

# Provas de Preparação Pista II

Parque Desportivo de Ramalde - 24/04/2021

## 100 M BAR | INI a JUV - F | Dia 1

### Série 1 v = -0.1 (Manual)

1	Matilde Lameiras	2006	INI	CFOD	16.74
2	Marina Pinteia	2005	JUV	GS	18.09
3	Inês Fernandes	2007	INI	SCE	19.31
4	Leonor Gomes	2007	INI	LSC	19.80

### Série 2 v = +0.0 (Manual)

1	Thais Beranger	2005	JUV	FRA	CFOD	14.95
2	Carolina Ferreira	2005	JUV		CFOD	16.09
3	Fabiana Lucart	2004	JUV		CFOD	17.93
4	Carolina Sampaio	2007	INI		BFC	20.59
DNF	Inês Santos	2005	JUV		CFOD	x

### Série 3 v = -1.2 (Manual)

1	Maria Vinagre	2005	JUV		LSC	18.00
2	Matilde Caldas	2006	INI		MAC	19.03
3	Constança Cachim	2003	JUN		SCS	20.72
4	Mariana Monteiro	2006	INI		CSGAIA	21.35
FS	Matilde Lobo	2004	JUV		LAVRA	x

## ALTURA | INI a JUV - M | Dia 1

### Série 1

1	Tiago Alves	2005	JUV		CDCNAV	1.65
2	José Passo	2005	JUV		LAVRA	1.60
3	Tiago Azevedo	2004	JUV		LAVRA	1.55
4	Gonçalo Pinto	2004	JUV		LAVRA	1.50
5	Vasco Moura	2004	JUV		LAVRA	1.50
5	André Campos	2005	JUV		CFOD	1.50
7	João Zamith	2004	JUV		LAVRA	1.45
8	Simão Cacheira	2005	JUV		CFOD	1.40
9	Diogo Barata	2007	INI		SCE	1.35
10	Rafael Fragoso	2006	INI		SCE	1.30

## COMPRIMENTO | BENJ B a INF - M | Dia 1

### Série 1

1	Rodrigo Alves	2008	INF		CSGAIA	4.29
2	Gonçalo Valente	2008	INF		CAP	4.28
3	Rúben Coelho	2008	INF		SCE	4.27
4	Tomás Moreira	2008	INF		ACPV	4.04
5	Samuel Rocha	2008	INF		CAP	4.03
6	Afonso Carvalho	2011	BENJ B		CDCNAV	3.96
7	Tomás Azevedo	2008	INF		LAVRA	3.68
8	Gil Franco	2008	INF		CAP	3.62
9	Tyrese Rodrigues	2008	INF		LAVRA	3.54
10	Hélder Silva	2010	BENJ B		LAVRA	3.53
11	Jorge Alvão	2009	INF		ACPV	3.49
12	Raúl Cruz	2008	INF		LAVRA	3.48
13	Luís Costa	2008	INF		LAVRA	3.48
14	Tomás Oliveira	2008	INF		SCS	3.33
15	Tiago Costa	2011	BENJ B		BFC	3.28
17	João Torres	2009	INF		ACPV	3.20
18	Gonçalo Fernandes	2009	INF		CDCNAV	3.18
19	Gil Martins	2010	BENJ B		CAP	3.10
20	Fábio Ferreira	2009	INF		NBA	3.09
21	Enzo Naticchia	2009	INF	ITA	ACPV	2.68

22	Pedro Pinto	2010	BENJ B		IND	2.65
23	Hélio Garcia	2010	BENJ B	ANG	GDRJR	2.39
24	Marco Dias	2008	INF		CAP	1.91
25	José Pedrosa	2008	INF		SCS	1.84
26	Gabriel Almeida	2010	BENJ B		GDRJR	1.78

## L. PESO 3KG | JUV a VET - F | Dia 1

### Série 1

1	Paula Morim	2005	JUV		CDCNAV	8.89
2	Vânia Sousa	2005	JUV		EAT	8.69
3	Inês Cristino	2005	JUV		MAC	6.99
4	Carina Alves	2004	JUV		MAC	6.21
5	Inês Fonseca	2005	JUV		MAC	5.64

## L. PESO 4KG | JUN a VET - F | Dia 1

### Série 1

1	Cláudia Rodrigues	1989	SEN		ADRAP	9.93
2	Carolina Coutinho	2003	JUN		CFOD	9.33
3	Sofia Rêma	1999	SUB-23		CSGAIA	9.25
4	Liliana Manhente	1985	VET 35		ACRSD	8.58
5	Bárbara Silva	1999	SUB-23		AJS	8.21
6	Sofia Ramos	2000	SUB-23		ACPV	7.65
7	Ana Mota	2003	JUN		EAT	7.56
8	Sofia Santos	2003	JUN		EAT	7.46
9	Beatriz Sousa	2003	JUN		MAC	7.17
10	Ana Guedes	1973	VET 45		BFC	5.09
11	Susana De Jesus	1977	VET 40		NPCAD	4.40

## 100 M BAR | JUN a VET - F | Dia 1

### Série 1 v = +1.1 (Manual)

1	Sandra Borges	1983	VET 35		CFOD	17.50
2	Carina Mendes	2003	JUN		CFOD	18.51
3	Sofia Santos	2003	JUN		EAT	20.21
4	Catarina Pinho	2001	SUB-23		CFOD	20.56
DNF	Carolina Coutinho	2003	JUN		CFOD	x

### Série 2 v = -0.3 (Manual)

1	Bárbara Silva	1999	SUB-23		AJS	15.44
2	Bárbara Medeiros	2001	SUB-23		LSC	16.23
3	Mariana Truta	2002	JUN		CFOD	16.78
4	Sofia Rêma	1999	SUB-23		CSGAIA	17.91
5	Erica Ribeiro	2002	JUN		MAC	18.14
6	Sofia Ramos	2000	SUB-23		ACPV	19.05

## 110 M BAR | INI a JUV - M | Dia 1

### Série 1 v = +0.1 (Manual)

1	João Zamith	2004	JUV		LAVRA	16.07
2	Vasco Moura	2004	JUV		LAVRA	19.74
3	Afonso Campos	2005	JUV		SCE	20.08
4	Simão Cacheira	2005	JUV		CFOD	21.14

### Série 2 v = +0.0 (Manual)

1	Valentim Lopes	2004	JUV		SCS	19.65
2	José Passo	2005	JUV		LAVRA	19.65
3	André Campos	2005	JUV		CFOD	20.08
4	João Pedro Martins	2004	JUV		SCS	21.34
5	Rafael Fragoso	2006	INI		SCE	22.32

**110 M BAR | JUN - M | Dia 1****Série 1 v = +0.7 (Manual)**

1	Guilherme Almeida	2002 JUN	ESCMOV	14.75
2	Gonçalo Cunha	2003 JUN	LSC	17.14
3	Luís Leite	2003 JUN	CSGAIA	18.30

**110 M BAR | SUB-23 a VET - M | Dia 1****Série 1 v = +0.7 (Manual)**

1	Diogo Guerra	1999 SUB-23	MAC	14.96
---	--------------	-------------	-----	-------

**60 M | BENJ B a INF - F | Dia 1****Série 1 v = +0.0 (Manual)**

1	Mara Sereno	2008 INF	CAP	9.89
2	Maria Iglésias	2009 INF	SCE	10.43
3	Carolina Faria	2011 BENJ B	LFC-F	11.05
4	Nídia Nunes	2010 BENJ B	NBA	11.70

**Série 2 v = +1.1 (Manual)**

1	Flávia Ferreira	2011 BENJ B	NBA	11.48
2	Margarida Marques	2011 BENJ B	NBA	11.53
3	Kristina Tsybrivska	2011 BENJ B	EAT	12.04
4	Marcele Naticchia	2011 BENJ B	ITA ACPV	12.77

**Série 3 v = -0.5 (Manual)**

1	Margarida Oliveira	2009 INF	LAVRA	9.55
2	Gabriela Ramos	2008 INF	CDCNAV	10.17
3	Inês Pereira	2011 BENJ B	NBA	10.55
4	Lua Sousa	2010 BENJ B	LAVRA	11.16
5	Mariana Silva	2009 INF	LAVRA	11.62

**Série 4 v = -1.0 (Manual)**

1	Mafalda Andrade	2008 INF	CAP	9.56
2	Maria Paiva	2010 BENJ B	CAP	10.40
3	Beatriz Gonzaga	2010 BENJ B	LSC	10.59
4	Joana Flor	2011 BENJ B	CAP	10.78
5	Carolina Loureiro	2010 BENJ B	CAP	11.31
6	Adriana Pereira	2011 BENJ B	ACFR	11.44

**Série 5**

1	Margarida Ramos	2008 INF	CAP	9.78
2	Beatriz Oliveira	2011 BENJ B	CAP	9.84
3	Carolina Sá	2008 INF	CAP	10.31
4	Gabriela Fragoso	2011 BENJ B	SCE	10.45
5	Leonor Fernandes	2009 INF	SCE	10.48
6	Sara Bento	2011 BENJ B	CAP	13.15

**Série 6 v = +0.4 (Manual)**

1	Rita Moreira	2008 INF	CAP	8.56
2	Matilde Nascimento	2008 INF	MAC	8.89
3	Marta Nóbrega	2008 INF	CAP	9.10
4	Matilde Morujão	2010 BENJ B	CAP	9.70
5	Beatriz Esmeriz	2011 BENJ B	BFC	10.80
99999	Iara Gonçalves	2008 INF	CAP	x

**60 M | BENJ B a INF - M | Dia 1****Série 1 v = +0.8 (Manual)**

1	Tomás Azevedo	2008 INF	LAVRA	9.68
2	Afonso Carvalho	2011 BENJ B	CDCNAV	9.83
3	João Gama	2008 INF	LAVRA	10.41
4	Hélio Garcia	2010 BENJ B	ANG GDRJR	11.28
5	Francisco Freitas	None	CAP	12.50

**Série 2 v = +0.0 (Manual)**

1	João Torres	2009 INF	ACPV	10.06
2	Tiago Jardim	2010 BENJ B	CAP	10.55
3	Miguel Silva	2008 INF	CAP	11.51
4	Gabriel Almeida	2010 BENJ B	GDRJR	12.34
5	Raul Dinis	2010 BENJ B	EAT	12.36

**Série 3 v = +0.0 (Manual)**

1	Tyrese Rodrigues	2008 INF	LAVRA	9.05
2	Gonçalo Fernandes	2009 INF	CDCNAV	9.24
3	Hélder Silva	2010 BENJ B	LAVRA	10.09
4	Enzo Naticchia	2009 INF	ITA ACPV	10.70
99999	Luís Mota	2008 INF	LAVRA	x

**Série 4 v = -1.0 (Manual)**

1	Tomás Oliveira	2008 INF	SCS	9.98
2	José Miguel Ferreira	2008 INF	BFC	10.27
3	Rodrigo Reis	2011 BENJ B	FCES	10.40
4	Denis Tsybrivsky	2010 BENJ B	EAT	11.02
5	Maksim Tereshchenko	2009 INF	EAT	11.53
6	José Pedrosa	2008 INF	SCS	11.91

**Série 5 v = +0.0 (Manual)**

1	Gil Martins	2010 BENJ B	CAP	9.61
2	Marco Dias	2008 INF	CAP	10.67
3	Lorenzo Diamanti	2010 BENJ B	ACFR	11.72
4	Gonçalo Gonçalves	2010 BENJ B	CAP	12.20
5	Pedro Carvalho	2008 INF	CAP	12.49
99999	Afonso Bento	2009 INF	CAP	x

**Série 6 v = +1.1 (Manual)**

1	Tomás Moreira	2008 INF	ACPV	9.45
2	Luís Costa	2008 INF	LAVRA	9.64
3	Santiago Arada	2009 INF	ACPV	9.67
4	Gil Franco	2008 INF	CAP	9.77
5	Tiago Costa	2011 BENJ B	BFC	9.81
99999	Daniel Morujão	2008 INF	CAP	x

**Série 7 v = -1.3 (Manual)**

1	Rodrigo Alves	2008 INF	CSGAIA	8.88
2	Rúben Coelho	2008 INF	SCE	8.92
3	Samuel Rocha	2008 INF	CAP	9.21
4	Raúl Cruz	2008 INF	LAVRA	10.09
FS	Gonçalo Valente	2008 INF	CAP	x

**1000 M | INF a INI - F | Dia 1****Série 1**

1	Stela Fernandes	2006 INI	GS	3:06.44
2	Mariana Moreira	2008 INF	UDV	3:07.47
3	Mariana Maciel	2009 INF	EAROS	3:09.03
4	Ana Costa	2006 INI	UDV	3:10.89
5	Inês Sousa	2006 INI	LFC-F	3:18.62
6	Maria Rodrigues	2008 INF	LFC-F	3:21.41
7	Sara Rocha	2006 INI	SCE	3:21.49
8	Ema Oliveira	2006 INI	ARAC	3:21.91
9	Rafaela Sá	2009 INF	MAC	3:22.20
10	Margarida Teixeira	2006 INI	UDV	3:27.01
11	Inês Almeida	2007 INI	EAROS	3:30.90
12	Bruna Pereira	2006 INI	EAROS	3:31.26
13	Bianca Dias	2007 INI	UDV	3:34.74
14	Maria Baltar	2006 INI	EAROS	3:37.00

15	Maria Oliveira	2008	INF	ARAC	3:39.50
16	Clara Costa	2008	INF	LFC-F	3:41.00
17	Lara Neves	2008	INF	ARAC	3:49.82
18	Matilde Torres	2007	INI	EAROS	3:59.43
19	Beatriz Faria	2006	INI	LFC-F	4:06.28
99999	Ana Silva	2009	INF	EAROS	x

### Série 2

1	Ariana Cardoso	2006	INI	NBA	3:25.54
2	Marta Teixeira	2007	INI	UDV	3:33.63
3	Ana Araújo	2008	INF	IND	3:35.37
4	Ana Almeida	2008	INF	FCES	3:37.86
5	Mariana Reis	2008	INF	FCES	3:39.75
6	Madalena Pereira	2009	INF	UDV	3:42.35
7	Mafalda Cancelo	2007	INI	CDCNAV	3:47.76
8	Inês Pacheco	2009	INF	NBA	3:47.80
9	Matilde Moura	2008	INF	GDRJR	3:49.32
10	Leonor Fontes	2007	INI	CDCNAV	3:49.99
11	Rita Lopes	2006	INI	NBA	3:52.36
12	Lara Manadas	2008	INF	GDRJR	4:00.07
13	Leonor Fernandes	2009	INF	SCE	4:07.30
14	Leonor Almeida	2007	INI	SCS	4:08.65
15	Inês Cunha	2007	INI	SCS	4:15.84
16	Beatriz Silva	2007	INI	CDCNAV	4:18.82
17	Núria Ferreira	2009	INF	NBA	4:24.35
18	Maria Iglésias	2009	INF	SCE	4:32.07
19	Madalena Meneses	2006	INI	NBA	4:35.56
20	Filipa Pinto	2007	INI	GDRJR	4:43.70

### COMPRIMENTO | INI a JUV - F | Dia 1

### Série 1

1	Inês Santos	2005	JUV	CFOD	5.15
2	Rafaela Santos	2005	JUV	ACPV	5.11
3	Thais Beranger	2005	JUV	FRA CFOD	5.10
4	Marta Marques	2004	JUV	ACPV	4.82
5	Carolina Ferreira	2005	JUV	CFOD	4.71
6	Fabiana Lucart	2004	JUV	CFOD	4.56
7	Filipa Craveiro	2006	INI	ACPV	4.50
8	Matilde Pereira	2004	JUV	CFOD	4.44
9	Inês Cristino	2005	JUV	MAC	4.43
10	Matilde Caldas	2006	INI	MAC	4.27
11	Matilde Lameiras	2006	INI	CFOD	4.26
12	Matilde Lobo	2004	JUV	LAVRA	4.24
13	Simone Morim	2007	INI	ACFR	4.04
14	Inês Fonseca	2005	JUV	MAC	3.88
15	Carina Alves	2004	JUV	MAC	3.87
16	Beatriz Pires	2006	INI	ACPV	3.66
17	Filipa Santos	2006	INI	ACFR	3.63
18	Graça Barbosa	2006	INI	LSC	3.31
19	Inês Fernandes	2007	INI	SCE	3.29
20	Ana Carvalho	2007	INI	ACFR	3.28
21	Carolina Sampaio	2007	INI	BFC	3.25
22	Leonor Almeida	2007	INI	LSC	2.91

### ALTURA | BENJ B a INF - F | Dia 1

### Série 1

1	Rita Moreira	2008	INF	CAP	1.30
2	Margarida Oliveira	2009	INF	LAVRA	1.10
3	Mariana Sousa	2010	BENJ B	LAVRA	1.05
4	Lua Sousa	2010	BENJ B	LAVRA	0.95
SM	Gabriela Fragoso	2011	BENJ B	SCE	SM

### L. PESO 5kg | JUV a VET - M | Dia 1

### Série 1

1	Miguel Costa	2005	JUV	BFC	10.80
2	Tiago Alves	2005	JUV	CDCNAV	9.41
3	Gonçalo Pinto	2004	JUV	LAVRA	9.00
4	Rúben Pinto	2004	JUV	EAT	7.51
5	Tiago Azevedo	2004	JUV	LAVRA	7.47
6	Afonso Campos	2005	JUV	SCE	7.23
7	Rodrigo Barbosa	2005	JUV	SCE	6.60

### L. PESO 6kg | JUN a VET - M | Dia 1

### Série 1

1	Guilherme Almeida	2002	JUN	ESCMOV	12.05
2	Edgar Moreira	2003	JUN	CDCNAV	10.16

### L. PESO 7.260kg | SUB-23 a VET - M | Dia 1

### Série 1

1	Rúben Oliveira	2001	SUB-23	ACPV	11.35
2	Vítor Campos	1976	VET 40	SCE	7.27
3	Marco Almeida	1974	VET 45	NPCAD	6.57
4	Diogo Calheiros	1991	SEN	BFC	6.36
5	Jóice Jesus	1975	VET 45	NPCAD	5.00

### 1000 M | INF a INI - M | Dia 1

### Série 1

1	Ricardo Vieira	2006	INI	LFC-F	2:49.80
2	Nelson Moreira	2007	INI	NBA	2:53.68
3	Simão Flor	2007	INI	CAP	3:10.93
4	Bruno Bastos	2006	INI	FCES	3:13.43
5	João Silva	2007	INI	MAC	3:15.25
6	Henrique Teles	2008	INF	UDV	3:15.26
7	Martim Matos	2008	INF	PLF	3:16.04
8	Gonçalo Rodrigues	2007	INI	EAROS	3:16.30
9	Tiago José Silva	2009	INF	EAROS	3:26.94
10	Francisco Barros	2008	INF	EAROS	3:27.93
11	Salvador Loureiro	2008	INF	FCES	3:37.96
12	Rodrigo Carvalho	2008	INF	LSC	3:39.45
13	José Miguel Ferreira	2008	INF	BFC	3:49.37
14	Fábio Ferreira	2009	INF	NBA	3:53.51
15	Santiago Arada	2009	INF	ACPV	3:54.34
16	Jorge Alvão	2009	INF	ACPV	3:55.96
17	André Barbosa	2008	INF	FCES	3:58.49
18	Hélder Silva	2006	INI	NBA	4:12.26
DNS	Nuno Vieira	2007	INI	SCS	x
DNS	João Gama	2008	INF	LAVRA	x

### 1500 M | JUV a VET - F | Dia 1

### Série 1

1	Mariana Regalo	2001	SUB-23	MAC	4:41.76
2	Clarisse Cruz	1978	VET 40	GRECAS	4:41.78
3	Diana Fernandes	2004	JUV	UDV	4:44.77
4	Ana Marinho	2003	JUN	EAROS	4:45.34
5	Beatriz Fernandes	2002	JUN	EAROS	4:50.66
6	Lara Sampaio	2005	JUV	UDV	4:50.92
7	Estela Melo	1976	VET 40	UDV	4:53.89
8	Vera Simões	2002	JUN	GRE-AA	4:54.33
9	Raquel Sampaio	2002	JUN	UDV	4:58.35
10	Mafalda Oliveira	1992	SEN	ACDSJS	5:03.04
11	Ana Silva	1998	SEN	EAT	5:05.24
12	Teresa Macedo	2005	JUV	MAC	5:10.94

13	Daniela Gregório	1994	SEN	EAT	5:12.52
13	Mariana Ribeiro	2003	JUN	MAC	5:12.52
15	Joana Silva	2004	JUV	UDV	5:14.69
16	Filipa Diamantino	2002	JUN	ACDSJS	5:16.78
17	Tânia Fernandes	1985	VET 35	LSC	5:20.38
18	Lara Martins	2004	JUV	ARAC	5:24.41
19	Cátia Silva	2002	JUN	EAROS	5:34.92

### Série 2

1	Anita Alves	2002	JUN	CFOD	5:16.31
2	Marta Pinho	2004	JUV	GJPB	5:21.73
3	Elisabete Nunes	1973	VET 45	SCS	5:38.51
4	Rejane Pontes	1978	VET 40	BRA SCS	5:43.89
5	Joana Ferreira	2004	JUV	LFC-F	5:44.23
6	Beatriz Coelho	2004	JUV	GJPB	5:48.23
7	Jéssica Furtado	2005	JUV	UDV	5:54.60
8	Alice Couto	1967	VET 50	CFOD	6:05.46
9	Cristiana Pereira	1996	SEN	MACIEIRA	6:27.07
10	Carla Rodrigues	1972	VET 45	CFOD	6:28.83
11	Mariana Magalhaes	1978	VET 40	CFOD	6:31.14
12	Paula Gonçalves	1970	VET 50	CDCNAV	6:33.72
13	Susana Vasconcelos	1977	VET 40	SCS	7:19.98
14	Jéssica Silva	2005	JUV	NBA	7:25.56
15	Daniela Cardoso	2005	JUV	NBA	7:42.56
16	Bárbara Marques	2005	JUV	NBA	8:01.64
17	Lúcia Nunes	1968	VET 50	SCS	9:08.37
99999	Helena Miranda	1985	VET 35	NBA	x

### 1500 M | JUV a VET - M | Dia 1

### Série 1

1	João Cruz	1994	SEN	MAC	3:55.14
2	Samuel Rios	2001	SUB-23	ADRAP	3:56.05
3	André Pereira	1995	SEN	SLB	3:56.66
4	Sandro Baessa	1999	SUB-23	CFOD	3:56.80
5	Bernardo Rocha	2000	SUB-23	LSC	3:56.91
6	Francisco Silva	2004	JUV	EAROS	3:56.97
7	Bernardo Borges	2000	SUB-23	MAC	3:57.40
8	Bruno Silva	1995	SEN	MAC	3:58.29
9	Amado Martins	1999	SUB-23	MAC	3:58.39
10	Tiago Silva	2000	SUB-23	CAP	3:59.74
11	João Amaro	2002	JUN	ACPV	4:00.48
12	José Azevedo	1988	SEN	BFC	4:01.96
13	Pedro Amaro	2002	JUN	ACPV	4:02.20
14	João Pedro Casal	1999	SUB-23	MAC	4:02.46
15	André Barbosa	2005	JUV	LSC	4:03.95
16	Alfredo Alves	1999	SUB-23	MAC	4:07.13
17	Daniel Pinheiro	1983	VET 35	CDSSC	4:10.62
18	Nuno Fernandes	1997	SEN	EAROS	4:16.51
DNF	Simão Bastos	1999	SUB-23	ACPV	x

### Série 2

1	Pedro Nadais	1998	SEN	GRECAS	4:06.04
2	Nuno Coelho	1998	SEN	ACDSJS	4:09.88
3	Tony Calvo	1981	VET 35	CDP	4:12.23
4	Rui Oliveira	2002	JUN	EAROS	4:12.40
5	Duarte Rodrigues	2000	SUB-23	MAC	4:12.73
6	Marco Melo	2002	JUN	ACDSJS	4:13.22
7	Guilherme Moreira	2004	JUV	ACPV	4:14.64
8	João Rodrigues	2004	JUV	EAROS	4:15.62
9	António Pires	1990	SEN	CDP	4:16.16
10	Alfredo Fernandes	2002	JUN	LFC-F	4:16.59

11	João Ferreira	2004	JUV	UDV	4:16.70
12	Ricardo Silva	1985	VET 35	NPCAD	4:17.14
13	Rui Fernandes	1997	SEN	EAROS	4:17.79
14	Roberto Carvalho	2004	JUV	ACPV	4:18.97
15	Hugo Moreira	1988	SEN	RUNRIVER	4:19.23
16	Átila Ambrus	2004	JUV	CFOD	4:20.37
17	Jorge Silva	2003	JUN	LSC	4:24.95
18	João Bessa	2005	JUV	UDV	4:28.22
19	Leandro Gonçalves	2005	JUV	EAROS	4:32.72
20	José Pires	1987	SEN	SCS	4:34.54
DNS	Sérgio Rodrigues	1985	VET 35	NPCAD	x

### Série 3

1	Rúben Sampaio	2003	JUN	UDV	4:20.99
2	Sérgio Neto	1983	VET 35	MAC	4:21.88
3	Gonçalo Rompante	2003	JUN	CAP	4:24.97
4	João Azevedo	2005	JUV	EAROS	4:27.10
5	Nelson Barbosa	2003	JUN	CFOD	4:28.74
6	Márcio Dias	2005	JUV	SCE	4:32.82
7	Rui Ferreira	2004	JUV	SCE	4:35.93
8	Nuno Tavares	2003	JUN	LAVRA	4:37.25
9	Rui André Santos	2003	JUN	SCE	4:38.15
10	Carlos Costa	1974	VET 45	UDV	4:42.10
11	Hugo Bastos	1982	VET 35	APDL	4:42.13
12	Dinis Carvalho	2005	JUV	RUNRIVER	4:42.65
13	Pedro Gama	1974	VET 45	APDL	4:43.22
14	André Soares	1981	VET 40	RUNRIVER	4:49.78
15	Jorge Luz	1964	VET 55	NPCAD	4:53.50
16	Emanuel Santos	1978	VET 40	RUNRIVER	4:54.14
17	Ricardo Pereira	2000	SUB-23	SCE	4:54.65
18	Raul Silva	1984	VET 35	RUNRIVER	5:02.65
19	Tiago Rosas	2001	SUB-23	SCE	5:12.05
20	Fernando Silva	1965	VET 55	CDCNAV	5:18.37
DNS	Rui Araújo	2001	SUB-23	ACVSM	x
DNS	António Palhares	1974	VET 45	IND	x

### Série 4

1	Miguel Costa	2004	JUV	SCS	4:46.14
2	Gaspar Oliveira	2005	JUV	SCS	4:46.45
3	Dinis Noronha	2005	JUV	SCS	4:47.30
4	Ramiro Ribeiro	1980	VET 40	NBA	4:49.28
5	Rodrigo Loureiro	2005	JUV	FCES	4:57.77
6	Jorge Miranda	1989	SEN	NBA	4:58.94
7	Filipe Graça	1973	VET 45	SCS	5:16.79
8	Luís Ferreira	2005	JUV	NBA	5:26.78
9	António Nascimento	1963	VET 55	CFOD	5:31.13
10	Marco Almeida	1974	VET 45	NPCAD	5:47.45
11	Joaquim Pereira	1968	VET 50	CFOD	5:53.89
12	Tiago Marques	1975	VET 45	SCE	5:56.70
13	Rui Cardoso	1964	VET 55	BFC	5:58.95
14	José Gomes	1953	VET 65	CDCNAV	6:04.60
15	Anselmo Moreira	1954	VET 65	CFOD	6:26.96
DNS	Viriato Mendes	1980	VET 40	CDSSC	x
DNS	Jorge Neto	1982	VET 35	NBA	x
DNS	Gabriel Lopes	1986	SEN	NAI	x

### Série 5

1	José Manuel Barbosa	1981	VET 40	IND	4:45.48
2	Carlos Gomes	1982	VET 35	SCS	4:47.15
3	David Pedro	1995	SEN	ACDSJS	4:53.20
4	Tiago Nunes	2003	JUN	NBA	4:53.86
5	Mário Teixeira	1980	VET 40	LSC	5:02.05

6	Samuel Marques	1986	SEN	CFOD	5:04.67	2	Grabiél Murillo	1984	VET 35	VEN	SCS	4:29.41
7	Cláudio Ferreira	2004	JUV	NBA	5:07.96	3	Bruno Alen	1987	SEN		RUNRIVER	4:32.24
8	Diogo Calheiros	1991	SEN	BFC	5:13.23	4	José Rocha	1984	VET 35		SCS	4:42.41
9	Diogo Ferreira	2005	JUV	NBA	5:14.12	5	André Ferreira	1990	SEN		GDRJR	4:43.22
10	Carlos Eusébio	1972	VET 45	CDCNAV	5:17.52	6	Rafael Castro	2002	JUN		EAROS	4:44.08
11	Paulo Araújo	1973	VET 45	GDRJR	5:18.36	7	Pedro Magalhães	1978	VET 40		RUNRIVER	4:48.22
12	Francisco Gaudêncio	2005	JUV	NBA	5:19.21	8	Joaquim Alves	1968	VET 50		SCS	4:48.60
13	Jorge Marinho	1967	VET 50	GDRJR	5:20.13	9	Hugo Fernandes	1985	VET 35		RUNRIVER	5:20.25
14	Vítor Lopes	1990	SEN	CDSSC	5:21.16	10	Amândio Silva	1962	VET 55		SCS	5:21.25
15	Ricardo Almeida	1976	VET 45	IND	5:21.89	11	Adérito Alves	1951	VET 70		SCS	5:22.28
16	Rúben Ferreira	2005	JUV	NBA	5:25.41	12	João Resende	1971	VET 45		SCS	5:27.21
17	Flávio Fernandes	1968	VET 50	NBA	5:31.45	13	Jóice Jesus	1975	VET 45		NPCAD	5:32.17
18	Bruno Ferreira	2002	JUN	NBA	5:40.17	14	Hélder Ferreira	1977	VET 40		CDSSC	6:05.36
DNS	Jose Moreira	1965	VET 55	SCS	x	DNS	Paulo Freitas Jorge	1969	VET 50		SCS	x
DNS	Pedro Cruz	2005	JUV	LAVRA	x	DNS	Arnaldo Pinto	1952	VET 65		SCS	x
						DNS	Nuno Maio	1982	VET 35		SCS	x

#### Série 6

1	João Magalhães	2003	JUN	MACIEIRA	4:28.35
---	----------------	------	-----	----------	---------

## Estatística Clubes

Sigla	Nº atletas Masculino	Nº atletas Feminino	Nº atletas Total	Participações Masculino	Participações Feminino	Participações Total
ACDSJS	3	2	5	3	2	5
ACFR	1	4	5	1	4	5
ACPV	11	6	17	16	7	23
ACRSD	0	1	1	0	1	1
ACVSM	1	0	1	1	0	1
ADRAP	1	1	2	1	1	2
AJS	0	1	1	0	2	2
APDL	2	0	2	2	0	2
ARAC	0	4	4	0	4	4
BFC	6	3	9	9	4	13
CAP	14	13	27	19	14	33
CDCNAV	7	6	13	10	6	16
CDP	2	0	2	2	0	2
CDSSC	4	0	4	4	0	4
CFOD	9	15	24	11	21	32
CSGAIA	2	2	4	3	3	6
EAROS	11	9	20	11	9	20
EAT	4	6	10	4	7	11
ESCMOV	1	0	1	2	0	2
FCES	5	2	7	5	2	7
GDRJR	5	3	8	7	3	10
GJPB	0	2	2	0	2	2
GRE-AA	0	1	1	0	1	1
GRECAS	1	1	2	1	1	2
GS	0	2	2	0	2	2
IND	4	0	4	4	1	5
LAVRA	15	5	20	25	8	33
LFC-F	2	6	8	2	6	8
LSC	6	7	13	6	7	13
MAC	10	11	21	10	15	25
MACIEIRA	1	1	2	1	1	2
NAI	1	0	1	1	0	1
NBA	15	13	28	15	13	28
NPCAD	5	1	6	7	1	8
PLF	1	0	1	1	0	1
RUNRIVER	8	0	8	8	0	8
SCE	12	5	17	15	9	24
SCS	21	7	28	23	7	30
SLB	1	0	1	1	0	1
UDV	5	12	17	5	12	17
_NaoFederado	-	-	1	-	-	1
_Total	197	152	350	236	176	413

## Estatística Escalão

Escalão	Nº atletas Masculino	Nº atletas Feminino	Nº atletas Total	Participações Masculino	Participações Feminino	Participações Total
BENJ B	13	19	32	19	21	40
INF	36	28	64	55	33	88
INI	10	35	45	11	39	50
JUV	37	27	64	46	35	81
JUN	19	16	35	20	18	38
SUB-23	15	6	21	15	9	24
SEN	19	5	24	20	5	25
VET 35	13	4	17	13	4	17
VET 40	9	6	15	9	6	15
VET 45	11	3	14	13	3	16
VET 50	5	3	8	5	3	8
VET 55	6	0	6	6	0	6
VET 65	3	0	3	3	0	3
VET 70	1	0	1	1	0	1
_NaoFederado	-	-	1	-	-	1

## Designação Clubes

Sigla	Nome	Associação
ACDSJS	A C S JOÃO DA SERRA	Porto
ACFR	AC FERNANDA RIBEIRO	Porto
ACPV	A C PÓVOA DE VARZIM	Porto
ACRS	A C R SRA DESTERRO	Guarda
ACVSM	A C VALE S MARTINHO	Braga
ADRAP	A D R ÁGUA DE PENA	Madeira
AJS	A C D JARDIM SERRA	Madeira
APDL	C C DESPORTO APDL	Porto
ARAC	ARADA ATLÉTICO CLUBE	Aveiro
BFC	BOAVISTA F C	Porto
CAP	C ATLETISMO DO PORTO	Porto
CDCNAV	C D C NAVAIS	Porto
CDP	CLUBE DESP DA PÓVOA	Porto
CDSSC	C D S SALVADOR CAMPO	Porto
CFOD	C F OLIVEIRA DOURO	Porto
CSGAIA	C SPIRIDON DE GAIA	Porto
EAROS	E A ROSA OLIVEIRA	Braga
EAT	E ATLETISMO TROFA	Porto
ESCMOV	ESCOLA DO MOVIMENTO	Porto
FCES	F C E SUSANENSES	Porto
GDRJR	G D R JUV RIBEIRAS	Porto
GJPB	G PINHEIRO BEMPOSTA	Aveiro
GRE-AA	GRUPO REC EIRENSE	Coimbra
GRECAS	GRECAS - VAGOS	Aveiro
GS	GIRA SOL	Coimbra
IND	Individual	None
LAVRA	C DESP C+S LAVRA	Porto
LFC-F	LIBERDADE F C	Braga
LSC	LEIXÕES SPORT CLUB	Porto
MAC	MAIA A C	Porto
MACIEIRA	A R D MACIEIRA	Porto
NAI	NÚCLEO AMADOR IDÃES	Porto
NBA	N BARROSAS AMADOR	Porto
NPCAD	NASCIDOS PARA CORRER	Porto
PLF	ASS PAPA LÉGUAS	Braga
RUNRIVER	RUNRIVER - RIO TINTO	Porto
SCE	S C ESPINHO	Aveiro
SCS	S C SALGUEIROS	Porto
SLB	S L BENFICA	Lisboa
UDV	U DESP DA VÁRZEA	Porto