



100 Metros planos (Masculinos)

---

Regional AAA	Seniores	<b>1 0,57</b>	+ 1,7	<b>Antonio Brandão</b>	1992 S23	CCSJM	21/07/2012 Luso 38044
Regional AAA	Sub23	<b>1 0,57</b>	+ 1,7	<b>Antonio Brandão</b>	1992 S23	CCSJM	21/07/2012 Luso 38044
Regional AAA	Juniores	<b>1 0,59</b>	- 0,2	<b>Rui Tavares</b>	1981 Jun	NAC	29/07/2000 Braga 03037
Regional AAA	Juvenis	<b>1 0,87</b>		<b>Hélio Reis</b>	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	<b>7,20</b>	<b>André Ferreira</b>	2002 Ini	<b>ACDI</b>	23/12/2017 Aveiro 38005
Regional AAA	Infantis	<b>7,40</b>	<b>Ricardo Martins</b>	2004 Inf	<b>RDA</b>	23/12/2017 Aveiro 38005



**200 Metros** (Masculinos)

---

Regional AAA	Seniores	<b>2 1,48</b>	+ 1,2	<b>António Brandão</b>	1992 S23	CCSJM	15/07/2012 Pombal 03038
Regional AAA	Sub23	<b>2 1,48</b>	+ 1,2	<b>António Brandão</b>	1992 S23	CCSJM	15/07/2012 Pombal 03038
Regional AAA	Juniores	<b>2 1,79</b>		<b>Rui Tavares</b>	1981 Jun	NAC	30/07/2000
Regional AAA	Juvenis	<b>2 1,83</b>		<b>Hélio Reis</b>	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	<b>3 4,70</b>	<b>Paulo Gamelas</b>	1970 Juv	<b>SCBM</b>	25/05/1986 Cáceres
Regional AAA	Sub23	<b>3 4,70</b>	<b>Paulo Gamelas</b>	1970 Juv	<b>SCBM</b>	25/05/1986 Cáceres
Regional AAA	Juniores	<b>3 4,70</b>	<b>Paulo Gamelas</b>	1970 Juv	<b>SCBM</b>	25/05/1986 Cáceres
Regional AAA	Juvenis	<b>3 4,70</b>	<b>Paulo Gamelas</b>	1970 Juv	<b>SCBM</b>	25/05/1986 Cáceres
Regional AAA	Iniciados	<b>3 7,3</b>	<b>Julio Valente</b>	1980 Ini	<b>ACDI</b>	24/06/1995 Oliveirinha 38042



**400 Metros Planos** (Masculinos)

---

Regional AAA	Seniores	<b>4 8,02</b>	<b>Vitor Ferreira</b>	1978 Sen	<b>GRECAS</b>	21/07/2001 LisboaU
Regional AAA	Sub23	<b>4 9,15</b>	<b>Paulo Gamelas</b>	1970 Juv	<b>SCBM</b>	09/08/1986 LisboaN
Regional AAA	Juniores	<b>4 9,15</b>	<b>Paulo Gamelas</b>	1970 Juv	<b>SCBM</b>	09/08/1986 LisboaN
Regional AAA	Juvenis	<b>4 9,15</b>	<b>Paulo Gamelas</b>	1970 Juv	<b>SCBM</b>	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	<b>1 4 9,1</b>	<b>Luis Pinhal</b>	1960 S23	SCBM	14/06/1980 LisboaN
Regional AAA	Sub23	<b>1 4 9,1</b>	<b>Luis Pinhal</b>	1960 S23	SCBM	14/06/1980 LisboaN
Regional AAA	Juniores	<b>1 5 0,94</b>	<b>Jorge Batista</b>	1991 Jun	ADREP	03/06/2010 Lisboa (Inatel) 12043
Regional AAA	Juvenis	<b>1 5 4,10</b>	<b>Renato Silva</b>	1981 Juv	GRECAS	01/07/1998
Regional AAA	Iniciados	<b>1 5 7,67</b>	<b>Filipe Pedro</b>	1980 Ini	ADREP	11/06/1995 M Grand



1.000 Metros (Masculinos)

---

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



**1.500 Metros (Masculinos)**

---

Regional AAA	Seniores	<b>3 4 3,4</b>	<b>Luis Pinhal</b>	1960	<b>S23</b>	<b>SCBM</b>	27/04/1980 LisboaN
Regional AAA	Sub23	<b>3 4 3,4</b>	<b>Luis Pinhal</b>	1960	<b>S23</b>	<b>SCBM</b>	27/04/1980 LisboaN
Regional AAA	Juniores	<b>3 4 4,46</b>	<b>Filipe Pedro</b>	1980	<b>Jun</b>	<b>ADREP</b>	01/05/1998
Regional AAA	Juvenis	<b>3 5 4,22</b>	<b>Filipe Pedro</b>	1980	<b>Juv</b>	<b>ADREP</b>	17/05/1997
Regional AAA	Iniciados	<b>4 0 9,80</b>	<b>Filipe Pedro</b>	1980	<b>Ini</b>	<b>ADREP</b>	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	<b>8 0 6,71</b>	<b>António Salvador</b>	1966 Sen	<b>NAC</b>	21/05/1997
Regional AAA	Juniores	<b>8 1 2,77</b>	<b>Bruno Saramago</b>	1982 Jun	<b>ACADOF</b>	23/05/2001
Regional AAA	Juvenis	<b>8 2 2,96</b>	<b>Filipe Pedro</b>	1980 Juv	<b>ADREP</b>	23/07/1997 LisboaU



**5.000 Metros (Masculinos)**

---

Regional AAA	Seniores 1 3 5 6,4	<b>António Salvador</b> <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	<b>António Salvador</b>	1966 S23	GRACC	25/06/1988
Regional AAA	Juniores 1 4 1 1,65	<b>Bruno Saramago</b>	1982 Jun	ACADOF	22/07/2001 Grosset



**10.000 Metros** (Masculinos)

---

Regional AAA	Seniores <b>2 8 4 1,1</b>	<b>António Salvador</b>	1966 <b>S23</b>	<b>GRACC</b>	14/07/1988
Regional AAA	Sub23 <b>2 8 4 1,1</b>	<b>António Salvador</b>	1966 <b>S23</b>	<b>GRACC</b>	14/07/1988
Regional AAA	Juniores <b>3 1 5 8,13</b>	<b>Bruno Vieira</b>	1995 <b>Jun</b>	<b>GDCCP</b>	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	<b>8,95</b>	- 2,3	<b>João Pinto</b>	2000 Juv	<b>ADREP</b>	24/01/2016 Aveiro 38008
Regional AAA	Juvenis	<b>8,95</b>	- 2,3	<b>João Pinto</b>	2000 Juv	<b>ADREP</b>	24/01/2016 Aveiro 38008



## 60 M Barreiras-1.06 (Masculinos)

---

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



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

---

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



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





**100 M Barreiras-0.91** (Masculinos)

---

Regional AAA	Juvenis	<b>1 0,88</b>	0,0	<b>Fabio Teixeira</b>	1995 Juv	<b>ESL</b>	21/03/2012 Aveiro 38104
Regional AAA	Iniciados	<b>1 4,85</b>	-2,3	<b>Fábio Teixeira</b>	1995 Ini	<b>ESL</b>	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	<b>1 4,24</b>	+ 1,3	<b>João Fontela</b>	1991	<b>S23</b>	<b>CCSJM</b>	08/07/2012 Lisboa 03037
Regional AAA	Sub23	<b>1 4,24</b>	+ 1,3	<b>João Fontela</b>	1991	<b>S23</b>	<b>CCSJM</b>	08/07/2012 Lisboa 03037
Regional AAA	Juniores	<b>1 4,96</b>	+ 0,1	<b>Paulo Neto</b>	1997	<b>Juv</b>	<b>ACRDE</b>	20/07/2014 Luso 38051
Regional AAA	Juvenis	<b>1 4,96</b>	+ 0,1	<b>Paulo Neto</b>	1997	<b>Juv</b>	<b>ACRDE</b>	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	<b>3 8,78</b>	<b>Paulo Neto</b>	1997 Juv	<b>ACRDE</b>	22/06/2013 Guimarães 03038
Regional AAA	Iniciados	<b>4 3,25</b>	<b>André Santos</b>	1995 Ini	<b>ACDI</b>	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	<b>5 3,74</b>	<b>Helder Pato</b>	1980 S23	<b>ADREP</b>	09/07/2002
Regional AAA	Sub23	<b>5 3,74</b>	<b>Helder Pato</b>	1980 S23	<b>ADREP</b>	09/07/2002
Regional AAA	Juniores	<b>5 3,81</b>	<b>Renato Silva</b>	1981 Jun	<b>GRECAS</b>	29/07/2000
Regional AAA	Juvenis	<b>5 5,61</b>	<b>Tiago Cipriano</b>	1995 Juv	<b>GRECAS</b>	08/07/2012 Lisboa 03037



**1.500 Met Obstáculos** (Masculinos)

---

Regional AAA	Juvenis	<b>4 2 3,07</b>	<b>Pedro Teixeira</b>	1979 Juv	ACDI	15/06/1996
Regional AAA	Iniciados	<b>4 2 4,81</b>	<b>Fábio Simões</b>	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	<b>8 4 9,91</b>	<b>Fernando Adrião</b>	1965 Sen	<b>JOBRA</b>	08/07/1992
Regional AAA	Juniores	<b>9 0 0,34</b>	<b>Pedro Cruz</b>	1982 Jun	<b>ACADOF</b>	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	<b>7,45</b>	<b>Pedro Oliveira</b>	1980 S23	<b>GRECAS</b>	20/06/2001 LisboaU
Regional AAA	Sub23	<b>7,45</b>	<b>Pedro Oliveira</b>	1980 S23	<b>GRECAS</b>	20/06/2001 LisboaU
Regional AAA	Juniores	<b>7,15</b> + 1,3	<b>Pedro Oliveira</b>	1980 Jun	<b>GRECAS</b>	10/07/1999 Aveiro 38033
Regional AAA	Juvenis	<b>6,93</b>	<b>Patrick Marques</b>	1984 Juv	<b>GRECAS</b>	23/06/2001
Regional AAA	Iniciados	<b>6,49</b> 0,0	<b>Paulo Neto</b>	1997 Ini	<b>ACRDE</b>	21/04/2012 Luso 38024
Regional AAA	Infantis	<b>5,50</b>	<b>Ricardo Martins</b>	2004 Inf	<b>RDA</b>	17/06/2017 Luso 38032



**Tripló Salto** (Masculinos)

---

Regional AAA	Seniores	<b>15,58</b>	+ 0,7	<b>Rafael Gonçalves</b>	1977 Sen	<b>CAO</b>	22/07/2001 Lisboa (U) 03036
Regional AAA	Sub23	<b>15,23</b>	+ 0,9	<b>João Dias</b>	1984 S23	<b>GRECAS</b>	16/07/2006 Abrantes 03034
Regional AAA	Sub23	<b>15,23</b>	+ 0,8	<b>João Dias</b>	1984 S23	<b>GRECAS</b>	29/05/2005 Braga 03024
Regional AAA	Juniores	<b>15,13</b>	- 0,5	<b>João Dias</b>	1984 Jun	<b>GRECAS</b>	06/07/2003 Guarda 03031
Regional AAA	Juvenis	<b>13,73</b>		<b>Luis Simões</b>	1977 Juv	<b>CFM</b>	19/06/1994
Regional AAA	Iniciados	<b>12,84</b>		<b>Paulo Neto</b>	1997 Ini	<b>ACRDE</b>	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	<b>61,97</b>	<b>Andre Vital Silva</b>	1980 Sen	<b>CCSJM</b>	10/06/2014 Viana do Castelo 49028
Regional AAA	Juniores	<b>47,07</b>	<b>Fábio Freitas</b>	1987 Jun	<b>GRECAS</b>	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	<b>16,77</b>	<b>Nuno Serra</b>	1974 Sen	<b>NAC</b>	14/06/1997
Regional AAA	Juniores	<b>14,48</b>	<b>José Pinho</b>	1995 Jun	<b>NAC</b>	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>	<b>61,41</b>	<b>Mário Marques</b>	1993 <b>S23</b>	<b>CCSJM</b>	<i>20/02/2016 Aveiro 38013</i>
<i>Regional AAA</i>	<i>Juniores</i>	<b>57,87</b>	<b>Marco Ferreira</b>	1988 <b>Juv</b>	<b>ADREP</b>	<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>	<b>63,76</b>	<b>Ricardo Freitas</b>	1993 Ini	<b>GRECAS</b>	<i>07/06/2008 Aveiro 38040</i>
<i>Regional AAA</i>	<i>Infantis</i>	<b>38,89</b>	<b>Ricardo Freitas</b>	1993 Inf	<b>GRECAS</b>	<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>	<b>59,85</b>	<b>Juan Rosete</b>	1979 <b>Sen</b>	<b>GRECAS</b>	<i>06/07/2004</i>
<i>Regional AAA</i>	<i>Juniores</i>	<b>46,08</b>	<b>Juan Rosete</b>	1979 <b>Jun</b>	<b>CC</b>	<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

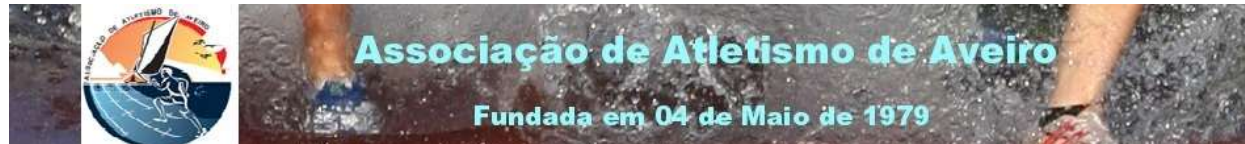
Iniciados 1 4 6 6

**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**  
694 664 508 636 637 406 429

1985 Sen

CCSJM

06/02/2011 Aveiro 38011





**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	<b>6407</b>	<b>Tiago Boucela</b>	1992 Sen	<b>GRECAS</b>	31/05/2015 Pombal 03034
			795 785 510 840 753 760 357 406			
			397 804			
Regional AAA	Juniores	<b>5799</b>	<b>Luis Jesus</b>	1982 Jun	<b>GRECAS</b>	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	<b>4 1,89</b>	<b>N A Cucujães</b> <i>Pedro Oliveira (78) Rui Tavares (81) Bruno Gancho (79) Daniel Pó (71)</i>	1971 Sen	NAC	25/06/2000 Lisboa
Regional AAA	Juniores	<b>4 3,50</b>	<b>Seleção</b> <i>A. Estima ( ) F. Pereira ( ) Rui Pestana ( ) António Tavares (66)</i>	1966 Jun	AAA	01/01/1985
Regional AAA	Juvenis	<b>4 4,23</b>	<b>A A Aveiro</b> <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	<b>1 3 0,91</b>	<b>G R E C A S</b> <i>Rui Matos (1992) / Micael Seixeiro (1995) / Ricardo Araújo (1993) / Sérgio Silva (1992)</i>	1990 Sen	<b>GRECAS</b>	14/07/2013 Leiria 24034
Regional AAA	Juniores	<b>1 3 4,38</b>	<b>Grecas</b> <i>Hugo Duarte (1999) / David Almeida (2000) / Bruno Lemos (2000) / Pedro Mirassol (1999)</i>	1999 Jun	<b>GRECAS</b>	14/01/2018 Luso 38008
Regional AAA	Juvenis	<b>1 4 0,01</b>	<b>A D R E P</b> <i>Bruno Simões (1999) / Miguel Ramos (2000) / Francisco Dunas (2001) / Leandro Ramos (2000)</i>	1999 Juv	<b>ADREP</b>	18/12/2016 Aveiro 38003



**4X400 Metros (Masculinos)**

---

Regional AAA	Seniores	<b>3 1 9,96</b>	<b>G R E C A S</b>	1992 Sen	<b>GRECAS</b>	28/07/2013 Leiria 03046
			<i>Rui Matos / Tiago Cipriano / Micael Seixeiro / Sérgio Silva</i>			
Regional AAA	Sub23	<b>3 1 9,96</b>	<b>G R E C A S</b>	1992 S23	<b>GRECAS</b>	28/07/2013 Leiria 03046
			<i>Rui Matos (1992) / Tiago Cipriano (1995) / Micael Seixeiro (1995) / Sérgio Silva (1992)</i>			
Regional AAA	Juniores	<b>3 2 3,90</b>	<b>C A Póvoa Pacense</b>	1992 Jun	<b>CENAP</b>	11/07/2010 Luso 38044
			<i>Tiago M. Silva (1992) / José Rocha (1992) / Rui Matos (1992) / Sérgio Silva (1992)</i>			
Regional AAA	Juvenis	<b>3 3 3,98</b>	<b>A A Aveiro</b>	1964 Juv	<b>AAA</b>	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 Capelo (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	<b>Mário Contreiras</b>	1967 Sen	<b>GRECAS</b>	29/03/2008 Luso 38025
Regional AAA	Sub23 4 6 4 7,15	<b>Bruno Marques</b>	1981 S23	<b>CCSJM</b>	01/06/2002 Aveiro 38037
Regional AAA	Juniores 4 7 5 8,9	<b>Bruno Marques</b>	1981 Jun	<b>CCSJM</b>	05/08/2000





**15.000 Metros Marcha (Masculinos)**

---

Regional AAA	Seniores 1 3 3 3	<b>Bruno Marques</b> <i>tempo de passagem</i>	1981 S23	CCSJM	13/07/2002 Lisboa (U) 03035
Regional AAA	Sub23 1 3 3 3	<b>Bruno Marques</b> <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	<b>Augusto Cardoso</b>	1970 Sen	<b>ADREP</b>	19/02/2011 Batalha 03012
Regional AAA	Sub23 1 3 3 3	<b>Bruno Marques</b>	1981 Jun	<b>CCSJM</b>	09/12/2000 C.Beira
Regional AAA	Juniores 1 3 3 3	<b>Bruno Marques</b>	1981 Jun	<b>CCSJM</b>	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	<b>Bruno Marques</b>	1981 S23	<b>CCSJM</b>	16/02/2002 Valongo
Regional AAA	Sub23 1 3 2 4	<b>Bruno Marques</b>	1981 S23	<b>CCSJM</b>	16/02/2002 Valongo





**Maratona** (Masculinos)

---

Regional AAA

Seniores 1 2 3 9

**António Salvador**

1966 Sen

**NAC**

05/04/1998

