



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





100 Metros planos (Masculinos)

<i>Regional AAA</i>	<i>Seniores</i>	1 0,57	+ 1,7	Antonio Brandão	1992 S23	CCSJM	21-07-2012 Luso 38044
<i>Regional AAA</i>	<i>Sub23</i>	1 0,57	+ 1,7	Antonio Brandão	1992 S23	CCSJM	21-07-2012 Luso 38044
<i>Regional AAA</i>	<i>Juniores</i>	1 0,59	- 0,2	Rui Tavares	1981 Jun	NAC	29-07-2000 Braga 03037
<i>Regional AAA</i>	<i>Juvenis</i>	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

Infantis

7,79

José Viegas

1993 Inf

GJPB

25-04-2006 Coimbra



200 Metros (Masculinos)

<i>Regional AAA</i>	<i>Seniores</i>	2 1,48	+ 1,2	António Brandão	1992 S23	CCSJM	15-07-2012 Pombal 03038
<i>Regional AAA</i>	<i>Sub23</i>	2 1,48	+ 1,2	António Brandão	1992 S23	CCSJM	15-07-2012 Pombal 03038
<i>Regional AAA</i>	<i>Juniores</i>	2 1,79		Rui Tavares	1981 Jun	NAC	30-07-2000
<i>Regional AAA</i>	<i>Juvenis</i>	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 3 0,67

Paulo Neto

1997 Ini

ACRDE

09-06-2012 Aveiro 38034





300 Metros Planos (Masculinos)

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



400 Metros Planos (Masculinos)

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



600 Metros (Masculinos)

Regional AAA

Infantis 1 3 9,24

Samuel Rios

2001 Inf AAA

01-05-2014 Cantanhede 30029



800 Metros (Masculinos)

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



1.000 Metros (Masculinos)

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



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 2 1,73	Fábio Silva	1991 S23	CCSJM	30-07-2011 Aveiro 38043
Regional AAA	Juniores	4 3 5,11	Tiago Silva	1994 Juv	NAC	30-07-2011 Aveiro 38043
Regional AAA	Juvenis	4 3 5,11	Tiago Silva	1994 Juv	NAC	30-07-2011 Aveiro 38043
Regional AAA	Iniciados	4 4 9,50	Daniel Moreira	1996 Ini	ADERCUS	30-07-2011 Aveiro 38043



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	1966 S23	GRACC	25-06-1988
		<i>Melhor marca obtida por atleta estrangeiro:13.49,48 Youssf El Kalay (1981)</i>			
		<i>NAC / 2 / Maia / 02-07-2005</i>			
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 <i>Grosset</i>



10.000 Metros (Masculinos)

<i>Regional AAA</i>	<i>Seniores 2 8 4 1,1</i>	<i>António Salvador</i>	1966 S23	GRACC	14-07-1988
<i>Regional AAA</i>	<i>Sub23 2 8 4 1,1</i>	<i>António Salvador</i>	1966 S23	GRACC	14-07-1988
<i>Regional AAA</i>	<i>Juniores 3 1 5 8,13</i>	<i>Bruno Vieira</i>	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	9,02	- 2,6	João Bento	1992 Jun	ESL	06-02-2011 Aveiro 38011
Regional AAA	Juvenis	9,31	+ 1,5	Miguel Marta	1998 Juv	GRECAS	01-02-2015 Aveiro 38009





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	9,95	- 2,9	Miguel Marta	1998 Juv	GRECAS	12-01-2014 Aveiro 38006





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

Regional AAA	Infantis	9,6	Pedro Almeida	1984 Inf	ACDM	21-06-1997 Oliveir
Regional AAA	Infantis	9,6	Rui Barros	1974 Inf	SCBM	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	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 1 4,16 -1,4 Paulo Neto

1997 Juv AAA

14-06-2014 Lisboa 03029





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)

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



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)

<i>Regional AAA</i>	<i>Seniores</i>	5 3,74	Helder Pato	1980 S23	ADREP	09-07-2002
<i>Regional AAA</i>	<i>Sub23</i>	5 3,74	Helder Pato	1980 S23	ADREP	09-07-2002
<i>Regional AAA</i>	<i>Juniores</i>	5 3,81	Renato Silva	1981 Jun	GRECAS	29-07-2000
<i>Regional AAA</i>	<i>Juvenis</i>	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 3 1,73	Isaac Rios	1997 Ini	AAA	02-06-2012 Fátima 03030





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)

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





Salto Com Vara (Masculinos)

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



Salto em Comprimento (Masculinos)

<i>Regional AAA</i>	<i>Seniores</i>	7,45	Pedro Oliveira	1980 S23	GRECAS	<i>20-06-2001 LisboaU</i>
<i>Regional AAA</i>	<i>Sub23</i>	7,45	Pedro Oliveira	1980 S23	GRECAS	<i>20-06-2001 LisboaU</i>
<i>Regional AAA</i>	<i>Juniores</i>	7,15 + 1,3	Pedro Oliveira	1980 Jun	GRECAS	<i>10-07-1999 Aveiro 38033</i>
<i>Regional AAA</i>	<i>Juvenis</i>	6,93	Patrick Marques	1984 Juv	GRECAS	<i>23-06-2001</i>
<i>Regional AAA</i>	<i>Iniciados</i>	6,49 0,0	Paulo Neto	1997 Ini	ACRDE	<i>21-04-2012 Luso 38024</i>
<i>Regional AAA</i>	<i>Infantis</i>	5,14	Pedro Almeida	1984 Inf	ACDM	<i>21-06-1997 Oliveir</i>





Triplo 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)

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



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)

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





Lançamento Peso-6Kg (Masculinos)

Regional AAA

Juniors

16,81

José Pinho

1995 Jun

NAC

20-12-2014 Aveiro 38001





Lançamento Peso-7.26 (Masculinos)

<i>Regional AAA</i>	<i>Seniores</i>	16,77	Nuno Serra	1974 Sen	NAC	14-06-1997
<i>Regional AAA</i>	<i>Juniores</i>	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)

Regional AAA	Seniores	60,53	Mário Marques	1993 S23	CCSJM	31-05-2014 Fátima 03025
Regional AAA	Juniores	57,87	Marco Ferreira	1988 Juv	ADREP	16-07-2005





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)

Regional AAA	Iniciados	63,76	Ricardo Freitas	1993 Ini	GRECAS	<i>07-06-2008 Aveiro 38040</i>
Regional AAA	Infantis	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

Juniors

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>





Tetratlo - Infantis (Masculinos)

Regional AAA

Infantis 2031

Flávio Pinto
1990 Inf JAM
60bar - 9,90 (+3,1), altura - 1,44, peso3 - 10,27,
1000 - 3 04,20

27-04-2003 Abrante





Tetratlo Infantis DE (Masculinos)

Regional AAA

Infantis 1760

João Nunes

1976 Inf

EPA

25-06-1989 Funchal

60 - 8,31, comp - 4,87, peso3 - 11,61, 1000 - 3.03,11





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 2 0 9 9

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

17-04-1994 LisboaN





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, disc1,5 - 33,22, vara - 2,40, dard7 -
50,42, 1000 - 3 19,74



Heptalo - Juniores (Masculinos)

Regional AAA

Juniores 3 9 0 3

João Bento
690 606 403 687 741 242 534

1992 Jun ESL

06-02-2011 Aveiro 38011





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	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)

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



4X200 Metros (Masculinos)

Regional AAA	Seniores	1 3 0,91	G R E C A S	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 4 1,44	Grecas Vagos	1995 Jun	GRECAS	19-01-2014 Aveiro 38007
			<i>Miguel Oliveira (1995) / Miguel Teixeira (1996) / Daniel Martins (1995) / Rui Almeida (1996)</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
			Rui Matos / Tiago Cipriano / Micael Seixeiro / Sérgio Silva			
Regional AAA	Sub23	3 1 9,96	G R E C A S	1992 S23	GRECAS	28-07-2013 Leiria 03046
			Rui Matos (1992) / Tiago Cipriano (1995) / Micael Seixeiro (1995) / Sérgio Silva (1992)			
Regional AAA	Juniores	3 2 3,90	C A Póvoa Pacense	1992 Jun	CENAP	11-07-2010 Luso 38044
			Tiago M. Silva (1992) / José Rocha (1992) / Rui Matos (1992) / Sérgio Silva (1992)			
Regional AAA	Juvenis	3 3 3,98	A A Aveiro	1964 Juv	AAA	12-07-1981 LisboaA
			P. Henriques () Luis Pais () H. Teixeira () J. Teixeira ()			





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	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 1 9 0 3,97

Joaquim Rodrigues

1996 Ini

ACBU

29-05-2011 Maia 41026



5.000 Metros Marcha (Masculinos)

<i>Regional AAA</i>	<i>Seniores 2 1 3 3,48</i>	Nuno Valente	1988 Sen	CCSJM	<i>21-07-2012 Luso 38044</i>
<i>Regional AAA</i>	<i>Sub23 2 1 4 0,16</i>	Nuno Valente	1988 S23	CCSJM	<i>29-05-2010 Póvoa Varzim/Abrantes/Lisboa U 030</i>
<i>Regional AAA</i>	<i>Juvenis 2 1 4 6,9</i>	Helder Neves	1975 Juv	GDL	<i>09-05-1992 Oliveir</i>



10.000 Metros Marcha (Masculinos)

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



15.000 Metros Marcha (Masculinos)

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





15 Km marcha (Masculinos)

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





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)

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