



Juvenis masculinos

100 metros

10,76	Ricardo Alves	81	Tramagal
10,87	Bruno Cunha	81	CA Seia
11,07	David Inácio	82	Benavent.
11,13	Rui Tavares	81	Ribeirinhos
11,24	Carlos Fradão	81	CA São Brás
11,27	João Costa	81	J. Vidigal.
11,30	Ivan Judeu	81	Benfica
11,32	Ricardo Cristovão	82	Benfica
11,32	Rui Raposo	81	Ribeirão
11,36	Luis Sá	81	FC Porto

Com vento anti-regulamentar > 2m/s

10,66	Ricardo Alves	81	Tramagal
10,96	Carlos Fradão	81	CA São Brás
10,98	David Inácio	82	Benavent.
11,06	Ricardo Cristovão	82	Benfica
11,16	Rui Raposo	81	Ribeirão
11,17	Ivan Judeu	81	Benfica
11,19	José Carvalho	81	Benfica
11,19	Nuno Couto	81	Esc. C+Stavra
11,25	João Costa	81	J. Vidigal.
11,26	Raul Veloso	81	SC Braga
11,26	Nelson Ferreira	81	CIPA
11,33	Pedro Silva	81	Benfica

200 metros

22,05	Ricardo Alves	81	Tramagal
22,35	pc Paulo Ferreira	81	Rio Maior
22,48	Bruno Cunha	81	CA Seia
22,62	Carlos Fradão	81	CA São Brás
22,75	Rui Tavares	81	Ribeirinhos
22,87	João Costa	81	J. Vidigal.
22,91	Ricardo Bastos	81	JOMA
22,92	David Inácio	82	Benavent.
23,01	Ivan Judeu	81	Benfica
23,04	Ricardo Cristovão	82	Benfica

Com vento anti-regulamentar > 2m/s

21,83	Ricardo Alves	81	Tramagal
22,23	Carlos Fradão	81	CA São Brás
22,45	Bruno Cunha	81	CA Seia
22,64	Rui Tavares	81	Ribeirinhos

400 metros

48,87	Paulo Ferreira	81	Rio Maior
50,74	Fernando Almeida	81	CEDA
50,79	Pedro Cruz	81	CA Seia
51,41	Renato Silva	81	Greecas
51,62	Hugo Azevedo	82	FC Porto
51,69	Rui Tavares	81	Ribeirinhos
51,83	Hermano Gouveia	81	UD Santana
51,7	Bruno Silva	81	CD Montijo
51,88	Telmo Correia	82	Ac. Santarém
51,9	Pedro Madeira	81	JOMA

800 metros

1:52,97	Fernando Almeida	81	CEDA
1:54,10	Renato Silva	81	Greecas
1:54,74	Diogo Alves	81	Sporting
1:55,1	Paulo Ferreira	81	Rio Maior
1:55,78	João Simão	81	NA P. Varzim
1:56,61	Pedro Cruz	81	CA Seia
1:56,77	David Soares	82	CA Centro
1:56,81	João Anjos	81	CEDA
1:57,39	Nelson Oliveira	81	CA Centro
1:57,4	Bruno Silva	81	CD Montijo

1500 metros

4:01,35	Bruno Silva	81	CD Montijo
4:02,49	Paulo Gonçalves	81	Individual
4:02,68	Diogo Alves	81	Sporting
4:03,58	João Nunes	81	Odivelas

4:04,83	Paulo Veloso	82	Benfica
4:05,39	João Simão	81	NA P. Varzim
4:05,80	Oscar Mendes	81	LiberdadeFC
4:06,30	Euclides Varela	82	1º Dez-Queijas
4:06,4	Licínio Santos	81	D. Gondufe

3000 metros

8:35,89	Rui Silva	81	G. Trofa
8:36,14	Euclides Varela	82	1º Dez-Queijas
8:38,36	Hugo Silveira	81	G. Trofa
8:39,69	João Nunes	81	Odivelas
8:45,81	Bruno Silva	81	CD Montijo
8:51,13	Adelino Monteiro	81	Bragança
8:53,28	André Ferreira	81	GA Fátima
8:54,15	Xavier Soares	81	Riba d'Ave
8:57,13	Bruno Cordeira	80	Greecas
8:57,74	Nelson Oliveira	81	CA Centro

2000 m obstáculos

6:14,60	Nelson Oliveira	81	CA Centro
6:17,18	Nuno Pereira	81	Individual
6:18,21	Filipe Ferreira	81	SC F. Zêzere
6:21,00	José Brito	81	SC Lagoense
6:22,0	Rodolfo Francisco	81	Torreense
6:22,6	Márcio Bastião	81	1º Dez-Queijas
6:31,07	Pedro Ribeiro	81	FC Porto
6:31,5	Helder Reigota	81	Greecas
6:32,82	Leonel Pereira	81	SUO Vais
6:34,2	David Coelho	81	Individual

110 m barreiras (0,914)

14,34	José Carvalho	81	Benfica
14,2	Pedro Correia	81	Sporting
14,56	Gonçalo Chagas	81	Ac. Santarém
14,58	Luis Sá	81	FC Porto
15,2	Ricardo Bastos	81	JOMA
15,45	Marco Teopisto	81	Alcobaca
15,3	David Palma	81	Zona Azul
15,54	Hugo Andrade	81	Tramagal
15,60	David Palma	81	Zona Azul
15,69	David Oliveira	82	Tramagal

Marcas electrónicas:

14,57	Pedro Correia	81	Sporting
15,60	David Palma	81	Zona Azul

400 m barreiras (0,84)

55,79	Hugo Azevedo	82	FC Porto
56,07*	Renato Silva	81	Greecas
56,15	Pedro Correia	81	Sporting
56,29	Telmo Correia	82	Ac. Santarém
57,42	José Carvalho	81	Benfica
57,68*	Pedro Madeira	81	JOMA
57,73	Marco Fernandes	81	GD Chaves
57,96	David Oliveira	82	Tramagal
58,01	Bruno Silva	81	Louricoope
58,97	Tiago Lima	82	Enxerim

*) com barreiras de 0,914

Atleta

1,90	Márcia Dias	81	CD Sobreiro
1,87	Carlos Sá	81	IFC Torrense
1,87	Mária Almeida	81	SC Braga
1,85	Nuno Novo	82	NA Cucujães
1,85	Renato Jesus	81	GD Estreito
1,85	Marco Teopisto	81	Alcobaca
1,83	pc Gonçalo Chagas	81	Ac. Santarém
1,83	Hugo Azevedo	82	FC Porto
1,83	José Carvalho	81	Benfica
1,81	Vitor Barros	82	Quintajense
1,81	Carlos Cabral	82	O. Lagos

Atleta estrangeira:

Vara

4,56	Mauro Damão	82	Benfica
4,26	Ricardo Ventura	81	JOMA
4,22	Luis Freire	81	G. Alto Pina
4,05	Gilberto Fernandes	81	Sporting
4,00	João Vieira	83	Benfica
3,70	Hugo Azevedo	82	FC Porto
3,70	João Sousa	81	SC Braga
3,63	Jaime Areias	84	CEDA
3,50	Jorge Peixoto	81	SC Braga
3,30	Fernando Romão	82	Ac. Santarém

Comprimento

7,07	Bruno Carmo	81	J. Vidigal.
6,84	Francisco Gonçalves	81	Marítimo
6,82	Carlos Fradão	81	CA São Brás
6,76	João Fernandes	81	J. Vidigal.
6,70	Vitor Barros	81	Quintajense
6,61	pc Sérgio Gafaniz	81	CA Coruche
6,61	Rui Raposo	81	Ribeirão
6,52	Ricardo Bastos	81	J. Vidigal.
6,50	Gonçalo Chagas	81	Ac. Santarém
6,49	Carlos Lopes	83	V. Amoreira

Com vento anti-regulamentar > 2m/s:

6,86	Carlos Fradão	81	CA São Brás
6,82	Rui Raposo	81	Ribeirão
6,52	David Inácio	82	Benavent.

Tripla

13,76	João Fernandes	81	J. Vidigalen.
13,66	Pedro Almeida	81	NA Cucujães
13,56	pc Bruno Carmo	81	J. Vidigalen.
13,46	Ricardo Bastos	81	JOMA
13,29	Francisco Gonçalves	81	Marítimo
13,04	Carlos Sá	81	IFC Torrense
12,99	Gaspar Araújo	81	Lanheses
12,94	pc David Inácio	82	Benavent.
12,87	Emanuel Pereira	81	Marinhense
12,78	Tiago Martins	82	CEDA

Com vento anti-regulamentar > 2m/s:

13,84	João Fernandes	81	J. Vidigal.
13,68	Ricardo Bastos	81	JOMA
13,16	Sérgio Gafaniz	81	CA Coruche
12,97	Pedro Almeida	81	NA Cucujães

Peso (5)

15,83	Marco Fortes	82	Sporting
14,65	João Coelho	81	20KmAlmeirim
14,65	Bruno Abel	82	NA Cucujães
14,34	Hugo Silva	82	Quintajense
14,28	Pedro Martins	81	CV Tavira
14,18	Carlos Sá	81	IFC Torrense
14,08	Francisco Gonçalves	81	Marítimo
14,05	Paulo Henriques	82	GD Estreito
14,01	Luis Jesus	82	Col. Calvão
13,67	Sérgio Coelho	82	Quintajense

Disco (1,5)

48,32	Sérgio Coelho	81	Quintajense
47,70	Jorge A. Grave	82	Quintajense
45,35	Hugo Silva	82	Quintajense
44,52	Luis Jesus	82	Col. Calvão
41,46	Marco Fortes	82	Sporting
39,21	Vitor Antunes	81	J. Vidigal.
39,12	Pedro Martins	81	CV Tavira
38,60	Ricardo Peixoto	81	SC Braga
38,02	Estevão Gomes	81	CIA Ilha Azul
37,91	Paulo Moreira	81	FC Porto

Martelo (5)

61,68	Sérgio Coelho	81	Quintajense
57,45	Vitor Rodrigues	81	Elect. P. Sôr
46,58	Luís A. C.	82	O.

42,86	Pedro Almeida	81	Ac. Santarém
42,10	Carlos Soares	81	Esc. C+Slava
40,46	Bruno V alente	82	Benfica
40,27	Vitor Antunes	81	J. Vidigal.
38,12	Nuno Rocha	84	FC Porto
36,57	João Fontarra	81	CAP

Dardo (600)

53,59	Ivo Andrade	81	São Mateus
52,79	Bruno Carmo	81	J. Vidigal.
52,46	Nuno Araújo	83	Lovelhe
52,06	Luis Jesus	82	Col. Calvão
50,40	Alexandre Pereira	83	Marítimo
50,27	Gilberto Fernandes	81	Sporting
48,71	José Silva	81	ADC Tunes
48,68	Ricardo Conde	82	Lovelhe
48,66	Paulo Henriques	82	GD Estreito
47,88	Pedro Almeida	81	Ac. Santarém

Heptatlo

4386	Carlos Sá	81	IFC Torrense
4326	Hugo Azevedo	82	FC Porto
4108	Gonçalo Chagas	81	Ac. Santarém
4102	José Carvalho	81	Benfica
4098	Luis Sá	81	FC Porto
4090	Francisco Gonçalves	81	Marítimo
4026	David Oliveira	82	Tramagal
4020	Vitor Barros	82	Quintajense
4003	Luis Jesus	82	Col. Calvão
3995	Rui Dias	82	Ribeirinhos

Com vento anti-regulamentar > 4m/s:

4336	Francisco Gonçalves	81	Marítimo
4130	David Inácio	82	Benaventense

5000 m marcha

21:10,99	Ricardo Vendeira	81	M. Montijo
22:15,15	Mário Madeira	82	CO Pechão
22:18,27	Nuno Raimundo	81	Rio Maior
22:24,22	Claudio Estrela	82	CO Pechão
23:19,79	José Silva	84	Bairro Anjos
23:30,16	Ivo Madalena	83	GD Selsa
23:35,5	Helder Pereira	81	CD Montijo
23:51,36	Bruno Marques	81	Campismo
23:55,55	Luis Rodrigues	81	SUO Vais
24:18,69	Roberto Almeida	82	Alfense

4x100 metros

43,04	Benfica
44,39	FC Porto
44,89	J Vidigalense
45,02	SC Braga
45,20	GD André Soares
45,24	Sporting
45,29	CN Rio Maior
45,61	CEDA
46,43	Visu e Benfica

4x400 metros

3:21,66	Seleção Nacional
3:30,3	FC Porto
3:31,93	Benfica
3:31,98	CEDA
3:32,71	CN Rio Maior
3:35,11	JOMA
3:38,69	GCA Donas
3:39,82	GC Alcobaca
3:41,08	GD Ribeirinhos
3:42,97	C Arte e Recreio



Juvenis

100 METROS

12,16	Lígia Avelar	82 Benfica
12,50	Manuela Nunes	81 NA Matosinhos
12,51	Carla Tavares	82 JOMA
12,59	Rubina Serrão	81 CA Madeira
12,60	Joana Arduino	82 Bairro Anjos
12,70	Sandra Neiva	81 SIR Aldreense
12,72	Cátia Santos	81 Quimigal
12,75	Daniela Luz	82 CIA Ilha Azul
12,76	Liliana Correia	82 GD André Soares
12,78	Marisa Martins	81 CP Conc. Faro

Tempos manuais:

12,3	Cátia Santos	81 Quimigal
12,5*	Marisa Martins	81 CP Conc. Faro

Com vento anti-regulamentar > 2m/s:

12,04	Lígia Avelar	82 Benfica
12,45	Carla Tavares	82 JOMA
12,51	Daniela Luz	82 CIA Ilha Azul
12,3	Vera Carvalho	82 NA Bairrada
12,4	Sofia Chagas	83 Acad. Santarém

200 METROS

25,69	Lígia Avelar	82 Benfica
25,91	Cátia Santos	81 Quimigal
25,91	Marisa Martins	81 CP Conc. Faro
25,96	Manuela Nunes	81 NA Matosinhos
26,10	Patricia Lopes	82 CEDA
26,28	Carla Tavares	82 JOMA
26,31	Marta Ferreira	82 FC Porto
26,32	Carla Moreira	82 ADC Urgeirense
26,37	Joana Arduino	82 Bairro Anjos
26,45	Rubina Serrão	81 CA Madeira

Com vento anti-regulamentar > 2m/s:

25,32	Marisa Martins	81 CP Conc. Faro
25,54	Cátia Santos	81 Quimigal
26,13	Rubina Serrão	81 CA Madeira
26,24	Carla Tavares	82 JOMA
26,34	Joana Arduino	82 Bairro Anjos

400 METROS

57,25	Marisa Martins	81 CP Conc. Faro
57,60	Carla Moreira	82 ADC Urgeirense
57,97	Patricia Lopes	82 CEDA
58,55	Cátia Santos	81 Quimigal
59,76	Marta Ferreira	82 FC Porto
59,86	Anabela Correia	84 CA Madeira
59,91	Ana Sofia Rosa	82 CD Póvoa
60,56	Isa Parreira	82 CA S. João
60,63	Georgina Milhazes	82 SC Braga
61,10	Rubina Serrão	81 CA Madeira

Tempo manual:

60,5	Cátia Dias	82 Sporting
------	------------	-------------

800 METROS

2.14,27	Carla Moreira	82 ADC Urgeirense
2.15,28	Jessica Augusto	81 SC Braga
2.16,72	Renata Fernandes	81 Oliv. Moscavide
2.16,83	Madalena Mendes	83 Mem Martins SC
2.17,08	Elisa Semedo	81 Intel
2.17,9	Rosário Pais	81 CA Feira
2.18,26	Sara Lopes	81 SC Braga
2.18,64	Sónia Fernandes	83 CA C. Fânzeres
2.18,72	Patricia Pereira	81 SC Braga
2.19,2	Sara Pinho	81 ACD Ilhavo

1500 METROS

4.27,04	Jessica Augusto	81 SC Braga
4.36,01	Sónia Fernandes	83 CA C. Fânzeres
4.38,72	Renata Fernandes	81 Oliv. Moscavide

4.41,6	Filipa Coelho	81 JOMA
4.42,05	Sara Lopes	81 SC Braga
4.42,28	Patricia Pereira	81 SC Braga
4.45,01	Isabel Sousa	84 Amigos Meirim FC
4.45,78	Doroteia Peixoto	83 UD Várzea
4.46,19	Margarida Amaro	81 JD Fontainhas
4.46,60	Célia Costa	82 Liberdade FC

3000 METROS

9.45,89 pc	Jessica Augusto	81 SC Braga
10.00,5	Filipa Coelho	81 JOMA
10.16,07 pc	Patricia Pereira	81 SC Braga
10.26,18	Cristina Ferreira	81 Amigos Meirim FC
10.29,14	Margarida Amaro	81 JD Fontainhas
10.30,22 pc	Célia Costa	82 Liberdade FC
10.32,11	Renata Fernandes	81 O. Moscavide
10.37,07 pc	Sandra Teixeira	81 G. Trofa
10.42,66	Ana Martinho	81 Bairro Anjos
10.45,81	Sara Pinho	81 ACD Ilhavo

100 M BARREIRAS (76 cm)

14,35	Fernanda Borba	81 CALAG
15,42	Lígia Avelar	82 Benfica
15,48	Etiennette Melo	81 Sporting
15,88	Marina Gomes	81 SUO Vais
16,28	Angela Oliveira	83 ADC Urgeirense
16,32	Janele Ferreira	82 JD Neves
16,37	Albertina Pinto	81 CEDA
16,46	Diana Santos	81 C+S Lavra
16,49	Sandra Romano	81 Sporting
16,52	Mafalda Oliveira	82 Sanjoanense

Atleta estrangeira:

16,04	Lisete Silva (AFS)	81 CDUP
-------	--------------------	---------

Tempo manual:

16,1	Patricia Lopes	82 CEDA
------	----------------	---------

Com vento anti-regulamentar > 2m/s:

16,35	Sandra Romano	81 Sporting
-------	---------------	-------------

400 M BARREIRAS

62,98	Patricia Lopes	82 CEDA
64,37	Albertina Pinto	81 CEDA
64,70	Carla Moreira	82 ADC Urgeirense
65,43	Fernanda Borba	81 CALAG
66,42	Mafalda Oliveira	82 Sanjoanense
66,83	Marina Gomes	81 SUO Vais
67,29	Elisa Semedo	81 Intel
67,58	Gorethy Baptista	82 CA Madeira
67,61	Georgina Milhazes	82 SC Braga
67,97	Marta Ferreira	82 FC Porto

ALTURA

1,69	Sandra Tavares	82 DAC - França
1,58 pc	Daniela Luz	82 CIA Ilha Azul
1,57	Rosana Teixeira	82 FC Porto
1,57	Dina Palma	83 Vitória FC
1,55	Sandra Romano	81 Sporting
1,55	Lígia Pinto	81 AD Afifense
1,54	Raquel Varela	81 Estrelas FC
1,53	Sabrina Sousa	82 Costa Caparica
1,52 pc	Cátia Ferreira	83 J. Vidigalense
1,52	Rosa Domingues	83 Col. Calvão
1,52	(10)	
1,52	Eduardo Ribeiro	85 Marítimo
1,52	Liliana Marta	82 Sporting

VARA

3,15	Sandra Tavares	82 DAC - França
3,00	Rosana Teixeira	82 FC Porto
2,74	Ana Couto	81 J. Vidigalense
2,65	Sara Loureiro	81 CDUP
2,57	Tânia Vieira	85 CFB

2,56	Patricia Lopes	82 CEDA
2,50	Filipa Freitas	84 CA Madeira
2,40 pc	Vitalina Santos	81 Benfica
2,37	Marta Pedrosa	83 Benfica
2,35	Ana Pires	83 Bairro Anjos

COMPRIMENTO

5,69	Liliana Correia	82 GD André Soares
5,62	Lígia Avelar	82 Benfica
5,30	Manuela Silva	81 Campismo
5,18	Sandra Romano	81 Sporting
5,16	Cátia Santos	81 Quimigal
5,15	Marlene Ferreira	81 C+S Lavra
5,08	Marta Ferreira	82 FC Porto
5,04	Marta Pedrosa	83 Benfica
5,03	Ana Sofia Rosa	82 CD Póvoa
5,03	Angela Oliveira	83 ADC Urgeirense

Atleta estrangeira:

5,13	Lúcia Vicente (Ang)	82 Académica
------	---------------------	--------------

Sem indicação de vento:

5,39	Janele Ferreira	82 JD Neves
5,10	Raquel Varela	81 Estrelas FC

Com vento anti-regulamentar > 2m/s:

5,95	Lígia Avelar	82 Benfica
5,60	Janele Ferreira	82 JD Neves
5,37	Ana Sofia Rosa	82 CD Póvoa
5,33	Lúcia Vicente (Ang)	82 Académica
5,25	Cátia Santos	81 Quimigal
5,22	Sandra Romano	81 Sporting
5,03	Marta Sousa	83 SC Braga

TRIPLO

11,33	Ana Sofia Rosa	82 CD Póvoa
11,15	Marta Ferreira	82 FC Porto
11,08 pc	Marlene Ferreira	81 C+S Lavra
10,80	Marta Pedrosa	83 Benfica
10,75	Rita Lázaro	82 Vitória FC
10,74	Eloisa Alves	82 ACR Vila Flor
19,65	Rosa Domingues	83 Col. Calvão
10,61	Catarina Barros	82 CA Madeira
10,52	Janele Ferreira	82 JD Neves
10,52	Liliana Correia	82 GD André Soares

PESO (3 kg)

15,19	Ana Domingues	81 Benfica
13,87	Catarina Ferreira	82 CA Madeira
13,16	Tatiana Fernandes	81 J. Vidigalense
13,11	Cristiana Oliveira	84 CA Madeira
13,06	Vitalina Santos	81 Benfica
12,63	Liliana Marabuto	81 GD Gafanha
12,31	Rosa Domingues	83 Col. Calvão
12,11	Sandra Leitão	82 Quintajense
12,08	Sabrina Sousa	82 Costa Caparica
11,83	Joana Almeida	83 JOMA

DISCO (1 kg)

42,57	Ana Domingues	81 Benfica
42,42	Sandra Leitão	82 Quintajense
41,32	Tatiana Fernandes	81 J. Vidigalense
37,20	Rosa Domingues	83 Col. Calvão
36,66	Joana Almeida	83 JOMA
35,62	Liliana Marabuto	81 GD Gafanha
33,88	Sabrina Sousa	82 Costa Caparica
33,13	Eva Tomé	82 SUO Vais
32,98	Cristina Costa	81 GD Gafanha
32,14	Marisa Marreiros	83 CRCD Luzense

MARTELO (3 kg)

47,49	Ana Correia	81 Quimigal
39,87	Tatiana Fernandes	81 J. Vidigalense
39,31	Rute Piedade	81 SUO Vais

38,69	Cristiana Oliveira	84 CA MadeiraG
38,60	Sabrina Sousa	82 Costa Caparica
38,32*	Sandra Leitão	82 Quintajense
37,98	Fernanda Silva	81 CA Ovar
37,45	Joana Silva	84 GCD Realidade
36,24	Margarete Pacheco	82 CAP
35,37	Ana Domingues	81 Benfica

* martelo de 4 kg

DARDO (600)

39,02	Balbina Ribeiro	81 GD Pic Nic
36,40	Joana Gonçalves	83 J. Vidigalense
34,96	Ana Correia	81 Quimigal
34,69	Catarina Pires	81 Bairro Anjos
34,53	Joana Caldas	81 SC Braga
34,37	Elisabete Ferreira	81 SC Braga
34,29	Tatiana Fernandes	81 J. Vidigalense
33,72	Índira Manuel	82 CEDA
33,36	Vitalina Santos	81 Benfica
32,99	Sandra Passos	81 GD Estreito

HEXATLO

3344	Fernanda Borba	81 CALAG
3320	Silvia Figueiredo	81 Bairro Anjos
3229	Etiennette Melo	81 Sporting
3127	Lígia Pinto	81 AD Afifense
3118	Vitalina Santos	81 Benfica
3019	Lígia Avelar	82 Benfica
3012	Rubina Serrão	81 CA Madeira
3007	Ana Correia	81 Quimigal
2972	Sandra Romano	81 Sporting
2965	Janele Ferreira	82 JD Neves

4000 M MARCHA

19.49,92	Vera Santos	81 CN Rio Maior
20.07,3 tp	Carla Monteiro	82 CDC Pinheiro
20.23,52	Sheila Azevedo	82 JD Fontainhas
20.23,66	Cátia Ramalho	82 GD Cavadas
20.30,98	Raquel Carvalho	83 Bairro Anjos
20.49,70	Ana Cabecinha	84 CO Pechão
20.53,4	Dora Silva	82 GD Lourocoope
21.13,3	Carla Duarte	81 CP Conc. Faro
21.33,64	Angela Simão	82 CV Tavira
21.50,6 tp	Teresa Costa	82 SC Braga

4x100 METROS

51,52	SC Braga
51,63	CA Madeira
52,02	Bairro Anjos
52,08	CEDA
52,25	Sporting
53,42	J. Vidigalense
53,50	ADC Urgeirense
53,71	JOMA
53,75	NA Matosinhos
53,94	CDUP

4x400 METROS

4.05,46	SC Braga
4.13,10	Ponteirolense (Intel)
4.14,23	CA Madeira
4.15,48	CEDA
4.25,18	Sporting
4.26,3	CD Campinho
4.28,37	CN Rio Maior



Iniciados

MASCULINOS

80 METROS

9,45	Aldo Maia	83	CIPA
9,3	João Santos	83	CP Alcanena
9,4	Tiago Madureira	83	CUA Benaventense
9,70	Pedro Rocha	83	C+S Lavra
9,5	David Rodrigues	83	Benfica
9,5	Daniel Leandro	84	20 Km Almeirim
9,5	Gonçalo Gameiro	83	J Vidigalense
9,75	Pedro Almeida	84	ACD Monte
9,75	André Raposo	83	CEDA
9,79	José Goulart	83	N Sp I Terceira

Tempos electrónicos:
9,76 Daniel Leandro 84 20Km Almeirim

Com vento anti-regulamentar > 2m/s:
9,2 João Santos 83 CP Alcanena
9,63 André Raposo 83 CEDA
9,5 Gonçalo Arruda 83 CEDA

300 METROS

37,40	João Santos	83	CP Alcanena
38,0	David Ganço	83	Benfica
39,5	Ricardo Próspero	83	CA M. Grande
39,6	Tiago Carvalho	84	Quimigal
39,6	Martim Lopes	83	CA S. Brás
40,40	João Costa	83	CN Rio Maior
40,2	Vitor Rodrigues	83	U. Lamas
40,3	Carlos Lopes	83	CA V. Amoreira
40,3	Valter Valente	83	Areias S. João
40,59	Ivo Prata	84	CA Centro

800 METROS

2.03.35	Nuno Farinha	83	SC Ferr. Zêzere
2.03.37	Bruno Santos	84	CA V. Amoreira
2.03.79	Tiago Viana	83	JD Neves
2.03.9	José Silva	83	Campismo
2.04.33	António Gonçalves	83	C Trofa
2.04.45	Luis Pinto	84	Queijas
2.06.54	Ricardo Ferreira	83	ADC Anha
2.06.96	Mário Pereira	83	GCA Donas
2.07.0	Martim Lopes	83	CA S. Brás
2.07.8	Diogo Santos	83	Benfica

1500 METROS

4.13.83	João Ferreira	83	G Trofa
4.16.15	Bruno Silva	83	G Trofa
4.16.49	Marco Coelho	83	NA P. Varzim
4.16.95	Ricardo Ferreira	83	ADC Anha
4.16.98	Bruno Rodrigues	83	GJV Punhe
4.17.5	Tiago Viana	83	JD Neves
4.18.3	Helder Santos	83	Jobra
4.19.3	Luis Pinto	84	Queijas
4.20.00	Bruno Santos	83	CA Valongo
4.20.3	Nuno Valente	83	CCR Maceda

100m BARREIRAS

13,8	Gonçalo Arruda	83	CEDA
14,1	André Raposo	83	CEDA

14,6	David Ganço	83	Benfica
14,88	Aldo Maia	83	CIPA
14,90	João Costa	83	Sombras Negras
15,0	Loic Pedras	83	Arneirense
15,1	Daniel Leandro	84	20Km Almeirim
15,1	Nelson Évora	84	Benfica
15,39	Ernesto Pereira	83	CIPA
15,2	Décio Acheqa	83	Areias S. João

300 M BARREIRAS

40,62	João Santos	83	CP Alcanena
41,2	David Ganço	83	Benfica
42,5	Henrique Filipe	84	Mem Martins
42,97	Timóteo Silva	83	CALAG
43,1	Vitor Rodrigues	83	U. Lamas
43,4	Lauro Brito	84	Gen. A. Pina
43,65	Tiago Madeira	83	FC Castrense
43,84	Loic Pedras	83	Arneirense
43,99	Adriano Ferreira	83	CA Seia
44,00	Décio Acheqa	83	Areias S. João

ALTURA

1,83	Nelson Évora (CM)	84	Benfica
1,80 pc	Tiago Madeira	83	FC Castrense
1,76	Dino Direitinho	83	GD Pic Nic
1,75	Ricardo Moura	83	Col. Militar
1,72	David Ganço	83	Benfica
1,70	Ivo Prata	83	CA Centro
1,68 pc	Gonçalo Arruda	83	CEDA
1,68	Miguel Ribeiro	83	GDAS
1,66	Jaime Areias	84	CEDA
1,65 pc	Mário Catalão	84	Benfica
1,65	Luis Diogo	83	Galinheiras

VARA

4,00	João Vieira	83	Benfica
3,63	Jaime Areias	84	CEDA
3,15	Carlos Ferreira	84	B° Anjos
3,06	Luis Almeida	84	JOMA
2,97	Pedro Ordonho	83	JOMA
2,91	David Ganço	83	Benfica
2,76	Nelson Évora (CM)	84	Benfica
2,70	João Santos	84	J Vidigalense
2,60	Miguel Ribeiro	83	GDAS
2,56	Luis Almeida	84	CEDA

COMPRIMENTO

6,49	Carlos Lopes	83	CA V. Amoreira
6,22	David Ganço	83	Benfica
6,10	Gonçalo Arruda	83	CEDA
6,07	Nelson Évora (CM)	84	Benfica
5,89	Pedro Almeida	84	ACD Monte
5,86	Gonçalo Gameiro	83	J Vidigalense
5,85	Ricardo Moura	83	Col. Militar
5,85	André Raposo	83	CEDA
5,81	João Santos	83	CP Alcanena
5,80	Tiago Madeira	83	FC Castrense

Com vento anti-regulamentar > 2m/s:
6,19 Tiago Madeira 83 FC Castrense
6,17 Gonçalo Gameiro 83 J Vidigalense
6,11 Nelson Évora 84 Benfica
5,93 Ernesto Pereira 83 CIPA
5,86 Pedro Almeida 84 ACD Monte

TRIPLO

12,35	Tiago Madeira	83	FC Castrense
12,12	Vitor Viveiros	84	CA Madeira
11,96	Gonçalo Arruda	83	CEDA
11,79	Luis Costa	83	ACM-Açores
11,69	João Vieira	83	Benfica
11,67	Mauro Pataco	83	CA V. Amoreira
11,59 pc	João Santos	83	CP Alcanena
11,55	Pedro Pereira	84	Viseu Bf.
11,32 pc	Daniel Leandro	84	20Km Almeirim
11,21	Carlos Lopes	83	CA V. Amoreira
11,21	Fábio Almeida	83	ACRD Escapães

PESO (4)

13,08	Jorge Rodrigues	83	AD Afife
13,02	Alexandre Pereira	83	CS Marítimo
12,90	Paulo Pereira	83	NA Cucujães
12,90	Serafim Malta	83	Col. Calvão
12,41	Pedro Toco	83	Olimp. Lagos
12,30	Pedro Alvito	83	Estrela FC
12,27	André Raposo	83	CEDA
12,26 pc	João Costa	83	Sombras Negras
12,24	Rodrigo Morgado	83	Acad. Santarém
12,16 pc	António Araújo	84	FC Porto

DISCO (1)

46,85	Filipe Vital e Silva	83	FC Porto
44,28	Jorge Rodrigues	83	AD Afife
42,98	Paulo Pereira	84	NA Cucujães
42,87	Rodrigo Morgado	83	Acad. Santarém
42,23	Nuno Araújo	83	ADC Lovelhe
40,08	Dani Vieira	83	Amarenses
38,83	Pedro Alvito	83	Estrela FC
38,59	Gonçalo Lopes	83	CD Mourão
36,87	Pedro Barros	83	ADC Lovelhe
36,59	Luis Almeida	84	JOMA

MARTELO (4)

46,43	Nuno Rocha	84	FC Porto
39,41	Filipe Vital e Silva	83	FC Porto
36,24	Jorge Rodrigues	83	Afife
36,23	Paulo Pereira	84	NA Cucujães
32,95	Rodrigo Morgado	83	Acad. Santarém
32,90	Helder Glória	84	CRC Luzense
32,33	Júlio Marques	83	C+S Lavra
30,96	Luis Almeida	84	JOMA
30,64	Nuno Faria	83	J Vidigalense
28,78	Sérgio Duarte	84	GD Quimigal

DARDO (400)

57,33	Nuno Araújo	83	ADC Lovelhe
52,78	Dani Vieira	83	Amarenses
51,44	Alexandre Pereira	84	CS Marítimo
48,49	Nuno Faria	83	J Vidigalense
44,45	Luis Almeida	84	JOMA
43,67	Jaime Areias	84	CEDA
43,33	Dino Direitinho	83	GD Pic Nic
41,69	Américo Barros	83	C+S Lavra
41,28	João Santos	84	J Vidigalense
41,00	Ricardo Pedrosa	84	ED Viana

HEXATLO

3344	Gonçalo Arruda	83	CEDA
3217	André Raposo	83	CEDA
3062	Aldo Maia	83	CIPA
3018	David Ganço	83	Benfica
3012	Joel Maltez	83	Amarenses
2991	José Goulart	83	N Sp I Terceira
2959	João Costa	83	Sombras Negras
2946	Gonçalo Gameiro	83	J Vidigalense
2921	Tiago Madureira	83	CUA Benaventense
2870	Daniel Leandro	84	20Km Almeirim

4000 M MARCHA

18.22.1	José Silva	84	B° Anjos
18.38.9	Ivo Madaleno	83	GD Selsa
19.36.8	Bruno Barbosa	83	Alfense
19.59.9	Bruno Oliveira	84	CD Cavadas
20.22.9	Marco Ataíde	83	ADEC Tunes
20.27.3	Claudio Rodrigues	83	CO Pechão
20.36.72	Leonel Dias	83	CUA Benaventense
21.20.1	João Alves	84	CD Montijo

4x80 METROS

37,68	Sel. Lisboa
37,87	CEDA
37,92	Sel. Braga
38,04	Sel. Aveiro
38,37	Sel. Setúbal
38,44	Sel. Porto
38,5	J Vidigalense
38,80	Sel. Açores
38,7	GD Quimigal
39,06	Sel. Santarém

FEMININOS

80 METROS

10,1	Marta Pedroso	83	Benfica
10,54	Marta Sousa	83	SC Braga
10,3	Marta Silva	83	Não filiada
10,63	Carine Silva	84	FC Porto
10,4	Cátia Ferreira	83	J Vidigalense
10,4	Ana Ferreira	83	Sporting
10,4	Artimiza Sá	84	Raposeense
10,4	Inês Felisbela	83	Sporting
10,71	Dora Pinto	84	JD Neves
10,73	Anabela Correia	84	CA Madeira

Marca electrónica:
10,65 Artimiza Sá 84 Raposeense

Com vento anti-regulamentar > 2m/s:
10,59 Sofia Chagas 83 Acad. Santarém
10,63 Carla Almeida 85 FC Porto
10,67 Dora Pinto 84 JD Neves

300 METROS

43,9	Vânia Monteiro	84	SC Reboleira
44,44	Ana Filipe	83	Individual
44,68	Ana Pinheiro	84	A Viso
44,5	Artimiza Sá	84	Raposeense



Iniciados

45.07	pt. Maria Sousa	83	SC Braga
45.1	Susana Costa	84	Indep. Setúbal
45.2	Liliana Gomes	83	NAC Alcanena
45.2	Ana Oliveira	83	CRCD Luzense
45.47	Caziana Moura	84	SUO Vais
45.68	Carla Ferreira	83	J Vidigalense

800 METROS

2:16.85	Madalena Mendes	83	Mem Martins
2:18.64	Sónia Fernandes	83	Cruz. Fânzeres
2:21.61	Claudia Batuca	83	CP Elvenses
2:22.18	Doroteia Peixoto	83	UD Várzea
2:22.66	Manuela Cruz	84	UD Várzea
2:23.40	Isabel Sousa	84	Al. Meirim
2:23.41	Clementina Damil	83	Pontevedense
2:24.26	Ana Branquinho	83	Inglese FC
2:24.72	Dina Malheiro	83	SC Per Zézeze
2:25.0	Ana Semedo	83	C. Bf. Guarda

1500 METROS

4:46.01	Sónia Fernandes	83	Cruz. Fânzeres
4:45.01	Isabel Sousa	84	Al. Meirim
4:45.78	Doroteia Peixoto	83	UD Várzea
4:52.8	Ana Branquinho	83	Inglese FC
4:54.7	Claudia Batuca	83	CD Moneneiro
4:55.72	Laura Silva	84	SC Braga
4:56.02	Filipa Dias	83	UD Várzea
4:56.5	Madalena Mendes	83	Mem Martins
4:57.42	Patricia Silva	83	CD Póvoa
5:00.7	Gorethy Silva	83	Inglese FC

80 M BARREIRAS

12.6	Marta Pedroso	83	Benfica
13.13	Carla Ferreira	83	J Vidigalense
12.9	Mónica Almeida	83	Tramagal
13.6	Luisa Borges	83	CEDA
13.2	Tânia Prates	84	CA Coruche
13.1	Filipa Farinha	83	JOMA
13.56	Carne Silva	84	FC Porto
13.7	Sónia Matias	83	Sporting
14.03	Helena Oliveira	84	Ribeirinhos
13.8	Angela Oliveira	83	Urgerense

Com vento anti-regulamentar > 2m/s:

13.42	Carne Silva	84	FC Porto
-------	-------------	----	----------

300 M BARREIRAS

48.01	Tânia Gomes	83	NAC Alcanena
48.70	Susana Costa	84	Indep. Setúbal
48.85	Carla Barros	83	JD Neves

48.96	Filipa Farinha	83	JOMA
49.4	Sónia Matias	83	Sporting
49.5	Luisa Borges	83	CEDA
50.12	Sónia Ribeiro	83	CDUP
50.14	Helena Oliveira	84	GD Ribeirinhos
50.89	Laura Santos	84	E. Sales. Manique
50.91	Diana Martins	84	CA Terceira

ALTURA

1.57	Dina Palma	83	Vit. Setúbal
1.52	Carla Ferreira	83	J Vidigalense
1.52	Rosa Domingues	83	Col. Calvão
1.52	Eduarda Ribeiro	85	CS Marítimo
1.51	Liliana Pina	85	Gabinheiras
1.50	Rita Madalil	83	CS Oliveirinha
1.49	Inês Gonçalves	84	CS Oliveirinha
1.48	Marta Pedroso	83	Benfica
1.45	Mónica Almeida	83	Tramagal
1.45	Alexandra Fernandes	84	Bº Anjos

VARA

2.57	Tânia Vieira	85	Benjenses
2.50	Filipa Freitas	84	CA Madeira
2.37	Marta Pedroso	83	Benfica
2.35	Ana Cristina Pires	83	Bº Anjos
2.10	Luisa Borges	83	CEDA
2.00	Deboira Figueira	83	GD Estreito

COMPRIMENTO

5.04	Marta Pedroso	83	Benfica
5.03	Angela Oliveira	83	ADC Urgerense
4.98	Carla Ferreira	83	J. Vidigalense
4.97	Tânia Prates	84	CA Coruche
4.90	Marta Sousa	83	SC Braga
4.84	Sofia Chagas	83	Acad. Santarém
4.79	Liliana Gomes	83	NAC Alcanena
4.78	Mónica Almeida	83	Tramagal
4.76	Vanessa Martins	83	Olimp. Lagos
4.76	Ótilia Moreira	84	EBI Forjães

Com vento anti-regulamentar > 2m/s:

5.03	Marta Sousa	83	SC Braga
5.00	Tânia Prates	84	CA Coruche
4.98	Carla Ferreira	83	J Vidigalense
4.81	Luisa Borges	83	CEDA
4.81	Anabela Correia	84	CA Madeira

TRÍPLIO

10.80	Marta Pedroso	83	Benfica
10.65	Rosa Domingues	83	Col. Calvão

10.18	Sónia Matias	83	Sporting
10.02	Sofia Chagas	83	Acad. Santarém
9.97	Filipa Freitas	84	CA Madeira
9.84	Marcelina Sousa	83	Sporting
9.76	Susana Rosário	83	Olimp. Lagos
9.74	Joana Lino	84	Individual
9.74	Joana Miguel	83	Acad. Santarém
9.72	Anabela Correia	84	CA Madeira

Com vento anti-regulamentar > 2m/s:

10.43	Dina Palma	83	Vit. Setúbal
10.04	Marisa Gonçalves	84	CDUP

PESO (3)

13.21	Cristiana Oliveira	84	CA Mar. Grande
12.31	Rosa Domingues	83	Col. Calvão
11.83	Joana Almeida	83	JOMA
11.69	Marisa Marreiros	83	CRCD Luzense
10.85	Maria Luz	83	D Gondufe
10.65	Maria Fernandes	83	SC Valenciano
10.53	Carne Silva	84	FC Porto
10.33	Anabela Fimanta	83	D Gondufe
10.31	Dulce Ca	84	GR Qº Lomba
10.17	Dina Palma	83	Vit. Setúbal

DISCO (350)

41.71	Rosa Domingues	83	Col. Calvão
39.88	Marisa Marreiros	83	CRCD Luzense
39.08	Joana Almeida	83	JOMA
35.70	Cristiana Oliveira	84	CA Mar. Grande
30.97	Dulce Ca	84	GR Qº Lomba
29.80	Sofia Carvalho	83	Individual
29.39	Flávia Vicente	84	CD Ag. Alpiarça
29.28	Marisa Simões	83	GD Cavadas
27.54	Carla Santos	83	Acad. Santarém
27.44	Maria Fernandes	83	SC Valenciano

MARTELO (3)

38.69	Cristiana Oliveira	84	CA Mar. Grande
37.45	Joana Silva	84	GDC Realidade
34.78	Joana Tomé	83	SUO Vais
32.46	Vera Gomes	83	NDJ Laranjeiro
32.44	Mª Jesus Tome	83	SUO Vais
31.81	Joana Almeida	83	JOMA
31.47	Marisa Marreiros	83	CRCD Luzense
29.73	Filipa Freitas	84	CA Madeira
27.17	Flávia Vicente	84	CD Ag. Alpiarça
24.65	Liliana Gomes	83	NAC Alcanena

DARDO (400)

41.32	Joana Gonçalves	83	J Vidigalense
-------	-----------------	----	---------------

35.38	Cáia Silva	84	CA Madeira
32.84	Patricia Serafim	83	CV Tavira
32.59	Joana Almeida	83	JOMA
30.61	Ana Cristina Pires	83	Bº Anjos
29.73	Filipa Freitas	84	CA Madeira
29.72	Claudia Costa	83	CD Moariminho
29.21	Rosa Domingues	83	Col. Calvão
28.41	Tânia Prates	84	CA Coruche
28.21	Sónia Matias	83	Sporting

HEXATLO

3485	Marta Pedroso	83	Benfica
3430	Rosa Domingues	83	Col. Calvão
3246	Marta Sousa	83	SC Braga
3242	Liliana Gomes	83	NAC Alcanena
3214	Tânia Prates	84	CA Coruche
3151	Acimiza Sá	84	Raposoense
3131	Carne Silva	84	FC Porto
3125	Mónica Almeida	83	Tramagal
3094	Cáia Ferreira	83	J Vidigalense
3061	Luisa Borges	83	CEDA

3000 M MARI NA

15.13.7	Ana Cabecinha	84	CO Pechão
15.29.9	Raquel Carvalho	83	Bº Anjos
15.57.7	Ana Araújo	83	CD Mostijo
16.10.2	Ana Soares	83	CV Tavira
16.10.6	Fátima Guedes	83	CN Rio Maior
16.21.3	Joana Bento	83	GD Selsa
16.28.8	Mónica Gonçalves	84	CN Rio Maior
16.55.2	Angela Rocha	83	CD Cavadas
17.02.8	Patricia Cabanita	84	CO Pechão

4x80 METROS

41.49	Set. Lisboa
41.62	Set. Braga
41.73	Set. Santarém
41.92	Set. Setúbal
42.44	CB Palmeira
42.4	GD Cavados
42.6	Sporting
42.92	CEDA
43.20	Set. Faro
43.23	Set. Averno

**MASCULINOS****60 METROS**

7,98	Pedro Dantas	85	E Vila Verde
8,08	Nuno Barbosa	85	FC Porto
8,11	Rui Alexandre	85	GC Bragança
7,9	André Silva	85	CFU Lamas
8,18	Paulo Faustino	85	Bº Anjos

1000 METROS

2.48,6	Rui Alexandre	85	GC Bragança
2.52,48	Simão Coroa	85	G Trofa
2.53,56	Bruno Delgado	85	JD Fontainhas
2.54,03	Ricardo Lima	85	CF Cariocas
2.55,12	Filipe Guerreiro	85	CRCD Luzense

60 M. BARREIRAS

10,43	Roberto Ribeiro	85	BV Alandroal
10,50	Nuno Barbosa	85	FC Porto
10,61	Fábio Reis	86	CP Alcanena
10,4	João Nascimento	85	NDJ Laranjeiro
10,80	Carlos Santos	86	CP Alcanena

Com vento anti-regulamentar > 2m/s:

10,2	Fábio Reis	86	CP Alcanena
------	------------	----	-------------

ALTURA

1,56	Paulo Madrid	85	Escolar
1,55	Luis Furtado	85	CALAG

1,53	Edgar Verónica	85	Escolar
1,51 pc	Fernando Tavares	85	Col. Militar
1,50	Edgar Verónica	85	Esc. Sal. Marique

VARA

2,30	João Nascimento	85	NDJ Laranjeiro
------	-----------------	----	----------------

COMPRIMENTO

5,11	Pedro Dantas	85	E Vila Verde
4,93	Paulo Faustino	85	Bº Anjos
4,86	Ricardo Sousa	85	C+S Lavra
4,81	Nuno Barbosa	85	FC Porto
4,80	Ricardo Lima	85	CF Cariocas

Com vento anti-regulamentar > 2m/s:

5,08	Ricardo Lima	85	CF Cariocas
4,91	Rui Alexandre	85	GC Bragança
4,88	Fábio Reis	86	CP Alcanena
4,81	Carlos Santos	86	CP Alcanena
4,81	Luis Henriques	85	ACad. Santarém

PESO (3)

10,99	Francisco Carrasco	85	ACRSº Desterro
10,89	André Silva	85	CFU Lamas
10,84	Filipe Ferreira	85	J Vidigalense
10,75	Bruno Soares	85	Mem Martins
10,47	José E. Fernandes	85	CS Marítimo

DISCO (750)

31,56	Francisco Carrasco	85	ACRSº Desterro
27,56	Gabriel Ventura	86	GD Quimigal
25,94	Sérgio Santos	86	ACRSº Desterro
25,45	Jorge Guilherme	86	Viseu Benf.
25,10	Eduardo Vieira	85	CRU Raposense

MARTELO (3)

25,13	João Freitas	85	GD Quimigal
24,74	Ivan Henriques	85	J Vidigalense
24,16	Gabriel Ventura	85	GD Quimigal
24,02	Marco Reis	85	Fabres SC
20,67	Luis Sousa	86	EBJ Barros

ARREMESSO DE BOLA

54,66	Luis Silva	85	ADCSº Campos
52,40	Gonçalo Magalhães	86	BV Alandroal
51,71	Fábio Santos	85	C Bf Guarda
50,63	Luis Furtado	85	CALAG
50,52	Tiago Gaspar	85	J Vidigalense

Atleta estrangeiro:

52,60	Arifjon Davljan (Arm)	85	Bº Anjos
-------	-----------------------	----	----------

TETRATLO

1692	Rui Alexandre	85	GC Bragança
1555	Pedro Dantas	85	E Vila Verde

1514	Nuno Barbosa	85	FC Porto
1478	Ricardo Lima	85	CF Cariocas
1453	André Silva	85	CFU Lamas

3000 M. MARCHA

16.29,9	Daniel Estevão	85	JD Fontainhas
16.36,0	Fábio Gonçalves	85	CA Galinheiras
17.04,7	Carlos Bárbara	85	Bº Anjos
17.27,4	Luis Diogo	86	CD Cariocas
17.38,3	André Agostinho	85	Bº Anjos

4x60 METROS

34,0	JOMA
34,5	Bairro Anjos
35,10	Esc. Básica Palmeira
35,1	CENAP
35,1	CF União de Lamas

FEMININOS**60 METROS**

8,31	Carla Almeida	85	FC Porto
8,1	Alexandra Sousa	85	N Sp I Terceira
8,2	Elisa Cruz	85	Montenegro
8,59	Liliana Manhente	85	CCD Realidade
8,61	Ciziana Pestana	85	GD Estreito

1000 METROS

3.01,4*	Laura Azevedo	85	Linda-o-Pastora
3.04,2	Nádia Gonçalves	86	1º Dez. Queijas
3.12,31	Susana Correia	85	ARIV Gondomar
3.13,21	Alexandra Silva	85	ADC Urgeirense
3.14,60	Elisa Cruz	85	Montenegro

* Marca unicamente para efeitos estatísticos, já que a atleta ultrapassou o número limite de provas em que podia participar.

60 M. BARREIRAS

10,4	Laura Azevedo	85	Linda-o-Pastora
10,6	Tânia Vieira	85	Belenses
11,07	Carla Almeida	85	FC Porto

10,9	Marisa Romão	85	CR Grandolense
11,0	Sofia Ferreira	85	Belenses

Com vento anti-regulamentar > 2m/s:

10,52	Tânia Vieira	85	Belenses
10,63	Marisa Romão	85	CR Grandolense

ALTURA

1,52	Eduarda Ribeiro	85	CS Marítimo
1,51	Liliana Pina	85	Galinheiras
1,41	Vera Baptista	85	IFC Torrense
1,37	Andreia Oliveira	85	JOMA
1,36	Filipa Gardalina	85	J Vidigalense

VARA

2,57	Tânia Vieira	85	Belenses
------	--------------	----	----------

COMPRIMENTO

4,64	Carla Almeida	85	FC Porto
4,64	Elisa Cruz	85	Montenegro
4,53	Marisa Romão	85	CR Grandolense
4,53	Carla Tinoco	85	C+S Palmeira
4,41	Alexandra Sousa	85	N Sp I Terceira

Com vento anti-regulamentar > 2m/s:

4,48	Alexandra Sousa	85	N Sp I Terceira
------	-----------------	----	-----------------

PESO (2)

11,93	Carla Almeida	85	FC Porto
10,68	Sara Fernandes	85	NA Cucujães
10,18	Andreia Oliveira	85	JOMA
10,17	Sandra Rodrigues	85	Elétrico P.Sór
10,02	Claudia Monteiro	85	JOMA

DISCO (750)

24,72	Sandra Rodrigues	85	Elétrico P.Sór
23,90	Ana Queimado	85	Carvalhense
22,86	Andreia António	85	Quintajense
21,73	Claudia Monteiro	85	JOMA
20,63	Vera Tavares	85	CRU Raposense

ARREMESSO DE BOLA

49,15	Eugénia Lopes	86	Sporting
43,51	Marisela Silva	85	GD Estreito
40,91	Dirce Lima	85	IFC Torrense
38,71	Vânia Mendes	85	SCA Mar. Grande
38,66	Sara Fernandes	85	NA Cucujães

TETRATLO

2307	Carla Almeida	85	FC Porto
1973	Elisa Cruz	85	Montenegro
1971	Laura Azevedo	85	Linda-o-Pastora
1909	Alexandra Sousa	85	N Sp I Terceira
1797	Eduarda Ribeiro	85	CS Marítimo

2000 M. MARCHA

10.30,4	Mafalda Silva	85	CN Rio Maior
11.03,4	Edna Teles	85	GD Selsa
11.13,0	Joana Matos	85	CO Pechão
11.15,9	Paula Flor	86	Alfense
11.19,0	Sara Silva	85	JD Fontainhas

4x60 METROS

34,2	CRU Raposense
35,2	Sporting
35,6	J Vidigalense
35,97	Esc. Básica Palmeira
35,8	ACD Cotovia