GDACH	4	Lisboa (AL)	30.05
15,16	(3,1)	Rafael	Oliveira		06-06-96	Ind-S	Hep	Faro	02.05
15,30	(3,1)	José	Martins		21-09-95	CAT	Hep	Faro	02.05
15,36	(3,1)	Júlio	Brissos		96	ACRZA	Hep	Faro	02.05
15,46	(2,6)	Alexandre	Santos		10-01-95	CPA-S	2 s2	Abrantes	13.03
15,3	(2,7)	Dário	Rodrigues		24-08-95	SLB	5	Lisboa (AL)	30.05
15,55	(2,6)	Francisco	Videira		11-08-95	JDAL	3 s2	Abrantes	13.03
16,18	(2,6)	Bernardo	Malaca		06-03-95	CPA-S	4 s2	Abrantes	13.03
16,24	(4,7)	Norberto	Cabral Mendes	CPV	16-10-95	ADCPF	1 s1	Faro	25.04
16,35	(4,6)	Pedro	Gonçaves		05-05-96	CDFXI	3 s2	Faro	25.04
16,48	(3,8)	José João	Pereira		10-03-95	NSF	Hep	Faro	03.04
16,51	(2,7)	Fábio	Fernandes		16-08-95	GDE	2	Machico	08.05

250 Metros-Barreiras (até 40,54/34,24)

33,67		Fábio	Ferreira		30-11-95	CPQR	1	P.Delgada	29.05
34,00		João	Taylor		24-01-95	CDFXI	1 s1	Beja	09.05
34,33		Eduardo	Valério		07-02-96	JV	1	Viseu	24.04
34,52		Ariclenes	Francisco	ANG	09-01-96	ACM-C	2	Viseu	24.04
34,99		Hugo	Ferraz		95	CPQR	2	P.Delgada	29.05
35,03		Caio	Silva	BRA	95	AATC	1-ex	Abrantes	22.05

35,14	Francisco	Videira	11-08-95	JDAL	2-ex	Abrantes	22.05
35,41	Roberto	Reigado	13-08-95	CASJ	1	Lagos	08.05
35,50	Adam	Ferreira	10-05-96	SLB-F	2	Lagos	08.05
35,54	Dyllan	Pedro	04-01-95	JV	1	M.Grande	01.05
(10)							
35,70	João	Romão	28-05-95	ARCBV	4	Viseu	24.04
36,00	Hugo	Santos	95	ARES	1 s2	P.Varzim	30.05
36,10	Pedro	Sequeira	16-01-95	GS-RC	2	Coimbra (ECC)	23.05
36,26	David	Câmara	95	ADRAP	1	Machico	09.05
36,41	Alexandre	Rocha	95	NSSMSM	3	P.Delgada	29.05
36,60	Tomás	Ribeiro	17-04-95	Lavra	1 s1	P.Varzim	30.05
36,78	Bernardo	Malaca	06-03-95	CPA-S	3-ex	Abrantes	22.05
36,99	João	Morais	95	Lavra	2 s2	P.Varzim	30.05
37,18	Tiago	Morgado	95	CPC	1 s1	Sobreda	11.04
36,30	Ademar	Marques	09-07-95	CAMz-VC	1	A.Valdevez	30.05
(20)							
37,38	Rafael	Oliveira	06-06-96	Ind-S	2 s1	Sobreda	11.04
37,39	Ayrton	Nascimento	95	ACRC	1	Viseu	08.05
37,45	Igor	Valente	25-01-96	ACRDE	5	Viseu	24.04
37,52	Ricardo	Oliveira	04-08-96	COD	4	P.Delgada	29.05
37,88	Bruno	Pestana	28-05-95	CARDÉS	6	Viseu	24.04
38,03	Rodrigo	Serra	96	ESMC	1 s3	Sobreda	11.04
38,04	Samuel	Oliveira	95	CSM	2	Machico	09.05
38,05	Ivan	Bica	96	QFC	1 s2	Sobreda	11.04
38,25	Pedro	Gonçalves	05-05-96	CDFFXI	3	Lagos	08.05
38,57	Miguel	Marques	23-05-95	JV	3	M.Grande	21.03
(30)							
38,72	Gabriel	Brito	12-10-95	CAMG-I	4	M.Grande	21.03
38,73	João	Dias	23-06-95	AAMt	2 s2	Sobreda	11.04
38,96	Miguel	Adriano	07-08-95	AAPL	3 s2	Sobreda	11.04
38,97	José	Gonçalves	27-09-95	FCP	2 s1	P.Varzim	30.05
38,98	Ricardo	Costa	22-02-95	ACV	5	M.Grande	21.03
39,06	Mário	Correia	31-05-96	CPC	3 s1	Sobreda	11.04
39,22	Diogo	Sousa	01-01-96	CCDC	4-ex	Abrantes	22.05
39,27	Jorge	Madeira	06-07-95	SRDE	2 s1	Beja	09.05
39,35	Victor	Korst	NED 21-10-96	AAPL	4 s1	Sobreda	11.04
39,38	Pedro	Pinto	96	CDQ	4	Lagos	08.05
(40)							
39,57	Hugo	Casaca	96	UDZA	5-ex	Abrantes	22.05
39,69	Filipe	Gonçalves	95	ACDSJ	2 s2	Machico	27.03
39,98	Rui	Lindeza	95	BNSC	1 s2	Beja	09.05
40,27	Diogo	Gonçalves	15-05-95	CAR-S	6-ex	Abrantes	22.05
40,38	Diogo	Santos	06-12-95	ACRDE	1-ex	Luso	24.04
40,51	Rodrigo	Ferraz	01-11-96	GDC	1 s4	Sobreda	11.04

Com marcas manuais

33,3	Erick	Oliveira	26-02-95	EBMDS	1 s1	Lisboa (AL)	29.05
33,8	Davidson	Borges	CBV 31-05-95	EBMDS	2 s1	Lisboa (AL)	29.05
34,2	Diogo	Antunes	20-01-95	JOMA	3 s1	Lisboa (AL)	29.05
34,5	Ruben	Parreira	11-04-95	EBMDS	4 s1	Lisboa (AL)	29.05
34,7	Dário	Rodrigues	24-08-95	SLB	1 s2	Lisboa (AL)	29.05
34,8	Ruben	Conchinho	01-05-95	SCP	5 s1	Lisboa (AL)	29.05
35,3	Júlio	Brissos	96	ACRZA	1	Beja	29.05
36,1	Diogo	Correia	96	SFRAA	2 s2	Lisboa (AL)	29.05
37,3	Jorge	Madeira	06-07-95	SRDE	2	Beja	29.05
38,9	Danilo	Abã	96	ACRM	3 s2	Lisboa (AL)	29.05
39,0	Marcelo	Godinho	16-05-95	CAT	2	A.Heroísmo	21.03

300 Metros-Barreiras (até 49,24)

42,70	Adam	Ferreira	10-05-96	SLB-F	3	Quarteira	16.05
45,01	David	Câmara	95	ADRAP	1 s2	Machico	16.05
45,50	João Pedro	Sousa	10-01-96	ACDSJ	2 s2	Machico	15.05
45,57	Diogo	Correia	96	SFRAA	3 s1	Lisboa (U)	16.05
45,95	Ruben	Conchinho	01-05-95	SCP	4 s1	Lisboa (U)	16.05
46,36	Pedro Alexandre	Santos	12-04-95	CPC	2	Sobreda	10.04
46,69	Miguel A.	Brito	14-02-95	CASJ	5	Quarteira	16.05
47,95	João	Morais	95	Lavra	5	P. Varzim	23.05
48,52	Rodrigo	Sousa	22-06-96	CBF	7	Quarteira	16.05
48,91	João	Ferreira	95	DE-EDMII	4	Guimarães	23.05

Com marcas manuais

44,1		José	Martins	21-09-95	CAT	3	A.Heroísmo	16.05
45,5		Gabriel	Henriques	21-02-95	GAF	2 s2	Rio Maior	09.05
48,6		Hugo	Casaca	96	UDZA	5 s2	Rio Maior	09.05

Altura (até 1,60/1,80)

1,88		José Rafael	Vilas Boas	01-02-95	SCB	Hep	Guimarães	18.04
1,84	(pc)		Vilas Boas			1	Braga	30.01
1,84	(pc)		Vilas Boas			ta	Alpiarça	06.02
1,83	(pc)		Vilas Boas			1	Braga	23.01
1,83		Joel	Pereira	14-02-95	GAF	Hep	Rio Maior	21.03
1,82		Daniel	Reis	03-01-95	CSGaia	2	P. Varzim	23.05
1,80	(pc)		Vilas Boas			1	Braga	19.12.2009
1,80	(pc)		Vilas Boas			1	Braga	13.02
1,80			Vilas Boas			Hep	Braga	28.03
1,80			Vilas Boas			1	Guimarães	23.05
1,78		Miguel	Barrigana	03-07-96	EBMDS	3	Lisboa (U)	16.05
1,76	(pc)	Eduardo	Valério	07-02-96	JV	1	Alpiarça	06.03
1,75		Davidson	Borges	CBV 31-05-95	EBMDS	Hep	Faro	02.05
1,74		César Alexandre	Encarnação	95	SUOV	1	Coimbra (ECC)	23.05
1,72	(pc)	Pedro	Ferreira	21-02-96	Lavra	ta	Alpiarça	06.02
1,71		INF Sérgio	Cruz	26-03-97	SUOV	2	Coimbra (ECC)	23.05
1,71		INF Pedro	Catarino	08-06-95	GRECAS	1	Aveiro	15.05
(10)								
1,70		João	Romão	28-05-95	ARCBV	Hep	Luso	11.04
1,69		INF Fábio	Martins	97	CLAC	1	Abrantes	23.05
1,67	(pc)	Miguel	Marques	23-05-95	JV	Hep	M.Grande	28.03
1,67		José	Martins	21-09-95	CAT	Hep	P.Delgada	28.03
1,66		Tiago	da Silva Ferreira	27-11-95	ADREP	Hep	Luso	11.04
1,65	(pc)	Humberto	Afonso	11-09-96	EBMDS	2	Lisboa (Galinheiras)	21.11.2009
1,65		Erick	Oliveira	26-02-95	EBMDS	Hep	Lisboa (I)	11.04
1,65		Diogo	Luz	12-05-95	JDN	1	Beja	15.05
1,64		Pedro Alexandre	Santos	12-04-95	CPC	1	Setúbal	15.05
1,63		Adam	Ferreira	10-05-96	SLB-F	Hep	Faro	02.05
(20)								
1,63		Ruben	Ribeiro	04-10-95	ESJD	2	Aveiro	15.05
1,62		Alexandre	Santos	10-01-95	CPA-S	Hep	Rio Maior	21.03
1,62		Dyllan	Pedro	04-01-95	JV	Hep	Luso	11.04
1,61	(pc)	José Manuel	Ribeiro	95	DE-CELEI	1	Braga	12.02
1,61	(pc)	Gabriel	Gabriel	95	DE-EVV	2	Braga	12.02
1,61	(pc)	Roberto	Reigado	13-08-95	CASJ	2	V.R.S.António	20.03
1,61		Victor	Korst	NED 21-10-96	AAPL	2	Setúbal	15.05
1,60		Ricardo	Valente	11-01-95	SFG	1	Elvas	28.11.2009
1,60	(pc)	João Pedro	Postiga	21-07-95	CDCNAV	3	Braga	19.12.2009
1,60	(pc)	INF Fábio	Dias	03-05-97	ACV	1	Pombal	27.02
(30)								
1,60	(pc)	Miguel	Morais	95	CAMG-I	3	Pombal	27.02
1,60		Pedro	Fernandes	01-10-95	CASM	Hep	Lisboa (I)	11.04
1,60		Mateus	Fortunato	BRA 13-06-95	ADLA	Hep	Lisboa (I)	11.04
1,60		José	Pinho	20-03-95	NAC	3	Aveiro	15.05
1,60		Denys	Vatamanyuk	UKR 03-09-96	CDFFXI	5	Quarteira	16.05
1,60		Pedro	Gonçalves	05-05-96	CDFFXI	6	Quarteira	16.05
1,60		Vitor	Valente	25-02-95	ESEST	10	Luso	22.05

Ao ar Livre:

1,76		Eduardo	Valério	07-02-96	JV	Hep	M.Grande	28.03
1,68		Pedro	Ferreira	21-02-96	Lavra	Hep	Guimarães	18.04
1,65		Humberto	Afonso	11-09-96	EBMDS	Hep	Lisboa (I)	11.04
1,64		Miguel	Marques	23-05-95	JV	2	M.Grande	17.04

Atletas Iniciados até 31-12-2009

1,83	(pc)	Ricardo	Mendes	30-05-94	JV	t	Pombal	26.12.2009
1,75	(pc)	João	Moniz	17-11-94	JV	t	Pombal	26.12.2009
1,71	(pc)	Edgar	Remédios	05-05-94	GAF	t	Pombal	26.12.2009
1,70		Henrique Pedro	Água-Doce	25-09-94	BNSC	1	Beja	12.12.2009
1,67	(pc)	Artur	Koshchuk	UKR 05-03-94	JV	t	Pombal	26.12.2009

1,65	(pc)	Rodrigo	Rodrigues	01-12-94	GAF	6	Alpiarça	05.12.2009
1,65	(pc)	Tiago	Costa	94	CCDR	3	Braga	19.12.2009
1,63		Leonardo	Cortiço	05-12-94	SFG	1	C.Vide	12.12.2009

Vara (até 1,80/3,10)

2,90		Diogo	Gonçalves	15-05-95	CAR-S	1	Rio Maior	08.05
2,70		Micael	Seixeiro	20-07-95	GRECAS	1	Viseu	24.04
2,60	(pc)	José	Santos	14-01-95	A20Km	2	Alpiarça	13.02
2,50		Pedro	Gonçalves	05-05-96	CDFXXI	1	Faro	27.02
2,50		Ângelo	Santos	13-04-96	JV	1	M.Grande	21.03
2,50		Miguel	Lavrador	13-07-95	JV	1	M.Grande	01.05
2,50		Alexandre	Santos	10-01-95	CPA-S	4	Rio Maior	08.05
2,40		Bruno	Dias	96	GDIS	7	Seixal	19.12.2009
2,40	(pc)	Miguel	Pinheiro	21-07-96	ACV	3	Pombal	05.12.2009
2,40		Carlos	Sousa	96	ACDSJ	6	Machico	15.05
(10)								
2,25		Luís	Amaral	22-05-95	CAS	1	Seia	08.05
2,10		José João	Pereira	10-03-95	NSF	2	Faro	27.02
2,00	(pc)	Jorge	de Oliveira	09-05-95	CPA-S	6	Alpiarça	13.02
2,00		Miguel	Marques	23-05-95	JV	3	M.Grande	21.03
1,90	(pc)	Miguel	Morais	05-03-95	CAMG-I	4	Pombal	05.12.2009
1,90		Norberto	Cabral Mendes	CPV 16-10-95	ADCPF	3	Faro	27.02
1,80	INF	José Mário	Mendes	97	ACDSJ	2	Machico	09.05

Ao ar Livre:

2,60		José	Santos	14-01-95	A20Km	3	Rio Maior	08.05
2,30		Miguel	Pinheiro	21-07-96	ACV	2	M.Grande	01.05

Comprimento (até 5,40/6,20)

6,12	(0,1)	José Rafael	Vilas Boas	01-02-95	SCB	1	Guimarães	22.05
6,09	(1,5)	Eduardo	Valério	07-02-96	JV	1	M.Grande	09.05
6,09	(0,4)	Miguel	Marques	23-05-95	JV	2	M.Grande	09.05
6,08	(0,0)	Miguel	Barrigana	03-07-96	EBMDS	3	Luso	23.05
6,07	(1,0)	Joel	Pereira	14-02-95	GAF	Hep	Faro	01.05
6,06	(0,0)	André	Santos	11-01-95	ACDI	2	Leiria	22.05
6,02	(0,8)	Davidson	Borges	CBV 31-05-95	EBMDS	Hep	Faro	01.05
6,01	(0,6)	Pedro	Catarino	08-06-95	GRECAS	1	Aveiro	16.05
5,91	(0,2)	Ricardo	Ferreira	24-04-95	SCB	1	Braga	16.05
5,91	(1,2)	Humberto	Afonso	11-09-96	EBMDS	8	Lisboa(U)	15.05
(10)								
5,87	(0,6)	Francisco	Videira	11-08-95	JDAL	2	Abrantes	18.04
5,86	(pc)	Daniel	Reis	03-01-95	CSGaia	t	Alpiarça	06.02
5,84	(-1,0)	Rafael	Neves	95	DE-AEC	1	Coimbra (ECC)	22.05
5,76	(1,1)	Ruben Miguel	Almeida	95	CDD	3	M.Grande	17.04
5,73	(-0,5)	Daniel	Reis	03-01-95	CSGaia	t	Maia	12.12.2009
5,73	(1,7)	Axel	Teixeira	16-02-96	CAMG-I	Hep	M.Grande	27.03
5,70	(-0,9)	João Pedro	Sousa	10-01-96	ACDSJ	1	Machico	13.03
5,68	(1,9)	Arclenes	Francisco	ANG 09-01-96	ACM-C	1	Luso	01.05
5,66	(pc)	Fábio	Teixeira	22-02-95	ESL	t	Espinho	23.01
5,72	(0,8)	Rafael	Martins	96	GS-RC	4	M.Grande	17.04
(20)								
5,72	(1,4)	Ruben	Conchinho	01-05-95	SCP	2	Lisboa (AL)	23.05
5,69	(1,8)	Bernardo	Malaca	06-03-95	CPA-S	6	Rio Maior	08.05
5,69	(0,0)	Rui	Almeida	95	ACRC	4	Leiria	22.05
5,64	(0,0)	Miguel	Costa	96	DE-Palmeira	1	Braga	28.04
5,64	(-0,1)	Filipe	Sousa	03-01-95	SCP	3	Lisboa (AL)	23.05
5,63	(2,0)	José	Martins	21-09-95	CAT	t	A.Heroísmo	30.01
5,63	(1,1)	Diogo	Castro	01-04-95	AFIS	3	Aveiro	16.05
5,63	(-1,7)	Micael	Seixeiro	20-07-95	GRECAS	2-ex	Coimbra (ECC)	22.05
5,62	(pc)	Pedro	Guedes	95	DE-EBGOND	1	Espinho	21.02
5,62	(1,9)	Miguel	Carreira	12-03-96	JV	3	M.Grande	09.05
(30)								
5,62	(0,8)	Dyllan	Pedro	04-01-95	JV	4	M.Grande	09.05
5,62	(1,1)	Tiago	da Silva Ferreira	27-11-95	ADREP	4	Aveiro	16.05
5,61	(0,7)	INF Fábio	Martins	97	CLAC	p	Faro	01.05
5,61	(0,0)	Pedro	Pereira	13-04-95	ATB	1	C.Branco	16.05
5,59	(-0,2)	Ângelo	Santos	13-04-96	JV	6	Leiria	22.05
5,56	(pc)	Erick	Oliveira	26-02-95	EBMDS	t	Alpiarça	20.12.2009
5,55	(1,1)	João	Costa	08-05-96	Lavra	1	Maia	24.04

5,55	(1,4)	Pedro	Ferreira	21-02-96	Lavra	3	Maia	02.05
5,54	(0,1)	Luís	Neves	22-05-95	SLB	2	Lisboa (AL)	28.11.2009
5,54	(-0,3)	INF Fábio	Dias	03-05-97	ACV	8	Leiria	22.05
(40)								
5,54	(1,2)	Diogo	Antunes	20-01-95	JOMA	-	Lisboa (AL)	23.05
5,53	(1,6)	Gabriel	Henriques	21-02-95	GAF	4	Abrantes	18.04
5,53	(1,6)	Rui	Trindade	95	ACRC	4	Viseu	02.05
5,51	(1,2)	André	Nunes	06-07-95	CDUL	-	Lisboa(U)	15.05
5,49	(-1,2)	Ricardo	Ferreira	11-02-95	SLB	1	Sobreda	21.03
5,49	(0,0)	José	Ribeiro	95	DE-CELEI	2	Braga	28.04
5,48	(pc)	Mário	Moreira	96	DE-EBFS	1	Espinho	26.02
5,47	(0,0)	Narciso	Vieira	19-03-96	EBPGS	1	A.Valdevez	20.03
5,46	(0,5)	Dário	Rodrigues	24-08-95	SLB	3	Lisboa (I)	27.03
5,46	(1,6)	Rafael	Oliveira	06-06-96	Ind-S	3	Setúbal	16.05
5,45	(0,0)	Luís	Macedo	95	DE-Real	4	Braga	28.04
(50)								
5,45	(1,3)	Higino	Caldeira	23-03-95	CAFZ	7	Rio Maior	08.05
5,43	(0,5)	Mário	Correia	31-05-96	CPC	4	Sobreda	08.05
5,42	(pc)	Pedro	Santos	95	NACH	t	Alpiarça	06.02
5,41	(0,0)	Eduardo	Sá	95	DE-EDMII	1	Braga	08.05
5,41	(-1,5)	Gonçalo	Dias	22-05-95	EGV	2	Viseu	16.05
5,40	(1,0)	Júlio	Brissos	96	ACRZA	1	Beja	16.05

Ao ar Livre:

5,80	(-1,1)	Daniel	Reis	03-01-95	CSGaia	Hep	Guimarães	17.04
5,47	(0,4)	Erick	Oliveira	26-02-95	EBMDS	Hep	Lisboa (I)	10.04
5,45	(0,0)	Ricardo	Ferreira	24-04-95	SCB	3	Braga	28.04
5,40	(0,0)	Fábio	Teixeira	22-02-95	ESL	Hep	Luso	27.03

Sem controlo de anemómetro

6,31		Davidson	Borges	CBV 31-05-95	EBMDS	1	Abrantes	24.04
6,29		Miguel	Barrigana	03-07-96	EBMDS	2	Abrantes	24.04
6,05		Humberto	Afonso	11-09-96	EBMDS	5	Abrantes	24.04
5,78		João	Casegas	24-08-95	CASM	1	Abrantes	24.04
5,77		Bernardo	Malaca	06-03-95	CPA-S	2	Abrantes	24.04
5,74		Gabriel	Henriques	21-02-95	GAF	3	Abrantes	24.04
5,69		João	Costa	08-05-96	Lavra	1	P.Varzim	15.05
5,61		José	Ribeiro	95	DE-CELEI	2	P.Varzim	15.05
5,58		Dário	Rodrigues	24-08-95	SLB	4	Abrantes	24.04
5,57		João	Maciel	95	CAMz-VC	1	A.Valdevez	29.05
5,52		Eduardo	Silva	14-04-95	UDZA	5	Abrantes	24.04
5,40		Pedro	Santos	96	NACH	1	Valpaços	09.01

Com vento favorável > a 2 m/s

6,30	(3,5)	Miguel	Barrigana	03-07-96	EBMDS	1	Lisboa (AL)	20.03
6,26	(3,2)	Eduardo	Valério	07-02-96	JV	1	M.Grande	01.05
6,19	(2,3)	Daniel	Reis	03-01-95	CSGaia	1	Maia	02.05
6,09	(3,0)	Miguel	Marques	23-05-95	JV	2	M.Grande	01.05
6,00	(3,2)	Francisco	Videira	11-08-95	JDAL	1	Rio Maior	08.05
5,79	(3,4)	Rui Vasco	Paiva	96	EBE	6	Aveiro	01.05
5,78	(4,9)	Diogo	Castro	01-04-95	AFIS	7	Aveiro	01.05
5,77	(3,2)	João	Dias	23-06-95	AAMt	1	Setúbal	16.05
5,74	(5,3)	Adam	Ferreira	10-05-96	SLB-F	1	Faro	25.04
5,74	(4,7)	Pedro	Catarino	08-06-95	GRECAS	8	Aveiro	01.05
5,74	(2,7)	Diogo	Antunes	20-01-95	JOMA	1	Lisboa (AL)	23.05
5,71	(4,5)	Gabriel	Brito	12-10-95	CAMG-I	3	M.Grande	01.05
5,70	(4,9)	Ruben	Forra	95	CAO-F	2	Faro	25.04
5,70	(4,3)	André	Nunes	06-07-95	CDUL	10	Lisboa(U)	15.05
5,68	(4,7)	Roberto	Reigado	13-08-95	CASJ	3	Faro	25.04
5,68	(3,0)	Dyllan	Pedro	04-01-95	JV	4	M.Grande	01.05
5,65	(5,3)	José João	Pereira	10-03-95	NSF	4	Faro	25.04
5,63	(2,7)	Marco	Carvalho	BRA 95	ACRM	11	Lisboa(U)	15.05
5,53	(2,5)	Rafael	Pombeiro	29-04-95	AAMT	2	Setúbal	16.05
5,60	(4,6)	João	Costa	08-05-96	Lavra	2	Maia	02.05
5,56	(5,3)	Micael	Seixeiro	20-07-95	GRECAS	10	Aveiro	01.05
5,56	(3,9)	Mateus	Fortunato	BRA 13-06-95	ADLA	5	Lisboa (AL)	23.05
5,55	(4,1)	Ruben	Forra	95	CAO-F	4	Faro	15.05

5,54	(3,1)	Ricardo	Ferreira	11-02-95	SLB	Hep	Lisboa (I)	10.04
5,50	(3,5)	Rafael	Oliveira	06-06-96	Ind-S	Hep	Seixal	17.04
5,49	(2,2)	Júlio	Brissos	96	ACRZA	1	Beja	29.05
5,47	(3,4)	Ruben	Ribeiro	04-10-95	ESJD	11	Aveiro	01.05
5,46	(3,1)	Fábio	Ferreira	30-11-95	CPQR	Hep	P.Delgada	27.03
5,43	(2,3)	Paulo	Rosa	04-06-95	GAF	5	Abrantes	18.04
5,41	(2,9)	Ruben Miguel	Silva	21-06-95	AAPL	4	Setúbal	16.05
5,40	(5,9)	João	Casegas	24-08-95	CASM	1	Lisboa (AL)	20.03
5,40	(5,2)	Vitaliy	Kozar	95	NSF	6	Faro	25.04

Atletas Iniciados até 31-12-2009

6,30	(pc)	Artur	Koshchuk	UKR	05-03-94	JV	3	Pombal	13.12.2009
5,84	(pc)	João	Moniz		17-11-94	JV	5	Pombal	13.12.2009
5,88	(pc)	Edgar	Remédios		05-05-94	GAF	3	Pombal	13.12.2009

Triplo (até 10,40/13,00)

13,08	(pc)	Joel	Pereira	14-02-95	GAF	1	Alpiarça	13.02	
12,53	(pc)	Miguel	Carreira	12-03-96	JV	1	Pombal	07.03	
12,51	(1,8)	Eduardo	Valério	07-02-96	JV	-	M.Grande	02.05	
12,26	(1,8)	Rui	Almeida	95	ACRC	1	Viseu	09.05	
12,18	(pc)	José Rafael	Vilas Boas	01-02-95	SCB	3	Braga	30.01	
12,09	(pc)	Francisco	Videira	11-08-95	JDAL	5	Alpiarça	13.02	
12,08	(2,0)	Rafael	Neves	95	DE-AEC	1	Coimbra (ECC)	23.05	
11,97	(-1,6)	Alexandre	Santos	10-01-95	CPA-S	4	Rio Maior	09.05	
11,97	(0,1)	Diogo	Antunes	20-01-95	JOMA	3	Lisboa (U)	16.05	
11,91	(pc)	Axel	Teixeira	16-02-96	CAMG-I	2	Pombal	07.03	
11,89	(pc)	Gabriel	Brito	12-10-95	CAMG-I	3	Pombal	07.03	
(10)									
11,77	(pc)	Miguel	Marques	23-05-95	JV	4	Pombal	05.12.2009	
11,60	(-1,4)	Daniel	Reis	03-01-95	CSGaia	1	Maia	20.02	
11,58	(pc)	Dyllan	Pedro	04-01-95	JV	4	Pombal	07.03	
11,52	(0,9)	Ruben Miguel	Silva	21-06-95	AAPL	1	Seixal	13.03	
11,38	(0,1)	José	Gonçalves	27-09-95	FCP	1	Braga	09.05	
11,36	(pc)	Ángelo	Santos	13-04-96	JV	5	Pombal	07.03	
11,33	(-2,5)	Wilson	Gussul	15-09-95	UAP	2	Lisboa (AL)	30.05	
11,22	(0,0)	Tomás	Nunes	95	GADD	1	A.Valdevez	30.05	
11,20	(pc)	André	Santos	11-01-95	ACDI	4	Espinho	03.01	
11,14	(0,8)	José João	Pereira	10-03-95	NSF	1	Faro	10.04	
(20)									
11,11	(1,0)	João Pedro	Sousa	10-01-96	GDE	1	Machico	15.05	
11,04	(0,6)	Ruben	Conchinho	01-05-95	SCP	2	Lisboa (I)	20.03	
10,98	(pc)	Tiago	Silva	18-04-95	EBPGS	11	Braga	30.01	
10,97	(-0,9)	Rui	Simões	23-06-96	FCP	3	Maia	20.02	
10,96	(1,6)	Tomás	Militão	25-03-96	COD	1	P.Delgada	22.05	
10,94	(1,8)	Pedro	Martinho	11-02-95	JOMA	2	Lisboa (AL)	05.12.2009	
10,91	(0,4)	Rafael	Martins	96	GS-RC	3	Coimbra (ECC)	23.05	
10,88	(0,1)	Victor	Korst	NED	21-10-96	AAPL	2	Seixal	13.03
10,87	(0,5)	Marcelo	Pap	HUN	10-08-95	SLB	2	Lisboa (AL)	07.03
10,87	(1,7)	Pedro	Ferreira		21-02-96	Lavra	3	P. Varzim	23.05
(30)									
10,86	(pc)	Pedro	Silva	21-03-95	SCB	12	Braga	30.01	
10,86	(1,4)	Norberto	Cabral Mendes	CPV	16-10-95	ADCPF	5	Quarteira	16.05
10,86	(1,9)	Jorge	Madeira		06-07-95	SRDE	1	Beja	30.05
10,85	(-1,4)	Adam	Ferreira		10-05-96	SLB-F	2	Faro	10.04
10,80	(1,6)	Wellington	Silva	BRA	01-04-95	SLB	3	Lisboa (AL)	05.12.2009
10,73	(pc)	Igor	Valente		25-01-96	ACRDE	6	Espinho	03.01
10,71	(1,2)	Vitor José	Gouveia		03-03-95	ACDSJ	2	Machico	15.05
10,68	(0,6)	Tiago	Morgado		95	CPC	3	Seixal	13.03
10,65	(pc)	Bernardo	Malaca		06-03-95	CPA-S	10	Alpiarça	13.02
10,60	(-1,3)	Pedro	Sequeira		16-01-95	GS-RC	-	Coimbra (ECC)	23.05
(40)									
10,58	(1,2)	Rui	Coelho		95	AAMT	5	Sobreda	09.05
10,55	(-1,5)	Roberto	Reigado		13-08-95	CASJ	4	Faro	10.04
10,55	(-0,5)	César Alexandre	Encarnação		95	SUOV	-	Coimbra (ECC)	23.05
10,52	(1,6)	Bruno	Pepe		95	JV	-	M.Grande	02.05
10,50	(pc)	João	Costa		08-05-96	Lavra	7	Espinho	03.01

Ao ar Livre:

11,60	(-2,4)	Francisco	Videira	11-08-95	JDAL	5	Rio Maior	09.05
11,38	(1,8)	Dyllan	Pedro	04-01-95	JV	-	M.Grande	02.05

Sem controlo de anemómetro

11,62		José	Martins	21-09-95	CAT	1	A.Heroísmo	23.01
11,12		Fábio	Ferreira	30-11-95	CPQR	3	A.Heroísmo	16.05
10,57		Rodrigo	Oliveira	96	AJES	2	V.Novas	29.05

Com vento favorável > a 2 m/s

12,60	(4,0)	Eduardo	Valério	07-02-96	JV	1	M.Grande	02.05
12,35	(2,2)	Miguel	Carreira	12-03-96	JV	2	M.Grande	02.05
12,24	(3,4)	Miguel	Marques	23-05-95	JV	3	M.Grande	02.05
12,14	(3,4)	Gabriel	Brito	12-10-95	CAMG-I	4	M.Grande	02.05
12,00	(4,5)	INF Fábio	Dias	03-05-97	ACV	5	M.Grande	02.05
11,74	(5,6)	Daniel	Reis	03-01-95	CSGaia	1	P. Varzim	30.05
11,70	(4,6)	Axel	Teixeira	16-02-96	CAMG-I	6	M.Grande	02.05
11,58	(2,6)	Dyllan	Pedro	04-01-95	JV	7	M.Grande	02.05
11,50	(5,7)	Eduardo	Campos	95	MAC	2	P. Varzim	30.05
11,47	(3,1)	Diogo	Antunes	20-01-95	JOMA	1	Lisboa (AL)	05.12.2009
11,41	(6,2)	Micael	Seixeiro	20-07-95	GRECAS	4	Aveiro	02.05
11,24	(5,0)	Bruno	Pepe	95	JV	8	M.Grande	02.05
11,15	(3,9)	André	José	95	CASG	9	M.Grande	02.05
11,09	(2,7)	Pedro	Sequeira	16-01-95	GS-RC	2	Coimbra (ECC)	23.05
11,01	(3,5)	Victor	Korst	NED 21-10-96	AAPL	2	Sobreda	09.05
10,95	(3,9)	Pedro	Vilacova	96	Lavra	4	P. Varzim	30.05
10,94	(2,3)	Ângelo	Santos	13-04-96	JV	10	M.Grande	02.05
10,82	(3,5)	Duarte	Matos	95	ACV	11	M.Grande	02.05
10,80	(3,6)	Miguel	Costa	96	Lavra	5	P. Varzim	30.05
10,73	(2,3)	César Alexandre	Encarnação	95	SUOV	4	Coimbra (ECC)	23.05
10,57	(4,2)	Marco	Carvalho	BRA 95	ACRM	1	Lisboa (AL)	02.05
10,51	(4,6)	Manuel	Melo	95	ACRDE	7	Aveiro	02.05

Atletas Iniciados até 31-12-2009

13,13		João	Moniz	17-11-94	JV	1	Pombal	05.12.2009
12,71		Ricardo	Mendes	30-05-94	JV	2	Pombal	05.12.2009
12,21		João	Oliveira	17-12-94	CNRM	3	Pombal	12.12.2009

Peso (4) (até 11,00/14,00)

15,96		José	Pinho	20-03-95	NAC	1	Aveiro	15.05
15,60		Tiago	da Silva Ferreira	27-11-95	ADREP	1	Leiria	22.05
15,27			Pinho			2	Leiria	22.05
15,20			da Silva Ferreira			2	Aveiro	15.05
14,73	(pc)		Pinho			1-ex	Espinho	17.01
14,56			da Silva Ferreira			1	Luso	17.03
14,01			da Silva Ferreira			1	M.Grande	17.04
13,99		Diogo	Luz	12-05-95	JDN	1	Beja	29.05
13,62	(pc)	Miguel	Carreira	12-03-96	JV	ta	Pombal	26.12.2009
13,62		Luís	Cardoso	11-02-95	SUOV	1	Coimbra (ECC)	23.05
13,44		André	Carrilho Duarte	06-12-95	CRCDL	3	Leiria	22.05
13,34		David	Ferreira	07-03-95	ADRAP	1-ex	Machico	24.04
13,13		Gonçalo	Dias	22-05-95	EGV	Hep	Viseu	20.03
12,73		Kevin	Simões	02-01-95	EHA-Fr	1	Colmar	05.05
12,62		Davidson	Borges	CBV 31-05-95	EBMDS	Hep	Lisboa (I)	11.04
(10)								
12,22		Délio	Macedo	30-09-95	CDELP	1	P.Delgada	30.05
12,21		Bernardo	Brasil de Oliveira	19-02-95	CSM-L	2	M.Grande	08.05
12,14		Samuel	Ribeiro	96	OCL	Hep	Faro	03.04
12,10		INF Décio	Andrade	25-01-97	GDE	1	Funchal (RG3)	08.05
12,06		Humberto	Afonso	11-09-96	EBMDS	1	Lisboa (AL)	29.05
12,05		Daniel	Almeida	20-10-96	ADS	3	Aveiro	20.12.2009
12,01		Pedro	Aguiar	10-01-95	ACM-AH	1	A.Heroísmo	24.04
12,00		Gabriel	Brito	12-10-95	CAMG-I	5	Leiria	22.05
11,62		João	Dias	23-06-95	AAMT	1	Setúbal	15.05
11,60		Wilson	Gussul	15-09-95	UAP	1	Abrantes	24.04
(20)								
11,59		Henrique	Gonçalves	10-02-96	GS-RC	2	Luso	02.05

11,52		José	Martins	21-09-95	CAT	Hep	Faro	02.05
11,49		Vitor	Valente	25-02-95	ESEST	1	Luso	17.03
11,48		José	Santos	14-01-95	A20Km	1	Abrantes	17.04
11,48		Rui	Silva	27-02-95	SCB	1	Braga	15.05
11,47		Duarte	Guerreiro	95	CASM	2	Abrantes	24.04
11,43	(pc)	Fábio	Teixeira	22-02-95	ESL	t	Espinho	23.01
11,39		Jorge	de Oliveira	09-05-95	CPA-S	2	Abrantes	17.04
11,39		Tiago	Silva	18-04-95	EBPGS	1	Braga	28.04
11,38		Rafael	Pombeiro	29-04-95	AAMT	2	Setúbal	15.05
(30)								
11,36		Daniel	Reis	03-01-95	CSGaia	1	Porto(l)	10.04
11,24		Bruno	Pestana	28-05-95	CARDES	Hep	Viseu	20.03
11,24		Miguel	Lavrador	13-07-95	JV	3	M.Grande	08.05
11,24		Dinis	Azevedo	95	Lavra	1	P.Varzim	30.05
11,13		João	Romão	28-05-95	ARCBV	Hep	Luso	11.04
11,11		Sérgio	Carvalho	95	CDCNAV	2	Lovelhe	27.03
11,09		Ericksson	Sousa	11-01-95	GAF	3	Abrantes	17.04
11,04		George	Oliveira	02-06-95	GAF	4	Abrantes	17.04
11,04	INF	Oleksandr	Lyashchenko	UKR 18-01-97	CAMG-I	7	Leiria	22.05

* - engenho de 5 Kg

Ao ar Livre:

13,26		Miguel	Carreira	12-03-96	JV	Hep	Luso	11.04
11,19		Fábio	Teixeira	22-02-95	ESL	Hep	Luso	11.04
11,05		Gonçalo	Dias	22-05-95	EGV	t	Viseu	12.12.2009
11,02		Rui	Silva	27-02-95	SCB	2	Braga	28.04

Disco (1) (até 27,00/45,00)

50,86		José	Pinho	20-03-95	NAC	1	Viseu	24.04
47,87		Tiago	da Silva Ferreira	27-11-95	ADREP	2	Viseu	24.04
46,45			Pinho			1-ex	Aveiro	20.02
46,37		Luís	Cardoso	11-02-95	SUOV	3	Viseu	24.04
46,21			da Silva Ferreira			1	Lovelhe	27.03
44,13		André	Carrilho Duarte	06-12-95	CRCDL	1	Faro	10.04
35,84		Rui	Silva	27-02-95	SCB	1	Guimarães	15.05
35,71		Pedro	Aguiar	10-01-95	ACM-AH	1-ex	A.Heroísmo	06.02
35,23		Miguel	Carreira	12-03-96	JV	3-ex	Aveiro	20.02
34,68		João Igor	Fernandes	15-03-95	AJS	1	Ribeira Brava	20.12.2009
34,42	INF	Décio	Andrade	25-01-97	GDE	1	Funchal (RG3)	08.05
34,30		David	Ferreira	07-03-95	ADRAP	2	Ribeira Brava	20.12.2009
(10)								
33,87		Henrique	Gonçalves	10-02-96	GS-RC	2	Coimbra (ECC)	22.05
31,81		Dinis	Azevedo	95	Lavra	1	P.Varzim	30.05
31,55		Elvis	Matias	30-05-95	GRECAS	2	Aveiro	12.12.2009
30,99		Miguel	Lavrador	13-07-95	JV	4-ex	Aveiro	20.02
30,18		Pedro Daniel	Soares	16-06-96	CAMG-I	1	M.Grande	01.05
29,77		Rafael	Pombeiro	29-04-95	GDRCC	1	Sobreda	24.04
29,31		Samuel	Ribeiro	96	OCL	2	Lagos	09.05
29,14*		Bernardo	Malaca	06-03-95	CPA-S	3	Rio Maior	08.05
28,94		Gabriel	Brito	12-10-95	CAMG-I	2	M.Grande	21.03
28,91		Leonardo	Sousa	96	Lavra	2	P.Varzim	30.05
(20)								
28,61		José	Gonçalves	27-09-95	FCP	2	Braga	08.05
28,49	INF	Oleksandr	Lyashchenko	UKR 18-01-97	CAMG-I	2	M.Grande	01.05
28,18		Leandro	Gonçalves	08-11-96	NAC	2	Guimarães	27.12.2009
28,02		João	Costa	08-05-96	Lavra	3	P.Varzim	30.05
27,82		Gonçalo	Dias	22-05-95	EGV	5	Viseu	24.04
27,61*		Daniel	Martins	95	CDCNAV	5	P.Varzim	22.05
27,48		Daniel	Coelho	30-09-96	GDC	2	Sobreda	24.04

* - engenho de 1, 5 Kg

** - engenho de 1,2 Kg

Martelo (4) (até 20,00/44,00)

52,68		Luís	Cardoso	11-02-95	SUOV	1	Coimbra (ECC)	22.05
50,09	INF	Décio	Andrade	25-01-97	GDE	1-ex	Funchal (RG3)	17.04
47,85		Pedro	Aguiar	10-01-95	ACM-AH	1	A.Heroísmo	25.04
46,78			Aguiar			1-ex	A.Heroísmo	06.02
45,00			Aguiar			1	A.Heroísmo	17.04

44,60		Andrade			1-ex	Funchal (RG3)	13.03
44,35		Aguiar			1	A.Heroísmo	20.02
41,79	Daniel	Roleira	95	ADCL	1	V.Castelo	26.05
38,49	José	Pinho	20-03-95	NAC	1-ex	Aveiro	20.02
36,28	David	Ferreira	07-03-95	ADRAP	2-ex	Funchal (RG3)	17.04
32,54	Dinis	Azevedo	95	Lavra	1	P.Varzim	29.05
32,11	Miguel	Carreira	12-03-96	JV	1	M.Grande	01.05
31,34	Leandro	Gonçalves	08-11-96	NAC	1	Guimarães	27.12.2009
30,12	Diogo	Luz	12-05-95	JDN	1	Beja	30.05
(10)							
29,72*	Samuel	Ribeiro	96	OCL	1-ex	Quarteira	22.05
29,12	João	Pereira	96	FCP	1-ex	Porto (I)	15.05
29,02	Bernardo	Brasil de Oliveira	19-02-95	CSM-L	2	M.Grande	01.05
28,44	Daniel	Martins	95	CDCNAV	2	P.Varzim	29.05
27,83*	André	Carrilho Duarte	06-12-95	CRCDL	3	Faro	15.05
27,26	Vanderson	Pereira	96	GDC	1	Sobreda	11.04
26,73	Rui	Silva	27-02-95	SCB	ex	P.Varzim	29.05
25,39	Daniel	Reis	03-01-95	CSGaia	2	Porto (I)	10.04
25,24	João	Oliveira	96	FCP	1	Guimarães	21.03
25,19	Miguel	Madeira	06-07-95	SRDE	2	Beja	30.05
(20)							
25,01	Daniel	Coelho	30-09-96	GDC	2	Sobreda	11.04
24,69	João	Silva	95	AACC	3	Sobreda	11.04
24,68	Hélder	Sousa	95	ACDSJ	2	Funchal (RG3)	08.05
23,50	INF Francisco	Costa	25-02-97	ESCMOV	4	P.Varzim	29.05
23,06	Tiago	Gonçalves	95	CSGaia	5	P.Varzim	29.05
22,66*	João	Marques	95	DIDAXIS	4	Guimarães	22.05
22,50	Manuel	Silva	95	CDMAR	6	P.Varzim	29.05
21,80	Tomás	Ribeiro	17-04-95	Lavra	2	Porto (I)	23.01
21,75	Joselino	Lucas	95	ACDSJ	3	Funchal (RG3)	08.05
21,69	Miguel	Ângelo	95	CSGaia	4	Porto (I)	10.04
(30)							
21,20*	Ricardo	Mateus	20-08-95	A20Km	5	Rio Maior	08.05
21,82	Luís	Pina	10-12-96	CSGaia	7	P.Varzim	29.05
20,47*	João	Mourão	11-07-96	CDFFXI	5	Faro	15.05

* - engenho de 5 Kg

Dardo (0,5) (até 34,00)

36,10	Pedro	Coelho	25-02-95	GDE	1-ex	Machico	25.04
35,52	André	Pereira	95	Ind-M	1	Machico	02.05
34,84	David	Ferreira	95	ADRAP	3	Machico	02.05
34,34	INF Décio	Andrade	25-01-97	GDE	2-ex	Machico	25.04
34,07	José Valentim	Fernandes	14-02-95	AJS	2	Machico	05.12.2009

Dardo (0,6) (até 31,00/45,00)

49,55	Miguel	Lavrador	13-07-95	JV	1	Leiria	22.05
47,36		Lavrador			1	Aveiro	12.12.2009
45,78		Lavrador			1	M.Grande	09.05
45,75		Lavrador			Hep	M.Grande	27.03
45,09	Davidson	Borges	CBV 31-05-95	EBMDS	Hep	Lisboa (I)	10.04
44,46	Fábio	Teixeira	22-02-95	ESL	1	Aveiro	16.05
43,44	Kevin	Simões	02-01-95	EHA-Fr	1	Colmar	25.04
42,51	Daniel	Reis	03-01-95	CSGaia	1	Guimarães	21.03
42,50	José	Pinho	20-03-95	NAC	2	Aveiro	16.05
41,52	Higino	Caldeira	23-03-95	CAFZ	1	Abrantes	18.04
40,50	Pedro	Catarino	08-06-95	GRECAS	3	Aveiro	16.05
39,39	João Alexandre	Silva	15-12-96	JV	Hep	M.Grande	27.03
38,87	Diogo	Luz	12-05-95	JDN	1	Beja	26.05
(10)							
38,55	José	Gonçalves	27-09-95	FCP	1	P.Varzim	29.05
38,54	Adam	Ferreira	10-05-96	SLB-F	Hep	Faro	01.05
38,33	Samuel	Ribeiro	96	OCL	1	Faro	25.04
38,33	Tiago	Silva	18-04-95	EBPGS	1	Braga	16.05
37,80	Daniel	Roleira	95	ADCL	1	V.Castelo	26.05
37,36	Jorge	Madeira	06-07-95	SRDE	1	Beja	30.05
37,06	Marco	Carvalho	BRA 95	ACRM	2	Lisboa (AL)	30.05
36,90	André	Borges	95	CDFFXI	2	Faro	25.04
36,68	Ricardo	Valente	11-01-95	SFG	1-ex	Elvas	29.05

36,60 (20)	André	Pereira	05-10-95	CSGaia	2	P.Varzim	29.05
36,56	Alexandre	Santos	10-01-95	CPA-S	2	Abrantes	18.04
36,56	André	José	95	CASG	3	M.Grande	02.05
36,06	Gonçalo	Dias	22-05-95	EGV	1	Viseu	09.05
36,05	Cristian	Rosa	16-04-95	CNRM	Hep	Rio Maior	20.03
35,82	Pedro	Ferreira	21-02-96	Lavra	2	Guimarães	21.03
35,72	Rafael	Pombeiro	29-04-95	GDRCC	1	Setúbal	16.05
35,43	Marco	Miguel	10-08-95	CAFZ	3	Abrantes	18.04
35,25	Miguel	Marques	23-05-95	JV	3	Leiria	22.05
35,20	Joel	Pereira	14-02-95	GAF	Hep	Rio Maior	20.03
34,22	Tomás	Nunes	95	GADD	1	V.Castelo	24.04
(30)							
34,18	Bruno	Pestana	28-05-95	CARDES	Hep	Luso	10.04
34,07	Wilson	Gussul	15-09-95	UAP	3	Lisboa (AL)	30.05
34,05	Miguel	Ângelo	95	CSGaia	3	P.Varzim	29.05
33,95	Ricardo	Ferreira	11-02-95	SLB	Hep	Lisboa (I)	10.04
33,95	Ricardo	Oliveira	04-08-96	COD	1	P.Delgada	29.05
33,84	Tiago	Pimenta	95	EFC-E	1	V.Novas	29.05
33,65	João Paulo	Silva	31-03-95	SLB	4	Lisboa (AL)	30.05
33,30	Nuno	Fernandes	95	CSM-L	4	M.Grande	02.05
33,00	José	Martins	21-09-95	CAT	Hep	Faro	01.05
32,94	Miguel	Carreira	12-03-96	JV	Hep	Luso	10.04
(40)							
32,88	Daniel	Coelho	30-09-96	GDC	Hep	Seixal	17.04
32,87	Humberto	Afonso	11-09-96	EBMDS	Hep	Lisboa (I)	10.04
32,56	João	Romão	28-05-95	ARCBV	Hep	Luso	10.04
32,52	Rui	Silva	95	SCB	1	Lovelhe	27.03
32,24	David	Ferreira	07-03-95	ADRAP	1	Machico	09.05
32,23	Eduardo	Valério	07-02-96	JV	Hep	Luso	10.04
31,54	L. André	Pereira	95	CSM	2	Machico	09.05
31,50	Tiago	Bravo	95	EFC-E	Hep	V.Novas	27.03
31,47	Rui	Simões	23-06-96	FCPZ	Hep	Maia	27.03
31,37	Júlio	Brissos	96	ACRZA	3-ex	Beja	16.05
(50)							
31,34	Rui	Lindeza	95	BNSC	Hep	Beja	27.03
31,03	INF Rui Pacheco	Ventura	09-02-97	SLB-F	3	Faro	25.04
31,01	Ericksson	Sousa	11-01-95	GAF	4	Abrantes	18.04

* - engenho de 0,7 Kg

Triatlo Técnico (até 1300)								
1897	(pc)	Fábio	Teixeira	22-02-95	ESL	1	Espinho	23.01
				8,71-5,66-11,43				
1838	(pc)	Joel	Pereira	14-02-95	GAF	1	Alpiarça	06.02
				8,69-5,78-9,94				
1825		Miguel	Barrigana	03-07-96	EBMDS	1	Lisboa (I)	23.01
				8,95(-0,1)-5,88(0,0)-10,35				
1791		Davidson	Borges	CBV 31-05-95	EBMDS	2	Lisboa (I)	23.01
				8,91(-0,1)-5,28(1,2)-11,70				
1780	(pc)	Daniel	Reis	03-01-95	CSGaia	1	Braga	16.01
				9,31-5,83-11,09				
1692	(pc)	André	Santos	11-01-95	ACDI	2	Espinho	26.12.2009
				9,36-5,96-9,34				
1669	(pc)	Tiago	da Silva Ferreira	27-11-95	ADREP	3	Espinho	26.12.2009
				9,68-5,00-13,28				
1665	(pc)	Pedro	Silva	21-03-95	SCB	2	Braga	16.01
				9,03-5,14-10,52				
1659	(pc)	Eduardo	Valério	07-02-96	JV	1	Pombal	26.12.2009
				9,33-5,86-9,04				
1647	(pc)	José Rafael	Vilas Boas	01-02-95	SCB	3	Braga	16.01
				9,03-5,78-8,82				
(10)								
1647		Humberto	Afonso	11-09-96	EBMDS	3	Lisboa (I)	23.01
				9,38(-0,1)-5,42(0,9)-10,53				
1645	(pc)	Gonçalo	Dias	22-05-95	EGV	4	Alpiarça	06.02
				9,49-5,05-12,07				
1631	(pc)	Ariclenes	Francisco	ANG 09-01-96	ACM-C	3	Espinho	23.01
				9,10-5,63-8,55				
1616	(pc)	Erick	Oliveira	26-02-95	EBMDS	4-ex	Alpiarça	20.12.2009
				9,01-5,56-8,20				
1575		José	Martins	21-09-95	CAT	1	A.Heroísmo	09.01

1543	(pc)	Cristian	Rosa	9,2(3,8)-10,21-5,22 16-04-95	CNRM	2	Alpiarça	03.01	
1521	(pc)	Adam	Ferreira	9,02-5,04-8,77 10-05-96	SLB-F	8	Alpiarça	06.02	
1490	(pc)	Pedro	Santos	9,59-5,15-10,06 96	NACH	9	Alpiarça	06.02	
1488	(pc)	Francisco	Videira	10,00-5,42-9,97 11-08-95	JDAL	3	Alpiarça	03.01	
1464	(pc)	Luís	Cardoso	9,63-5,47-8,57 11-02-95	SUOV	1	Pombal	26.12.2009	
(20)				10,36-5,05-11,85					
1459	(pc)	Dyllan	Pedro	04-01-95	JV	5	Espinho	23.01	
1447		Pedro	Ferreira	9,49-5,48-7,56 21-02-96	Lavra	2	Maia	12.12.2009	
1432		João Pedro	Sousa	10,08(0,2)-5,10(0,2)-10,56 10-01-96	GDE	1	Machico	09.01	
1429	(pc)	Axel	Teixeira	9,48(5,2)-4,83(-2,6)-9,20 16-02-96	CAMG-I	2	Pombal	26.12.2009	
1428	(pc)	Júlio	Brissos	9,72-5,49-7,81 96	ACRZA	11	Alpiarça	06.02	
1426	(pc)	Gabriel	Brito	9,77-5,07-9,35 12-10-95	CAMG-I	3	Pombal	26.12.2009	
1422	(pc)	Henrique	Oliveira	10,12-5,23-9,91 30-06-95	GRECAS	4	Espinho	26.12.2009	
1409		Diogo	Luz	9,78-5,08-9,25 12-05-95	JDN	1	Beja	16.01	
1406	(pc)	Ricardo	Ferreira	10,2(-1,9)-4,69(-1,3)-11,58 24-04-95	SCB	6	Braga	16.01	
1392	(pc)	Tiago	Silva	9,84-5,29-8,49 18-04-95	EBPGS	4	Braga	09.01	
(30)				10,17-4,93-10,47					
1391	(pc)	Bernardo	Malaca	06-03-95	CPA-S	5	Alpiarça	20.12.2009	
1374	(pc)	João	Costa	9,85-5,54-7,40 08-05-96	Lavra	5	Espinho	26.12.2009	
1364	(pc)	Pedro	Pereira	9,96-4,93-9,51 13-04-95	ATB	12	Alpiarça	06.02	
1363		Bruno	Carvalho	10,06-5,34-8,31 28-06-95	CPErv	2	V.Novas	23.01	
1363		Fábio	Ferreira	9,79(2,9)-4,64(1,1)-9,69 30-11-95	CPQR	2	A.Heroísmo	30.01	
1356		Dário	Rodrigues	9,5(2,2)-8,68-4,91(0,0) 24-08-95	SLB	4	Lisboa (I)	23.01	
1338	(pc)	Pedro	Sequeira	9,95(-0,6)-5,17(0,0)-8,40 16-01-95	GS-RC	3	Pombal	26.12.2009	
1334	(pc)	Alexandre	dos Santos	10,62-5,66-8,46 10-01-95	CPA-S	4	Alpiarça	03.01	
1316	(pc)	José	Gonçalves	9,68-4,94-7,90 27-09-95	FCP	8	Braga	16.01	
1310	(pc)	Sérgio	Campos	10,47-4,95-10,03 96	SCB	9	Braga	16.01	
(40)				9,95-5,11-7,81					
1308		João	Taylor	24-01-95	CDFFXI	2	Faro	23.01	
1308	(pc)	Bruno	Gomes	9,65(7,0)-4,52(-3,7)-8,65 26-12-95	NDCG	8	Espinho	23.01	
				9,87-4,89-8,25					
Ao ar Livre:									
1682		Daniel	Reis	03-01-95	CSGaia	1	Maia	12.12.2009	
1498		Gonçalo	Dias	9,59(0,2)-5,73(-0,5)-10,77 22-05-95	EGV	1	Viseu	12.12.2009	
1374		Júlio	Brissos	10,06(0,4)-5,19(0,1)-11,05 96	ACRZA	1	V.Novas	23.01	
1329		João	Costa	9,76(2,9)-5,25(1,3)-7,83 08-05-96	Lavra	3	Maia	12.12.2009	
				9,98(0,2)-4,90(0,2)-8,92					

Com vento favorável > 4 m/s e média > 2 m/s

1456	Adam	Ferreira	10-05-96	SLB-F	1	Faro	23.01
			9,86(7,0)-5,19(-1,0)-9,72				

Heptatlo (até 2700 pt)

80 m=Comp.=Dardo(0,6)=100 Bar=Peso=Altura=1000 m								
4064	Davidson	Borges	CBV	31-05-95	EBMDS	1	Lisboa (I)	11.04
4022		Borges				1	Faro	02.05
3943	Joel	Pereira		14-02-95	GAF	1	Rio Maior	21.03
3697	Daniel	Reis		03-01-95	CSGaia	1	Guimarães	18.04
3693	Adam	Ferreira		10-05-96	SLB-F	3	Faro	02.05
3684	José Rafael	Vilas Boas		01-02-95	SCB	2	Guimarães	18.04
3626	Miguel	Barrigana		03-07-96	EBMDS	2	Lisboa (I)	11.04
3610	Tiago	da Silva Ferreira		27-11-95	ADREP	1	Luso	11.04
3595	Eduardo	Valério		07-02-96	JV	1	M.Grande	28.03
3595	Humberto	Afonso		11-09-96	EBMDS	3	Lisboa (I)	11.04
3571	Cristian	Rosa		16-04-95	CNRM	2	Rio Maior	21.03
(10)								
3521	José	Martins		21-09-95	CAT	4	Faro	02.05
3485	Fábio	Teixeira		22-02-95	ESL	3	Luso	11.04
3464	Miguel	Carreira		12-03-96	JV	2	M.Grande	28.03
3448	Francisco	Videira		11-08-95	JDAL	3	Rio Maior	21.03
3390	Pedro	Ferreira		21-02-96	Lavra	3	Guimarães	18.04
3330	José João	Pereira		10-03-95	NSF	2	Faro	03.04
3313	Erick	Oliveira		26-02-95	EBMDS	4	Lisboa (I)	11.04
3312	João	Romão		28-05-95	ARCBV	5	Luso	11.04
3295	Miguel	Marques		23-05-95	JV	3	M.Grande	28.03
3274	Júlio	Brissos		96	ACRZA	5	Faro	02.05
(20)								
3255	Rafael	Oliveira		06-06-96	Ind-S	6	Faro	02.05
3197	Dyllan	Pedro		04-01-95	JV	6	Luso	11.04
3194	Gabriel	Henriques		21-02-95	GAF	4	Rio Maior	21.03
3170	Diogo	Luz		12-05-95	JDN	1	Beja	28.03
3165	Ariclenes	Francisco	ANG	09-01-96	ACM-C	7	Luso	11.04
3159	Tiago	Silva		18-04-95	EBPGS	4	Guimarães	18.04
3129	Bruno	Pestana		28-05-95	CARDES	8	Luso	11.04
3107	Ruben	Parreira		11-04-95	EBMDS	5	Lisboa (I)	11.04
3074	Dário	Rodrigues		24-08-95	SLB	6	Lisboa (I)	11.04
3046	Eduardo	Silva		14-04-95	UDZA	5	Rio Maior	21.03
(30)								
3045	Roberto	Reigado		13-08-95	CASJ	3	Faro	03.04

3031	José	Pinho	10,51(-3,7)-5,39(3,8)-26,39-17,26(3,8)-7,78-1,52-2.54,72	20-03-95	NAC	2	Luso	28.03
3023	Alexandre	Santos	10,99(2,7)-4,76(0,0)-40,04-18,29(0,0)-12,65-1,52-3.17,50	10-01-95	CPA-S	6	Rio Maior	21.03
3007	Pedro	Catarino	10,29(-0,1)-5,02(-1,0)-36,50-15,76(-0,8)-8,64-1,62-3.37,44	08-06-95	GRECAS	3	Luso	28.03
2971	Tomás	Ribeiro	10,31(2,7)-5,50(0,0)-37,79-19,75(0,0)-9,04-1,68-3.25,58	17-04-95	Lavra	3	Maia	28.03
2956	Ruben	Conchinho	9,84(0,3)-4,83(1,6)-23,54-14,96(-0,1)-8,47-1,40-3.15,75	01-05-95	SCP	7	Lisboa (I)	11.04
2952	José	Gonçalves	10,0(-0,5)-5,16(-0,5)-25,12-16,0(-0,4)-9,77-1,45-3.18,1	27-09-95	FCP	4	Maia	28.03
2912	Fábio	Ferreira	10,22(-1,6)-4,66(0,2)-34,46-17,25(-0,2)-10,13-1,44-3.16,72	30-11-95	CPQR	2	P.Delgada	28.03
2843	Igor	Valente	10,27(1,6)-5,46(3,1)-22,53-16,43(0,3)-8,21-1,52-3.18,96	25-01-96	ACRDE	4	Luso	28.03
2809	Pedro	Silva	10,67(2,7)-4,79(0,0)-24,42-16,93(0,0)-8,20-1,36-2.50,96	21-03-95	SCB	3	Braga	28.03
			10,21(1,0)-5,17(0,4)-27,89-14,89(-0,3)-8,59-1,40-3.43,08					
(40)								
2809	Tiago	Bravo	95	95	EFC-E	1	V.Novas	28.03
2771	Mateus	Fortunato	BRA	13-06-95	ADLA	8	Lisboa (I)	11.04
2754	Ricardo	Ferreira	24-04-95	24-04-95	SCB	4	Braga	28.03
2743	André	Nunes	06-07-95	06-07-95	CDUL	9	Lisboa (I)	11.04
2732	João	Taylor	24-01-95	24-01-95	CDFXI	4	Faro	03.04
2719	Miguel	Morais	95	95	CAMG-I	5	M.Grande	28.03
2712	Caio	Silva	BRA	95	AATC	7	Rio Maior	21.03
2711*	Ademar	Marques	09-07-95	09-07-95	CAMz-VC	1	V.Castelo	11.04
2707	Miguel	Pinheiro	21-07-96	21-07-96	ACV	6	M.Grande	28.03
			10,27(2,9)-5,17(1,8)-25,34-17,50(0,0)-1,49-8,40-3.31,28					

4 Km-Marcha (até 29.30)

20.39	João	Martins	01-01-95	01-01-95	CAFZ	1	Montemor-o-Velho	09.01
21.10	Miguel	Rodrigues	01-11-96	01-11-96	CNRM	2	Montemor-o-Velho	09.01
21.30	Edujosé	Lima	ANG	02-03-96	CAG	1	Grândola	24.01
22.15	Sócrates	Borras	08-07-96	08-07-96	ADREP	3	Montemor-o-Velho	09.01
22.36	Colin	Nascimento	CPV	05-09-95	GDSD	2	Lisboa (U)	09.01
22.44	Vivaldo	Capitá	ANG	20-06-96	CAG	4	Olhão	21.02
22.54	Alexandre	Carreira	25-09-95	25-09-95	ACV	5	Olhão	21.02
23.11	Cláudio	Cotrim	26-04-96	26-04-96	ADRAB	6	Olhão	21.02
23.28	Duarte	Vicente	29-12-95	29-12-95	ACV	4	Montemor-o-Velho	09.01
23.44	Luis	Monteiro	15-12-95	15-12-95	CAG	8	Olhão	21.02
(10)								
24.17	Bruno	Pires	30-10-95	30-10-95	GDPL	6	Montemor-o-Velho	09.01
24.22	Carlos	Santos	18-10-95	18-10-95	ADECT	1	Pechão	13.02
24.58	Helder	Leitão	07-03-96	07-03-96	CABB	6	Grândola	24.01
26.07	Bruno	Martins	12-11-96	12-11-96	CDMAR	1	V.N. Gaia	24.01
26.14	Rafael	Morgado	07-04-95	07-04-95	GACV	7	Grândola	24.01
26.17	Leandro	Fernandes	31-08-96	31-08-96	CAG	8	Grândola	24.01
26.19	Jorge	Silva	22-08-95	22-08-95	ARES	2	V.N. Gaia	24.01
27.01	Pedro	Pinto	96	96	CDQ	11	Olhão	21.02
27.33	Luis	Alves	25-07-96	25-07-96	GACV	9	Grândola	24.01
28.19	José Armando	Santos	14-05-96	14-05-96	A20Km	8	Montemor-o-Velho	09.01
(20)								
28.20	Gonçalo	Carrilho	16-12-95	16-12-95	A20Km	9	Montemor-o-Velho	09.01
28.30	Awelde	Raúl	STP	01-03-96	GDACH	6	Lisboa (U)	09.01
28.58	Breno	Real	28-03-95	28-03-95	ADCPF	2	Pechão	13.02
29.05	Rafael	Ribeiro	19-09-96	19-09-96	CABB	10	Grândola	24.01

5 Km-Marcha (até 35.00)

* Marca não homologada por ter sido obtida numa prova com seniores ou juniores e contrario ao Regulamento Geral de Competições

26.12*	João	Martins	01-01-95	CAFZ	9	R.Maior	10.04
30.12*	Cláudio	Cotrim	26-04-96	ADRAB	17	R.Maior	10.04

4.000 Metros-Marcha (até 29.10,00)

19.52,00	João	Martins	01-01-95	CAFZ	1-ex	Braga	15.05
20.25,96		Martins			1	Abrantes	17.04
21.08,7	Edujosé	Lima	ANG 02-03-96	CAG	1	Lisboa (AL)	29.05
21.11,77	André	Salgueiro	17-05-95	GDP-L	1	M.Grande	02.05
21.15,83	Joaquim	Rodrigues	02-11-96	ACBU	1	Aveiro	15.05
21.27,14	Miguel	Rodrigues	01-11-96	CNRM	2	Abrantes	17.04
21.38,05	Sócrates	Borras	08-07-96	ADREP	2	Aveiro	15.05
22.06,63	INF Marcelo	Gomes	22-12-97	GDPL	2	M.Grande	02.05
22.18,38	Bruno	Pires	30-10-95	GDP-L	3	M.Grande	02.05
22.37,11	Cláudio	Cotrim	26-04-96	ADRAB	3	Abrantes	17.04
22.42,27	Duarte	Vicente	29-12-95	ACV	2	M.Grande	08.05
(10)							
23.24,21	Helder	Leitão	07-03-96	CABB	1	Setúbal	15.05
23.30,65	Jorge	Silva	22-08-95	ARES	2	P.Varzim	30.05
23.31,72	José	Penacho	95	ASCV	1	Coimbra (ECC)	22.05
23.38,16	Rafael	Ribeiro	09-09-96	CABB	2	Setúbal	15.05
23.41,4	Vivaldo	Capitá	ANG 20-06-96	CAG	2	Lisboa (AL)	29.05
24.19,63	Rafael	Morgado	07-04-95	GACV	5	M.Grande	02.05
24.23,74	Carlos	Santos	18-10-95	ADECT	1	Faro	24.04
24.26,3	Pedro	Fialho	22-09-95	Ind-Bj	1	Beja	15.05
24.47,0	Colin	Nascimento	CPV 05-09-95	GDSD	2	Lisboa (AL)	24.04
24.59,36	Luis	Novais	95	EBPGS	1	Braga	08.05
(20)							
25.23,49	Bruno	Martins	12-11-96	CDMAR	3	P.Varzim	30.05
25.55,29	Rui	Machado	09-08-95	CAT	1	A.Heroísmo	24.04
25.59,45	Marco	Miguel	10-08-95	CAFZ	4	Abrantes	17.04
26.17,40	Ricardo	Costa	95	SSSJM	3	Aveiro	15.05
26.19,91	Carlos	Sousa	96	ACDSJ	1	Machico	08.05
26.46,93	Pedro	Pinto	96	CDQ	2	Quarteira	13.03
27.23,44	INF José	Silva	98	MGBOOS	3	Setúbal	15.05
27.31,34	José Carlos	Vasconcelos	10-05-95	Ind-P	2	Maia	16.05
28.16,1	Awelde	Raúl	STP 01-03-96	GDACH	3	Lisboa (AL)	29.05

5.000 Metros-Marcha (até 36.00,00)

25.37,6	João	Martins	01-01-95	CAFZ	2	Rio Maior	08.05
25.53,32	Edujosé	Lima	ANG 02-03-96	CAG	1	Lisboa (U)	15.05
25.58,69	André	Salgueiro	17-05-95	GDP-L	3	Rio Maior	01.05
26.22,8	Miguel	Rodrigues	01-11-96	CNRM	3	Rio Maior	08.05
27.28,56	Cláudio	Cotrim	26-04-96	ADRAB	7	Rio Maior	01.05
28.13,00	Alexandre	Carreira	25-09-95	ACV	8	Rio Maior	01.05
28.25,63	Joaquim	Rodrigues	02-11-96	ACBU	1	Aveiro	01.05
28.39,20	Helder	Leitão	07-03-96	CABB	1	Sobreda	08.05
28.49,42	Duarte	Vicente	29-12-95	ACV	10	Rio Maior	01.05
28.59,49	Mayker	Penetra	96	GDACH	3	Lisboa (U)	15.05
(10)							
29.39,94	Rafael	Ribeiro	09-09-96	CABB	2	Sobreda	08.05
29.46,16	Colin	Nascimento	CPV 05-09-95	GDSD	4	Lisboa (U)	15.05
30.25,72	Bruno	Pires	30-10-95	GDPL	11	Rio Maior	01.05
30.33,83	Carlos	Sousa	96	ACDSJ	1	Machico	01.05
30.42,74	Jorge	Silva	22-08-95	ARES	1	P. Varzim	23.05
30.44,30	André	de Sá	01-06-95	GDACH	5	Lisboa (U)	15.05
31.11,84	José António	Maltez	14-12-94	CAA	2	P. Varzim	23.05
31.29,8	Rui	Machado	09-08-95	CAT	1	A.Heroísmo	16.05
32.53,24	Bruno	Martins	96	CDMAR	3	P. Varzim	23.05
32.58,90	Vitor Hugo	Guedes	01-05-96	UDV	4	P. Varzim	23.05
(20)							
32.58,90	José Carlos	Vasconcelos	10-05-95	Ind-P	5	P. Varzim	23.05
34.38,41	Ricardo	Costa	95	SSSJM	4	Aveiro	01.05
34.51,37	Jimmy	Fernandes	95	AJS	2	Machico	01.05

4x80 metros (até 42,24)

37,1			Sel. Coimbra		1	Luso	01.05
	Ariclones Francisco*(96); Luís Cardoso(95); César Encarnação(95); Rafael Neves(95)						

37,1	EBMDS	1	Lisboa (AL)	29.05
	Ruben Parreira(95); Miguel Barrigana(96); Davidson Borges*(95); Erick Oliveira(95)			
37,58	Eq. Mista-Porto	1	Maia	16.05
	Daniel Reis(95); João Costa(96); José Gonçalves(95); Tomás Ribeiro(95)			
37,6	SLB	2	Lisboa (AL)	29.05
	Luís Neves(95); Wellington Silva*895); Dário Rodrigues(95); Stélvio Lemos(95)			
38,1	GS-RC	2	Luso	01.05
	Luís Rumor(95); Rafael Martins(95); Pedro Sequeira(95); Joel Oliveira(95)			
38,6	DE-Sel. Coimbra	1 s2	M.Grande	17.04
	Rafael Neves(95); Ariclenes Francisco*(96); César Encarnação(95); Luís Cardoso(95)			
39,20	JV	1	M.Grande	08.05
	Miguel Marques(95); Dyllan Pedro(95); Eduardo Valério(96); Bruno Pepe(95)			
39,0	DE-IPSB	1 s1	M.Grande	17.04
	Tiago Ferreira(95); Rafael Martins(96); A.Rocha(95); Pedro Sequeira(95)			
39,25	ACDSJ	1	Machico	01.05
	Filipe Gonçalves(95); João P. Sousa(96); Vítor Gouveia(95); Vítor Gonçalves(96)			
39,27	Lavra	1	Maia	01.05
	Dinis Azevedo(95); Miguel Costa(96); João Costa(96); Tomás Ribeiro(95)			
(10)				
39,33	DE-ESENT	1 s2	Abrantes	24.04
	Eduardo Silova(95); Rui Pereira; André Ventura; Fábio Martins(97)			
39,39	CPA-S	1	Abrantes	17.04
	Bernardo Malaca(95); Miguel Santos(95); Alexandre Santos(95); Jorge Oliveira(95)			
39,61	DE-EB23Lavra	1	Maia	24.04
	Renato Reuengo(95); Fábio Farinha(95); Vítor Santos(95); João Costa(96)			
39,72	SCB	1	Braga	08.05
	Sérgio Campos; Pedro Silva; Ricardo Ferreira; André Pinto			
39,5	DE-EGV	2 s1	M.Grande	17.04
	Carlos Garrido(95); Bruno Pestana(95); Gonçalo Dias(95); Ivo Almeida(96)			
39,80	ADAM	2	Maia	16.05
	Luís Moura(96); Pedro Lopes(96); Pedro Silva(96); Diogo Luís(96)			
39,93	FCP	3	P.Varzim	29.05
	Francisco Rebelo(97); Luís Coelho(95); Rui Simões(96); Pedro Gonçalves(95)			
39,8	DE-ESEST	2	Luso	17.03
40,02	AAMt	1	Sobreda	11.04
	João Dias(95); Rui Coelho(95); Miguel Marques(95); Francisco Reis(96)			
40,11	DE-Sel. Braga	1	P.Varzim	15.05
	Eduardo Sá; Miguel Costa; José Ribeiro; Sérgio Campos			
(20)				
40,29	DE-EDJR	2 s2	Abrantes	24.04
	Emanuel Agostinho; Taras Nykolshyn*; Filipe Serafim; João Moreno			
40,29	CAMG-I	1	M.Grande	01.05
	João Pinto(97); Axel Teixeira(96); Gabriel Brito(95); Miguel Morais(95)			
40,34	DE-EAEMT	1 s1	Abrantes	24.04
	André Vieira; Bernardo Malaca(95); Diogo Sousa; Jorge Oliveira(95)			
40,1	DE-Sel. Aveiro	2 s2	M.Grande	17.04
	Bruno Ferreira(96); Micael Coelho(95); Gabriel Taboão(95); João Leite(96)			
40,35	CNRM	2	Abrantes	17.04
	Cristian Rosa(95); Oswald Freitas(96); Alexandre Ferreira(95); Bruno Palma(95)			
40,45	ACV	2	M.Grande	01.05
	Miguel Pinheiro(96); Duarte Matos(95); Ricardo Costa(95); Fábio Dias(97)			
40,50	CPC	2	Sobreda	11.04
	Tiago Morgado(95); Tiago Silva(96); Mário Correia(96); Pedro Gonçalves(95)			
40,3	DE-AEC	3 s1	M.Grande	17.04
	Marco Faria(95); David Canoso(95); João Fagundo(96); Patrick Guerra(95)			
40,62	DE-EIDH	1	Braga	28.04
	Hugo Ruivo; Jon Vilaça; Sérgio Vilaça; Rui Silva			
40,75	DE-Celei	2	Braga	28.04
	Cristiano Leite(95); Jacinto Costa(95); José Ribeiro(95); Nuno Aguiar(95)			
(30)				
40,87	DE-EBDRDS	2	P.Varzim	15.05
	João Monção; André Costa; João Costa; Vítor Santos			
40,7	DE-Sel. Guarda	3 s2	M.Grande	17.04
	Bruno Gomes(95); Diogo Silva(95); Tiago Tomas(96); Carlos Lopes(95)			
40,95	EBPGS	3	Braga	28.04
	Leandro Nogueira(96); João Martins(96); José Faria(96); Narciso Vieira(96)			
41,05	AAPL	3	Sobreda	11.04
	Victor Korst*(96); Cláudio Marques(95); Miguel Adriano(95); Ruben Silva(95)			
41,08	ADCPF	1	Faro	27.03
	Adam Ferreira(96); Roberto Reigado(95); Norberto Mendes(95); Marcos Brito(96)			
41,15	ACRDE	1	Luso	03.04
	Rui Bento(96); Diogo Santos(95); Igor Valente(96); Vítor Coelho(96)			

41,34		CDCNAV	5	P.Varzim	29.05
		Xiao Yang Huang*(96); Flávio Santos(95); João Postiga(95); Daniel Martins(95)			
41,42		DE-EAELO	2 s1	Abrantes	24.04
		Stélio Lemos; Fábio Machado; André Costa; Mateus Fortunato			
41,48		DE-ESM	3 s2	Abrantes	24.04
		João Casegas(95); Jorge Barradas; Francisco Barreto; Francisaco Branco			
41,58		DE-Sel. Porto	3	P.Varzim	15.05
		Miguel Costa; Rúben Silva; Pedro Figueiro; Hugo Mariz			
(40)					
41,71		ACRASX	1	Seia	15.05
		Augusto Gabriel(95); Anthony Filipe(95); Diogo Silva(95); David Gonçalves(95)			
41,76		DE-EDMII	4	Braga	28.04
		João Ferreira(95); Eduardo Sá(95); Pedro Azevedo(95); Daniel Azevedo(96)			
41,78		CDFXXI	1	Faro	24.04
		João Taylor(95); Pedro Gonçalves(96); Denys Vatamanyuk*(96); André Borges(96)			
41,86		CSM-L	3	M.Grande	01.05
		Danilo Gregório(96); Carlos Casaca(95); Rodrigo Batista(96); Tiago Silva(96)			
41,94		Sel. S.Miguel	1	A.Heroísmo	24.04
		Alexandre Rocha(95); Rodrigo Soares(95); Mateus Duarte(95); Hugo Ferraz(95)			
41,98		ACBU	2	Luso	03.04
		Filipe Amador Silva(95); Diogo Pereira(96); José Cruz(96); Bruno Ferreira(96)			
42,08		DE-EAE Oeste	3 s1	Abrantes	24.04
		Rafael Calçada; Ângelo Vieira; Ricardo Pereira; Daniel Gomes			
42,09		DE-EAEPSN	4 s1	Abrantes	24.04
		Rodrigo Serra; Fábio Freitas; Nuno Moura; Rafael Matos			
41,9		DE-CSM-L	4 s1	M.Grande	17.04
		André Oliveira(96); Danilo Gregório(96); João Vieira(95); Carlos Oliveira(95)			
42,21		CCDL	3	Luso	03.04
		Eduardo Leça(97); Ricardo Marques(95); Rui Alves(95); Ruben Costa(95)			
42,22		DE-EB Real	4	P.Varzim	15.05
		João rodrigues; Tarciso Trindade; Armando Santos; Pedro Silva			
(50)					
42,0		DE-Sel. Viseu	4	M.Grande	17.04
		Ruben Almeida(95); Sami Silva(96); Virgílio Soares(96); Diogo Machado(95)			

*-atletas estrangeiros