

# JUVENIS (m)

## 100 metros:

1. Luis Barroso (Z. Azul)	10,52
2. Orlando Encarnação (Quart.)	11,1
3. Paulo Domingos (Ind.)	11,4
Paulo Pereira (M. Sintra)	11,4
Paulo Maia (S. Clara)	11,4
José Entradas (Z. Azul)	11,4
7. António Lopes (Quim.)	11,6
8. Carlos Andrade (J.C.S.A.)	11,7
António Tavares (B. Mar)	11,7
10. Joel Formiga (Quim.)	11,8
Vivaldo Pereira (Farense)	11,8
José Martins (CDUL)	11,8
José António (L.N. Abrantes)	11,8
Grilo Soudo (Cuba)	11,8
Ricardo Silva (Marit.)	11,8
José Costa (ANA)	11,8

## 200 metros:

1. Luis Barroso (Z. Azul)	21,17
2. Orlando Encarnação (Quart.)	23,0
3. Paulo Domingos (Ind.)	23,6
4. Manuel Santos (U. Micael.)	23,8
Paulo Maia (S. Clara)	23,8
6. Joel Formiga (Quim.)	23,9
7. António Belo (O. Sul)	24,0
Paulo Pereira (M. Sintra)	24,0
José Ramalho (Almada)	24,0
10. António Tavares (B. Mar)	24,1

## 400 metros:

1. Nuno Alpiarça (CDUL)	51,6
2. Joel Formiga (Quim.)	51,9
3. Manuel Santos (U. Micael.)	53,4
Hélder Costa (Bf)	53,4
5. Luis Mano (Bel.)	53,8
6. Paulo Pereira (M. Sintra)	53,9
7. Orlando Encarnação (Quart.)	54,3
8. Hélder Mestre (Bf)	54,4
9. Carlos Costa (Ag. Rossio)	54,6
10. Luis Almeida (Almada)	54,8

## 800 metros:

1. Pedro Rocha (M. Sintra)	1,57,5
2. Nuno Alpiarça (CDUL)	1,58,7
3. Hélder Mestre (Bf)	1,58,8
4. Hélder Costa (Bf)	1,59,0
5. Oscar Ferreira (Açores)	2,00,4
6. António Natário (Espinho)	2,01,9
7. Jorge Domingues (ACM)	2,02,0
8. Raimundo Santos (Marinh.)	2,02,1
9. Carlos Ribeiro (CDUP)	2,02,2
10. Luis Silva (Am. Lagos)	2,02,3

## 1500 metros:

1. Fernando Figueiredo (GRAP)	4,01,1
2. Pedro Rocha (M. Sintra)	4,01,2
3. Oscar Ferreira (Açores)	4,04,3
4. Carlos Ribeiro (CDUP)	4,04,6
5. Hélder Mestre (Bf)	4,05,4
António Salvador (Galitos)	4,05,4
7. Manuel Gordilho (M. Sintra)	4,06,8
8. Carlos Reis (Penich.)	4,07,9
9. Luis Dias (Bicesse)	4,08,2
10. João Marreiros (Bf)	4,09,3

## 3000 metros:

1. João Marreiros (Bf)	8,51,4
2. Hélder Mestre (Bf)	8,52,7
3. José Dias (Ind.)	8,52,9
4. Carlos Reis (Penich.)	8,58,7
5. António Tavares (Penich.)	9,01,7
6. Vivaldo Pereira (Farense)	9,02,9
7. Pedro Rocha (M. Sintra)	9,03,8
8. Nicolau Dias (Ind.)	9,04,1
José Sá (Espinho)	9,04,1
10. Luis Dias (Bicesse)	9,04,2

## 1500 m obstáculos:

1. António Natário (Espinho)	4,21,2
2. Paulo Oliva (Bicesse)	4,32,9
3. José Tomé (O. Sul)	4,34,9
4. Manuel C. Costa (Avintes)	4,37,5
5. Luis Dias (Bicesse)	4,39,6
João Almeida (Espinho)	4,39,6
7. José Taveira (ANA)	4,39,9
8. Vítor Costa (Quim.)	4,40,9
9. Manuel Gordilho (M. Sintra)	4,43,1
Serafim Nogueira (Candal)	4,43,1

## 110 m barreiras:

1. Orlando Encarnação (Quart.)	15,6
2. Fernando Esteves (Moscov.)	15,8
3. Luis Neves (Quim.)	16,0
4. Luis Mano (Bel.)	16,4
5. Fernando Pinho (Progresso)	16,7
6. Luis Silva (Bel.)	16,9
7. Eduardo Fonseca (Progresso)	17,0
8. Nuno Alpiarça (CDUL)	17,4
9. Fernando Pires (Bel.)	17,5
10. Luis Almeida (Almada)	17,8

## 400 m barreiras:

1. Nuno Alpiarça (CDUL)	59,05
2. Hélder Costa (Bf)	59,4
3. Luis Almeida (Almada)	60,3

4. Luis Mano (Bel.)	61,6	6. António Tavares (B. Mar)	12,79
5. Luis Neves (Quim.)	62,6	7. Paulo Silva (Vit. Setúbal)	12,57
6. José Tomé (O. Sul)	62,9	8. Miguel Fernandes (Bf)	12,24
7. Filipe José (Farense)	64,4	9. Fernando Esteves (Moscovide)	12,16
8. João Xavier (Bel.)	64,9	10. Nuno Gonçalves (JCSA)	11,88
9. João Silva (G. Agueda)	65,4		
10. Vítor Simão (N. Gouveia)	65,5		
José Januário (L. Abrantes)	65,5		

## Altura:

1. Luis Marto (Fátima)	1,89
2. José Entradas (Z. Azul)	1,84
3. Alcino Silva (Lourocoope)	1,80
4. Nuno Alpiarça (CDUL)	1,76
5. Luis Neves (Quim.)	1,75
Fernando Pires (Bel.)	1,75
Eduardo Fonseca (Progresso)	1,75
8. António Tavares (B. Mar)	1,74
9. Fernando Esteves (Moscovide)	1,71
10. Cristiano Sousa (ANA)	1,70
Paulo Pedrosa (EPM)	1,70
Hernâni Nascimento (Portim.)	1,70
Fernando Pinho (Progresso)	1,70

## Vara:

1. Fernando Pinho (Progresso)	3,00
2. Rui Sousa (ANA)	2,90
3. Cristiano Sousa (ANA)	2,70
José Tomé (Olivais Sul)	2,70
5. José C. Almeida (ANA)	2,65
6. João Curado (Moiense)	2,50
7. José Januário (L. Abrantes)	2,40

## Comprimento:

1. Fernando Pires (Bel.)	7,08
2. Orlando Encarnação (Quart.)	6,72
3. Luis Marto (Fátima)	6,57
4. António Tavares (B. Mar)	6,49
5. Luis Barroso (Z. Azul)	6,38
6. Fernando Rego (Ind.)	6,26
7. Júlio Borges (Bf)	6,04
8. Luis Sebastião (C.A. Olivais)	6,02
9. Grilo Soudo (Sp. Cuba)	6,00
10. Fernando Pinho (Progresso)	5,95

## Tripo salto:

1. Fernando Pires (Bel.)	14,56
2. Luis Marto (Fátima)	14,17
3. Orlando Encarnação (Quart.)	13,99
4. Luis Sebastião (C.A. Olivais)	13,03
5. Carlos Sardinha (Bf)	12,80

## Peso:

1. Fernando Alves (FCP)	14,45
2. Rui Dias (FCP)	13,32
3. Artur Crisóstomo (Bf)	12,37
4. Joaquim Mota (Ind.)	11,73
5. Artur Braga (N. Pombal)	10,86
6. Luis Brasil (Terceira)	10,40
7. Evaristo Brum (Faial)	10,16
8. Jorge Viegas (CENAP)	9,96
9. Ricardo Pitscheiller (Bf)	9,92
10. Horácio Dias (U. Santarém)	9,68

## Disco:

1. Fernando Alves (FCP)	46,66
2. Rui Dias (FCP)	37,14
3. Francisco Lanita (Sp. Cuba)	34,90
4. Jorge Lucindo (Aljustrel)	34,30
5. Artur Crisóstomo (Bf)	34,26
6. Paulo Pedrosa (EPM)	34,00
7. Horácio Dias (U. Santarém)	32,90
8. Joaquim Mota (Ind.)	32,28
9. Jorge Viegas (CENAP)	31,48
10. Fernando Pinho (Progresso)	31,34

## Dardo:

1. Artur Crisóstomo (Bf)	53,50
2. António Lopes (Quim.)	45,24
3. Carlos Gil (NDS-Guarda)	44,22
4. Horácio Dias (U. Santarém)	41,56
5. Paulo Silva (Valega)	39,96
6. Ricardo Melo (S. Miguel)	39,32
7. Sérgio Abreu (Marítimo)	39,08
8. Rui Dias (FCP)	38,70
9. Nuno Alpiarça (CDUL)	38,14
10. Fernando Alves (FCP)	37,80

## Martelo:

1. Fernando Alves (FCP)	48,20
2. Rui Dias (FCP)	34,36
3. António Reis (Alcobaça)	27,08
4. Ricardo Pitscheiller (Bf)	26,36
5. Fernando Cunha (Bel.)	24,28
6. Paulo Contreiras (Quim.)	22,18
7. Carlos Bernardes (SVB)	18,66
(até 18 metros)	

## JUVENIS (F)

### 100 metros:

1. Teresa Antunes (AAC) .....	12,8
2. Lídia Cruz (Louletano) .....	13,0
Elisa Viúla (Marítimo) .....	13,0
4. Nídia Bogalho (Quimigal) .....	13,1
5. Fernanda Correia (Farense) .....	13,2
Margarida Veríssimo (Inatel) .....	13,2
7. Ana Rodrigues (Ind.) .....	13,3
Patrocínia Gonçalves (Ind.) .....	13,3
Lídia Sousa (Marítimo) .....	13,3
10. Ana Maçarico (U. Almeirim) .....	13,4

### 800 metros:

1. Helena Costa (Riba-ul) .....	2.15,1
2. Ana Manteigas (L. Apelaçon.) .....	2.17,2
3. Cristina Sanches (Benfica) .....	2.17,3
4. Ana Carvalho (M.-Deus) .....	2.19,1
5. Lassalet Mineiro (CDUL) .....	2.20,7
6. Fátima Carvalho (J. Castanh.) .....	2.21,2
7. Fátima Novais (M.-Deus) .....	2.22,0
8. Ana Ribeiro (Tibães) .....	2.22,1
9. Ana Correia (CDUP) .....	2.22,7
Fernanda Ribeiro (FC Porto) .....	2.22,7

### 400 m.-barreiras:

1. Helena Galanto (Belenen.) .....	70,3
2. Deolinda Silva (CDUP) .....	71,04
3. Fernanda Martins (Farense) .....	72,9
4. Iolanda Calado (Louletano) .....	74,1
5. Teresa Martins (Avintes) .....	74,5
6. Célia Branco (Farense) .....	75,2
7. M. João Lopes (Quimigal) .....	75,3
8. Celina Pinheiro (N. Gouveia) .....	75,6
Ana Carvalho (M.-Deus) .....	75,6
10. Graça Gonçalves (CAC) .....	76,1

### Peso:

1. Natália Ferreira (FC Porto) .....	9,15
2. Ana P. André (Marinh.) .....	9,12
3. Luciabela Simões (Povoense) .....	8,87
4. Isabel Araújo (Quimigal) .....	8,25
5. Cristina Perestrelo (Marit.) .....	8,10
6. Aldina Garcia (Açores) .....	7,98
7. Sónia Gonçalves (CAM) .....	7,84
8. Alda Silva (Válega) .....	7,82
9. M. João Nogueira (Progresso) .....	7,71
10. Ana Correia (Belenen.) .....	7,38

### 200 Metros:

1. Lídia Cruz (Louletano) .....	26,8
2. Elisa Viúla (Marítimo) .....	27,1
3. Teresa Antunes (AAC) .....	27,2
4. Rosa Castilho (ACM) .....	27,3
5. Ana Rodrigues (Ind.) .....	27,3
6. Manuela Gomes (Furad.) .....	27,4
7. Nídia Bogalho (Quimigal) .....	27,7
8. Sandra Grada (Mercês) .....	28,1
9. Helena Costa (Riba-ul) .....	28,2
Graça Gonçalves (CAC) .....	28,2
Alexandra Salgueiro (U. Micael.) .....	28,2

### 1500 metros:

1. Fernanda Ribeiro (FC Porto) .....	4.22,22
2. Ana Correia (CDUP) .....	4.36,50
3. Lassalet Mineiro (CDUL) .....	4.38,4
4. Ana Manteigas (L. Apelaçon) .....	4.41,4
5. Cristina Sanches (Benfica) .....	4.42,0
6. Fátima Carvalho (J. Castanh.) .....	4.43,4
7. Fátima Novais (M.-Deus) .....	4.45,5
8. Helena Costa (Riba-ul) .....	4.45,6
9. Carla Machado (Várzea) .....	4.45,7
10. Rosário Pio (U. Santar.) .....	4.48,9

### Altura:

1. Ana Mota (Lourocoope) .....	1,48
2. Teresa Levi (Quimigal) .....	1,46
3. Sofia Patrão (Belenen.) .....	1,40
Esmeralda Rocha (Vila Verd.) .....	1,40
5. Elisabete Moura (CDUP) .....	1,39
6. Ilda Vasques (V. Setúbal) .....	1,36
Anabela Fernandes (Inatel) .....	1,36
7. Alda Lima (moitense) .....	1,35
Suzana Anacleto (Louletano) .....	1,35
Belina Bairos (Açores) .....	1,35

### Disco:

1. Natália Ferreira (FC Porto) .....	30,32
2. Nídia Bogalho (Quimigal) .....	25,00
3. Isabel Araújo (Quimigal) .....	22,56
4. Helena Bernardino (Pechão) .....	22,38
5. Amélia Rodrigues (M. Ferreira) .....	21,56
6. Ana P. André (Marinh.) .....	21,20
7. Ana Isabel Larginho (Ajust.) .....	20,10
8. Sónia Gonçalves (CAM) .....	20,68
9. Cristina Perestrelo (Marítimo) .....	20,10
10. Ana Correia (Belenen.) .....	19,24

### 400 metros:

1. Graça Gonçalves (CAC) .....	61,3
2. Sandra Grada (Mercês) .....	62,0
Rosa Castilho (ACM) .....	62,0
4. Manuela Gomes (Furadouro) .....	62,4
5. Lídia Cruz (Louletano) .....	62,5
6. Deolinda Silva (CDUP) .....	62,8
7. Ana Carvalho (Madre-Deus) .....	63,4
Manuela Cruz (Kolossal) .....	63,4
9. Margarida Veríssimo (Inatel) .....	63,6
Helena Costa (Riba-ul) .....	63,6

### 100 m.-barreiras:

1. Suzana Pombeiro (Benfica) .....	17,3
2. Fernanda Martins (Farense) .....	17,4
3. Célia Branco (Farense) .....	17,8
4. Ângela Saraiva (Progresso) .....	19,0
Sara Soares (Benfica) .....	19,0
6. Ercília Silva (Lourocoope) .....	19,2
Iolanda Calado (Louletano) .....	19,2
8. Luísa Santos (JCSA) .....	19,6
Olinda Teixeira (ANA) .....	19,6
Ana Silva (Abras) .....	19,6
Vanda Matias (U. Santar.) .....	19,6

### Comprimento:

1. Suzana Pombeiro (Benfica) .....	5,06
2. Ana Mota (Lourocoope) .....	4,96
3. Fernanda Correia (Farense) .....	4,81
4. Sofia Patrão (Belenen.) .....	4,74
5. Patrocínia Gonçalves (Ind.) .....	4,72
6. Teresa Levi (Quimigal) .....	4,69
7. Teresa Mira (U. Santar.) .....	4,64
Adélia Saúde (Farense) .....	4,64
9. Eugénia Castro (EP Marrazes) .....	4,59
10. Luísa Santos (JCSA) .....	4,54

### Dardo:

1. Isabel Araújo (Quimigal) .....	31,64
2. Ana C. Martins (ANA) .....	28,82
3. Sónia Gonçalves (CAM) .....	26,88
4. Célia Moço (V. Setúbal) .....	25,66
5. Helena Bernardino (Pechão) .....	25,08
6. Luísa Fernandes (S. Roque) .....	24,70
7. Amélia Rodrigues (M. Ferreira) .....	22,92
8. Dina Neto (Quimigal) .....	22,84
9. Ana Bessa (Camp. SJ Madeira) .....	21,92
10. Teresa Gomes (Ag. Rossio) .....	21,40

INICIADOS (M)

**80 metros:**

- Luís Barreto (Évora) 9.4
- João Colaço (Piedense) 9.6
- João Rito (Almada) 9.6
- Luís Silva (Bel) 9.7
- Rui Batista (Aljustrel) 9.7
- Joaquim Ventura (Almada) 9.8
- Acácio Oliveira (N. Gouveia) 9.8
- José P. Bimba 9.9
- José Ramalho (Almada) 9.9
- Paulo Silva (V. Set.) 9.9
- Paulo Carteiro (Aprocred) 9.9

**300 metros:**

- Joaquim Ventura (Alm.) 38.1
- João Sousa (Aprocred) 38.8
- Luís Neves (Quim.) 39.6
- Joaquim Lázaro (U. Sant.) 39.9
- Rui Azevedo (Bf) 40.0
- Paulo J. Bimba (Sp. Pomb.) 40.1
- António Borges (Z. Azul) 40.8
- Francisco Fontinha (U. Rossinpe) 41.0
- Joaquim Marreiros (A. Lag.) 41.0
- Fernando Costa (Alm.) 41.0

**800 metros:**

- Joaquim Ventura (Alm) 2.05.0
- Rui Viegas (A. Lagos) 2.05.3
- Rui Ferreira (M. Abraão) 2.06.3
- Armando Rosa (CDUP) 2.07.2
- Rafael Pires (Bf) 2.07.3
- José Dias (Ind) 2.08.1
- Eduardo Faustino (V. Set.) 2.08.5
- Rui Azevedo (Bf) 2.08.5
- António Abrantes (CDUL) 2.09.0
- Paulo Torres (N. Gouv.) 2.09.4

**1500 metros:**

- José Dias (Ind) 4.11.3
- Rui Viegas (A. Lagos) 4.14.1
- Joaquim Ventura (Alm.) 4.14.7
- Serafim Sousa (Penelas) 4.17.7
- Armando Rosa (CDUP) 4.18.0
- Francisco Morais (Chaves) 4.8.7
- Paulo Torres (N. Gouveia) 4.18.8
- Edgar Faustino (V. Set.) 4.20.7
- Rui Ferreira (M. Abraão) 4.21.1
- Henrique Vitorino (V. Set.) 4.21.6

**80 barreiras:**

- Luís Silva (Bel) 11.8
- Luís Neves (Quim.) 12.3
- José Ramalho (Alm.) 13.1
- José C. Almeida (ANA) 13.1
- Paulo Pedrosa (EP Marrazes) 13.2
- Arcílio Fontinha (U. Sant.) 13.3
- João Afonso (C. Militar) 13.4
- Rui Viegas (A. Lagos) 13.5
- António Mota (Candal) 13.8
- João Carlos (Farense) 14.0
- Manuel Carvalho (CDUP) 14.0

**Altura:**

- Luís Neves (Quim.) 1.75
- Paulo Pedrosa (EP Marrazes) 1.70
- Pedro Henriques (C. Militar) 1.65
- Luís Petisca (Chamusq.) 1.65
- João Vieira (Faial) 1.65
- Joaquim Mota (Lourocoope) 1.61

- Rui Pinto (C. Militar) 1.60
- João Lopes (Faial) 1.60
- António Abrantes (CDUL) 1.55
- José Moreira (Drizes) 1.55

**Vara:**

- José C. Almeida (ANA) 2.65

**Comprimento:**

- Paulo Silva (V. Set.) 5.87
- João Rito (Alm.) 5.85
- José P. Bimba (Sp. Pombal) 5.63
- Luís Silva (Belen) 5.60
- Hugo Silva (Alm) 5.56
- Acácio Oliveira (N. Gouv.) 5.44
- Paulo J. Bimba (Sp. Pomb.) 5.44
- Joaquim Mota (Lourocoope) 5.43
- Paulo Simão (Sp. Pomb.) 5.40
- Pedro Soares (Acores) 5.34
- Paulo Pedrosa (EP Marr.) 5.34

**Triplo Salto:**

- Paulo Silva (V. Set.) 12.57
- António Mota (Candal) 11.30
- Luís Silva (Bel.) 11.21
- Sérgio Abreu (Marit) 11.18
- Paulo J. Bimba (Sp. Pomb.) 11.10
- Vasco Pedro (ANA) 10.79
- José Almeida (ANA) 10.49
- António Amaral (Azurva) 9.78
- Luís Roque (Almada) 9.15

**Peso:**

- João Colaço (Pied.) 11.47
- João Arantes (C. Mil) 10.68
- Luís Barreto (Évora) 10.01
- Luís Almorim (Sant.) 9.73
- António Lino (Évora) 9.72
- José Galo (Azurva) 9.57
- Mário Cardoso (Moscov.) 9.51
- Luís Silva (Moscv.) 9.30
- José Pedro (Maninh.) 9.26
- Joaquim Ventura (Alm) 9.20

**Disco:**

- João Arantes (C. Mil) 38.26
- Paulo Pedrosa (EP Marr.) 37.78
- António Borges (Z. Azul) 36.30
- Luís Nunes (Chamusq.) 34.42
- João Barros (CO Pechão) 33.76
- Joaquim Monteiro (Paredes) 32.58
- Miguel Brito (N. Gouv.) 32.55
- João Afonso (C. Mil.) 30.74
- José Galo (Azurva) 30.39
- Francisco Pólvora (Sp. Cuba) 29.88

**Dardo:**

- Paulo Diogo (Rossi.) 40.18
- José Silva (Braga) 39.84
- Sérgio Abreu (Marit) 39.52
- Joaquim Monteiro (Par.) 38.62
- José Ramalho (Alm) 37.64
- João Rito (Alm.) 37.56
- Miguel Brito (N. Gouveia) 37.20
- Luís Neves (Quim.) 37.02
- Paulo Pedrosa (EP Marr.) 35.11
- Francisco Pereira (Mess) 34.64

INICIADOS (F)

**80 metros:**

- Teresa Mira (U. Sant.) 10.6
- Paula Varela (Ferra) 10.7
- Ana Pinto (Algés) 10.7
- Ana Pedro (Moncarap) 10.8
- Esméralda Sousa (Set.) 10.8
- Manuela Gomes (Furad.) 11.0
- Vanda Freitas (V. Set.) 11.0
- Ana Isabel (Aljust) 11.0
- Madalena Faria (Cucuj.) 11.0
- Júlia Lisboa (Quim.) 11.1
- Fátima Ramos (Est. Verm.) 11.1

**300 metros:**

- Manuela Gomes (Furad.) 44.1
- Manuela Cruz (Kolossal) 44.9
- Rosa Pires (Estoril) 44.9
- Irene Gonçalves (J. Ronf.) 45.2
- Teresa Martins (Avintes) 45.3
- Rosário Pio (U. Sant.) 45.3
- Lucília Cardoso (Alm.) 45.4
- Elisa Simão (CP Marm.) 46.0
- Mónica Lopes (Campol.) 46.8
- Eva Pereira (Am. Paz) 46.8

**800 metros:**

- Cristina Sanches (Bf) 2.17.3
- Ana Ribeiro (Tibães) 2.22.1
- Fernanda Ribeiro (FCP) 2.22.7

- Manuela Cruz (Kolossal) 2.24.1
- Rosário Pio (U. Sant.) 2.24.4
- Fernanda Leite (Várzea) 2.26.1
- Cristina Gomes (Odivelas) 2.26.2
- Doroteia Vasco (Péniche) 2.26.3
- Manuela Oliveira (At. Const.) 2.27.0
- Carla Machado (Várzea) 2.27.8

**1500 metros:**

- Fernanda Ribeiro (FCP) 4.22.22
- Cristina Sanches (Bf) 4.42.0
- Carla Machado (Várzea) 4.45.7
- Rosário Pio (U. Sant.) 4.48.9
- Eulália Silva (Lameir.) 4.52.1
- Alexandra Mineiro (Andor.) 4.53.6
- Manuela Alves (Kolossal) 4.54.0
- Lígia Caetano (Andor.) 4.54.6
- Nazaré Correia (Tibães) 4.55.7
- Clara Duarte (Várzea) 4.56.4

**80 barreiras:**

- Lucília Cardoso (Alm.) 14.1
- Madalena Faria (Cucujães) 14.9
- Celina Pinheiro (N. Gouveia) 15.2
- Elizabete Libório (Quim.) 15.8
- Suzana Anacleto (Loulet) 15.9
- Marina Tomás (Andor.) 15.9
- Vanda Matias (U. Sant.) 15.9
- Ana Isabel (Aljust) 15.9
- Silvia Salero (Pechão) 16.2
- Manuela Alves (Kolossal) 16.4

**Altura:**

- Elizabete Moura (CDUP) 1.39
- Anab Fernandes (C. Cristo) 1.36
- Alda Lima (Moitense) 1.35
- Suzana Anacleto (Loulet) 1.35
- Celina Pinheiro (N. Gouv.) 1.33
- Ana Péguinho (Quim.) 1.30
- Carla Varanda (ANA) 1.26
- Teresa Ribeiro (Quim.) 1.25
- Clara Correia (Azurra) 1.25
- Alexandra Ribeiro (Ardegães) 1.25
- Isabel Pereira (Moscv.) 1.25
- Fátima Ramos (E. Verm.) 1.25

**Comprimento:**

- Teresa Mira (U. Sant.) 4.64
- Clara Correia (Azurva) 4.52
- Manuela Gomes (Furadouro) 4.49
- Conceição Monteiro (U. Sant.) 4.46
- Ana Is. Larginho (Aljust.) 4.41
- Paula Manso (Sp. Braga) 4.36
- Vanda Matias (U. Sant.) 4.32
- Carla Gonçalves (CA Mad.) 4.24
- Adriana Almeida (M. Ferreira) 4.21
- Egídia Caires (JCSA) 4.18

**Peso:**

- Natália Ferreira (FCP) 10.47
- Cristina Cardoso (Bel) 9.08
- Paula Silva (U. Almeirim) 8.62

- Conceição Monteiro (U. Sant.) 8.43
- Clara Correia (Azurva) 8.19
- Cristina Perestrelo (Marit) 8.10
- Ángela Martins (Algés) 8.02
- Maria Rosa (Pico) 8.01
- Ana Sofia (Algés) 7.97
- Ivone Monteiro (U. Sant.) 7.83

**Disco:**

- Natália Ferreira (FCP) 30.32
- Ana Is. Larginho (Aljust.) 21.10
- Cristina Perestrelo (Marit) 20.10
- Alice Santos (Nogueira Cravo) 19.20
- Clara Correia (Azurva) 18.72
- Paula Silva (U. Almeir.) 17.82
- Manuela Novo (Cucuj.) 17.00
- Alda Silva (Válega) 16.59
- Maria Alice (C. Lindo) 15.14
- Ana Ferreira (U. Rossien.) 14.72

**Dardo:**

- Ana Martins (ANA) 28.82
- Célia Moço (V. Set.) 25.66
- Silvia Salero (C.O. Pechão) 19.72
- Ana Is. Larginho (Aljust.) 19.48
- Lucília Silva (CA Mad.) 19.28
- Conceição Monteiro (U. Sant.) 18.87
- Ivone Monteiro (U. Sant.) 17.74
- Ana Cristina (Coimbra) 16.96
- Olívia Ferreira (Lourocoope) 16.66
- Manuela Novo (Cucujães) 15.00

## MASCULINOS

## 60 metros:

1. Rui Batista (Aljustrel)	7,6
2. Rui Beijoca (M. - Sintra)	8,0
3. Luís Costa (Col. Militar)	8,2
4. Rui Sampinho (E. P. Marrazes)	8,3
Nuno Veríssimo (Sob Ceira)	8,3
João Pinto (Col. Militar)	8,3

## 250 metros

1. Luís Costa (Col. Militar)	33,2
2. Vítor Rosas (CAP)	35,2
João Pinto (Col. Militar)	35,2
4. João Batista (Moscavide)	35,4
Rui Batista (Aljustrel)	35,4

## 1000 metros

1. Sérgio Duarte (U. Santarém)	2.47,0
2. Alexandre Matias (U. Coimbra)	2.52,1
3. Rui Beijoca (M. - Sintra)	2.56,7
4. João Rocha (M. - Sintra)	2.57,7
5. Luís Rocha (M. - Sintra)	2.57,8
José Grazina (Chamusca)	2.57,8

## 50 Barreiras

1. Rui Batista (Aljustrel)	8,8
2. Vítor Rosas (CAP)	9,4
3. Rui Simões (Rangel)	9,7
4. Carlos Carreira (Rangel)	9,8
5. Rui Marques (U. Rossienense)	10,0
Jorge Cardoso (N. Gouveia)	10,0

## Altura

1. Rui Batista (Aljustrel)	1,45
2. José Silva (CAP)	1,39
3. Vítor Ferreira (Quimigal)	1,35
António José (U. Santarém)	1,35
5. Paulo Alexandre (ANA)	1,34

## Comprimento

1. Rui Batista (Aljustrel)	5,30
2. Sérgio Duarte (U. Santarém)	4,75
3. Nuno Veríssimo (Sob. Ceira)	4,56
4. Luís Verdingola (Marinhense)	4,51
5. Luís Cancela (Col. Militar)	4,50
Rui Henrique (Alcanena)	4,50

## Peso

1. Rui Batista (Aljustrel)	11,53
2. João Pinto (Col. Militar)	11,12
3. Sérgio Duarte (U. Santarém)	10,15
4. Rui Marques (U. Rossienense)	9,24
5. Vasco Pacheco (B. E. Portim.)	9,00

## Arremesso da Bola

1. Rui Batista (Aljustrel)	70,44
2. Paulo Guerreiro (Aljustrel)	58,30
3. Rui Marques (U. Rossienense)	50,36
4. Jorge Soares (Menejanense)	46,90
5. Sérgio Duarte (U. Santarém)	45,60

## FEMININOS

## 60 metros

1. Ana Carvalho (U. Santarém)	8,5
2. Ana Conceição (Quimigal)	8,6
Paulo Manso (Sp. Braga)	8,6
4. Paula Leal (Aljustrel)	8,7
5. Isabel Castro (Avintes)	8,8

## 250 metros

1. Ana Conceição (Quimigal)	35,7
2. Sónia Ferreira (Campolide)	38,3
3. Paulo Manso (Sp. Braga)	38,4
4. Isabel Castro (Avintes)	39,2
5. Lurdes Tavares (N. Gouveia)	39,4

## 1000 metros

1. Lurdes Tavares (N. Gouveia)	3.11,8
2. Paula Amiguiño (Belenenses)	3.15,6
3. Paula Silva (Penha)	3.17,8
4. Margarida Vera-Cruz (Alcan.)	3.19,2
5. Idalina Sousa (Paulo VI)	3.21,8

## 50 barreiras

1. Ana Vicente (Quimigal)	10,5
2. Carla Silva (ANA)	11,0
3. Ana Brazia (SRC)	11,5
Helena Valente (T. Lameiro)	11,5
Paula Gomes (CAP)	11,5

## Altura

1. Carla Varanda (ANA)	1,26
2. Margarida Vera-Cruz (Alcanena)	1,23
3. Carla Leitão (N. Pombal)	1,20
Sandra Guerreiro (Quarteirense)	1,20
5. Paula Manso (Sp. Braga)	1,15
Ana Vicente (Quimigal)	1,15

## Comprimento

1. Paula Manso (Sp. Braga)	4,36
2. Hortense Guerreiro (Quimigal)	4,01
3. Lurdes Tavares (N. Gouveia)	4,00
4. Margarida Vera-Cruz (Alcan.)	3,98
Paula Silva (Penha)	3,98

## Peso

1. Suzana Godinho (Sofimo)	6,87
2. Sandra Guerreiro (Quarteirense)	6,19
3. Paula Leal (Aljustrel)	5,86
4. Margarida Vera-Cruz (Alcan.)	5,75
5. Sofia Rosa (Ferragudo)	5,39

## Arremesso da bola

1. Glória Marreiro (Ilhavos)	29,86
2. Ana Margarida (Quimigal)	28,90
3. Paula Leal (Aljustrel)	27,50
4. Paula Pacheco (Boa-Esperança)	27,20
5. Maria América (Messejanense)	26,30

## MARCHA

## Juvenis masc. (5000 m.)

1. Jorge Esteves (Belen.)	22.48,1
2. Paulo Santos (Alenq.)	24.28,0
3. Raul Francisco (O. Sul)	24.31,0
4. Paulo Silva (Aljust.)	24.40,0
5. Vítor Pedro (Oeiras)	25.27,2
6. Pedro Machado (Oeiras)	26.03,4
7. Melchior Nunes (ANA)	28.37,0
8. Fernando Martins (O.Sul)	28.37,8
9. Joaquim Magalhães (ANA)	29.27,7
10. Francisco Santos (Madal.)	30.04,0

## Juvenis Fem. (3000 m.)

1. Luísa Correia (Oeiras)	15.48,6
2. Filomena Silva (O.Sul)	16.13,8
3. Anabela Aires (Oeiras)	16.28,5
4. Sandra Silva (Andorin.)	16.46,4
5. Idalina Reis (O.Sul)	16.53,3
6. Luísa Mourão (Oeiras)	17.03,7
7. Adelaide Pereira (Oeiras)	17.04,3
8. Anabela Leiria (Oeiras)	17.33,0
9. Neusa Silva (Oeiras)	17.34,2
10. Cristina Mota (Oeiras)	17.57,5

## Iniciados Masc. (3000 m)

1. Nuno Machado (Oeiras)	16.47,7
2. Paulo Cunha (L. Apelaç.)	17.10,1
3. Paulo Tonel (St.ª Iria)	17.33,8
4. Paulo Mendes (Gouveia)	17.48,7
5. Luis Rocha (St.ª Iria)	17.52,7
6. Carlos Duarte (O.Sul)	18.05,6
7. Orlando Guerreiro (St.ª Iria)	18.29,6
8. Francisco Costa (St.ª Iria)	18.37,6
9. Paulo Jardim (Oeiras)	18.41,0
10. José Correia (St.ª Iria)	18.56,4

## Iniciados Fem. (2000 m.)

1. Sandra Silva (Andorin.)	10.54,8
2. Luísa Mourão (Oeiras)	11.01,4
3. Cristina Mota (Oeiras)	11.13,8
4. Anabela Leiria (Oeiras)	11.25,0
5. Neusa Silva (Oeiras)	11.26,1
6. Carla Mourão (Oeiras)	11.47,8
7. Elisabete Correia (St.ª Iria)	11.58,0
8. Gabriela Reis (Oeiras)	12.06,6
9. Ana Isabel (Aljustrel)	12.28,6
10. Natália Silva (Oeiras)	13.19,2

## Infantis Masc. (1000 m.)

1. Michel Paiva (O.Sul)	5.21,3
2. Carlos Bord'Água (St.ª Iria)	5.30,0
3. Vítor Pinto (Andorin.)	5.32,0
4. Carlos Peres (St.ª Iria)	5.38,0
5. António Camacho (St.ª Iria)	5.38,0
6. José Pina (O.Sul)	5.39,0
7. António Oliveira (Oeiras)	5.44,0
8. Álvaro Correia (O.Sul)	5.45,6
9. Caetano Amaro (St.ª Iria)	5.49,0
10. Pedro Santos (Andorin.)	5.50,2

## Infantis Fem. (1000 m.)

1. Ana Conceição (St.ª Iria)	5.30,4
2. Carla Reis (Oeiras)	5.31,5
3. Maria Malagueta (St.ª Iria)	5.50,0
4. Isabel Gomes (O.Sul)	6.01,0
5. Vera Fonseca (St.ª Iria)	6.01,8
6. Cristina Silva (St.ª Iria)	6.03,0
7. Isabel Francisco (O.Sul)	6.06,5
8. Dulce Santos (O.Sul)	6.10,0
9. Glória Silva (St.ª Iria)	6.12,0
10. Sofia Rodrigues (O.Sul)	6.15,0