



100 Metros planos (Masculinos)

Regional AAA	Seniores	1 0,57	+ 1,7	Antonio Brandão	1992 S23	CCSJM	21/07/2012 Luso 38044
Regional AAA	Sub23	1 0,57	+ 1,7	Antonio Brandão	1992 S23	CCSJM	21/07/2012 Luso 38044
Regional AAA	Juniores	1 0,59	- 0,2	Rui Tavares	1981 Jun	NAC	29/07/2000 Braga 03037
Regional AAA	Juvenis	1 0,87		Hélio Reis	1972 Juv	ADS	29/07/1989



80 Metros Planos (Masculinos)

Regional AAA

Iniciados

9,32 0,0

José Viegas

1993 Ini

GJPB

16/07/2008 Luso 38049



60 Metros Planos (Masculinos)

Regional AAA	Iniciados	7,20	André Ferreira	2002 Ini	ACDI	23/12/2017 Aveiro 38005
Regional AAA	Infantis	7,40	Ricardo Martins	2004 Inf	RDA	23/12/2017 Aveiro 38005



200 Metros (Masculinos)

Regional AAA	Seniores	2 1,48	+ 1,2	António Brandão	1992 S23	CCSJM	15/07/2012 Pombal 03038
Regional AAA	Sub23	2 1,48	+ 1,2	António Brandão	1992 S23	CCSJM	15/07/2012 Pombal 03038
Regional AAA	Juniores	2 1,79		Rui Tavares	1981 Jun	NAC	30/07/2000
Regional AAA	Juvenis	2 1,83		Hélio Reis	1972 Juv	ADS	13/08/1989 LisboaN



150 Metros (Masculinos)

Regional AAA

Infantis

1 8,47 + 1,3 **Miguel Silva**

1994 Inf **GDL**

22/07/2007 Aveiro 38049





250 Metros Planos (Masculinos)

Regional AAA

Iniciados **2 9,88**

Carlos Claro

2001 Ini AAA

23/04/2016 Febres 30034





300 Metros Planos (Masculinos)

Regional AAA	Seniores	3 4,70	Paulo Gamelas	1970 Juv	SCBM	25/05/1986 Cáceres
Regional AAA	Sub23	3 4,70	Paulo Gamelas	1970 Juv	SCBM	25/05/1986 Cáceres
Regional AAA	Juniores	3 4,70	Paulo Gamelas	1970 Juv	SCBM	25/05/1986 Cáceres
Regional AAA	Juvenis	3 4,70	Paulo Gamelas	1970 Juv	SCBM	25/05/1986 Cáceres
Regional AAA	Iniciados	3 7,3	Julio Valente	1980 Ini	ACDI	24/06/1995 Oliveirinha 38042



400 Metros Planos (Masculinos)

Regional AAA	Seniores	4 8,02	Vitor Ferreira	1978 Sen	GRECAS	21/07/2001 LisboaU
Regional AAA	Sub23	4 9,15	Paulo Gamelas	1970 Juv	SCBM	09/08/1986 LisboaN
Regional AAA	Juniores	4 9,15	Paulo Gamelas	1970 Juv	SCBM	09/08/1986 LisboaN
Regional AAA	Juvenis	4 9,15	Paulo Gamelas	1970 Juv	SCBM	09/08/1986 LisboaN



600 Metros (Masculinos)

Regional AAA

Infantis 1 3 6,60

Pedro Ramos

2004 Inf LLFC

23/12/2017 Aveiro 38005





800 Metros (Masculinos)

Regional AAA	Seniores	1 4 9,1	Luis Pinhal	1960 S23	SCBM	14/06/1980 LisboaN
Regional AAA	Sub23	1 4 9,1	Luis Pinhal	1960 S23	SCBM	14/06/1980 LisboaN
Regional AAA	Juniores	1 5 0,94	Jorge Batista	1991 Jun	ADREP	03/06/2010 Lisboa (Inatel) 12043
Regional AAA	Juvenis	1 5 4,10	Renato Silva	1981 Juv	GRECAS	01/07/1998
Regional AAA	Iniciados	1 5 7,67	Filipe Pedro	1980 Ini	ADREP	11/06/1995 M Grand



1.000 Metros (Masculinos)

Regional AAA	Seniores	2 2 6,1	Manuel Sousa Alves	1964 Sen	CCSJM	01/05/1989
Regional AAA	Juniores	2 2 9,86	Bruno Cordeiro	1980 Jun	GRECAS	10/04/1999
Regional AAA	Juvenis	2 3 0,77	Filipe Pedro	1980 Juv	ADREP	25/04/1996
Regional AAA	Iniciados	2 3 8,47	Filipe Pedro	1980 Ini	ADREP	18/03/1995
Regional AAA	Infantis	2 4 9,8	Rui Lucas	1975 Inf	ADS	13/03/1988
Regional AAA	Benjamins - B	3 3 2,96	Ricardo Alves	2006 Ben-B	CDFE	25/03/2017 Aveiro 38016



1.500 Metros (Masculinos)

Regional AAA	Seniores	3 4 3,4	Luis Pinhal	1960	S23	SCBM	27/04/1980 LisboaN
Regional AAA	Sub23	3 4 3,4	Luis Pinhal	1960	S23	SCBM	27/04/1980 LisboaN
Regional AAA	Juniores	3 4 4,46	Filipe Pedro	1980	Jun	ADREP	01/05/1998
Regional AAA	Juvenis	3 5 4,22	Filipe Pedro	1980	Juv	ADREP	17/05/1997
Regional AAA	Iniciados	4 0 9,80	Filipe Pedro	1980	Ini	ADREP	13/05/1995 Lisboa (U) 03019



Milha (Masculinos)

Regional AAA	Seniores	4 1 8,10	Tomás Silva	1998 Jun	GRECAS	23/12/2017 Aveiro 38005
Regional AAA	Seniores	4 1 8,10	Tomás Silva	1998 Jun	GRECAS	23/12/2017 Aveiro 38005
Regional AAA	Juniores	4 1 8,10	Tomás Silva	1998 Jun	GRECAS	23/12/2017 Aveiro 38005
Regional AAA	Juvenis	4 3 5,11	Tiago Silva	1994 Juv	NAC	30/07/2011 Aveiro 38043
Regional AAA	Iniciados	4 4 2,00	Fábio Simões	2002 Ini	RDA	23/12/2017 Aveiro 38005



3.000 Metros (Masculinos)

Regional AAA	Seniores	8 0 6,71	António Salvador	1966 Sen	NAC	21/05/1997
Regional AAA	Juniores	8 1 2,77	Bruno Saramago	1982 Jun	ACADOF	23/05/2001
Regional AAA	Juvenis	8 2 2,96	Filipe Pedro	1980 Juv	ADREP	23/07/1997 LisboaU



5.000 Metros (Masculinos)

Regional AAA	Seniores 1 3 5 6,4	António Salvador <i>Melhor marca obtida por atleta estrangeiro: 13.49,48 Youssf El Kalay (1981) NAC / 2 / Maia / 02-07-2005</i>	1966 S23	GRACC	25/06/1988
Regional AAA	Sub23 1 3 5 6,4	António Salvador	1966 S23	GRACC	25/06/1988
Regional AAA	Juniores 1 4 1 1,65	Bruno Saramago	1982 Jun	ACADOF	22/07/2001 Grosset



10.000 Metros (Masculinos)

Regional AAA	Seniores 2 8 4 1,1	António Salvador	1966 S23	GRACC	14/07/1988
Regional AAA	Sub23 2 8 4 1,1	António Salvador	1966 S23	GRACC	14/07/1988
Regional AAA	Juniores 3 1 5 8,13	Bruno Vieira	1995 Jun	GDCCP	06/04/2013 Luso 38019



60 M Barreiras-0.91 (Masculinos)

Regional AAA

Seniores

9,23 - 1,5 **Tiago Ferreira**

1995 Juv

ADREP

01/12/2011 Aveiro 38002





60 M Barreiras-1,00 (Masculinos)

Regional AAA	Juniores	8,95	- 2,3	João Pinto	2000 Juv	ADREP	24/01/2016 Aveiro 38008
Regional AAA	Juvenis	8,95	- 2,3	João Pinto	2000 Juv	ADREP	24/01/2016 Aveiro 38008



60 M Barreiras-1.06 (Masculinos)

Regional AAA	Seniores	8,68	- 2,8	João Fontela	1991	S23	CCSJM	16/01/2011 Aveiro 38009
Regional AAA	Juniores	9,57	- 3,6	João Bento	1992	Jun	ESL	16/01/2011 Aveiro 38009
Regional AAA	Juvenis	9,68		João Pedro Ferreira	2001	Juv	NAC	07/01/2018 Vagos 38006



60 M Barr.Inf.-0,76 (Masculinos)

<i>Regional AAA</i>	<i>Infantis</i>	9,6	Pedro Almeida	1984 Inf	ACDM	<i>21/06/1997 Oliveir</i>
<i>Regional AAA</i>	<i>Infantis</i>	9,6	Rui Barros	1974 Inf	SCBM	<i>09/05/1987</i>



60 M Barr.Ini.Mas-84 (Masculinos)

Regional AAA

Iniciados

9,01 + 0,2 **João Pinto**

2000 Ini

ADREP

01/02/2015 Aveiro 38010





60 M Barr.Juv.Mas-91 (Masculinos)

Regional AAA

Juvenis

8,45 + 1,6 Paulo Neto

1997 Juv ACRDE

05/01/2013 Aveiro 38005



80 M Barreiras-0,84 (Masculinos)

Regional AAA

Iniciados **1 1,24**

Rui Barros

1974 Ini

SCBM

07/05/1988



100 M Barreiras-0.84 (Masculinos)

Regional AAA	Seniores	1 3,55	+ 1,7	Paulo Neto	1997 Ini	AAA	03/06/2012 Fátima 03030
Regional AAA	Juniores	1 3,55	+ 1,7	Paulo Neto	1997 Ini	AAA	03/06/2012 Fátima 03030
Regional AAA	Juvenis	1 3,55	+ 1,7	Paulo Neto	1997 Ini	AAA	03/06/2012 Fátima 03030
Regional AAA	Iniciados	1 3,55	+ 1,7	Paulo Neto	1997 Ini	AAA	03/06/2012 Fátima 03030



100 M Barreiras-0.91 (Masculinos)

Regional AAA	Juvenis	1 0,88	0,0	Fabio Teixeira	1995 Juv	ESL	21/03/2012 Aveiro 38104
Regional AAA	Iniciados	1 4,85	-2,3	Fábio Teixeira	1995 Ini	ESL	22/05/2010 Luso 05001



110 M Barreiras-0.91 (Masculinos)

Regional AAA

Juvenis **13,21**

Tomás Ferreira

2000 Juv **ACRDE**

25/11/2017 Aveiro 38901





110M Barreiras-1.00 (Masculinos)

Regional AAA

Juniores

1 4,86

João Fontela

1991 Jun

CCSJM

08/06/2010 Lisboa (Alto S. João) 12045



110 M Barreiras-1.06 (Masculinos)

Regional AAA	Seniores	1 4,24	+ 1,3	João Fontela	1991	S23	CCSJM	08/07/2012 Lisboa 03037
Regional AAA	Sub23	1 4,24	+ 1,3	João Fontela	1991	S23	CCSJM	08/07/2012 Lisboa 03037
Regional AAA	Juniores	1 4,96	+ 0,1	Paulo Neto	1997	Juv	ACRDE	20/07/2014 Luso 38051
Regional AAA	Juvenis	1 4,96	+ 0,1	Paulo Neto	1997	Juv	ACRDE	20/07/2014 Luso 38051



300 M Barreiras-0,76 (Masculinos)

Regional AAA

Iniciados **4 3,10**

Armando Cruz

1987 Ini **CCSJM**

19/05/2002 Seixal 03023



300 M Barreiras-0,84 (Masculinos)

Regional AAA	Juvenis	3 8,78	Paulo Neto	1997 Juv	ACRDE	22/06/2013 Guimarães 03038
Regional AAA	Iniciados	4 3,25	André Santos	1995 Ini	ACDI	20/06/2010 Guimarães 03030



250 M Barreiras-0,76 (Masculinos)

Regional AAA

Iniciados **3 4,03**

Paulo Neto

1997 Ini **ACRDE**

15/04/2012 Aveiro 38022



400 M Barreiras-0.84 (Masculinos)

Regional AAA

Juvenis **5 5,00**

Paulo Neto

1997 Juv **ACRDE**

17/07/2013 Holanda



400 M Barreiras-0.91 (Masculinos)

Regional AAA	Seniores	5 3,74	Helder Pato	1980 S23	ADREP	09/07/2002
Regional AAA	Sub23	5 3,74	Helder Pato	1980 S23	ADREP	09/07/2002
Regional AAA	Juniores	5 3,81	Renato Silva	1981 Jun	GRECAS	29/07/2000
Regional AAA	Juvenis	5 5,61	Tiago Cipriano	1995 Juv	GRECAS	08/07/2012 Lisboa 03037



1.500 Met Obstáculos (Masculinos)

Regional AAA	Juvenis	4 2 3,07	Pedro Teixeira	1979 Juv	ACDI	15/06/1996
Regional AAA	Iniciados	4 2 4,81	Fábio Simões	2002 Ini	AAA	03/06/2017 Braga 03033



2.000 Mt.Obstáculos (Masculinos)

Regional AAA

Juvenis 5 5 2,67

João Pires

1992 Juv GJPB

17/06/2009 Luso 38038



3.000 Mt.Obstáculos (Masculinos)

Regional AAA	Seniores	8 4 9,91	Fernando Adrião	1965 Sen	JOBRA	08/07/1992
Regional AAA	Juniores	9 0 0,34	Pedro Cruz	1982 Jun	ACADOF	26/06/2001 Coimbra



Salto em Altura (Masculinos)

Regional AAA	Seniores	2,17	Rafael Gonçalves	1977 Sen	CAO	21/07/2001 LisboaU
Regional AAA	Sub23	2,08	Rafael Gonçalves	1977 Jun	ADO	20/07/1996
Regional AAA	Juniores	2,08	Rafael Gonçalves	1977 Jun	ADO	20/07/1996
Regional AAA	Juvenis	2,01	Paulo Neto	1997 Juv	ACRDE	25/05/2014 Aveiro 38022
Regional AAA	Juvenis	2,01	Joel Costa	1979 Juv	ESJD	16/06/1996
Regional AAA	Iniciados	1,90	Paulo Neto	1997 Ini	ACRDE	15/12/2012
Regional AAA	Infantis	1,62	Filipe Ferreira	2000 Inf	ACRDE	14/12/2013 Aveiro 38001
Regional AAA	Infantis	1,62	Jeremias Mavale	1975 Inf	ARCO	07/05/1998 LisboaN



Salto Com Vara (Masculinos)

Regional AAA	Seniores	4,70	Luis Silva	1980 S23	CAO	06/08/2000
Regional AAA	Sub23	4,70	Luis Silva	1980 S23	CAO	06/08/2000
Regional AAA	Juniores	4,20	Luis Silva	1980 Jun	ADO	19/07/1998
Regional AAA	Juvenis	4,00	Luis Silva	1980 Juv	ADO	13/07/1997 Coimbra
Regional AAA	Iniciados	3,20	Micael Seixeiro	1995 Ini	GRECAS	16/07/2010 Aveiro 38040



Salto em Comprimento (Masculinos)

Regional AAA	Seniores	7,45	Pedro Oliveira	1980 S23	GRECAS	20/06/2001 LisboaU
Regional AAA	Sub23	7,45	Pedro Oliveira	1980 S23	GRECAS	20/06/2001 LisboaU
Regional AAA	Juniores	7,15 + 1,3	Pedro Oliveira	1980 Jun	GRECAS	10/07/1999 Aveiro 38033
Regional AAA	Juvenis	6,93	Patrick Marques	1984 Juv	GRECAS	23/06/2001
Regional AAA	Iniciados	6,49 0,0	Paulo Neto	1997 Ini	ACRDE	21/04/2012 Luso 38024
Regional AAA	Infantis	5,50	Ricardo Martins	2004 Inf	RDA	17/06/2017 Luso 38032



Tripló Salto (Masculinos)

Regional AAA	Seniores	15,58	+ 0,7	Rafael Gonçalves	1977 Sen	CAO	22/07/2001 Lisboa (U) 03036
Regional AAA	Sub23	15,23	+ 0,9	João Dias	1984 S23	GRECAS	16/07/2006 Abrantes 03034
Regional AAA	Sub23	15,23	+ 0,8	João Dias	1984 S23	GRECAS	29/05/2005 Braga 03024
Regional AAA	Juniores	15,13	- 0,5	João Dias	1984 Jun	GRECAS	06/07/2003 Guarda 03031
Regional AAA	Juvenis	13,73		Luis Simões	1977 Juv	CFM	19/06/1994
Regional AAA	Iniciados	12,84		Paulo Neto	1997 Ini	ACRDE	17/06/2012 Luso 38035



Quadruplo Salto Inic (Masculinos)

Regional AAA

Iniciados

14,39 + 1,1 **Tomás Ferreira**

2000 Ini

ACRDE

10/05/2015 Aveiro 38026





Lançam.Martelo-3Kg (Masculinos)

Regional AAA

Infantis

31,87

Pedro Pinheiro

2002 Inf

ACRVD

29/07/2015 Vagos 38035



Lançam.Martelo-4Kg (Masculinos)

Regional AAA

Iniciados

48,78

Leandro Gonçalves

1996 Ini

NAC

01/05/2011 Inatel 41022



Lançam.Martelo-5Kg (Masculinos)

Regional AAA

Juvenis

54,03

Fábio Freitas

1987 Juv

GRECAS

16/05/2004



Lançam.Martelo-6 Kg (Masculinos)

Regional AAA

Juniores

51,87

Leandro Gonçalves

1996 Jun

NAC

22/06/2014 Luso 38026



Lançam.Martelo-7,26K (Masculinos)

Regional AAA	Seniores	61,97	Andre Vital Silva	1980 Sen	CCSJM	10/06/2014 Viana do Castelo 49028
Regional AAA	Juniores	47,07	Fábio Freitas	1987 Jun	GRECAS	30/07/2005 Aveiro 38048



Lançamento Peso-2Kg (Masculinos)

Regional AAA

Benjamins - B

8,64

Miguel Lopes

1999 Ben-B SSTSJM

24/05/2009 Aveiro 38033





Lançamento Peso-3Kg (Masculinos)

Regional AAA

Infantis

11,96

Ricardo Freitas

1993 Inf

GRECAS

29/07/2006





Lançamento Peso-4Kg (Masculinos)

Regional AAA

Iniciados

16,70

Ricardo Freitas

1993 Ini

GRECAS

26/07/2008 Leiria CNL 24030



Lançamento Peso-5Kg (Masculinos)

Regional AAA	Juvenis	18,20	Juan Rosete	1979 Juv	CC	12/05/1996 LisboaU
Regional AAA	Iniciados	15,52	José Pinho	1995 Ini	NAC	30/07/2011 Aveiro 38043



Lançamento Peso-6Kg (Masculinos)

Regional AAA

Juniores

16,81

José Pinho

1995 Jun

NAC

20/12/2014 Aveiro 38001



Lançamento Peso-7.26 (Masculinos)

Regional AAA	Seniores	16,77	Nuno Serra	1974 Sen	NAC	14/06/1997
Regional AAA	Juniores	14,48	José Pinho	1995 Jun	NAC	25/05/2013 Guimara



Arremesso Bola-163Gr (Masculinos)

Regional AAA

Infantis

60,17

Filipe Maia

1993 Inf

GDL

04/06/2006 Aveiro 38045



Dardo 400 Gr (Masculinos)

Regional AAA

Iniciados

53,55

Marco Ferreira

1988 Ini

ADREP

09/03/2003 Aveiro 38023





Dardo 500 Gr (Masculinos)

Regional AAA

Infantis

34,46

Ruben Teixeira

2001 Inf

JAM

29/06/2014 Aveiro 38052





Dardo 600 Gr (Masculinos)

Regional AAA

Iniciados

45,99

Rui Santos

96 Ini

JAM

04/11/2011



Dardo 700 Gr (Masculinos)

Regional AAA

Juvenis

59,29

Marco Ferreira

1988 Juv

ADREP

24/04/2005 Óbidos 03021



Dardo 800 Gr (Masculinos)

<i>Regional AAA</i>	<i>Seniores</i>	61,41	Mário Marques	1993 S23	CCSJM	<i>20/02/2016 Aveiro 38013</i>
<i>Regional AAA</i>	<i>Juniores</i>	57,87	Marco Ferreira	1988 Juv	ADREP	<i>16/07/2005</i>



Disco 0,750 Kg (Masculinos)

Regional AAA

Infantis

38,89

Ricardo Freitas

1993 Inf

GRECAS

29/07/2006

marca obtida com engenho de 1 kg



Disco 1 Kg (Masculinos)

<i>Regional AAA</i>	<i>Iniciados</i>	63,76	Ricardo Freitas	1993 Ini	GRECAS	<i>07/06/2008 Aveiro 38040</i>
<i>Regional AAA</i>	<i>Infantis</i>	38,89	Ricardo Freitas	1993 Inf	GRECAS	<i>29/07/2006</i>



Disco 1.5 Kg (Masculinos)

Regional AAA

Juvenis

56,58

Ricardo Freitas

1993 Juv

GRECAS

16/05/2009 Albufeira 03020



Disco 1.750 Kg (Masculinos)

Regional AAA

Juniores

55,16

José Pinho

1995 Jun

NAC

27/12/2014 Aveiro 38002



Disco 2 KgS (Masculinos)

<i>Regional AAA</i>	<i>Seniores</i>	59,85	Juan Rosete	1979 Sen	GRECAS	<i>06/07/2004</i>
<i>Regional AAA</i>	<i>Juniores</i>	46,08	Juan Rosete	1979 Jun	CC	<i>03/03/1996 S.Jacin</i>



Heptatlo Iniciados (Masculinos)

Regional AAA

Iniciados 3 6 1 0

Tiago Ferreira

1995 Ini

ADREP

11/04/2010 Luso 38027

80m - 9,85(-1,2), comp - 5,26(0,0), dardo6 -
27,42, 100B084 - 15,62(0,3), peso4 - 13,99,
altura - 1,66, 1000m - 3 12,83



Triatlo - Infantis (Masculinos)

Regional AAA

Infantis 1 0 7 5

Tomás Ferreira
477 303 295

2000 Inf

ACRDE

05/01/2013 Aveiro 38005





Pentatlo - Infantis (Masculinos)

Regional AAA

Infantis 2 2 5 3

Nelson Canedo

2001 Inf

CDFE

04/05/2014 Aveiro 38019

495 330 408 441
579



Triatlo - Iniciados (Masculinos)

Regional AAA

Iniciados 1 4 6 6

Miguel Marta
677 461 328

1998 Ini

GRECAS

05/01/2013 Aveiro 38005





Triatlo - Juvenis (Masculinos)

Regional AAA

Juvenis 20 99

Paulo Neto
872 548 679

1997 Juv

ACRDE

05/01/2013 Aveiro 38005





Heptatlo Juvenis (Masculinos)

Regional AAA

Juvenis 3 8 4 1

Miguel Marta

1998 Juv

GRECAS

11/01/2015 Aveiro 38005

745 554 378 552 724 333
555



Octatlo Juvenis CP (Masculinos)

Regional AAA

Juvenis **5500,00**

Paulo Neto

1997 Juv

ACRDE

05/05/2013 Luso 38026





Pentatlo Veteran +60 (Masculinos)

Regional AAA

Seniores 1 5 8 4

Armando Silva
258 295 338 303 390

1949 V60 CCSJM

05/02/2011 Aveiro 38011



Hexatlo Iniciados (Masculinos)

Regional AAA

Iniciados 3245

Joel Costa

1980 Ini

ESJD

17/04/1994 LisboaN

80 - 9,79, comprim - 5,59, peso4 - 10,60,
80B084 - 12,36, altura - 1,76, 1000 - 3 11,69



Octatlo Juvenis NPC (Masculinos)

Regional AAA

Juvenis **4653**

Marco Ferreira

1988 Juv

ADREP

08/05/2005 Luso 38031

110bar - 15,68, comp - 6,14, peso5 - 13,82,
altura - 1,91, disc 1,5 - 33,22, vara - 2,40, dard7 -
50,42, 1000 - 3 19,74



Heptalo - Juniores (Masculinos)

Regional AAA

Juniores 3 9 0 3

João Bento

1992 Jun

ESL

06/02/2011 Aveiro 38011

690 606 403 687 741 242 534



Heptalo - Seniores (Masculinos)

Regional AAA

Seniores 3 9 7 4

Luís Ferreira

1985 Sen

CCSJM

06/02/2011 Aveiro 38011

694 664 508 636 637 406 429



Decatlo-Juniores (Masculinos)

Regional AAA

Juniores 5 1 0 0

John Martins

1992 Jun

ADREP

05/06/2011 Luso 38033

671 593 554 544 632 632 301 199
336 638



Decatlo (Seniores) (Masculinos)

Regional AAA	Seniores	6407	Tiago Boucela	1992 Sen	GRECAS	31/05/2015 Pombal 03034
			795 785 510 840 753 760 357 406			
			397 804			
Regional AAA	Juniores	5799	Luis Jesus	1982 Jun	GRECAS	20/05/2001 Aveiro 38033
			11,5(1,7) - 6,26(1,3) - 12,38 - 1,86 - 54,2 - 16,8 -			
			37,68 - 3,20 - 47,11 - 5-45,2			



4X60 Metros (Masculinos)

Regional AAA

Infantis **3 1,1**

Seleção

1973 Inf

AAA

08/06/1986 Salaman

Rui Barros (74) J. António () L. Moreira () P.
Ferreira ()



4X80 Metros (Masculinos)

Regional AAA

Iniciados **3 7,50**

Seleção

1993 Ini

AAA

17/05/2008 Leiria 03022

Roberto Nascimento (1993) Adrião Rodrigues
(1993) Luis Silva (1993) José Viegas (1993)





4X100 Metros Planos (Masculinos)

Regional AAA	Seniores	4 1,89	N A Cucujães <i>Pedro Oliveira (78) Rui Tavares (81) Bruno Gancho (79) Daniel Pó (71)</i>	1971 Sen	NAC	25/06/2000 Lisboa
Regional AAA	Juniores	4 3,50	Seleção <i>A. Estima () F. Pereira () Rui Pestana () António Tavares (66)</i>	1966 Jun	AAA	01/01/1985
Regional AAA	Juvenis	4 4,23	A A Aveiro <i>André Silva (85) João Dias (84) Patrick Marques (84) Pedro Almeida (84)</i>	1984 Juv	AAA	19/05/2001



4X200 Metros (Masculinos)

Regional AAA	Seniores	1 3 0,91	GRECAS	1990 Sen	GRECAS	14/07/2013 Leiria 24034
			<i>Rui Matos (1992) / Micael Seixeiro (1995) / Ricardo Araújo (1993) / Sérgio Silva (1992)</i>			
Regional AAA	Juniores	1 3 6,9	Grecas	1998 Jun	GRECAS	09/12/2017 Lourosa 38001
			<i>Henrique Eugénio (1999) / David Almeida (2000) / Miguel Marta (1998) / Pedro Mirassol (1999)</i>			
Regional AAA	Juvenis	1 4 0,01	ADREP	1999 Juv	ADREP	18/12/2016 Aveiro 38003
			<i>Bruno Simões (1999) / Miguel Ramos (2000) / Francisco Dunas (2001) / Leandro Ramos (2000)</i>			



4X400 Metros (Masculinos)

Regional AAA	Seniores	3 1 9,96	G R E C A S	1992 Sen	GRECAS	28/07/2013 Leiria 03046
			<i>Rui Matos / Tiago Cipriano / Micael Seixeiro / Sérgio Silva</i>			
Regional AAA	Sub23	3 1 9,96	G R E C A S	1992 S23	GRECAS	28/07/2013 Leiria 03046
			<i>Rui Matos (1992) / Tiago Cipriano (1995) / Micael Seixeiro (1995) / Sérgio Silva (1992)</i>			
Regional AAA	Juniores	3 2 3,90	C A Póvoa Pacense	1992 Jun	CENAP	11/07/2010 Luso 38044
			<i>Tiago M. Silva (1992) / José Rocha (1992) / Rui Matos (1992) / Sérgio Silva (1992)</i>			
Regional AAA	Juvenis	3 3 3,98	A A Aveiro	1964 Juv	AAA	12/07/1981 LisboaA
			<i>P. Henriques () Luis Pais () H. Teixeira () J. Teixeira ()</i>			



4X1500 Metros (Masculinos)

Regional AAA

Seniores 1 8 3 2,59

G J P Bemposta

1966 Vet

GJPB

03/05/2008 Aveiro 38031

*Ricardo Oliveira (1990) / Manuel Pinho (1966) /
João Pires (1992) / Pedro Jesus (1988)*



Estafeta "Meddley" (Masculinos)

Regional AAA

Juvenis **2 0 7,90**

Grecas

1997 Juv

GRECA

29/06/2014 Abrantes 03030

*Bruno Rocha (1998) / Rodrigo Capeloa (1999) /
Miguel Marta (1998) / João Frasco (1997)*



3.000 Metros Marcha (Masculinos)

Regional AAA	Seniores 1 3 5 3,95	José Silva	1985 Sen	NAC	14/01/2017 Vagos 38007
Regional AAA	Iniciados 1 4 2 8,95	Sérgio Silva	1978 Ini	GDL	28/05/1993 LisboaN
Regional AAA	Infantis 1 6 0 8,10	Ricardo Fonseca	1987 Inf	CENAP	10/06/2000



4.000 Metros Marcha (Masculinos)

Regional AAA

Iniciados 19 0 3,97

Joaquim Rodrigues

1996 Ini

ACBU

29/05/2011 Maia 41026





5.000 Metros Marcha (Masculinos)

Regional AAA	Seniores 2 1 3 3,48	Nuno Valente	1988 Sen	CCSJM	21/07/2012 Luso 38044
Regional AAA	Sub23 2 1 4 0,16	Nuno Valente	1988 S23	CCSJM	29/05/2010 Póvoa Varzim/Abrantes/Lisboa U 0302
Regional AAA	Juvenis 2 1 4 6,9	Helder Neves	1975 Juv	GDL	09/05/1992 Oliveir



10.000 Metros Marcha (Masculinos)

Regional AAA	Seniores 4 3 3 7,33	Mário Contreiras	1967 Sen	GRECAS	29/03/2008 Luso 38025
Regional AAA	Sub23 4 6 4 7,15	Bruno Marques	1981 S23	CCSJM	01/06/2002 Aveiro 38037
Regional AAA	Juniores 4 7 5 8,9	Bruno Marques	1981 Jun	CCSJM	05/08/2000



15.000 Metros Marcha (Masculinos)

Regional AAA	Seniores 1 3 3 3	Bruno Marques <i>tempo de passagem</i>	1981 S23	CCSJM	13/07/2002 Lisboa (U) 03035
Regional AAA	Sub23 1 3 3 3	Bruno Marques <i>tempo de passagem</i>	1981 S23	CCSJM	13/07/2002 Lisboa (U) 03035



15 Km marcha (Masculinos)

Regional AAA	Seniores 0 7 1 3	Augusto Cardoso	1970 Sen	ADREP	19/02/2011 Batalha 03012
Regional AAA	Sub23 1 3 3 3	Bruno Marques	1981 Jun	CCSJM	09/12/2000 C.Beira
Regional AAA	Juniores 1 3 3 3	Bruno Marques	1981 Jun	CCSJM	09/12/2000 C.Beira



20.000 Metros Marcha (Masculinos)

Regional AAA

Sub23 4 0 3 1

Nuno Valente

1988 S23

CCSJM

02/05/2009 Luso 03018



35 Km marcha (Masculinos)

Regional AAA	Seniores 1 3 2 4	Bruno Marques	1981 S23	CCSJM	16/02/2002 Valongo
Regional AAA	Sub23 1 3 2 4	Bruno Marques	1981 S23	CCSJM	16/02/2002 Valongo





Maratona (Masculinos)

Regional AAA

Seniores 1 2 3 9

António Salvador

1966 Sen

NAC

05/04/1998

