



Pentatlo - Infantis

Fem

Classf.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	60 Metros Planos	Lançamento Peso-2Kg	60 M Barr.Inf.M/F- 76	Salto em Comprimento	1.000 Metros
1 ^a	Susana Sousa 430 MAC	Inf 1999	2.497	698 <i>8,51 + 0,5</i>	486 <i>9,33</i>	601 <i>10,62 + 0,2</i>	403 <i>4,40 + 2,3</i>	309 <i>358,98</i>
2 ^a	Fátima Silva 225 CDP	Inf 1998	2.372	651 <i>8,68 + 1,6</i>	426 <i>8,41</i>	545 <i>10,95 + 0,2</i>	220 <i>3,60 + 1,4</i>	530 <i>326,63</i>
3 ^a	Catarina Oliveira 223 CDP	Inf 1998	2.344	616 <i>8,81 + 0,5</i>	436 <i>8,56</i>	391 <i>11,95 + 0,2</i>	350 <i>4,18 + 2,0</i>	551 <i>323,80</i>
4 ^a	Nádia Almeida 120 CSGAIA	Inf 1998	2.337	613 <i>8,82 + 1,6</i>	414 <i>8,22</i>	540 <i>10,98 + 0,2</i>	336 <i>4,12 + 3,7</i>	434 <i>339,93</i>
5 ^a	Ana Santos 116 CSGAIA	Inf 1998	2.262	670 <i>8,61 + 1,6</i>	281 <i>6,16</i>	476 <i>11,38 + 0,2</i>	347 <i>4,17 + 1,7</i>	488 <i>332,16</i>
6 ^a	Catarina Queiros 351 LAVRA	Inf 1998	2.250	511 <i>9,22 + 2,9</i>	385 <i>7,77</i>	590 <i>10,68 - 0,9</i>	350 <i>4,18 + 2,2</i>	414 <i>342,81</i>
7 ^a	Maria João Silva 257 ARLVG	Inf 1998	2.135	692 <i>8,53 + 2,9</i>	288 <i>6,27</i>	480 <i>11,35 + 0,2</i>	333 <i>4,11 + 0,5</i>	342 <i>353,77</i>
8 ^a	Patricia Carneiro 211 MAC	Inf 1998	2.000	576 <i>8,96 + 0,5</i>	309 <i>6,59</i>	224 <i>13,27 - 0,9</i>	322 <i>4,06 + 1,6</i>	569 <i>321,43</i>
9 ^a	Jessica Neto 354 CDMAR	Inf 1999	1.946	635 <i>8,74 + 2,9</i>	250 <i>5,67</i>	268 <i>12,89 - 0,9</i>	254 <i>3,76 + 2,6</i>	539 <i>325,45</i>
10 ^a	Sofia Carneiro 212 MAC	Inf 1998	1.900	538 <i>9,11 + 0,5</i>	315 <i>6,69</i>	394 <i>11,93 - 0,9</i>	296 <i>3,95 + 0,9</i>	357 <i>351,47</i>
11 ^a	Ana Balio 88 CSGAIA	Inf 1998	1.882	564 <i>9,01 + 2,9</i>	344 <i>7,14</i>	298 <i>12,64 - 0,9</i>	244 <i>3,71 + 1,9</i>	432 <i>340,18</i>
12 ^a	Cecilia Costa 224 CDP	Inf 1998	1.829	569 <i>8,99 + 0,5</i>	359 <i>7,37</i>	303 <i>12,60 - 0,9</i>	285 <i>3,90 + 2,1</i>	313 <i>358,44</i>
13 ^a	Rafaela Hora 251 LAVRA	Inf 1998	1.771	533 <i>9,13 + 0,5</i>	235 <i>5,43</i>	389 <i>11,96 - 0,6</i>	168 <i>3,34 + 1,9</i>	446 <i>338,06</i>
14 ^a	Ana Neto 334 CDMAR	Inf 1998	1.756	564 <i>9,01 + 2,9</i>	245 <i>5,58</i>	233 <i>13,19 - 0,6</i>	188 <i>3,44 + 0,5</i>	526 <i>327,15</i>
15 ^a	Catarina Barreirinho 352 CDCNAV	Inf 1998	1.695	509 <i>9,23 + 0,5</i>	482 <i>9,27</i>	139 <i>14,12 + 0,2</i>	218 <i>3,59 + 3,8</i>	347 <i>353,01</i>
16 ^a	Ana Silva 357 GT	Inf 1998	1.672	428 <i>9,57 + 0,5</i>	357 <i>7,35</i>	191 <i>13,58 - 0,6</i>	227 <i>3,63 + 2,7</i>	469 <i>334,90</i>



Pentatlo - Infantis Fem

Classf.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	60 Metros Planos	Lançamento Peso-2Kg	60 M Barr.Inf.M/F- 76	Salto em Comprimento	1.000 Metros
17 ^a	Vanessa Pinto 307 ARLVG	Inf 1999	1.635	533 9,13 + 0,5	155 4,14	243 13,10 - 0,6	267 3,82 + 3,1	437 339,42
18 ^a	Joana Areosa 213 MAC	Inf 1998	1.622	595 8,89 + 1,6	392 7,88	183 13,66 - 0,9	178 3,39 + 3,7	274 404,85
19 ^a	Márcia Carreira 226 CDP	Inf 1999	1.421	463 9,42 + 1,6	187 4,66	262 12,94 - 0,6	225 3,62 + 1,2	284 403,18
20 ^a	Viviana Sousa 104 CSGAIA	Inf 1998	1.379	419 9,61 + 0,5	228 5,32	144 14,07 - 1,5	176 3,38 + 2,3	412 343,08
21 ^a	Mafalda Simões 366 MAC	Inf 1999	1.228	411 9,65 + 2,9	412 8,19	0	214 3,57 + 1,9	191 419,23
22 ^a	Maria Grácio 347 LAVRA	Inf 1999	1.212	389 9,75 + 0,5	180 4,55	292 12,69 - 1,5	182 3,41 + 3,1	169 423,13
23 ^a	Catarina Ricardo 214 MAC	Inf 1998	1.174	299 10,19 + 0,5	234 5,41	83 14,83 - 1,5	151 3,25 + 0,7	407 343,84
24 ^a	Beatriz Queiros 348 LAVRA	Inf 1999	1.172	326 10,05 + 0,5	221 5,20	214 13,36 - 1,5	188 3,44 + 2,5	223 413,54
25 ^a	Diana Pereira 227 CDP	Inf 1998	1.154	338 9,99 + 1,6	210 5,03	1 16,72 - 1,5	165 3,32 + 1,2	440 338,96
26 ^a	Joana Matos 114 CSGAIA	Inf 1999	1.106	376 9,81 + 2,9	194 4,78	68 15,05 - 1,5	148 3,23 + 2,4	320 357,25
27 ^a	Andreia Sousa 337 ARLVG	Inf 1998	1.087	285 10,26 + 0,5	171 4,40	89 14,74 - 1,5	119 3,07 + 4,9	423 341,41
28 ^a	Inês Ferrão 356 ESCMOV	Inf 1998	906	380 9,79 + 1,6	295 6,37	136 14,15 - 0,6	95 2,93 + 1,9	0 457,79





Pentatlo - Infantis

Masc

Classf.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	60 Metros Planos	Salto em Comprimento	60 M Barr.Inf.M/F- 76	Lançamento Peso-3Kg	1.000 Metros
1 ^º	Fábio Franco 275 LAVRA	Inf 1998	2.156	548 8,04 +2,4	276 4,42 -1,1	526 10,08 -0,8	489 10,05	317 341,34
2 ^º	Diogo Guerra 370 MAC	Inf 1999	1.911	418 8,52 +2,4	261 4,33 -0,7	392 10,85 -0,8	375 8,14	465 322,03
3 ^º	Miguel Pereira 364 MAC	Inf 1998	1.479	426 8,49 +2,4	201 3,97 -1,5	60 13,75 -0,8	410 8,74	382 332,41
4 ^º	Miguel Constante 274 ARLVG	Inf 1998	1.360	333 8,87 +2,4	115 3,39 -2,0	137 12,81 -0,8	287 6,66	488 319,27
5 ^º	Rui Rocha 362 GT	Inf 1999	1.344	293 9,05 +2,4	152 3,65 -1,5	125 12,93 -1,5	242 5,89	532 314,14
6 ^º	Paulo Neto 363 GT	Inf 1999	1.320	287 9,08 +2,4	176 3,81 -2,6	207 12,16 -0,8	221 5,52	429 326,41
7 ^º	Nuno Alexandrino 401 ESCMOV	Inf 1998	1.247	311 8,97 +2,4	204 3,99 -0,2	141 12,77 -0,8	233 5,72	358 335,59
8 ^º	Rui Costa 110 CSGAIA	Inf 1998	994	220 9,41 +2,4	168 3,76 -2,6	166 12,52 -1,5	235 5,76	205 358,96
9 ^º	Alfredo Alves 255 MAC	Inf 1999	955	272 9,15 +2,4	118 3,41 -3,2	94 13,28 -1,5	195 5,07	276 347,36
10 ^º	Henrique Ferreira 311 MAC	Inf 1998	952	164 9,72 +2,4	142 3,58 -1,3	94 13,28 -1,5	235 5,77	317 341,35
11 ^º	Alvaro Pereira 113 CSGAIA	Inf 1999	622	51 10,56 +2,4	85 3,16 -0,9	54 13,83 -1,5	235 5,77	197 400,41
Descl ^º	Pedro Lamelas 236 ESMAIA	Inf 1998	753	514 8,16 +2,4	239 4,20 -2,2			
Descl ^º	João Rebelo 237 ESMAIA	Inf 1998	627	398 8,60 +2,4	229 4,14 -3,9			





Associação de Atletismo do Porto

Torneio Atleta Completo Regional

17-04-2011

2

Heptatlo - Iniciados

Fem

Classf.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	80 M Barreiras- 0,76	Dardo 500 Gr	Salto em Altura	80 Metros Planos	Salto em Comprimento	Lançamento Peso-3Kg	800 Metros
1 ^a	Elsa Maia 359 GT	Ini 1996	3.626	651 13,21 +2,9	217 16,13	577 1,46	619 10,84 -0,5	472 4,67 +0,3	342 7,11	748 225,66
2 ^a	Rafaela Moutinho 342 MAC	Ini 1997	3.334	618 13,52 +2,3	314 21,33	409 1,30	490 11,50 -0,5	522 4,86 +2,1	462 8,96	519 244,85
3 ^a	Teresa Ramos 308 LAVRA	Ini 1997	3.109	534 14,35 +2,9	241 17,44	577 1,46	454 11,70 -0,5	388 4,34 +1,8	437 8,58	478 248,63
4 ^a	Ana Alves 314 MAC	Ini 1997	2.943	582 13,86 +2,9	158 12,86	331 1,22	572 11,07 -0,5	454 4,60 +1,1	299 6,44	547 242,31
5 ^a	Raquel Valente 265 LAVRA	Ini 1996	2.928	638 13,33 +2,9	272 19,08	331 1,22	468 11,62 -0,3	324 4,07 +0,2	354 7,29	541 242,81
6 ^a	Ana Silva 631 CAPV	Ini 1996	2.794	483 14,97 +2,1	138 11,76	666 1,54	416 11,92 -0,3	416 4,45 +2,3	379 7,68	296 307,76
7 ^a	Mariana Ferreira 103 CSGAIA	Ini 1996	2.713	563 14,05 +3,7	126 11,10	369 1,26	457 11,68 -1,0	301 3,97 +1,8	208 5,00	689 230,33
8 ^a	Sofia Rocha 280 FCPAR	Ini 1996	2.644	534 14,36 +2,3	184 14,31	331 1,22	570 11,08 -0,5	408 4,42 +0,4	371 7,56	246 314,00
9 ^a	Andreia Rodrigues 358 GT	Ini 1996	2.593	431 15,58 +2,1	63 7,56	409 1,30	435 11,81 -0,2	388 4,34 +0,5	181 4,57	686 230,52
10 ^a	Beatriz Moura 315 FCPAR	Ini 1997	2.561	382 16,22 +3,7	73 8,12	369 1,26	514 11,37 -0,5	285 3,90 +1,1	274 6,05	664 232,34
11 ^a	Ana Patricia Ricardo 209 MAC	Ini 1996	2.381	554 14,14 +2,3	134 11,54	0	447 11,74 -0,3	306 3,99 +1,4	375 7,63	565 240,72
12 ^a	Diana Oliveira 210 MAC	Ini 1997	2.350	402 15,95 +2,1	117 10,61	331 1,22	533 11,27 -0,3	267 3,82 +1,7	265 5,90	435 252,76
13 ^a	Catarina Barbosa 868 CSGAIA	Ini 1996	2.152	322 17,07 +3,7	102 9,77	331 1,22	493 11,48 -0,5	329 4,09 -0,6	228 5,31	347 302,01
14 ^a	Ines Neto 288 CDMAR	Ini 1996	2.088	364 16,47 +2,3	256 18,25	331 1,22	241 13,02 -0,2	144 3,21 +1,5	298 6,42	454 250,88
15 ^a	Joana Carneiro 349 ESCMOV	Ini 1996	2.008	341 16,81 +2,1	133 11,48	331 1,22	355 12,29 -0,2	290 3,92 +1,3	407 8,12	151 327,71
16 ^a	Ines Silva 330 LAVRA	Ini 1997	1.964	395 16,05 +2,9	172 13,67	409 1,30	294 12,67 -1,0	231 3,65 +2,3	250 5,66	213 318,45





Associação de Atletismo do Porto

Torneio Atleta Completo Regional

17-04-2011

2

Heptatlo - Iniciados Fem

Classf.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	80 M Barreiras- 0,76	Dardo 500 Gr	Salto em Altura	80 Metros Planos	Salto em Comprimento	Lançamento Peso-3Kg	800 Metros
17 ^a	Monika Alek 286 ARLVG	Ini 1996	1.673	270 <i>17,80 + 3,7</i>	36 <i>6,04</i>	0	331 <i>12,43 - 0,2</i>	186 <i>3,43 + 1,3</i>	192 <i>4,74</i>	658 <i>232,85</i>
18 ^a	Diana Baptista 228 CDP	Ini 1996	1.673	0	102 <i>9,78</i>	369 <i>1,26</i>	419 <i>11,90 - 0,3</i>	261 <i>3,79 + 2,1</i>	253 <i>5,71</i>	269 <i>311,08</i>
19 ^a	Marta Rodrigues 299 ESCMOV	Ini 1997	1.621	246 <i>18,12 + 2,3</i>	93 <i>9,27</i>	222 <i>1,10</i>	468 <i>11,62 - 0,3</i>	196 <i>3,48 + 1,2</i>	247 <i>5,61</i>	149 <i>328,06</i>
20 ^a	Raquel Marafona 632 CAPV	Ini 1996	1.564	264 <i>17,87 + 2,1</i>	97 <i>9,51</i>	188 <i>1,06</i>	288 <i>12,71 - 0,2</i>	148 <i>3,23 + 1,4</i>	283 <i>6,19</i>	296 <i>307,82</i>
21 ^a	Adriana Costa 869 CSGAIA	Ini 1997	1.332	166 <i>19,29 + 2,3</i>	188 <i>14,52</i>	0	361 <i>12,25 - 1,0</i>	100 <i>2,96 + 0,3</i>	197 <i>4,82</i>	320 <i>305,00</i>
22 ^a	Helena Silva 267 ARLVG	Ini 1997	1.289	0	63 <i>7,54</i>	0	430 <i>11,84 - 1,0</i>	66 <i>2,74 + 1,9</i>	174 <i>4,45</i>	556 <i>241,46</i>
23 ^a	Rita Rodrigues 335 ESCMOV	Ini 1997	1.193	179 <i>19,10 + 3,7</i>	89 <i>9,05</i>	0	383 <i>12,12 - 0,3</i>	223 <i>3,61 + 2,3</i>	227 <i>5,30</i>	92 <i>338,31</i>
Descl ^a	Barbara Machado 261 LAVRA	Ini 1997	1.834	410 <i>15,84 + 2,1</i>	283 <i>19,70</i>	257 <i>1,14</i>	300 <i>12,63 - 1,0</i>	218 <i>3,59 + 2,2</i>	366 <i>7,49</i>	
Descl ^a	Sara Mendonça 244 ESCMOV	Ini 1996	836	0 <i>28,44 + 2,1</i>	237 <i>17,20</i>	0	154 <i>13,62 - 1,0</i>	121 <i>3,08 + 1,6</i>	324 <i>6,83</i>	
Descl ^a	Jéssica Eusébio 350 CDCNAV	Ini 1996	909	395 <i>16,04 + 3,7</i>	257 <i>18,29</i>	257 <i>1,14</i>	0	0		
Descl ^a	Ana Correia 373 CPTBC	Ini 1996	119	0	0	0	119 <i>13,89 - 1,0</i>			
Descl ^a	Ines Silva 346 MAC	Ini 1996	1.167	504 <i>14,68 + 2,3</i>	214 <i>15,92</i>	449 <i>1,34</i>				
Descl ^a	Beatriz Oliveira 322 MAC	Ini 1997	639	639 <i>13,32 + 2,9</i>	0	0				





Heptatlo - Iniciados Masc

Classf.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	80 Metros Planos	Salto em Comprimento	Dardo 600 Gr	100 M Barreiras- 0.84	Lançamento Peso-4Kg	Salto em Altura	1.000 Metros
1 ^º	Pedro Ferreira 241 LAVRA	Ini 1996	3.848	727 9,36 +2,9	525 5,71 -0,3	408 37,64	580 14,98 -1,1	638 12,52	528 1,68	442 324,79
2 ^º	Pedro Vilacova 319 LAVRA	Ini 1996	3.546	602 9,84 +2,9	483 5,51 -0,2	213 23,80	585 14,91 -1,1	508 10,38	560 1,72	595 307,28
3 ^º	Xiao Yang Huang 249 CDCNAV	Ini 1996	2.867	575 9,95 +2,9	540 5,78 -2,6	165 20,28	354 18,09 -1,1	288 6,67	290 1,36	655 300,97
4 ^º	João Costa 248 LAVRA	Ini 1996	2.833	632 9,72 +2,9	443 5,31 -1,9	263 27,45	545 15,41 -1,1	459 9,55	404 1,52	87 423,64
5 ^º	João Rocha 361 GT	Ini 1997	2.651	464 10,45 +1,8	319 4,66 -0,9	231 25,10	321 18,55 -1,9	413 8,78	290 1,36	613 305,28
6 ^º	Paulo Rosa 240 CDCNAV	Ini 1996	2.648	355 11,00 +2,8	247 4,25 -2,4	235 25,43	390 17,56 -1,9	366 8,00	374 1,48	681 258,33
7 ^º	Miguel Ferreira 220 CDP	Ini 1996	2.580	396 10,79 +2,9	250 4,27 -0,5	302 30,20	298 18,88 -1,1	403 8,61	374 1,48	557 311,44
8 ^º	Miguel Costa 269 LAVRA	Ini 1996	2.486	489 10,33 +2,8	330 4,72 -2,4	176 21,09	435 16,91 -1,1	391 8,41	290 1,36	375 333,31
9 ^º	Diogo Franco 336 LAVRA	Ini 1997	2.450	563 10,00 +2,8	317 4,65 +0,9	225 24,66	337 18,33 -1,1	448 9,38	237 1,28	323 340,50
10 ^º	Joaquim Ramos 84 CSGAIA	Ini 1996	2.352	607 9,82 +2,8	405 5,12 -2,5	147 18,91	0	318 7,18	374 1,48	501 317,77
11 ^º	Bruno Neto 304 CDMAR	Ini 1997	2.293	422 10,66 +1,8	276 4,42 -2,5	187 21,89	36 22,16 -1,9	442 9,27	237 1,28	693 257,07
12 ^º	Adelino Vilas Boas 293 CDCNAV	Ini 1996	2.277	447 10,54 +2,8	262 4,34 -0,8	209 23,50	198 20,33 -1,9	437 9,19	263 1,32	461 322,45
13 ^º	Luis Ramos 258 LAVRA	Ini 1997	2.241	400 10,77 +1,8	255 4,30 -3,1	185 21,72	291 18,98 -1,9	339 7,53	263 1,32	508 316,97
14 ^º	Jorge Oliveira 328 CDMAR	Ini 1997	2.115	316 11,21 +2,7	229 4,14 -2,0	241 25,86	148 20,92 -1,9	360 7,89	237 1,28	584 308,47
15 ^º	Tiago Silva 320 LAVRA	Ini 1996	2.084	416 10,69 +1,8	274 4,41 -2,5	180 21,38	215 20,14 -1,9	354 7,79	263 1,32	382 332,37
16 ^º	Miguel Chaves 243 ESCMOV	Ini 1997	1.971	344 11,06 +2,7	266 4,36 -0,2	112 16,28	323 18,53 -1,9	296 6,80	263 1,32	367 334,40



Heptatlo - Iniciados Masc

Classf.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	80 Metros Planos	Salto em Comprimento	Dardo 600 Gr	100 M Barreiras- 0.84	Lançamento Peso-4Kg	Salto em Altura	1.000 Metros
17 ^º	Philipp Sousa 300 ESCMOV	Ini 1997	1.824	293 <i>11,33 + 1,8</i>	245 <i>4,24 - 3,7</i>	91 <i>14,69</i>	250 <i>19,51 - 2,1</i>	215 <i>5,42</i>	290 <i>1,36</i>	440 <i>325,09</i>
18 ^º	Martim Freitas 222 CDP	Ini 1996	1.792	223 <i>11,74 + 2,9</i>	242 <i>4,22 - 3,2</i>	125 <i>17,27</i>	94 <i>21,54 - 2,1</i>	241 <i>5,86</i>	317 <i>1,40</i>	550 <i>312,11</i>
19 ^º	Pedro Pinto 279 CDMAR	Ini 1997	1.619	214 <i>11,79 + 2,7</i>	185 <i>3,87 - 1,2</i>	66 <i>12,68</i>	221 <i>19,99 - 2,1</i>	249 <i>6,01</i>	212 <i>1,24</i>	472 <i>321,17</i>
20 ^º	Tiago Moreira 360 GT	Ini 1997	1.495	202 <i>11,86 + 2,7</i>	209 <i>4,02 - 1,8</i>	67 <i>12,80</i>	245 <i>19,58 - 2,1</i>	178 <i>4,77</i>	188 <i>1,20</i>	406 <i>329,33</i>
21 ^º	Jorge Pinheiro 329 CDMAR	Ini 1997	1.481	214 <i>11,79 + 1,8</i>	195 <i>3,93 - 0,2</i>	106 <i>15,86</i>	99 <i>21,48 - 2,1</i>	244 <i>5,91</i>	237 <i>1,28</i>	386 <i>331,93</i>
22 ^º	Nuno Macedo 221 CDP	Ini 1997	1.364	253 <i>11,57 + 2,9</i>	112 <i>3,37 - 2,4</i>	112 <i>16,27</i>	194 <i>20,38 - 2,1</i>	244 <i>5,91</i>	0	449 <i>323,92</i>
23 ^º	Ricardo Abreu 238 CDMAR	Ini 1996	1.093	126 <i>12,34 + 2,8</i>	106 <i>3,32 - 3,5</i>	166 <i>20,36</i>	0 <i>24,95 - 2,1</i>	307 <i>7,00</i>	0	388 <i>331,58</i>
Descl ^º	Ricardo Oliveira 323 AGC	Ini 1996	564	188 <i>11,95 + 2,8</i>	145 <i>3,60 - 2,1</i>	231 <i>25,13</i>				
Descl ^º	Tiago Mendes 374 CPTBC	Ini 1996	376	376 <i>10,89 + 2,7</i>						
Descl ^º	Diogo Cardoso 375 CPTBC	Ini 1996	311	311 <i>11,24 + 2,7</i>						



Associação de Atletismo do Porto

Torneio Atleta Completo Regional

17-04-2011

3

Heptatlo - Juvenis Fem

Classf.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	100 M Barreiras- 0.76	Salto em Altura	Lançamento Peso-3Kg	200 Metros	Salto em Comprimento	Dardo 600 Gr	800 Metros
1 ^a	Rita Mota 353 ARLVG	Juv 1994	3.666	664 16,42 -2,8	666 1,54	480 9,25	567 28,83 +3,3	592 5,12 +2,8	259 18,37	438 252,47
2 ^a	Sara Silva 318 LAVRA	Juv 1994	3.234	549 17,43 -2,8	534 1,42	465 9,02	468 30,21 +3,3	456 4,61 +2,4	327 22,04	435 252,76
3 ^a	Ana Queiros 266 LAVRA	Juv 1995	3.222	529 17,61 -2,8	369 1,26	428 8,44	661 27,62 +3,3	386 4,33 +0,2	265 18,70	584 239,02
4 ^a	Soraia Vasconcelos 254 AGC	Juv 1995	3.103	314 19,86 -2,8	369 1,26	423 8,37	613 28,23 +3,2	406 4,41 +3,0	380 24,90	598 237,84
5 ^a	Ana Baptista 284 FCPAR	Juv 1994	3.099	581 17,14 -2,8	409 1,30	419 8,30	626 28,06 +3,3	336 4,12 +3,0	220 16,27	508 245,80
6 ^a	Tania Suhm 290 MAC	Juv 1995	2.579	241 20,77 -2,8	449 1,34	474 9,15	559 28,94 +3,3	431 4,51 +1,5	250 17,89	175 323,97
7 ^a	Melânia Fonte 268 LAVRA	Juv 1995	2.431	454 18,34 -2,8	369 1,26	343 7,12	461 30,30 +3,2	310 4,01 +1,3	170 13,55	324 304,60
8 ^a	Carla Mota 305 MAC	Juv 1994	2.226	451 18,37 -2,8	491 1,38	417 8,28	389 31,40 +3,2	338 4,13 +2,5	140 11,90	0
9 ^a	Mariana Oliveira 341 ESCMOV	Juv 1995	2.115	254 20,60 -2,8	331 1,22	283 6,18	467 30,22 +3,2	374 4,28 +0,9	0	406 255,69
Descl ^a	Ana Gomes 381 CPTBC	Juv 1995	1.251	165 21,88 -2,8	331 1,22	201 4,88	299 32,90 +3,2	150 3,24 +2,1	105 9,93	





Associação de Atletismo do Porto

Torneio Atleta Completo Regional

17-04-2011

3

Octatlo Juv(Atl.Com)

Masc

Classf.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	100 Metros planos	Salto em Comprimento	Lançamento Peso-5Kg	300 Metros Planos	110 M Barreiras- 0.91	Salto em Altura	Dardo 700 Gr	1.000 Metros
1 ^o	Daniel Reis 93 CSGAIA	Juv 1995	4.725	721 11,65 - 0,4	533 5,75 - 4,7	487 10,02	737 37,55	582 17,41 - 2,5	577 1,74	446 40,29	642 302,24
2 ^o	Alexandre Marques 276 LAVRA	Juv 1994	4.272	624 12,14 - 0,4	356 4,86 - 1,7	453 9,45	702 38,07	582 17,41 - 2,5	419 1,54	308 30,64	828 244,11
3 ^o	Tomás Ribeiro 260 LAVRA	Juv 1995	3.737	649 12,01 - 0,4	339 4,77 - 1,9	503 10,29	604 39,59	557 17,66 - 2,5	331 1,42	245 26,15	509 316,80
4 ^o	Andre Pereira 82 CSGAIA	Juv 1995	3.059	405 13,38 - 1,9	341 4,78 - 2,8	420 8,91	356 44,10	318 20,40 - 2,5	360 1,46	371 35,05	488 319,31
5 ^o	João Correia 273 CDMAR	Juv 1994	2.713	404 13,39 - 1,9	245 4,24 - 1,1	341 7,57	373 43,74	283 20,88 - 2,5	276 1,34	113 16,37	678 258,60
6 ^o	Manuel Silva 263 CDMAR	Juv 1995	766	354 13,71 - 1,9	211 4,03 - 0,6	323 7,27	316 44,95	22 26,47 - 2,5		232 25,18	473 321,03
7 ^o	Jose Vasconcelos 303 AGC	Juv 1995	527	18 17,15 - 1,9	10 2,42 - 1,2	306 6,97	0 59,41	0		211 23,68	83 424,70
Descl ^o	João Postiga 246 CDCNAV	Juv 1995	1.038	580 12,37 - 0,4	521 5,69 - 2,8	517 10,52	327 44,71	0			
Descl ^o	Márcio Monte 239 CDCNAV	Juv 1994	606	423 13,27 - 1,9	269 4,38 - 3,4	337 7,51	60 52,86	0			
Descl ^o	Andre Silva 340 ESCMOV	Juv 1994	2.280	665 11,93 - 0,4	508 5,63 - 3,8	495 10,15	612 39,46				
Descl ^o	Jose Goncalves 289 MAC	Juv 1995	2.126	645 12,03 - 0,4	487 5,53 - 2,5	524 10,63	470 41,87				

