



Ranking 2016

Absoluto ( até Veteranos M80) Ar Livre

**Masculinos****100 Metros planos**Top **1 9,46**

<b>1 0,93</b>	- 3,3	<b>CARLOS NASCIMENTO</b>	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	28/05/2016	1º	Viana do Castelo 03034
<b>1 0,94</b>		<b>CARLOS CASTRO</b>	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	23/07/2016	3º	Maia 41041
<b>1 0,96</b>	- 2,2	Carlos Nascimento	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	16/07/2016	1º	Setubal 03048
<b>1 1,08</b>	+ 1,2	Carlos Castro	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	13/07/2016	2º	Braga 47022
<b>1 1,12</b>	+ 0,4	Carlos Castro	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	15/06/2016	2º	Maia 41038
<b>1 1,15</b>	+ 0,5	Carlos Castro	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	09/07/2016	4º	Viseu 03044
<b>1 1,22</b>	- 0,4	Carlos Castro	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	22/06/2016	1º	Braga 47021
<b>1 1,24</b>	+ 1,8	<b>PEDRO FERREIRA</b>	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	25/06/2016	3º	Maia 03040
<b>1 1,25</b>	+ 0,6	Carlos Castro	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	04/06/2016	1º	Maia 41036
<b>1 1,26</b>	0,0	Carlos Castro	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	01/05/2016	1º	Amarante 41027
<b>1 1,32</b>		<b>EDGAR BAPTISTA</b>	91 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	5º	Maia 41041
<b>1 1,33</b>	0,0	Carlos Castro	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	01/05/2016	2º	Amarante 41027
<b>1 1,33</b>	+ 1,2	Carlos Castro	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	04/06/2016	5º	Maia 41036
<b>1 1,38</b>	- 0,5	Carlos Castro	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	25/05/2016	2º	Póvoa de Varzim 41033
<b>1 1,43</b>	- 0,5	Carlos Castro	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	21/05/2016	1º	Maia 41032
<b>1 1,45</b>	+ 0,5	<b>JOÃO NOVO</b>	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	09/07/2016	7º	Viseu 03044
<b>1 1,49</b>	+ 1,2	João Novo	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	04/06/2016	3º	Maia 41036
<b>1 1,50</b>	+ 1,7	João Novo	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	15/06/2016	2º	Maia 41038
<b>1 1,51</b>		<b>EDUARDO FERREIRA</b>	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	7º	Maia 41041
<b>1 1,52</b>	0,0	João Novo	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	01/05/2016	3º	Amarante 41027
<b>1 1,53</b>		<b>TOMÁS BAPTISTA</b>	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	8º	Maia 41041
<b>1 1,54</b>	+ 1,8	<b>PEDRO VILA COVA</b>	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	25/06/2016	6º	Maia 03040
<b>1 1,54</b>	+ 1,8	Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	25/06/2016	6º	Maia 03040
<b>1 1,55</b>	+ 0,6	João Novo	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	04/06/2016	4º	Maia 41036
<b>1 1,57</b>	- 0,4	João Novo	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	22/06/2016	4º	Braga 47021
<b>1 1,58</b>	- 0,5	<b>DANIEL REIS</b>	95 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	21/05/2016	2º	Maia 41032
<b>1 1,58</b>	- 0,4	Eduardo Ferreira	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	22/06/2016	5º	Braga 47021
<b>1 1,63</b>	0,0	João Novo	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	01/05/2016	1º	Amarante 41027
<b>1 1,65</b>	+ 0,2	Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	01/06/2016	1º	Leiria 24049
<b>1 1,66</b>	+ 1,7	Tomás Baptista	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	15/06/2016	3º	Maia 41038
<b>1 1,72</b>	+ 0,6	Eduardo Ferreira	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	21/05/2016	1º	Maia 41032
<b>1 1,72</b>	- 0,6	João Novo	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	25/05/2016	1º	Póvoa de Varzim 41033
<b>1 1,72</b>	+ 0,1	<b>PEDRO DA SILVA</b>	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	22/06/2016	1º	Braga 47021
<b>1 1,75</b>	0,0	<b>BONIFÁCIO DA SILVA</b>	85 Sen	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	01/05/2016	2º	Amarante 41027
<b>1 1,77</b>	- 0,5	<b>BRUNO SILVA</b>	95 S23	A R L V GONDOMARENSE	21/05/2016	4º	Maia 41032
<b>1 1,80</b>	- 4,2	Carlos Castro	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	28/05/2016	1º	Viana do Castelo 03034 X
<b>1 1,81</b>	+ 1,7	<b>EDUARDO TEIXEIRA</b>	67 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	15/06/2016	5º	Maia 41038
<b>1 1,83</b>	- 0,5	<b>JOÃO SANTOS</b>	97 Jun	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	21/05/2016	5º	Maia 41032
<b>1 1,84</b>	- 0,6	Eduardo Ferreira	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	25/05/2016	2º	Póvoa de Varzim 41033
<b>1 1,85</b>	+ 0,5	Pedro Da Silva	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	15/06/2016	2º	Maia 41038
<b>1 1,88</b>	+ 0,5	João Santos	97 Jun	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	15/06/2016	4º	Maia 41038
<b>1 1,89</b>	- 0,6	Eduardo Teixeira	67 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	25/05/2016	4º	Póvoa de Varzim 41033
<b>1 1,89</b>	- 0,6	Tomás Baptista	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	25/05/2016	5º	Póvoa de Varzim 41033
<b>1 1,90</b>	0,0	<b>TIAGO PASSOS</b>	86 Sen	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	01/05/2016	4º	Amarante 41027

**Masculinos****100 Metros planos**Top **1 9,46**

<b>1 1,90</b>	- 0,5	<b>PEDRO GONÇALVES</b>	90 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	25/05/2016	6º	Póvoa de Varzim 41033	
<b>1 1,91</b>	0,0	<b>ANDRÉ SILVA</b>	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	01/05/2016	3º	Amarante 41027	
<b>1 1,91</b>	- 0,5	<b>RICARDO REIS</b>	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	21/05/2016	6º	Maia 41032	
<b>1 1,92</b>	- 1,3	<b>MIGUEL ROCHA</b>	95 S23	CLUBE SPIRIDON GAIA	28/05/2016	1º	Viana do Castelo 03034	
<b>1 1,92</b>	- 3,8	Tomás Baptista	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	28/05/2016	2º	Viana do Castelo 03034	X
<b>1 1,94</b>	- 0,5	<b>EDUARDO ROCHA</b>	96 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	21/05/2016	7º	Maia 41032	
<b>1 1,98</b>	- 0,5	<b>RUI SIMÕES</b>	96 S23	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	21/05/2016	8º	Maia 41032	
<b>1 1,99</b>	+ 1,7	André Silva	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	15/06/2016	7º	Maia 41038	
<b>1 2,00</b>	- 0,9	Eduardo Rocha	96 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	25/05/2016	1º	Póvoa de Varzim 41033	
<b>1 2,01</b>	+ 0,9	<b>NUNO ALEXANDRINO</b>	98 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	15/06/2016	3º	Maia 41038	
<b>1 2,02</b>	- 0,5	Ricardo Reis	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	25/05/2016	7º	Póvoa de Varzim 41033	
<b>1 2,03</b>	- 0,5	<b>BRUNO MACHADO</b>	97 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	25/05/2016	8º	Póvoa de Varzim 41033	
<b>1 2,03</b>	+ 0,6	<b>BRUNO VAREJÃO</b>	94 S23	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	15/06/2016	1º	Maia 41038	
<b>1 1,8</b>	- 1,5	<b>MIGUEL NASCIMENTO</b>	70 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	16/04/2016	5º	Maia 41022	
<b>1 1,8</b>	- 1,5	<b>DIOGO CAMPOS</b>	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	16/04/2016	4º	Maia 41022	
<b>1 2,04</b>	0,0	Bruno Varejão	94 S23	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	01/05/2016	4º	Amarante 41027	
<b>1 1,8</b>	- 1,4	Carlos Castro	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	07/05/2016	1º	Lousada 41029	
<b>1 2,04</b>	- 4,2	Eduardo Ferreira	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	28/05/2016	2º	Viana do Castelo 03034	X
<b>1 2,04</b>	+ 0,5	Miguel Nascimento	70 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	15/06/2016	5º	Maia 41038	
<b>1 2,07</b>	+ 0,9	<b>ARNALDO NETO</b>	96 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	15/06/2016	4º	Maia 41038	
<b>1 2,10</b>	- 0,9	Diogo Campos	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	25/05/2016	2º	Póvoa de Varzim 41033	
<b>1 2,12</b>	- 0,9	<b>ANDRÉ GOMES</b>	98 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	25/05/2016	3º	Póvoa de Varzim 41033	
<b>1 2,13</b>	- 0,6	Nuno Alexandrino	98 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	25/05/2016	7º	Póvoa de Varzim 41033	
<b>1 1,9</b>	+ 0,1	Carlos Castro	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	13/07/2016	3º	Braga 47022	
<b>1 2,15</b>	+ 0,6	Diogo Campos	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	21/05/2016	2º	Maia 41032	
<b>1 2,19</b>	- 1,3	Bruno Machado	97 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	28/05/2016	3º	Viana do Castelo 03034	
<b>1 2,20</b>	+ 0,6	Miguel Nascimento	70 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	21/05/2016	3º	Maia 41032	
<b>1 2,22</b>	- 4,2	Eduardo Rocha	96 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	28/05/2016	4º	Viana do Castelo 03034	X
<b>1 2,25</b>	- 0,9	Miguel Nascimento	70 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	25/05/2016	5º	Póvoa de Varzim 41033	
<b>1 2,26</b>	- 0,9	<b>CARLOS SILVA</b>	93 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	25/05/2016	6º	Póvoa de Varzim 41033	
<b>1 2,29</b>	+ 0,6	<b>RICARDO QUEIRÓS</b>	98 Jun	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	15/06/2016	2º	Maia 41038	
<b>1 2,29</b>	+ 0,7	<b>ERNESTO PINTO</b>	71 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	15/06/2016	1º	Maia 41038	
<b>1 2,32</b>	+ 0,9	Carlos Silva	93 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	15/06/2016	7º	Maia 41038	
<b>1 2,33</b>	- 2,3	Diogo Campos	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	02/04/2016	1º	Luso 38016	
<b>1 2,33</b>	+ 0,7	<b>MIGUEL RAMOS</b>	97 Jun	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	15/06/2016	2º	Maia 41038	
<b>1 2,37</b>	0,0	<b>DAVID REGO</b>	91 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	25/05/2016	2º	Póvoa de Varzim 41033	
<b>1 2,37</b>	- 0,2	<b>PHILIPPE PEREIRA</b>	89 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	22/06/2016	6º	Braga 47021	
<b>1 2,42</b>	+ 1,5	<b>RICARDO LOPES</b>	98 Jun	C ATLETISMO AVINTES	30/04/2016	3º	Lousada 41026	
<b>1 2,43</b>	+ 0,6	<b>GONÇALO GOMES</b>	95 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	15/06/2016	3º	Maia 41038	
<b>1 2,2</b>	- 2,6	<b>MIGUEL FERREIRA</b>	96 S23	CLUBE SPIRIDON GAIA	16/04/2016	1º	Maia 41022	
<b>1 2,2</b>	- 1,4	Bruno Silva	95 S23	A R L V GONDOMARENSE	07/05/2016	4º	Lousada 41029	
<b>1 2,47</b>	+ 0,6	Ernesto Pinto	71 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	21/05/2016	5º	Maia 41032	
<b>1 2,47</b>	+ 0,4	Bruno Machado	97 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	15/06/2016	4º	Maia 41038	
<b>1 2,50</b>	+ 0,6	Miguel Ferreira	96 S23	CLUBE SPIRIDON GAIA	21/05/2016	6º	Maia 41032	

**Masculinos****100 Metros planos**Top **1 9,46**

<b>1 2,53</b>	+0,4	<b>RUI LEITE</b>	89 Sen	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	21/05/2016	1º	Maia 41032
<b>1 2,55</b>	+0,6	Philippe Pereira	89 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	15/06/2016	4º	Maia 41038
<b>1 2,59</b>	-0,9	Ernesto Pinto	71 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	25/05/2016	1º	Póvoa de Varzim 41033
<b>1 2,4</b>	-1,4	Diogo Campos	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	07/05/2016	6º	Lousada 41029
<b>1 2,5</b>	-4,8	Tomás Baptista	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	02/04/2016	3º	Póvoa de Varzim 41019
<b>1 2,74</b>	+1,5	<b>LUÍS SILVA</b>	98 Jun	E ATLETISMO TROFA	30/04/2016	5º	Lousada 41026
<b>1 2,5</b>	-1,3	<b>ANTÓNIO MAGALHÃES</b>	94 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	07/05/2016	3º	Lousada 41029
<b>1 2,5</b>	-1,4	Carlos Silva	93 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	07/05/2016	8º	Lousada 41029
<b>1 2,76</b>	+0,4	<b>CARLOS PEREIRA</b>	63 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	21/05/2016	3º	Maia 41032
<b>1 2,77</b>	-0,9	Carlos Pereira	63 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	25/05/2016	2º	Póvoa de Varzim 41033
<b>1 2,6</b>	-4,8	Bruno Varejão	94 S23	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	02/04/2016	4º	Póvoa de Varzim 41019
<b>1 2,84</b>	-2,3	<b>GILBERTO CARVALHO</b>	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	02/04/2016	2º	Luso 38016
<b>1 2,6</b>	-4,8	Ricardo Lopes	98 Jun	C ATLETISMO AVINTES	02/04/2016	5º	Póvoa de Varzim 41019
<b>1 2,6</b>	-2,6	Luís Silva	98 Jun	E ATLETISMO TROFA	16/04/2016	3º	Maia 41022
<b>1 2,6</b>	-2,6	Carlos Pereira	63 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	16/04/2016	2º	Maia 41022
<b>1 2,89</b>	-0,9	Gonçalo Gomes	95 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	25/05/2016	4º	Póvoa de Varzim 41033
<b>1 2,7</b>	-2,6	<b>ALEXANDRE SÁ</b>	98 Jun	E ATLETISMO TROFA	16/04/2016	5º	Maia 41022
<b>1 2,96</b>	+1,5	Alexandre Sá	98 Jun	E ATLETISMO TROFA	30/04/2016	6º	Lousada 41026
<b>1 2,99</b>	-2,3	Miguel Ferreira	96 S23	Spiridon Gaia	02/04/2016	3º	Luso 38016
<b>1 2,8</b>	-3,9	Ricardo Queirós	98 Jun	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	02/04/2016	1º	Póvoa de Varzim 41019
<b>1 3,09</b>	+0,2	<b>NUNO COSTA</b>	93 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	04/06/2016	1º	Vila Nova de Cerveira 49021
<b>1 2,9</b>	-1,5	Gilberto Carvalho	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	07/05/2016	1º	Lousada 41029
<b>1 3,22</b>	-0,9	Alexandre Sá	98 Jun	E ATLETISMO TROFA	25/05/2016	6º	Póvoa de Varzim 41033
<b>1 3,0</b>	-1,5	<b>JOÃO GONÇALVES</b>	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	07/05/2016	3º	Lousada 41029
<b>1 3,33</b>	+0,6	<b>ANDRÉ MIRANDA</b>	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	15/06/2016	6º	Maia 41038
<b>1 3,1</b>	-1,5	<b>ARTUR SALDANHA</b>	68 Vet	C ATLETISMO AVINTES	16/04/2016	8º	Maia 41022
<b>1 3,35</b>	-0,9	<b>PAULO COSTA</b>	76 Vet	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	25/05/2016	7º	Póvoa de Varzim 41033
<b>1 3,45</b>	+1,6	<b>ARMANDO PUSSICK</b>	91 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	05/03/2016	3º	Póvoa de Varzim 41013
<b>1 3,51</b>	+0,4	<b>PAULO VILAÇA</b>	64 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	21/05/2016	4º	Maia 41032
<b>1 3,54</b>	+0,6	Paulo Vilaça	64 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	15/06/2016	7º	Maia 41038
<b>1 3,58</b>	+0,4	Artur Saldanha	68 Vet	C ATLETISMO AVINTES	21/05/2016	5º	Maia 41032
<b>1 3,62</b>	-3,3	<b>ARMANDO PUSSIK</b>	91 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	07/05/2016	3º	Luso 30039
<b>1 3,62</b>	+0,4	André Miranda	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	21/05/2016	6º	Maia 41032
<b>1 3,4</b>	-2,6	André Miranda	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	16/04/2016	8º	Maia 41022
<b>1 3,4</b>	-2,6	Paulo Vilaça	64 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	16/04/2016	7º	Maia 41022
<b>1 3,5</b>	-4,1	João Gonçalves	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	02/04/2016	6º	Póvoa de Varzim 41019
<b>1 3,82</b>	-2,3	<b>ANDRE MIRANDA</b>	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	02/04/2016	4º	Luso 38016
<b>1 3,6</b>	-1,5	Paulo Costa	76 Vet	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	07/05/2016	5º	Lousada 41029
<b>1 3,7</b>	-1,5	André Miranda	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	07/05/2016	7º	Lousada 41029
<b>1 4,80</b>	-0,3	<b>ANTÓNIO SANTOS</b>	96 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	07/05/2016	2º	Luso 30039
<b>1 4,81</b>	0,0	<b>RUI MARTINS</b>	80 Vet	E ATLETISMO TROFA	25/05/2016	7º	Póvoa de Varzim 41033
<b>1 5,46</b>	+0,7	<b>MARTIM FELGAR</b>	95 S23	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	07/05/2016	1º	Luso 30039
<b>1 6,9</b>	-3,9	Martim Felgar	95 S23	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	02/04/2016	5º	Póvoa de Varzim 41019
<b>1 9,46</b>	-0,1	<b>TIAGO SÁ</b>	96 S23	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	07/05/2016	8º	Luso 30039



Ranking 2016

Absoluto ( até Veteranos M80) Ar Livre

**Masculinos****100 Metros planos**

Top 1 9,46

**Marcas com vento antiregulamentar**

1 0,27	+ 5,9	Carlos Nascimento	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	25/06/2016	1º	Maia 03039
1 1,02	+ 3,6	Carlos Castro	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	18/06/2016	1º	Viana do Castelo 49023
1 1,02		Carlos Castro	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	23/07/2016	3º	Maia 41041
1 1,21		Edgar Baptista	91 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	1º	Maia 41041
1 1,22	+ 3,6	Joao Novo	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	18/06/2016	2º	Viana do Castelo 49023
1 1,27	+ 3,6	Joao Santos	97 Jun	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	18/06/2016	3º	Viana do Castelo 49023
1 1,28		Pedro Da Silva	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	1º	Maia 41041
1 1,29		Tomás Baptista	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	1º	Maia 41041
1 1,32		Eduardo Ferreira	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	2º	Maia 41041
1 1,33		Pedro Da Silva	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	3º	Maia 41041
1 1,33		João Santos	97 Jun	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	23/07/2016	3º	Maia 41041
1 1,34	+ 3,2	Carlos Castro	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	18/06/2016	1º	Viana do Castelo 49023
1 1,35	+ 3,6	Joao Novo	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	18/06/2016	5º	Viana do Castelo 49023
1 1,39		João Santos	97 Jun	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	23/07/2016	2º	Maia 41041
1 1,42	+ 3,5	Pedro Da Silva	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	13/07/2016	1º	Braga 47022
1 1,43	+ 3,6	Ricardo Reis	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	18/06/2016	4º	Viana do Castelo 49023
1 1,48		Ricardo Reis	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	23/07/2016	5º	Maia 41041
1 1,51	+ 3,6	Joao Santos	97 Jun	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	18/06/2016	6º	Viana do Castelo 49023
1 1,52		Bonifácio Da Silva	85 Sen	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	23/07/2016	4º	Maia 41041
1 1,53		Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	23/07/2016	6º	Maia 41041
1 1,55		Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	23/07/2016	6º	Maia 41041
1 1,57	+ 3,6	Ricardo Reis	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	18/06/2016	7º	Viana do Castelo 49023
1 1,57		Ricardo Reis	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	23/07/2016	7º	Maia 41041
1 1,57		Bonifácio Da Silva	85 Sen	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	23/07/2016	8º	Maia 41041
1 1,72	+ 3,6	Andre Silva	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	10/06/2016	5º	Aveiro 38031
1 1,72	+ 3,5	Bonifácio Da Silva	85 Sen	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	13/07/2016	5º	Braga 47022
1 1,72	+ 2,1	Bruno Machado	97 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	16/07/2016	6º	Vagos 03049
1 1,73		Óscar Vilaça	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	2º	Maia 41041
1 1,76	+ 3,6	Andre Silva	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	10/06/2016	2º	Aveiro 38031
1 1,85	+ 3,2	Bruno Machado	97 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	18/06/2016	3º	Viana do Castelo 49023
1 1,87		David Rego	91 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	1º	Maia 41041
1 1,90		Diogo Campos	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	23/07/2016	3º	Maia 41041
1 2,00		Gonçalo Gomes	95 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	1º	Maia 41041
1 2,05		Nelson Braga	90 Sen	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	23/07/2016	2º	Maia 41041
1 2,15	+ 4,6	Miguel Ramos	97 Jun	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	18/06/2016	5º	Viana do Castelo 49023
1 2,20	+ 2,5	Carlos Silva	93 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	13/07/2016	6º	Braga 47022
1 2,22		Miguel Ferreira	96 S23	CLUBE SPIRIDON GAIA	23/07/2016	6º	Maia 41041
1 2,41	+ 2,9	Daniel Costa	98 Jun	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	18/06/2016	5º	Viana do Castelo 49023
1 2,48		Fernando Patrício	79 Vet	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	23/07/2016	5º	Maia 41041
1 3,29		Paulo Vilaça	64 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	6º	Maia 41041



Ranking 2016

Absoluto ( até Veteranos M80) Ar Livre

**Masculinos****60 Metros Planos**

Top

2 2,16

<b>6,98</b>	-0,9	<b>CARLOS NASCIMENTO</b>	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	05/12/2015	1º	Maia 41003
<b>7,20</b>	-0,9	<b>EDGAR BAPTISTA</b>	91 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	05/12/2015	2º	Maia 41003
<b>7,36</b>	-0,9	<b>ANDRÉ FERRÃO</b>	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	05/12/2015	3º	Maia 41003
<b>7,47</b>	-0,9	<b>MIGUEL ROCHA</b>	95 Jun	CLUBE SPIRIDON GAIA	05/12/2015	4º	Maia 41003
<b>7,48</b>	-0,9	<b>BRUNO MACHADO</b>	97 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	05/12/2015	5º	Maia 41003
<b>7,48</b>	0,0	<b>RICARDO REIS</b>	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	20/02/2016	1º	Póvoa de Varzim 41008
<b>7,50</b>	-0,6	<b>JOÃO NOVO</b>	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	05/12/2015	1º	Maia 41003
<b>7,51</b>	-0,5	<b>BONIFÁCIO SILVA</b>	85 Sen	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	05/12/2015	1º	Maia 41003
<b>7,54</b>	-0,6	<b>TOMÁS BAPTISTA</b>	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	05/12/2015	3º	Maia 41003
<b>7,55</b>	-0,6	<b>FRANCISCO ÉVORA</b>	91 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	05/12/2015	4º	Maia 41003
<b>7,57</b>	-0,6	<b>DANIEL REIS</b>	95 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	05/12/2015	5º	Maia 41003
<b>7,59</b>	-0,5	<b>JOÃO SANTOS</b>	97 Jun	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	05/12/2015	2º	Maia 41003
<b>7,60</b>	-0,5	<b>PEDRO GUIMARÃES</b>	97 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	05/12/2015	3º	Maia 41003
<b>7,62</b>	-0,6	<b>ANTÓNIO MORAIS</b>	80 Sen	E ATLETISMO TROFA	05/12/2015	1º	Maia 41003
<b>7,65</b>	-0,5	<b>JORGE TEIXEIRA</b>	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	05/12/2015	5º	Maia 41003
<b>7,66</b>	-0,6	<b>EDUARDO ROCHA</b>	96 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	05/12/2015	2º	Maia 41003
<b>7,68</b>	+0,8	<b>MIGUEL NASCIMENTO</b>	70 V35	ESCOLA DO MOVIMENTO	05/12/2015	1º	Maia 41003
<b>7,69</b>	+0,8	<b>EDUARDO TEIXEIRA</b>	67 V35	ESCOLA DO MOVIMENTO	05/12/2015	2º	Maia 41003
<b>7,72</b>	-0,6	<b>EDUARDO FERREIRA</b>	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	05/12/2015	6º	Maia 41003
<b>7,84</b>	-0,6	<b>FRANCISCO SANTOS</b>	89 Sen	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	05/12/2015	3º	Maia 41003
<b>7,90</b>	+1,2	José Monteiro	96 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	21/11/2015	2º	Maia 41001
<b>7,90</b>	-1,1	<b>JOSÉ MONTEIRO</b>	96 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	05/12/2015	1º	Maia 41003
<b>7,96</b>	0,0	<b>CRISTIANO RAMOS</b>	89 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	20/02/2016	2º	Póvoa de Varzim 41008
<b>7,97</b>	+0,8	<b>FERNANDO PATRÍCIO</b>	79 V35	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	05/12/2015	3º	Maia 41003
<b>8,00</b>	-0,6	<b>PHILIPPE PEREIRA</b>	89 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	05/12/2015	5º	Maia 41003
<b>8,09</b>	0,0	<b>JOÃO GONÇALVES</b>	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	20/02/2016	3º	Póvoa de Varzim 41008
<b>8,10</b>	-0,6	<b>GILBERTO CARVALHO</b>	93 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	05/12/2015	7º	Maia 41003
<b>8,11</b>	0,0	<b>CARLOS PEREIRA</b>	63 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	20/02/2016	4º	Póvoa de Varzim 41008
<b>8,17</b>	+0,8	<b>ANDRÉ ASSUNÇÃO</b>	77 V35	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	05/12/2015	4º	Maia 41003
<b>8,20</b>	-0,8	Carlos Pereira	63 V50	ESCOLA DO MOVIMENTO	05/12/2015	1º	Maia 41003
<b>8,25</b>	-0,2	<b>ARTUR CARQUEIJÓ</b>	96 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	20/02/2016	2º	Póvoa de Varzim 41008
<b>8,31</b>	+1,2	<b>ARTUR SALDANHA</b>	88 Sen	C ATLETISMO AVINTES	21/11/2015	3º	Maia 41001
<b>8,39</b>	-0,2	<b>PAULO VILAÇA</b>	64 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	20/02/2016	3º	Póvoa de Varzim 41008
<b>8,42</b>	+0,8	<b>ARTUR SALDANHA</b>	68 V35	C ATLETISMO AVINTES	05/12/2015	5º	Maia 41003
<b>8,55</b>	-0,8	Paulo Vilaça	64 V50	ESCOLA DO MOVIMENTO	05/12/2015	2º	Maia 41003
<b>8,78</b>	-0,8	<b>CARLOS CUNHA</b>	57 V50	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	05/12/2015	3º	Maia 41003
<b>9,17</b>	-0,8	<b>ÁLVARO ALMEIDA</b>	60 V50	CLUBE SPIRIDON GAIA	05/12/2015	4º	Maia 41003
<b>9,33</b>	+0,8	<b>MIGUEL SANTOS</b>	77 V35	C ATLETISMO AVINTES	05/12/2015	6º	Maia 41003
<b>9,54</b>	-1,9	<b>ANTÓNIO NASCIMENTO</b>	63 V50	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	05/12/2015	1º	Maia 41003
<b>9,82</b>	+0,8	<b>JOSÉ DIAMANTINO</b>	76 V35	C ATLETISMO AVINTES	05/12/2015	7º	Maia 41003
<b>1 0,51</b>	+0,8	<b>ANTÓNIO GOMES</b>	70 V35	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	05/12/2015	8º	Maia 41003
<b>1 0,72</b>	-1,9	<b>JÚLIO MONTEIRO</b>	57 V50	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	05/12/2015	2º	Maia 41003
<b>1 1,24</b>	-1,9	<b>LUÍS MOTA</b>	64 V50	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	05/12/2015	3º	Maia 41003
<b>2 2,16</b>	+1,5	<b>JOÃO COSTA</b>	03 Adap	ESCOLA DO MOVIMENTO	05/03/2016	6º	Póvoa de Varzim 41013



**Masculinos**

**60 Metros Planos**

Top

2 2,16

**Marcas com vento antiregulamentar**

<b>7,19</b>	+ 3,2	Tiago Passos	86 Sen	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	21/11/2015	3º	Maia 41001
<b>7,27</b>	+ 3,2	Miguel Rocha	95 Jun	CLUBE SPIRIDON GAIA	21/11/2015	4º	Maia 41001
<b>7,32</b>	+ 3,2	Bruno Varejão	94 S23	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	21/11/2015	5º	Maia 41001
<b>7,33</b>	+ 2,6	João Novo	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	21/11/2015	1º	Maia 41001
<b>7,53</b>	+ 3,2	Bonifácio Silva	85 Sen	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	21/11/2015	6º	Maia 41001
<b>7,91</b>	+ 2,5	Cristiano Ramos	89 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	21/11/2015	3º	Maia 41001
<b>7,92</b>	+ 2,6	Francisco Santos	89 Sen	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	21/11/2015	7º	Maia 41001
<b>8,02</b>	+ 2,5	Carlos Pereira	63 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	21/11/2015	5º	Maia 41001
<b>8,04</b>	+ 3,4	Gilberto Carvalho	93 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	21/11/2015	3º	Maia 41001



**Masculinos****200 Metros**

Top

**4 4,48**

<b>2 1,88</b>	- 1,6	<b>CARLOS NASCIMENTO</b>	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	17/07/2016	2º	Setubal 03048
<b>2 1,900</b>	+ 0,4	Carlos Nascimento	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	29/05/2016	1º	Viana do Castelo 03034
<b>2 2,33</b>		<b>CARLOS CASTRO</b>	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	24/07/2016	2º	Maia 41041
<b>2 2,39</b>		Carlos Castro	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	24/07/2016	3º	Maia 41041
<b>2 2,56</b>	+ 0,1	Carlos Castro	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	08/06/2016	1º	Lousada 41037
<b>2 2,63</b>	- 0,7	Carlos Castro	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	19/06/2016	1º	Viana do Castelo 49023
<b>2 2,67</b>	- 1,7	Carlos Castro	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	22/06/2016	1º	Braga 47021
<b>2 2,69</b>	0,0	Carlos Castro	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	25/05/2016	3º	Póvoa de Varzim 41033
<b>2 2,84</b>	- 2,1	Carlos Castro	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	29/06/2016	1º	Viana do Castelo 49025
<b>2 2,9</b>	- 1,2	Carlos Castro	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	03/04/2016	1º	Póvoa de Varzim 41019
<b>2 3,18</b>	+ 0,2	<b>JOÃO SANTOS</b>	97 Jun	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	08/06/2016	1º	Lousada 41037
<b>2 3,18</b>	- 0,7	<b>JOAO NOVO</b>	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	19/06/2016	4º	Viana do Castelo 49023
<b>2 3,23</b>	+ 0,2	<b>TOMÁS BAPTISTA</b>	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	08/06/2016	2º	Lousada 41037
<b>2 3,28</b>	+ 0,1	<b>DANIEL REIS</b>	95 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	08/06/2016	3º	Lousada 41037
<b>2 3,29</b>	- 1,7	<b>JOÃO NOVO</b>	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	22/06/2016	3º	Braga 47021
<b>2 3,30</b>	+ 0,2	<b>RICARDO REIS</b>	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	08/06/2016	3º	Lousada 41037
<b>2 3,33</b>	- 1,7	<b>EDUARDO FERREIRA</b>	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	22/06/2016	4º	Braga 47021
<b>2 3,34</b>	- 0,1	<b>TIAGO PASSOS</b>	86 Sen	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	06/12/2015	1º	Maia 41003
<b>2 3,35</b>	- 0,7	<b>JOAO SANTOS</b>	97 Jun	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	19/06/2016	5º	Viana do Castelo 49023
<b>2 3,37</b>	+ 0,1	Carlos Castro	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	19/06/2016	1º	Viana do Castelo 49023
<b>2 3,42</b>	+ 0,1	João Novo	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	08/06/2016	4º	Lousada 41037
<b>2 3,44</b>	+ 0,1	Joao Novo	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	19/06/2016	3º	Viana do Castelo 49023
<b>2 3,45</b>	+ 0,1	Eduardo Ferreira	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	08/06/2016	5º	Lousada 41037
<b>2 3,48</b>	- 0,9	João Novo	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	10/07/2016	4º	Viseu 03044
<b>2 3,54</b>	0,0	Eduardo Ferreira	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	25/05/2016	5º	Póvoa de Varzim 41033
<b>2 3,54</b>		<b>PEDRO DA SILVA</b>	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	24/07/2016	1º	Maia 41041
<b>2 3,57</b>	+ 0,1	Joao Santos	97 Jun	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	19/06/2016	5º	Viana do Castelo 49023
<b>2 3,58</b>	+ 0,2	Ricardo Reis	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	20/02/2016	1º	Póvoa de Varzim 41008
<b>2 3,60</b>		Eduardo Ferreira	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	24/07/2016	7º	Maia 41041
<b>2 3,63</b>		Eduardo Ferreira	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	24/07/2016	1º	Maia 41041
<b>2 3,71</b>	- 0,1	<b>BONIFÁCIO SILVA</b>	85 Sen	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	06/12/2015	3º	Maia 41003
<b>2 3,74</b>	- 1,2	João Novo	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	06/12/2015	1º	Maia 41003
<b>2 3,74</b>	+ 1,1	<b>EDUARDO TEIXEIRA</b>	67 V35	ESCOLA DO MOVIMENTO	03/04/2016	1º	Lousada 41040
<b>2 3,75</b>	0,0	João Novo	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	25/05/2016	6º	Póvoa de Varzim 41033
<b>2 3,76</b>	- 0,2	Ricardo Reis	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	01/05/2016	6º	Braga 47017
<b>2 3,83</b>	- 3,1	João Santos	97 Jun	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	29/05/2016	3º	Viana do Castelo 03034
<b>2 3,84</b>		João Santos	97 Jun	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	24/07/2016	2º	Maia 41041
<b>2 3,85</b>		<b>BONIFÁCIO DA SILVA</b>	85 Sen	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	24/07/2016	7º	Maia 41041
<b>2 3,86</b>	- 0,1	<b>FRANCISCO ÉVORA</b>	91 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	06/12/2015	4º	Maia 41003
<b>2 3,91</b>		Tomás Baptista	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	24/07/2016	3º	Maia 41041
<b>2 3,7</b>	+ 1,7	Ricardo Reis	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	17/04/2016	2º	Maia 41022
<b>2 3,94</b>		Pedro Da Silva	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	24/07/2016	8º	Maia 41041
<b>2 3,98</b>	- 2,1	Joao Novo	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	29/06/2016	3º	Viana do Castelo 49025
<b>2 3,99</b>	+ 1,7	Eduardo Teixeira	67 V45	ESCOLA DO MOVIMENTO	30/04/2016	1º	Lousada 41026

**Masculinos**

<b>200 Metros</b>						Top	<b>4 4,48</b>
<b>2 3,99</b>	- 0,3	<b>ANDRÉ GOMES</b>	98 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	22/06/2016	1º	Braga 47021
<b>2 3,99</b>	- 1,7	Eduardo Teixeira	67 V45	ESCOLA DO MOVIMENTO	22/06/2016	6º	Braga 47021
<b>2 4,04</b>	0,0	<b>EDUARDO ROCHA</b>	96 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	25/05/2016	1º	Póvoa de Varzim 41033
<b>2 4,06</b>	+ 0,2	André Gomes	98 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	08/06/2016	5º	Lousada 41037
<b>2 4,08</b>	+ 0,2	André Gomes	98 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	20/02/2016	3º	Póvoa de Varzim 41008
<b>2 3,9</b>	- 1,2	Tomás Baptista	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	03/04/2016	2º	Póvoa de Varzim 41019
<b>2 4,15</b>	0,0	André Gomes	98 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	25/05/2016	2º	Póvoa de Varzim 41033
<b>2 4,19</b>	- 0,3	Eduardo Teixeira	67 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	20/02/2016	1º	Póvoa de Varzim 41008
<b>2 4,20</b>		<b>DAVID REGO</b>	91 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	24/07/2016	1º	Maia 41041
<b>2 4,22</b>	0,0	Eduardo Teixeira	67 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	25/05/2016	3º	Póvoa de Varzim 41033
<b>2 4,24</b>	+ 1,2	<b>ANTÓNIO MAGALHÃES</b>	94 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	17/07/2016	7º	Vagos 03049
<b>2 4,29</b>	+ 1,1	<b>MIGUEL NASCIMENTO</b>	70 V35	ESCOLA DO MOVIMENTO	03/04/2016	2º	Lousada 41040
<b>2 4,31</b>	- 0,3	<b>JORGE OLIVEIRA</b>	97 Jun	C DESP DO CANDAL	20/02/2016	2º	Póvoa de Varzim 41008
<b>2 4,31</b>	+ 1,7	Jorge Oliveira	97 Jun	C DESP DO CANDAL	30/04/2016	2º	Lousada 41026
<b>2 4,33</b>	- 0,1	Pedro Da Silva	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	22/06/2016	1º	Braga 47021
<b>2 4,1</b>	+ 1,7	Eduardo Teixeira	67 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	17/04/2016	3º	Maia 41022
<b>2 4,38</b>	- 0,7	<b>ANDRE GOMES</b>	97 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	19/06/2016	8º	Viana do Castelo 49023
<b>2 4,39</b>	- 0,7	<b>ANDRE GOMES</b>	98 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	19/06/2016	2º	Viana do Castelo 49023
<b>2 4,40</b>	+ 0,8	<b>ERNESTO PINTO</b>	71 V40	ESCOLA DO MOVIMENTO	16/07/2016	3º	Coimbra 30054
<b>2 4,45</b>	0,0	Ricardo Reis	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	25/05/2016	7º	Póvoa de Varzim 41033
<b>2 4,45</b>	- 2,1	Bonifácio Silva	85 Sen	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	29/06/2016	5º	Viana do Castelo 49025
<b>2 4,45</b>		<b>NELSON BRAGA</b>	90 Sen	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	24/07/2016	2º	Maia 41041
<b>2 4,49</b>	- 0,1	<b>PEDRO GONÇALVES</b>	90 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	06/12/2015	5º	Maia 41003
<b>2 4,54</b>	- 0,3	<b>RICARDO LOPES</b>	98 Jun	C ATLETISMO AVINTES	20/02/2016	3º	Póvoa de Varzim 41008
<b>2 4,57</b>	0,0	Jorge Oliveira	97 Jun	C DESP DO CANDAL	25/05/2016	4º	Póvoa de Varzim 41033
<b>2 4,60</b>	0,0	António Magalhães	94 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	25/05/2016	3º	Póvoa de Varzim 41033
<b>2 4,61</b>	+ 0,2	Miguel Nascimento	70 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	20/02/2016	4º	Póvoa de Varzim 41008
<b>2 4,62</b>	+ 0,1	<b>BRUNO VAREJÃO</b>	94 S23	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	08/06/2016	6º	Lousada 41037
<b>2 4,63</b>	- 0,3	António Magalhães	94 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	22/06/2016	5º	Braga 47021
<b>2 4,65</b>	+ 0,1	<b>DIOGO CAMPOS</b>	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	08/06/2016	1º	Lousada 41037
<b>2 4,66</b>	- 0,1	<b>TONY CALVO</b>	81 V35	ESCOLA DO MOVIMENTO	22/06/2016	4º	Braga 47021
<b>2 4,69</b>	+ 0,2	Miguel Nascimento	70 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	08/06/2016	4º	Lousada 41037
<b>2 4,5</b>	+ 1,7	Miguel Nascimento	70 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	17/04/2016	4º	Maia 41022
<b>2 4,75</b>		<b>GONÇALO GOMES</b>	95 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	24/07/2016	2º	Maia 41041
<b>2 4,76</b>	+ 0,2	António Magalhães	94 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	20/02/2016	5º	Póvoa de Varzim 41008
<b>2 4,76</b>		<b>ÓSCAR VILAÇA</b>	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	24/07/2016	2º	Maia 41041
<b>2 4,79</b>	- 1,2	<b>MIGUEL ROCHA</b>	95 Jun	CLUBE SPIRIDON GAIA	06/12/2015	4º	Maia 41003
<b>2 4,81</b>	- 0,3	Miguel Nascimento	70 V45	ESCOLA DO MOVIMENTO	22/06/2016	6º	Braga 47021
<b>2 4,82</b>	- 0,1	<b>JOÃO GOMES</b>	97 Jun	E ATLETISMO TROFA	06/12/2015	6º	Maia 41003
<b>2 4,83</b>		<b>ANDRÉ ASSUNÇÃO</b>	77 Vet	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	24/07/2016	3º	Maia 41041
<b>2 4,87</b>	+ 0,2	<b>MIGUEL FERREIRA</b>	96 S23	CLUBE SPIRIDON GAIA	08/06/2016	6º	Lousada 41037
<b>2 4,87</b>		André Gomes	98 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	24/07/2016	7º	Maia 41041
<b>2 4,93</b>	- 1,2	António Magalhães	94 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	06/12/2015	6º	Maia 41003
<b>2 4,96</b>	0,0	Diogo Campos	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	25/05/2016	5º	Póvoa de Varzim 41033



**Masculinos**

						200 Metros	Top	4 4,48
2 4,96	- 3,1	António Magalhães	94 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	29/05/2016	5º	Viana do Castelo 03034	
2 5,03	- 0,3	Diogo Campos	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	20/02/2016	4º	Póvoa de Varzim 41008	
2 5,03	+ 1,1	André Assunção	77 V35	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	03/04/2016	3º	Lousada 41040	
2 4,8	- 1,2	Ricardo Lopes	98 Jun	C ATLETISMO AVINTES	03/04/2016	4º	Póvoa de Varzim 41019	
2 5,10	0,0	Miguel Nascimento	70 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	25/05/2016	6º	Póvoa de Varzim 41033	
2 5,11	- 0,1	<b>ARNALDO NETO</b>	96 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	06/12/2015	7º	Maia 41003	
2 5,13	- 0,9	Miguel Nascimento	70 V35	ESCOLA DO MOVIMENTO	06/12/2015	1º	Maia 41003	
2 5,13	+ 0,1	Gonçalo Gomes	95 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	08/06/2016	2º	Lousada 41037	
2 5,14	+ 0,7	<b>ROBERTO SILVA</b>	95 S23	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	20/02/2016	1º	Póvoa de Varzim 41008	
2 5,19		<b>JOÃO DIAS</b>	98 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	24/07/2016	1º	Maia 41041	
2 5,21	+ 1,1	André Assunção	77 V35	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	30/04/2016	1º	Lousada 41026	
2 5,0	+ 1,9	<b>LUÍS SILVA</b>	98 Jun	E ATLETISMO TROFA	17/04/2016	1º	Maia 41022	
2 5,24	+ 1,8	<b>CARLOS PEREIRA</b>	63 V50	ESCOLA DO MOVIMENTO	30/04/2016	1º	Lousada 41026	
2 5,27		Miguel Ferreira	96 S23	CLUBE SPIRIDON GAIA	24/07/2016	5º	Maia 41041	
2 5,32	+ 1,7	Luis Silva	98 Jun	E ATLETISMO TROFA	30/04/2016	3º	Lousada 41026	
2 5,33	- 0,7	<b>BRUNO MACHADO</b>	97 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	06/12/2015	1º	Maia 41003	
2 5,38	- 1,2	<b>FRANCISCO SANTOS</b>	89 Sen	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	06/12/2015	8º	Maia 41003	
2 5,42	0,0	Ernesto Pinto	71 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	25/05/2016	7º	Póvoa de Varzim 41033	
2 5,42	+ 0,4	André Assunção	77 V35	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	29/05/2016	7º	Viana do Castelo 03034	
2 5,45	- 3,1	Miguel Rocha	95 S23	CLUBE SPIRIDON GAIA	29/05/2016	6º	Viana do Castelo 03034	
2 5,52	0,0	<b>CARLOS SILVA</b>	93 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	25/05/2016	6º	Póvoa de Varzim 41033	
2 5,67	+ 1,1	<b>FERNANDO PATRÍCIO</b>	79 V35	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	30/04/2016	2º	Lousada 41026	
2 5,69	- 0,7	<b>JOSÉ MONTEIRO</b>	96 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	06/12/2015	2º	Maia 41003	
2 6,09	+ 1,1	<b>ANTÓNIO MORAIS</b>	80 V35	E ATLETISMO TROFA	30/04/2016	3º	Lousada 41026	
2 6,15	- 0,9	André Assunção	77 V35	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	06/12/2015	3º	Maia 41003	
2 6,27	- 0,7	<b>GILBERTO CARVALHO</b>	93 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	06/12/2015	5º	Maia 41003	
2 6,28	0,0	Gonçalo Gomes	95 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	25/05/2016	4º	Póvoa de Varzim 41033	
2 6,34	+ 0,1	<b>PAULO COSTA</b>	76 Vet	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	08/06/2016	3º	Lousada 41037	
2 6,44		<b>PAULO MARQUES</b>	97 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	24/07/2016	6º	Maia 41041	
2 6,60	+ 0,7	<b>JOÃO GONÇALVES</b>	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	20/02/2016	3º	Póvoa de Varzim 41008	
2 6,60		Paulo Costa	76 Vet	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	24/07/2016	7º	Maia 41041	
2 6,84	+ 2,0	<b>PAULO VILAÇA</b>	64 V50	ESCOLA DO MOVIMENTO	03/04/2016	1º	Lousada 41040	
2 6,6	+ 1,9	<b>ALEXANDRE SÁ</b>	98 Jun	E ATLETISMO TROFA	17/04/2016	3º	Maia 41022	
2 6,84	0,0	Paulo Costa	76 Vet	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	25/05/2016	5º	Póvoa de Varzim 41033	
2 7,11	- 3,1	Paulo Costa	76 V40	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	29/05/2016	7º	Viana do Castelo 03034	
2 7,24	+ 1,8	Paulo Vilaça	64 V50	ESCOLA DO MOVIMENTO	30/04/2016	2º	Lousada 41026	
2 7,26		Paulo Vilaça	64 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	24/07/2016	5º	Maia 41041	
2 7,29	+ 0,7	Paulo Vilaça	64 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	20/02/2016	4º	Póvoa de Varzim 41008	
2 7,33	+ 0,1	Paulo Vilaça	64 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	08/06/2016	5º	Lousada 41037	
2 7,1	+ 1,9	Paulo Vilaça	64 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	17/04/2016	4º	Maia 41022	
2 7,37	+ 0,2	<b>MIGUEL FURTADO</b>	79 V35	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	06/12/2015	1º	Maia 41003	
2 7,42	- 0,9	<b>JOSÉ MOREIRA</b>	70 V35	ESCOLA DO MOVIMENTO	06/12/2015	4º	Maia 41003	
2 7,54	+ 2,0	<b>CARLOS CUNHA</b>	57 V50	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	03/04/2016	2º	Lousada 41040	
2 7,8	+ 1,9	<b>ARTUR SALDANHA</b>	68 Vet	C ATLETISMO AVINTES	17/04/2016	5º	Maia 41022	

**Masculinos**

						<b>200 Metros</b>	Top	<b>4 4,48</b>
<b>2 8,13</b>	- 1,2	Paulo Vilaça	64 V50	ESCOLA DO MOVIMENTO	06/12/2015	1º	Maia 41003	
<b>2 8,13</b>		Artur Saldanha	68 Vet	C ATLETISMO AVINTES	24/07/2016	6º	Maia 41041	
<b>2 8,56</b>	+ 0,1	<b>ANDRÉ MIRANDA</b>	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	08/06/2016	6º	Lousada 41037	
<b>2 8,60</b>	- 1,2	Carlos Cunha	57 V50	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	06/12/2015	2º	Maia 41003	
<b>2 8,76</b>	+ 1,1	<b>SÉRGIO ALMEIDA</b>	77 V35	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	30/04/2016	4º	Lousada 41026	
<b>2 8,97</b>		Sérgio Almeida	77 Vet	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	24/07/2016	7º	Maia 41041	
<b>2 9,18</b>	+ 0,2	<b>PAULO FERRÃO</b>	70 V35	ESCOLA DO MOVIMENTO	06/12/2015	2º	Maia 41003	
<b>2 9,34</b>	+ 2,0	<b>VÍTOR NOGUEIRA</b>	56 V50	C ATLETISMO AVINTES	03/04/2016	3º	Lousada 41040	
<b>2 9,42</b>	+ 1,1	Sérgio Almeida	77 V35	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	03/04/2016	4º	Lousada 41040	
<b>2 9,70</b>	+ 0,2	Sérgio Almeida	77 V35	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	06/12/2015	3º	Maia 41003	
<b>2 9,99</b>	- 1,2	<b>MANUEL GONÇALVES</b>	57 V50	ESCOLA DO MOVIMENTO	06/12/2015	3º	Maia 41003	
<b>3 0,06</b>	- 1,2	<b>ÁLVARO ALMEIDA</b>	60 V50	CLUBE SPIRIDON GAIA	06/12/2015	4º	Maia 41003	
<b>3 2,07</b>	- 1,2	<b>FRANCISCO MESQUITA</b>	63 V50	C ATLETISMO AVINTES	06/12/2015	5º	Maia 41003	
<b>3 2,44</b>	+ 1,8	<b>AUGUSTO ALMEIDA</b>	63 V50	ESCOLA DO MOVIMENTO	30/04/2016	4º	Lousada 41026	
<b>3 4,88</b>	+ 1,1	<b>PEDRO ELIAS</b>	71 V35	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	03/04/2016	5º	Lousada 41040	
<b>3 5,01</b>	+ 0,2	<b>ANTÓNIO GOMES</b>	70 V35	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	06/12/2015	4º	Maia 41003	
<b>3 5,14</b>	+ 2,0	<b>JÚLIO MONTEIRO</b>	57 V50	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	03/04/2016	4º	Lousada 41040	
<b>3 5,44</b>	- 7,2	<b>MARTIM FELGAR</b>	95 9,97	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	08/05/2016	5º	Luso 30039	
<b>3 5,51</b>	- 1,2	Júlio Monteiro	57 V50	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	06/12/2015	6º	Maia 41003	
<b>4 0,84</b>	- 7,2	<b>MÁRIO MOTA</b>	76 Sdown	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	08/05/2016	3º	Luso 30039	
<b>4 4,48</b>	- 7,2	<b>TIAGO SÁ</b>	96 Sdown	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	08/05/2016	4º	Luso 30039	
<b>Marcas com vento antiregulamentar</b>								
<b>2 2,16</b>	+ 2,5	Carlos Castro	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	26/06/2016	4º	Maia 03039	
<b>2 4,05</b>	+ 3,2	Eduardo Teixeira	67 V45	ESCOLA DO MOVIMENTO	06/03/2016	1º	Aveiro 38012	
<b>2 4,78</b>	+ 3,2	Miguel Nascimento	70 V45	ESCOLA DO MOVIMENTO	06/03/2016	2º	Aveiro 38012	
<b>2 4,84</b>	+ 2,3	Miguel Nascimento	70 V45	ESCOLA DO MOVIMENTO	30/04/2016	1º	Lousada 41026	
<b>2 4,86</b>	+ 2,6	António Monteiro	85 Sen	C D C VILA NOVA GAIA	26/06/2016	4º	Maia 03039	
<b>2 6,81</b>	+ 3,2	Paulo Costa	76 V35	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	30/04/2016	2º	Lousada 41026	
<b>2 7,64</b>	+ 2,3	Artur Saldanha	68 V45	C ATLETISMO AVINTES	30/04/2016	3º	Lousada 41026	
<b>2 8,64</b>	+ 2,3	Paulo Ferrão	70 V45	ESCOLA DO MOVIMENTO	30/04/2016	4º	Lousada 41026	
<b>2 8,93</b>	+ 2,6	Camilo Rego	59 V55	ESCOLA DO MOVIMENTO	30/04/2016	2º	Lousada 41026	
<b>2 9,05</b>	+ 3,2	Mário Bastos	74 V40	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	30/04/2016	4º	Lousada 41026	
<b>3 0,32</b>	+ 2,6	Álvaro Almeida	60 V55	CLUBE SPIRIDON GAIA	30/04/2016	3º	Lousada 41026	





Ranking 2016

Absoluto ( até Veteranos M80) Ar Livre

**Masculinos****300 Metros Planos**

Top

**4 6,10**

3 4,8	<b>CARLOS NASCIMENTO</b>	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	05/12/2015	1º	Maia 41003
3 6,2	<b>DANIEL REIS</b>	95 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	05/12/2015	2º	Maia 41003
3 6,4	<b>EDGAR BAPTISTA</b>	91 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	05/12/2015	1º	Maia 41003
3 6,7	<b>TOMÁS BAPTISTA</b>	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	05/12/2015	3º	Maia 41003
3 6,8	<b>BONIFÁCIO SILVA</b>	85 Sen	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	05/12/2015	2º	Maia 41003
3 6,8	<b>FRANCISCO ÉVORA</b>	91 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	05/12/2015	4º	Maia 41003
3 7,0	<b>ANDRÉ FERRÃO</b>	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	05/12/2015	3º	Maia 41003
3 7,2	<b>CARLOS CASTRO</b>	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	02/04/2016	2º	Póvoa de Varzim 41019
3 8,1	<b>EDUARDO ROCHA</b>	96 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	05/12/2015	1º	Maia 41003
3 8,4	<b>BRUNO SILVA</b>	95 S23	A R L V GONDOMARENSE	02/04/2016	3º	Póvoa de Varzim 41019
3 8,9	<b>ANTÓNIO MAGALHÃES</b>	94 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	05/12/2015	6º	Maia 41003
3 9,3	<b>EDUARDO FERREIRA</b>	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	05/12/2015	6º	Maia 41003
3 9,3	<b>JORGE TEIXEIRA</b>	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	05/12/2015	5º	Maia 41003
3 9,4	<b>FRANCISCO SANTOS</b>	89 Sen	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	05/12/2015	8º	Maia 41003
3 9,8	<b>PEDRO GUIMARÃES</b>	97 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	05/12/2015	3º	Maia 41003
3 9,8	<b>PHILIPPE PEREIRA</b>	89 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	05/12/2015	4º	Maia 41003
4 1,6	<b>JOSÉ MONTEIRO</b>	96 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	05/12/2015	6º	Maia 41003
4 4,3	<b>GILBERTO CARVALHO</b>	93 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	05/12/2015	8º	Maia 41003
4 6,1	<b>RENATO ALMEIDA</b>	96 S23	CASA DO BENFICA EM PAREDES	02/04/2016	4º	Póvoa de Varzim 41019



**Masculinos****400 Metros Planos**

Top 1 5 1,03

4 9,90	<b>CARLOS CASTRO</b>	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	13/07/2016	1º Braga 47022
5 0,39	<b>BRUNO SILVA</b>	95 S23	A R L V GONDOMARENSE	21/05/2016	1º Maia 41032
5 0,45	Carlos Castro	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	23/07/2016	4º Maia 41041
5 0,90	<b>TOMÁS BAPTISTA</b>	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	21/05/2016	3º Maia 41032
5 1,00	Tomás Baptista	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	16/07/2016	3º Setubal 03048
5 1,16	Tomás Baptista	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	6º Maia 41041
5 1,21	Bruno Silva	95 S23	A R L V GONDOMARENSE	15/06/2016	5º Maia 41038
5 1,33	<b>DANIEL REIS</b>	95 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	28/05/2016	3º Viana do Castelo 03034
5 1,5	Bruno Silva	95 S23	A R L V GONDOMARENSE	07/05/2016	1º Lousada 41029
5 1,65	Tomás Baptista	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	15/06/2016	6º Maia 41038
5 1,97	Carlos Castro	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	18/06/2016	1º Viana do Castelo 49023
5 2,19	Carlos Castro	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	15/06/2016	1º Maia 41038
5 2,24	<b>SERGIO PEREIRA</b>	97 Jun	CLUBE SPIRIDON GAIA	18/06/2016	2º Viana do Castelo 49023
5 2,33	<b>PEDRO FERREIRA</b>	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	25/06/2016	3º Maia 03040
5 2,43	<b>EDUARDO FERREIRA</b>	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	1º Maia 41041
5 2,48	<b>PEDRO VILA COVA</b>	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	01/06/2016	1º Leiria 24049
5 2,6	<b>JORGE OLIVEIRA</b>	97 Jun	C DESP DO CANDAL	16/04/2016	1º Maia 41022
5 2,78	<b>RICARDO REIS</b>	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	15/06/2016	3º Maia 41038
5 2,81	<b>PEDRO MARTINS</b>	96 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	16/07/2016	5º Vagos 03049
5 2,84	<b>ANTÓNIO MAGALHÃES</b>	94 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	16/07/2016	6º Vagos 03049
5 2,93	Ricardo Reis	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	18/06/2016	3º Viana do Castelo 49023
5 2,93	Pedro Martins	96 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	23/07/2016	7º Maia 41041
5 2,94	<b>SÉRGIO PEREIRA</b>	97 Jun	CLUBE SPIRIDON GAIA	23/07/2016	3º Maia 41041
5 2,96	Pedro Martins	96 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	15/06/2016	7º Maia 41038
5 3,00	Pedro Martins	96 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	28/05/2016	1º Viana do Castelo 03034
5 3,05	Ricardo Reis	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	28/05/2016	6º Viana do Castelo 03034
5 3,12	Ricardo Reis	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	21/05/2016	4º Maia 41032
5 3,13	Sérgio Pereira	97 Jun	CLUBE SPIRIDON GAIA	28/05/2016	7º Viana do Castelo 03034
5 3,14	António Magalhães	94 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	15/06/2016	4º Maia 41038
5 3,19	Pedro Martins	96 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	21/05/2016	5º Maia 41032
5 3,22	Sérgio Pereira	97 Jun	CLUBE SPIRIDON GAIA	21/05/2016	6º Maia 41032
5 3,1	Jorge Oliveira	97 Jun	C DESP DO CANDAL	07/05/2016	1º Lousada 41029
5 3,29	<b>JOSÉ ALEIXO CRUZ</b>	96 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	13/07/2016	5º Braga 47022
5 3,2	Ricardo Reis	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	16/04/2016	2º Maia 41022
5 3,42	<b>BRUNO MOREIRA</b>	87 Sen	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	23/07/2016	8º Maia 41041
5 3,4	Pedro Martins	96 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	07/05/2016	3º Lousada 41029
5 3,55	Eduardo Ferreira	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	21/05/2016	3º Maia 41032
5 3,59	<b>BONIFÁCIO DA SILVA</b>	85 Sen	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	23/07/2016	2º Maia 41041
5 3,62	António Magalhães	94 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	28/05/2016	3º Viana do Castelo 03034
5 3,64	António Magalhães	94 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	23/07/2016	6º Maia 41041
5 3,74	<b>ANDRE GOMES</b>	98 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	18/06/2016	1º Viana do Castelo 49023
5 3,87	<b>ANDRÉ GOMES</b>	98 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	15/06/2016	3º Maia 41038
5 3,8	<b>DIOGO CAMPOS</b>	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	16/04/2016	4º Maia 41022
5 3,8	António Magalhães	94 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	16/04/2016	3º Maia 41022

**Masculinos****400 Metros Planos**

Top 1 5 1,03

5 3,98	<b>RICARDO LOPES</b>	98 Jun	C ATLETISMO AVINTES	21/05/2016	4º	Maia 41032
5 3,9	Ricardo Reis	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	07/05/2016	5º	Lousada 41029
5 4,08	Ricardo Reis	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	23/07/2016	7º	Maia 41041
5 4,24	Bonifácio Da Silva	85 Sen	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	13/07/2016	2º	Braga 47022
5 4,2	André Gomes	98 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	07/05/2016	2º	Lousada 41029
5 4,46	Daniel Reis	95 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	21/05/2016	7º	Maia 41032
5 4,4	Ricardo Lopes	98 Jun	C ATLETISMO AVINTES	16/04/2016	5º	Maia 41022
5 4,68	<b>DAVID REGO</b>	91 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	1º	Maia 41041
5 4,70	Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	25/06/2016	4º	Maia 03040
5 4,70	Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	25/06/2016	4º	Maia 03040
5 4,7	António Magalhães	94 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	07/05/2016	3º	Lousada 41029
5 5,09	<b>NUNO MARINHO</b>	97 Jun	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	23/07/2016	4º	Maia 41041
5 5,10	<b>PEDRO GONÇALVES</b>	90 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	8º	Maia 41041
5 5,17	<b>JOÃO NOVO</b>	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	15/06/2016	5º	Maia 41038
5 5,35	<b>RUI LEITE</b>	89 Sen	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	21/05/2016	6º	Maia 41032
5 5,42	Ricardo Lopes	98 Jun	C ATLETISMO AVINTES	15/06/2016	6º	Maia 41038
5 5,3	Ricardo Lopes	98 Jun	C ATLETISMO AVINTES	07/05/2016	4º	Lousada 41029
5 5,44	<b>JOAO DIAS</b>	98 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	18/06/2016	2º	Viana do Castelo 49023
5 5,57	<b>JOAQUIM NOGUEIRA</b>	82 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	13/07/2016	2º	Braga 47022
5 5,60	Joaquim Nogueira	82 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	5º	Maia 41041
5 5,89	Nuno Marinho	97 Jun	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	18/06/2016	3º	Viana do Castelo 49023
5 5,99	<b>PEDRO MEIRELES</b>	89 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	13/07/2016	5º	Braga 47022
5 6,13	<b>FRANCISCO COIMBRA</b>	97 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	21/05/2016	1º	Maia 41032
5 6,26	<b>EDUARDO TEIXEIRA</b>	67 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	15/06/2016	2º	Maia 41038
5 6,3	<b>RENATO ALMEIDA</b>	96 S23	CASA DO BENFICA EM PAREDES	16/04/2016	7º	Maia 41022
5 6,64	<b>GONÇALO GOMES</b>	95 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	2º	Maia 41041
5 6,67	<b>JOÃO DIAS</b>	98 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	7º	Maia 41041
5 6,79	Diogo Campos	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	02/04/2016	1º	Luso 38016
5 6,95	<b>RICARDO SÁ</b>	97 Jun	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	21/05/2016	2º	Maia 41032
5 6,98	Ricardo Sá	97 Jun	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	23/07/2016	3º	Maia 41041
5 7,0	Carlos Castro	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	07/05/2016	6º	Lousada 41029
5 7,2	Francisco Coimbra	97 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	07/05/2016	2º	Lousada 41029
5 7,3	<b>PEDRO MOREIRA</b>	98 Jun	CASA DO BENFICA EM PAREDES	07/05/2016	3º	Lousada 41029
5 7,50	<b>RICARDO QUEIRÓS</b>	98 Jun	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	28/05/2016	5º	Viana do Castelo 03034
5 7,53	<b>FERNANDO PATRÍCIO</b>	79 V35	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	02/07/2016	1º	Lousada 41040
5 7,81	<b>GILBERTO CARVALHO</b>	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	02/04/2016	2º	Luso 38016
5 7,81	Gonçalo Gomes	95 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	15/06/2016	2º	Maia 41038
5 7,82	<b>ERNESTO PINTO</b>	71 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	21/05/2016	4º	Maia 41032
5 7,84	Jorge Oliveira	97 Jun	C DESP DO CANDAL	15/06/2016	7º	Maia 41038
5 7,87	Fernando Patrício	79 V35	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	28/05/2016	6º	Viana do Castelo 03034
5 8,10	Francisco Coimbra	97 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	16/07/2016	6º	Setubal 03048
5 8,18	<b>ANTÓNIO MONTEIRO</b>	85 Sen	C D C VILA NOVA GAIA	25/06/2016	3º	Maia 03039
5 8,23	Fernando Patrício	79 V35	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	05/12/2015	1º	Maia 41003
5 8,2	Ricardo Sá	97 Jun	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	16/04/2016	2º	Maia 41022

**Masculinos****400 Metros Planos**

Top 1 5 1,03

5 8,45	<b>ANTÓNIO COSTA</b>	69 V35	U DESP DA VÁRZEA	02/07/2016	2º	Lousada 41040
5 8,95	<b>PAULO COSTA</b>	76 V35	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	02/07/2016	3º	Lousada 41040
5 9,24	<b>JOSÉ MOREIRA</b>	70 V35	ESCOLA DO MOVIMENTO	05/12/2015	2º	Maia 41003
5 9,34	<b>PAULO HERBERT</b>	67 V35	ESCOLA DO MOVIMENTO	02/07/2016	4º	Lousada 41040
5 9,52	<b>SERGIO SANTOS</b>	78 V35	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	05/12/2015	3º	Maia 41003
5 9,72	Paulo Costa	76 Vet	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	15/06/2016	3º	Maia 41038
6 0,07	Diogo Campos	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	21/05/2016	8º	Maia 41032
6 0,83	Paulo Costa	76 Vet	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	23/07/2016	5º	Maia 41041
6 0,89	<b>JORGE GONÇALVES</b>	85 Sen	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	15/06/2016	4º	Maia 41038
6 0,91	<b>BRUNO PEREIRA</b>	98 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	13/07/2016	5º	Braga 47022
6 1,96	Jorge Gonçalves	85 Sen	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	23/07/2016	6º	Maia 41041
6 2,8	<b>CARLOS SILVA</b>	93 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	07/05/2016	5º	Lousada 41029
6 3,00	<b>PAULO VILAÇA</b>	64 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	7º	Maia 41041
6 3,26	<b>VIRGÍLIO VIEIRA</b>	78 V35	NASCIDOS PARA CORRER	05/12/2015	5º	Maia 41003
6 3,35	Paulo Vilaça	64 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	15/06/2016	5º	Maia 41038
6 3,54	<b>DANIEL COSTA</b>	98 Jun	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	13/07/2016	7º	Braga 47022
6 3,73	<b>ANTÓNIO NASCIMENTO</b>	63 V50	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	05/12/2015	2º	Maia 41003
6 4,02	Paulo Vilaça	64 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	21/05/2016	6º	Maia 41032
6 4,18	Paulo Vilaça	64 V50	ESCOLA DO MOVIMENTO	05/12/2015	3º	Maia 41003
6 4,99	<b>CARLOS FERREIRA</b>	62 V50	ESCOLA DO MOVIMENTO	05/12/2015	4º	Maia 41003
6 4,9	<b>ABÍLIO SILVA</b>	71 V35	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	05/12/2015	1º	Maia 41003
6 5,5	<b>ANDRÉ MIRANDA</b>	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	16/04/2016	8º	Maia 41022
6 5,79	<b>MANUEL GONÇALVES</b>	57 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	6º	Maia 41041
6 6,76	Manuel Gonçalves	57 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	15/06/2016	6º	Maia 41038
6 6,7	<b>MIGUEL SANTOS</b>	77 V35	C ATLETISMO AVINTES	05/12/2015	2º	Maia 41003
6 7,0	<b>SÉRGIO ALMEIDA</b>	77 V35	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	05/12/2015	3º	Maia 41003
6 7,25	Manuel Gonçalves	57 V50	ESCOLA DO MOVIMENTO	05/12/2015	5º	Maia 41003
6 8,9	<b>CARLOS CUNHA</b>	57 V50	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	05/12/2015	1º	Maia 41003
6 9,5	<b>FRANCISCO MESQUITA</b>	63 V50	C ATLETISMO AVINTES	05/12/2015	2º	Maia 41003
7 2,68	<b>ARMANDO PUSSICK</b>	91 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	21/05/2016	7º	Maia 41032
7 3,5	<b>DOMINGOS PINTO</b>	59 V50	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	05/12/2015	3º	Maia 41003
8 0,04	<b>ANTÓNIO GOMES</b>	70 V35	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	05/12/2015	6º	Maia 41003
8 0,2	<b>ANSELMO MOREIRA</b>	54 V50	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	05/12/2015	4º	Maia 41003
8 0,9	<b>JOSÉ MORAIS</b>	68 V35	C ATLETISMO AVINTES	05/12/2015	4º	Maia 41003
8 8,29	<b>RUI MACHADO</b>	83 Sen	Individual	23/07/2016	7º	Maia 41041
1 0 0,68	José Moreira	70 V35	ESCOLA DO MOVIMENTO	02/07/2016	5º	Lousada 41040
1 0 1,36	Jorge Gonçalves	85 Sen	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	02/07/2016	1º	Lousada 41040
1 0 4,08	Paulo Vilaça	64 V50	ESCOLA DO MOVIMENTO	02/07/2016	1º	Lousada 41040
1 0 4,40	<b>MIGUEL FERREIRA</b>	96 S23	Spiridon Gaia	02/04/2016	3º	Luso 38016
1 0 5,65	António Nascimento	63 V50	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	02/07/2016	2º	Lousada 41040
1 0 6,07	Manuel Gonçalves	57 V50	ESCOLA DO MOVIMENTO	02/07/2016	3º	Lousada 41040
1 0 6,71	<b>ANDRE MIRANDA</b>	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	02/04/2016	4º	Luso 38016
1 0 7,00	Carlos Cunha	57 V50	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	02/07/2016	4º	Lousada 41040
1 0 7,53	<b>VÍTOR NOGUEIRA</b>	56 V50	C ATLETISMO AVINTES	02/07/2016	2º	Lousada 41040



Ranking 2016

Absoluto ( até Veteranos M80) Ar Livre

### Masculinos

#### 400 Metros Planos

Top 1 5 1,03

1 1 3,34	<b>FERNANDO PEREIRA</b>	55 V50	C ATLETISMO AVINTES	02/07/2016	3º	Lousada 41040
1 1 3,81	<b>JÚLIO RIBEIRO</b>	66 V50	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	02/07/2016	5º	Lousada 41040
1 1 7,55	<b>PEDRO ELIAS</b>	71 V35	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	02/07/2016	4º	Lousada 41040
1 1 9,23	José Morais	68 V35	C ATLETISMO AVINTES	02/07/2016	6º	Lousada 41040
1 2 3,62	Anselmo Moreira	54 V50	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	02/07/2016	6º	Lousada 41040
1 5 1,03	<b>TIAGO SÁ</b>	96 Sdown	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	07/05/2016	6º	Luso 30039





**Masculinos**

**500 Metros**

Top 1 1 5,80

1 0 7,0	<b>BRUNO SILVA</b>	95 S23	A R L V GONDOMARENSE	03/04/2016	1º Póvoa de Varzim 41019
1 1 0,8	<b>RICARDO REIS</b>	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	03/04/2016	2º Póvoa de Varzim 41019
1 1 1,1	<b>ANTÓNIO MAGALHÃES</b>	94 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	03/04/2016	3º Póvoa de Varzim 41019
1 1 5,8	<b>CARLOS CASTRO</b>	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	03/04/2016	5º Póvoa de Varzim 41019







Ranking 2016

Absoluto ( até Veteranos M80) Ar Livre

**Masculinos****800 Metros**

Top 2 4 6,99

1 5 2,91	<b>CARLOS RODRIGUES</b>	93 Sen	C S R DESP SANTIAGO	22/06/2016	2º Braga 47021
1 5 3,31	<b>BRUNO SILVA</b>	95 S23	A R L V GONDOMARENSE	25/05/2016	1º Póvoa de Varzim 41033
1 5 4,63	Carlos Rodrigues	93 Sen	C S R DESP SANTIAGO	08/06/2016	2º Lousada 41037
1 5 4,72	<b>JOÃO CRUZ</b>	94 S23	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	26/06/2016	3º Maia 03039
1 5 5,33	<b>PEDRO SILVA</b>	96 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	24/07/2016	2º Maia 41041
1 5 5,77	Bruno Silva	95 S23	A R L V GONDOMARENSE	08/06/2016	3º Lousada 41037
1 5 6,3	Bruno Silva	95 S23	A R L V GONDOMARENSE	17/04/2016	1º Maia 41022
1 5 6,39	Bruno Silva	95 S23	A R L V GONDOMARENSE	26/06/2016	5º Maia 03039
1 5 6,79	<b>JOSÉ ALEIXO CRUZ</b>	96 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	08/06/2016	5º Lousada 41037
1 5 7,14	João Cruz	94 S23	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	17/07/2016	1º Setubal 03048
1 5 7,29	João Cruz	94 S23	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	29/05/2016	1º Viana do Castelo 03034
1 5 7,62	Pedro Silva	96 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	29/05/2016	2º Viana do Castelo 03034
1 5 7,82	<b>SAMUEL VIEIRA</b>	97 Jun	CASA DO BENFICA EM PAREDES	22/06/2016	7º Braga 47021
1 5 8,12	<b>PEDRO MARTINS</b>	96 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	24/07/2016	3º Maia 41041
1 5 8,26	José Aleixo Cruz	96 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	26/06/2016	4º Maia 03039
1 5 8,29	<b>BRUNO MOREIRA</b>	87 Sen	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	24/07/2016	4º Maia 41041
1 5 9,10	Pedro Silva	96 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	17/07/2016	1º Vagos 03049
1 5 9,33	<b>JOSÉ CRUZ</b>	96 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	05/06/2016	4º Vagos 38030 X
1 5 9,66	Pedro Martins	96 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	25/05/2016	6º Póvoa de Varzim 41033
2 0 0,03	<b>SÉRGIO PEREIRA</b>	97 Jun	CLUBE SPIRIDON GAIA	10/07/2016	3º Viseu 03044
2 0 0,05	Samuel Vieira	97 Jun	CASA DO BENFICA EM PAREDES	25/05/2016	7º Póvoa de Varzim 41033
2 0 0,56	José Aleixo Cruz	96 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	17/07/2016	7º Setubal 03048
2 0 1,02	<b>JOSÉ SILVA</b>	90 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	25/05/2016	9º Póvoa de Varzim 41033
2 0 1,33	Pedro Martins	96 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	26/06/2016	5º Maia 03039
2 0 1,36	Samuel Vieira	97 Jun	CASA DO BENFICA EM PAREDES	10/07/2016	7º Viseu 03044
2 0 1,77	José Aleixo Cruz	96 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	29/05/2016	7º Viana do Castelo 03034
2 0 1,77	<b>JOAQUIM ANTUNES</b>	97 Jun	U DESP DA VÁRZEA	22/06/2016	10º Braga 47021
2 0 1,82	Pedro Martins	96 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	29/05/2016	8º Viana do Castelo 03034
2 0 1,9	Samuel Vieira	97 Jun	CASA DO BENFICA EM PAREDES	17/04/2016	4º Maia 41022
2 0 2,27	Pedro Martins	96 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	17/07/2016	2º Vagos 03049
2 0 2,47	<b>NUNO COSTA</b>	95 S23	U DESP DA VÁRZEA	08/06/2016	7º Lousada 41037
2 0 2,62	<b>FRANCISCO COIMBRA</b>	97 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	25/05/2016	6º Póvoa de Varzim 41033
2 0 2,69	Francisco Coimbra	97 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	22/06/2016	1º Braga 47021
2 0 2,82	<b>PEDRO MEIRELES</b>	89 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	22/06/2016	2º Braga 47021
2 0 2,88	José Aleixo Cruz	96 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	22/06/2016	11º Braga 47021
2 0 3,4	Francisco Coimbra	97 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	17/04/2016	6º Maia 41022
2 0 4,04	<b>SERGIO PEREIRA</b>	97 Jun	CLUBE SPIRIDON GAIA	19/06/2016	4º Viana do Castelo 49023
2 0 4,25	<b>RICARDO LOPES</b>	98 Jun	C ATLETISMO AVINTES	25/05/2016	9º Póvoa de Varzim 41033
2 0 4,26	<b>NUNO MARINHO</b>	97 Jun	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	25/05/2016	10º Póvoa de Varzim 41033
2 0 4,29	Sérgio Pereira	97 Jun	CLUBE SPIRIDON GAIA	29/05/2016	9º Viana do Castelo 03034
2 0 4,44	Nuno Marinho	97 Jun	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	24/07/2016	2º Maia 41041
2 0 4,90	<b>PEDRO MOREIRA</b>	98 Jun	CASA DO BENFICA EM PAREDES	30/04/2016	1º Lousada 41026
2 0 5,17	<b>JOAQUIM NOGUEIRA</b>	82 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	24/07/2016	3º Maia 41041
2 0 5,36	<b>JORGE OLIVEIRA</b>	97 Jun	C DESP DO CANDAL	30/04/2016	2º Lousada 41026

**Masculinos**

<b>800 Metros</b>						Top	2 4 6,99
2 0 5,37	Pedro Moreira	98 Jun	CASA DO BENFICA EM PAREDES	25/05/2016	11º	Póvoa de Varzim 41033	
2 0 5,4	<b>NELSON BRAGA</b>	90 Sen	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	17/04/2016	7º	Maia 41022	
2 0 5,8	Bruno Moreira	87 Sen	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	05/12/2015	2º	Maia 41003	
2 0 5,82	Nelson Braga	90 Sen	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	08/06/2016	3º	Lousada 41037	
2 0 6,16	<b>JOSÉ AZEVEDO</b>	88 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	24/07/2016	4º	Maia 41041	
2 0 6,2	Nuno Marinho	97 Jun	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	05/12/2015	3º	Maia 41003	
2 0 6,39	José Azevedo	88 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	25/05/2016	2º	Póvoa de Varzim 41033	
2 0 6,61	Sérgio Pereira	97 Jun	CLUBE SPIRIDON GAIA	24/07/2016	6º	Maia 41041	
2 0 6,70	Nuno Marinho	97 Jun	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	22/06/2016	6º	Braga 47021	
2 0 7,2	Nelson Braga	90 Sen	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	05/12/2015	4º	Maia 41003	
2 0 7,2	Pedro Moreira	98 Jun	CASA DO BENFICA EM PAREDES	17/04/2016	9º	Maia 41022	
2 0 7,49	<b>SÉRGIO SILVA</b>	95 S23	BOAVISTA F C	08/06/2016	1º	Lousada 41037	
2 0 7,6	Ricardo Lopes	98 Jun	C ATLETISMO AVINTES	17/04/2016	10º	Maia 41022	
2 0 7,64	<b>CARLOS RODRIGUES</b>	96 S23	C DESP DO MARCO	20/02/2016	1º	Póvoa de Varzim 41008	
2 0 7,75	Nuno Marinho	97 Jun	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	19/06/2016	9º	Viana do Castelo 49023	
2 0 7,79	Nelson Braga	90 Sen	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	25/05/2016	12º	Póvoa de Varzim 41033	
2 0 8,31	<b>RICARDO REIS</b>	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	24/07/2016	1º	Maia 41041	
2 0 8,99	<b>RICARDO SÁ</b>	97 Jun	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	08/06/2016	4º	Lousada 41037	
2 0 9,05	Joaquim Nogueira	82 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	08/06/2016	2º	Lousada 41037	
2 0 9,95	Ricardo Sá	97 Jun	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	29/05/2016	11º	Viana do Castelo 03034	
2 1 0,21	<b>RENATO ALMEIDA</b>	96 S23	CASA DO BENFICA EM PAREDES	24/07/2016	2º	Maia 41041	
2 1 1,21	Sérgio Silva	95 S23	BOAVISTA F C	25/05/2016	6º	Póvoa de Varzim 41033	
2 1 1,55	Renato Almeida	96 S23	CASA DO BENFICA EM PAREDES	25/05/2016	7º	Póvoa de Varzim 41033	
2 1 1,7	Ricardo Sá	97 Jun	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	17/04/2016	1º	Maia 41022	
2 1 1,88	<b>TIAGO FERREIRA</b>	96 S23	CLUBE SPIRIDON GAIA	24/07/2016	3º	Maia 41041	
2 1 2,8	Renato Almeida	96 S23	CASA DO BENFICA EM PAREDES	17/04/2016	3º	Maia 41022	
2 1 2,8	<b>MIGUEL MONTEIRO</b>	98 Jun	CASA DO BENFICA EM PAREDES	17/04/2016	2º	Maia 41022	
2 1 3,02	<b>BRUNO CLEBER</b>	88 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	24/07/2016	4º	Maia 41041	
2 1 3,07	<b>EUSÉBIO OLIVEIRA</b>	93 Sen	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	08/06/2016	5º	Lousada 41037	
2 1 4,96	<b>CLÁUDIO AFONSO</b>	98 Jun	CLUBE SPIRIDON GAIA	08/06/2016	4º	Lousada 41037	
2 1 6,09	<b>MAIKER CEITA</b>	89 Sen	C D C VILA NOVA GAIA	26/06/2016	8º	Maia 03039	
2 1 6,33	Francisco Coimbra	97 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	24/07/2016	11º	Maia 41041	
2 1 7,00	<b>BRUNO QUEIRÓS</b>	92 Sen	C S R DESP SANTIAGO	22/06/2016	8º	Braga 47021	
2 1 8,89	Cláudio Afonso	98 Jun	CLUBE SPIRIDON GAIA	24/07/2016	8º	Maia 41041	
2 1 9,45	<b>JORGE GONÇALVES</b>	85 Sen	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	25/05/2016	11º	Póvoa de Varzim 41033	
2 2 0,32	Jorge Gonçalves	85 Sen	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	22/06/2016	10º	Braga 47021	
2 2 0,50	<b>ANTÓNIO MAGALHÃES</b>	94 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	24/07/2016	13º	Maia 41041	
2 2 1,73	Jorge Gonçalves	85 Sen	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	20/02/2016	5º	Póvoa de Varzim 41008	
2 2 2,82	Jorge Gonçalves	85 Sen	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	24/07/2016	9º	Maia 41041	
2 2 3,72	Jorge Gonçalves	85 Sen	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	08/06/2016	6º	Lousada 41037	
2 2 3,83	<b>HÉLDER DIAS</b>	83 Sen	E ATLETISMO TROFA	25/05/2016	12º	Póvoa de Varzim 41033	
2 2 4,71	Jorge Gonçalves	85 Sen	Individual - Porto	08/05/2016	5º	Luso 30039	
2 2 4,99	Jorge Gonçalves	85 Sen	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	03/04/2016	1º	Lousada 41040	
2 2 6,00	<b>DANIEL COSTA</b>	98 Jun	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	25/04/2016	5º	Lourosa 38021	



**Masculinos**

		<b>800 Metros</b>			Top	<b>2 4 6,99</b>
<b>2 2 9,51</b>	<b>ANTÓNIO SOUSA</b>	98 Jun	Individual	24/07/2016	11º	Maia 41041
<b>2 3 5,4</b>	<b>CARLOS CARDOSO</b>	91 Sen	C ATLETISMO AVINTES	17/04/2016	7º	Maia 41022
<b>2 3 5,5</b>	Jorge Gonçalves	85 Sen	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	05/12/2015	10º	Maia 41003
<b>2 4 0,02</b>	<b>LUÍS BACELO</b>	96 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	25/05/2016	13º	Póvoa de Varzim 41033
<b>2 4 6,99</b>	<b>VÍTOR RODRIGUES</b>	82 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	24/07/2016	12º	Maia 41041



**Masculinos****1.500 Metros**

Top 6 4 4,35

3 4 9,90	<b>JOÃO CRUZ</b>	94 S23	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	13/07/2016	1º Braga 47022
3 5 3,43	João Cruz	94 S23	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	21/05/2016	3º Vagos 03033
3 5 4,13	João Cruz	94 S23	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	23/07/2016	2º Maia 41041
3 5 5,34	João Cruz	94 S23	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	04/06/2016	3º Maia 41036
3 5 5,39	<b>HELDER SANTOS</b>	83 Sen	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	23/07/2016	4º Maia 41041
3 5 7,02	João Cruz	94 S23	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	25/06/2016	5º Maia 03039
3 5 9,56	<b>PEDRO SILVA</b>	96 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	23/07/2016	7º Maia 41041
4 0 0,57	<b>CARLOS RODRIGUES</b>	93 Sen	C S R DESP SANTIAGO	23/03/2016	1º Maia 41018
4 0 1,61	João Cruz	94 S23	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	28/05/2016	3º Viana do Castelo 03034
4 0 1,83	<b>GABRIEL RIBEIRO</b>	98 Jun	U DESP DA VÁRZEA	01/05/2016	4º Braga 47017
4 0 2,21	<b>NUNO COSTA</b>	95 S23	U DESP DA VÁRZEA	04/06/2016	8º Maia 41036
4 0 2,55	<b>AVELINO EUSÉBIO</b>	91 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	15/06/2016	7º Maia 41038
4 0 3,06	Pedro Silva	96 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	28/05/2016	4º Viana do Castelo 03034
4 0 3,23	Nuno Costa	95 S23	U DESP DA VÁRZEA	15/06/2016	8º Maia 41038
4 0 4,17	Gabriel Ribeiro	98 Jun	U DESP DA VÁRZEA	15/06/2016	10º Maia 41038
4 0 4,78	<b>JOSÉ SILVA</b>	90 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	15/06/2016	11º Maia 41038
4 0 4,96	<b>JOSÉ AZEVEDO</b>	88 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	13/07/2016	1º Braga 47022
4 0 5,0	Gabriel Ribeiro	98 Jun	U DESP DA VÁRZEA	16/04/2016	3º Maia 41022
4 0 6,30	<b>TONY CALVO</b>	81 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	04/06/2016	11º Maia 41036
4 0 6,52	<b>FRANCISCO COIMBRA</b>	97 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	04/06/2016	12º Maia 41036
4 0 6,73	<b>PAULO BARBOSA</b>	94 S23	C S R DESP SANTIAGO	23/03/2016	4º Maia 41018
4 0 6,80	Gabriel Ribeiro	98 Jun	U DESP DA VÁRZEA	23/03/2016	5º Maia 41018
4 0 7,05	<b>VITOR GALHARDO</b>	95 S23	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	15/06/2016	1º Maia 41038
4 0 7,5	Vitor Galhardo	95 S23	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	16/04/2016	4º Maia 41022
4 0 7,59	Gabriel Ribeiro	98 Jun	U DESP DA VÁRZEA	04/06/2016	14º Maia 41036
4 0 8,20	<b>JOAQUIM ANTUNES</b>	97 Jun	U DESP DA VÁRZEA	08/06/2016	4º Lousada 41037
4 0 8,32	<b>JOSÉ ALEIXO CRUZ</b>	96 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	15/06/2016	3º Maia 41038
4 0 8,37	<b>BRUNO MOREIRA</b>	87 Sen	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	15/06/2016	12º Maia 41038
4 0 9,05	<b>TIAGO ANTUNES</b>	97 Jun	U DESP DA VÁRZEA	04/06/2016	17º Maia 41036
4 0 9,5	<b>BRUNO SILVA</b>	95 S23	A R L V GONDOMARENSE	16/04/2016	5º Maia 41022
4 0 9,71	João Cruz	94 S23	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	16/07/2016	2º Setubal 03048
4 1 0,50	<b>PEDRO MEIRELES</b>	89 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	08/06/2016	5º Lousada 41037
4 1 0,9	<b>SAMUEL VIEIRA</b>	97 Jun	CASA DO BENFICA EM PAREDES	16/04/2016	6º Maia 41022
4 1 2,81	Bruno Silva	95 S23	A R L V GONDOMARENSE	23/03/2016	7º Maia 41018
4 1 3,10	Joaquim Antunes	97 Jun	U DESP DA VÁRZEA	15/06/2016	13º Maia 41038
4 1 3,56	Pedro Silva	96 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	16/07/2016	1º Vagos 03049
4 1 3,7	Francisco Coimbra	97 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	16/04/2016	8º Maia 41022
4 1 4,20	Samuel Vieira	97 Jun	CASA DO BENFICA EM PAREDES	08/06/2016	6º Lousada 41037
4 1 4,66	Joaquim Antunes	97 Jun	U DESP DA VÁRZEA	09/07/2016	9º Viseu 03044
4 1 4,87	Bruno Silva	95 S23	A R L V GONDOMARENSE	21/11/2015	2º Maia 41001
4 1 5,30	Samuel Vieira	97 Jun	CASA DO BENFICA EM PAREDES	15/06/2016	7º Maia 41038
4 1 5,7	Carlos Rodrigues	93 Sen	C S R DESP SANTIAGO	02/04/2016	1º Póvoa de Varzim 41019
4 1 5,74	Francisco Coimbra	97 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	09/07/2016	11º Viseu 03044
4 1 6,79	<b>TIAGO SILVA</b>	97 Jun	GINÁDIO DA TROFA	23/03/2016	10º Maia 41018

**Masculinos****1.500 Metros**

Top 6 4 4,35

4 1 6,97	<b>SAMUEL NUNES</b>	90 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	28/05/2016	8º	Viana do Castelo 03034
4 1 7,14	Pedro Meireles	89 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	15/06/2016	8º	Maia 41038
4 1 7,9	Vitor Galhardo	95 S23	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	02/04/2016	2º	Póvoa de Varzim 41019
4 1 9,1	Paulo Barbosa	94 S23	C S R DESP SANTIAGO	02/04/2016	3º	Póvoa de Varzim 41019
4 1 9,94	<b>RICARDO SÁ</b>	97 Jun	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	15/06/2016	3º	Maia 41038
4 2 0,11	Pedro Meireles	89 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	28/05/2016	10º	Viana do Castelo 03034
4 2 0,68	José Azevedo	88 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	23/07/2016	10º	Maia 41041
4 2 0,73	<b>NUNO MARINHO</b>	97 Jun	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	15/06/2016	4º	Maia 41038
4 2 0,91	<b>PEDRO MOREIRA</b>	98 Jun	CASA DO BENFICA EM PAREDES	23/03/2016	12º	Maia 41018
4 2 1,17	Francisco Coimbra	97 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	18/06/2016	1º	Viana do Castelo 49023
4 2 1,53	<b>SÉRGIO PEREIRA</b>	97 Jun	CLUBE SPIRIDON GAIA	08/06/2016	7º	Lousada 41037
4 2 1,76	Vitor Galhardo	95 S23	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	23/07/2016	11º	Maia 41041
4 2 2,06	<b>RUI LEITE</b>	96 S23	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	23/03/2016	3º	Maia 41018
4 2 2,40	<b>CARLOS RODRIGUES</b>	96 Jun	C DESP DO MARCO	21/11/2015	3º	Maia 41001
4 2 2,6	<b>PEDRO MARTINS</b>	96 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	16/04/2016	10º	Maia 41022
4 2 3,0	Tiago Silva	97 Jun	GINÁDIO DA TROFA	16/04/2016	11º	Maia 41022
4 2 4,06	<b>DIOGO MOTA</b>	98 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	23/03/2016	4º	Maia 41018
4 2 4,20	Rui Leite	96 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	21/11/2015	4º	Maia 41001
4 2 4,98	Diogo Mota	98 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	08/06/2016	8º	Lousada 41037
4 2 5,38	<b>PEDRO GAUDÊNCIO</b>	98 Jun	U DESP DA VÂRZEA	15/06/2016	11º	Maia 41038
4 2 6,12	Pedro Gaudêncio	98 Jun	U DESP DA VÂRZEA	01/05/2016	8º	Braga 47017
4 2 6,70	Nuno Marinho	97 Jun	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	21/11/2015	6º	Maia 41001
4 2 6,77	Nuno Marinho	97 Jun	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	13/07/2016	9º	Braga 47022
4 2 7,4	Pedro Moreira	98 Jun	CASA DO BENFICA EM PAREDES	02/04/2016	6º	Póvoa de Varzim 41019
4 2 7,56	José Aleixo Cruz	96 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	12º	Maia 41041
4 2 8,04	<b>JORGE OLIVEIRA</b>	97 Jun	C DESP DO CANDAL	21/11/2015	7º	Maia 41001
4 2 8,33	<b>DIOGO NOGUEIRA</b>	86 Sen	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	15/06/2016	12º	Maia 41038
4 2 8,49	<b>SÉRGIO SILVA</b>	95 S23	BOAVISTA F C	15/06/2016	5º	Maia 41038
4 2 9,18	<b>RICARDO SA</b>	97 Jun	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	18/06/2016	2º	Viana do Castelo 49023
4 2 9,23	<b>BRUNO PEREIRA</b>	98 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	15/06/2016	6º	Maia 41038
4 2 9,45	Sérgio Silva	95 S23	BOAVISTA F C	23/07/2016	9º	Maia 41041
4 2 9,48	Samuel Vieira	97 Jun	CASA DO BENFICA EM PAREDES	21/11/2015	8º	Maia 41001
4 2 9,53	<b>RICARDO LOPES</b>	98 Jun	C ATLETISMO AVINTES	23/03/2016	10º	Maia 41018
4 3 0,17	Ricardo Sá	97 Jun	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	21/11/2015	3º	Maia 41001
4 3 0,5	Nuno Marinho	97 Jun	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	16/04/2016	12º	Maia 41022
4 3 0,84	Ricardo Lopes	98 Jun	C ATLETISMO AVINTES	30/04/2016	2º	Lousada 41026
4 3 1,2	Rui Leite	96 S23	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	02/04/2016	7º	Póvoa de Varzim 41019
4 3 2,0	Pedro Moreira	98 Jun	CASA DO BENFICA EM PAREDES	16/04/2016	13º	Maia 41022
4 3 2,20	Nuno Marinho	97 Jun	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	23/03/2016	11º	Maia 41018
4 3 2,3	<b>MIGUEL MONTEIRO</b>	98 Jun	CASA DO BENFICA EM PAREDES	16/04/2016	14º	Maia 41022
4 3 3,05	<b>ANTÓNIO MAGALHÃES</b>	94 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	21/11/2015	4º	Maia 41001
4 3 3,3	<b>BRUNO QUEIRÓS</b>	92 Sen	C S R DESP SANTIAGO	02/04/2016	8º	Póvoa de Varzim 41019
4 3 4,47	<b>PEDRO SOUSA</b>	96 S23	CLUBE SPIRIDON GAIA	13/07/2016	2º	Braga 47022
4 3 5,75	<b>TIAGO FARIA</b>	94 S23	CLUBE SPIRIDON GAIA	13/07/2016	3º	Braga 47022

**Masculinos****1.500 Metros**

Top 6 4 4,35

4 3 6,53	Sérgio Silva	95 S23	BOAVISTA F C	23/03/2016	2º Maia 41018
4 3 7,13	<b>TIAGO FERREIRA</b>	96 S23	CLUBE SPIRIDON GAIA	13/07/2016	5º Braga 47022
4 3 7,17	<b>ANDRÉ FONSECA</b>	94 S23	A R L V GONDOMARENSE	21/11/2015	10º Maia 41001
4 3 7,29	Ricardo Lopes	98 Jun	INDIVIDUAL - PORTO	23/07/2016	1º Maia 41041
4 3 7,69	Bruno Queirós	92 Sen	C S R DESP SANTIAGO	23/03/2016	14º Maia 41018
4 3 7,8	Sérgio Silva	95 S23	BOAVISTA F C	16/04/2016	15º Maia 41022
4 3 9,07	André Fonseca	94 S23	A R L V GONDOMARENSE	23/03/2016	13º Maia 41018
4 3 9,6	<b>NELSON BRAGA</b>	90 Sen	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	16/04/2016	16º Maia 41022
4 3 9,94	<b>HUGO FERREIRA</b>	98 Jun	BOAVISTA F C	23/03/2016	14º Maia 41018
4 4 0,28	Tiago Ferreira	96 S23	CLUBE SPIRIDON GAIA	08/06/2016	10º Lousada 41037
4 4 0,96	<b>BRUNO CLEBER</b>	88 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	28/05/2016	11º Viana do Castelo 03034
4 4 2,9	Nuno Marinho	97 Jun	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	02/04/2016	10º Póvoa de Varzim 41019
4 4 3,78	Tiago Ferreira	96 S23	CLUBE SPIRIDON GAIA	23/07/2016	3º Maia 41041
4 4 4,40	<b>EUSÉBIO OLIVEIRA</b>	93 Sen	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	15/06/2016	14º Maia 41038
4 4 6,16	<b>PEDRO VILA COVA</b>	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	01/06/2016	1º Leiria 24049
4 4 6,53	Nelson Braga	90 Sen	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	21/11/2015	6º Maia 41001
4 4 7,24	<b>RENATO ALMEIDA</b>	96 S23	CASA DO BENFICA EM PAREDES	23/07/2016	7º Maia 41041
4 4 7,7	Hugo Ferreira	98 Jun	BOAVISTA F C	16/04/2016	17º Maia 41022
4 4 7,70	Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	26/06/2016	1º Maia 03040
4 4 7,70	Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	26/06/2016	1º Maia 03040
4 4 9,27	Hugo Ferreira	98 Jun	BOAVISTA F C	15/06/2016	10º Maia 41038
4 5 2,27	Hugo Ferreira	98 Jun	BOAVISTA F C	18/06/2016	6º Viana do Castelo 49023
4 5 2,93	<b>PEDRO FERREIRA</b>	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	26/06/2016	2º Maia 03040
4 5 3,5	Miguel Monteiro	98 Jun	CASA DO BENFICA EM PAREDES	02/04/2016	11º Póvoa de Varzim 41019
4 5 4,15	<b>PAULO ROSA</b>	96 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	16/07/2016	7º Vagos 03049
4 5 5,33	<b>BRUNO OLIVEIRA</b>	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	21/11/2015	10º Maia 41001
4 5 8,41	<b>HÉLDER DIAS</b>	83 Sen	E ATLETISMO TROFA	23/03/2016	5º Maia 41018
4 5 9,4	<b>JORGE GONÇALVES</b>	85 Sen	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	16/04/2016	18º Maia 41022
5 0 2,73	<b>MAIKER CEITA</b>	89 Sen	C D C VILA NOVA GAIA	25/06/2016	15º Maia 03039
5 0 3,50	<b>CLÁUDIO AFONSO</b>	98 Jun	CLUBE SPIRIDON GAIA	23/07/2016	10º Maia 41041
5 0 4,80	Jorge Gonçalves	85 Sen	Individual - Porto	07/05/2016	4º Luso 30039
5 0 7,80	Jorge Gonçalves	85 Sen	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	21/11/2015	15º Maia 41001
5 1 1,46	<b>TIAGO SOUSA</b>	97 Jun	Individual	15/06/2016	13º Maia 41038
5 1 3,56	<b>GILBERTO CARVALHO</b>	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	03/04/2016	1º Luso 38016
5 4 2,03	<b>DIOGO CAMPOS</b>	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	03/04/2016	2º Luso 38016
5 4 5,41	<b>VÍTOR RODRIGUES</b>	82 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	23/07/2016	11º Maia 41041
5 4 6,06	<b>ANDRE MIRANDA</b>	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	03/04/2016	3º Luso 38016
6 0 9,30	<b>MIGUEL FERREIRA</b>	96 S23	Spiridon Gaia	03/04/2016	4º Luso 38016
6 3 5,50	<b>RUI MACHADO</b>	83 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	07/05/2016	5º Luso 30039
6 4 4,35	Rui Machado	83 Sen	Individual	23/07/2016	12º Maia 41041

**Masculinos****3.000 Metros**

Top 1 3 4 5,84

8 3 4,32	<b>HELDER SANTOS</b>	83 Sen	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	29/05/2016	1º	Viana do Castelo 03034
8 3 7,63	<b>JOÃO CRUZ</b>	94 S23	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	30/04/2016	1º	Lousada 41026
8 3 8,86	<b>AVELINO EUSÉBIO</b>	91 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	29/05/2016	2º	Viana do Castelo 03034
8 4 0,77	Helder Santos	83 Sen	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	17/07/2016	1º	Setubal 03048
8 4 3,24	<b>PAULO BARBOSA</b>	94 S23	C S R DESP SANTIAGO	08/06/2016	3º	Lousada 41037
8 4 5,84	<b>CARLOS RODRIGUES</b>	93 Sen	C S R DESP SANTIAGO	16/04/2016	1º	Braga 47016
8 4 8,55	<b>JOÃO FERREIRA</b>	96 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	08/06/2016	4º	Lousada 41037
8 5 1,50	<b>GABRIEL RIBEIRO</b>	98 Jun	U DESP DA VÁRZEA	08/06/2016	5º	Lousada 41037
8 5 6,52	Paulo Barbosa	94 S23	C S R DESP SANTIAGO	16/04/2016	2º	Braga 47016
9 0 3,84	Avelino Eusébio	91 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	17/07/2016	1º	Vagos 03049
9 0 6,71	Gabriel Ribeiro	98 Jun	U DESP DA VÁRZEA	10/07/2016	3º	Viseu 03044
9 1 2,72	<b>SAMUEL NUNES</b>	90 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	29/05/2016	7º	Viana do Castelo 03034
9 1 8,06	<b>BRUNO QUEIRÓS</b>	92 Sen	C S R DESP SANTIAGO	08/06/2016	7º	Lousada 41037
9 2 0,91	<b>PEDRO MEIRELES</b>	89 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	29/05/2016	8º	Viana do Castelo 03034
9 2 1,17	Pedro Meireles	89 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	17/07/2016	7º	Setubal 03048
9 2 2,24	<b>CESAR VILASBOAS</b>	81 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	17/07/2016	2º	Vagos 03049
9 2 5,41	<b>ANTÓNIO COSTA</b>	69 Vet	U DESP DA VÁRZEA	08/06/2016	8º	Lousada 41037
9 2 6,49	<b>PEDRO MOREIRA</b>	98 Jun	CASA DO BENFICA EM PAREDES	08/06/2016	9º	Lousada 41037
9 2 7,41	<b>BRUNO PEREIRA</b>	98 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	08/06/2016	10º	Lousada 41037
9 2 8,45	<b>TONY CALVO</b>	81 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	08/06/2016	11º	Lousada 41037
9 3 0,23	Samuel Nunes	90 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	15/05/2016	1º	Viana do Castelo 49019
9 3 3,54	<b>SAMUEL VIEIRA</b>	97 Jun	CASA DO BENFICA EM PAREDES	30/04/2016	4º	Lousada 41026
9 3 5,90	<b>PEDRO GAUDÊNCIO</b>	98 Jun	U DESP DA VÁRZEA	08/06/2016	12º	Lousada 41037
9 3 6,18	Bruno Queirós	92 Sen	C S R DESP SANTIAGO	16/04/2016	8º	Braga 47016
9 3 6,96	Pedro Moreira	98 Jun	CASA DO BENFICA EM PAREDES	21/05/2016	6º	Maia 41032
9 3 7,37	Samuel Nunes	90 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	04/06/2016	1º	Vila Nova de Cerveira 49021
9 4 1,62	<b>NELSON MAGALHAES</b>	77 Vet	U DESP DA VÁRZEA	08/06/2016	14º	Lousada 41037
9 4 7,72	<b>SÉRGIO SILVA</b>	95 S23	BOAVISTA F C	21/05/2016	8º	Maia 41032
9 4 8,03	<b>TIAGO FARIA</b>	94 S23	CLUBE SPIRIDON GAIA	21/05/2016	9º	Maia 41032
9 4 9,74	António Costa	69 V35	U DESP DA VÁRZEA	03/04/2016	1º	Lousada 41040
9 5 3,32	<b>MIGUEL MONTEIRO</b>	98 Jun	CASA DO BENFICA EM PAREDES	30/04/2016	5º	Lousada 41026
9 5 4,80	<b>BRUNO CLEBER</b>	88 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	29/05/2016	9º	Viana do Castelo 03034
9 5 5,97	<b>PEDRO SOUSA</b>	96 S23	CLUBE SPIRIDON GAIA	29/05/2016	11º	Viana do Castelo 03034
9 5 6,47	Tiago Faria	94 S23	CLUBE SPIRIDON GAIA	08/06/2016	15º	Lousada 41037
9 5 9,62	Pedro Sousa	96 S23	CLUBE SPIRIDON GAIA	08/06/2016	16º	Lousada 41037
10 1 1,14	<b>ADELINO SILVA</b>	72 V35	G D REC DA RETORTA	03/04/2016	2º	Lousada 41040
10 1 7,13	<b>HUGO FERREIRA</b>	98 Jun	BOAVISTA F C	08/06/2016	17º	Lousada 41037
10 1 7,52	<b>BALTASAR DE SOUSA</b>	69 Vet	BOAVISTA F C	08/06/2016	18º	Lousada 41037
10 2 7,1	<b>MÁRIO CONTREIRAS</b>	67 V35	C D S SALVADOR CAMPO	06/12/2015	1º	Maia 41003
10 3 9,04	<b>BELMIRO RODRIGUES</b>	62 V50	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	03/04/2016	3º	Lousada 41040
10 4 5,26	<b>CARLOS DIAS</b>	67 Vet	AC FERNANDA RIBEIRO	08/06/2016	20º	Lousada 41037
10 4 6,74	<b>TELMO CARDOSO</b>	75 Vet	A DESP LUSTOSA	08/06/2016	21º	Lousada 41037
10 4 9,2	<b>ORLANDO OLIVEIRA</b>	56 V50	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	06/12/2015	1º	Maia 41003
10 4 9,2	<b>JÚLIO RIBEIRO</b>	66 V35	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	06/12/2015	2º	Maia 41003

**Masculinos**

<b>3.000 Metros</b>						Top	1 3 4 5,84
1 0 5 0,37	Hugo Ferreira	98 Jun	BOAVISTA F C	19/06/2016	11º	Viana do Castelo 49023	
1 0 5 0,9	<b>ABÍLIO SILVA</b>	71 V35	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	06/12/2015	3º	Maia 41003	
1 0 5 7,14	Júlio Ribeiro	66 V50	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	03/04/2016	4º	Lousada 41040	
1 0 5 7,7	<b>FILIPE LEITE</b>	72 V35	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	06/12/2015	4º	Maia 41003	
1 0 5 9,64	Abílio Silva	71 V35	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	03/04/2016	5º	Lousada 41040	
1 1 0 0,70	<b>PEDRO DIAS</b>	72 Vet	BOAVISTA F C	08/06/2016	22º	Lousada 41037	
1 1 0 4,8	<b>DOMINGOS PINTO</b>	59 V50	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	06/12/2015	2º	Maia 41003	
1 1 1 1,1	<b>PEDRO ELIAS</b>	71 V35	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	06/12/2015	5º	Maia 41003	
1 1 2 4,14	<b>JOSÉ MORAIS</b>	68 V35	C ATLETISMO AVINTES	03/04/2016	6º	Lousada 41040	
1 1 3 1,94	<b>MANUEL SÁ</b>	59 V50	C ATLETISMO DO PORTO	03/04/2016	7º	Lousada 41040	
1 2 2 0,1	<b>DOMINGOS MOREIRA</b>	45 V50	C ATLETISMO DO PORTO	06/12/2015	3º	Maia 41003	
1 2 3 4,1	<b>ANTÓNIO SOUSA</b>	64 V50	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	06/12/2015	4º	Maia 41003	
1 2 4 6,24	Domingos Moreira	45 V50	C ATLETISMO DO PORTO	03/04/2016	8º	Lousada 41040	
1 2 5 0,2	<b>AURÉLIO COSTA</b>	68 V35	A CLUBE ALFENENSE	06/12/2015	6º	Maia 41003	
1 3 1 2,4	<b>ANSELMO MOREIRA</b>	54 V50	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	06/12/2015	5º	Maia 41003	
1 3 4 5,84	Anselmo Moreira	54 V50	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	03/04/2016	9º	Lousada 41040	





**Masculinos****5.000 Metros**Top **1 9 0 8,38**

1 4 5 1,54	<b>PAULO BARBOSA</b>	94 S23	C S R DESP SANTIAGO	25/06/2016	14º	Maia 03039
1 4 5 2,69	Paulo Barbosa	94 S23	C S R DESP SANTIAGO	04/06/2016	14º	Maia 41036
1 4 5 9,15	<b>VÍTOR OLIVEIRA</b>	81 V35	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	16/07/2016	2º	Setubal 03048
1 5 0 0,28	Vítor Oliveira	81 Sen	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	28/05/2016	1º	Viana do Castelo 03034
1 5 1 1,63	<b>AVELINO EUSÉBIO</b>	91 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	22/06/2016	2º	Braga 47021
1 5 3 1,59	<b>JOSÉ AZEVEDO</b>	88 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	28/05/2016	4º	Viana do Castelo 03034
1 5 3 9,03	<b>AMÉRICO MOREIRA</b>	89 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	28/05/2016	5º	Viana do Castelo 03034
1 5 4 3,23	<b>NUNO COSTA</b>	95 S23	U DESP DA VÁRZEA	30/04/2016	3º	Luso 38022
1 5 4 3,45	<b>MÁRIO FONSECA</b>	81 V35	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	28/05/2016	6º	Viana do Castelo 03034
1 5 4 5,79	<b>HUGO DANIEL SANTOS</b>	90 Sen	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	23/07/2016	4º	Maia 41041
1 5 5 8,58	<b>DELFIN CONCEICAO</b>	71 Vet	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	23/07/2016	5º	Maia 41041
1 6 0 0,78	Avelino Eusébio	91 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	16/07/2016	1º	Vagos 03049
1 6 0 8,71	<b>JOSÉ ALEIXO CRUZ</b>	96 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	28/05/2016	7º	Viana do Castelo 03034
1 6 2 9,01	<b>FILIPE COUTINHO</b>	91 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	22/06/2016	3º	Braga 47021
1 6 2 9,75	<b>CESAR VILASBOAS</b>	81 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	16/07/2016	3º	Vagos 03049
1 6 4 6,85	<b>BRUNO SANTIAGO</b>	83 Sen	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	23/07/2016	8º	Maia 41041
1 6 4 8,07	<b>DINIS GONÇALVES</b>	75 Vet	C DESP DO MARCO	23/07/2016	9º	Maia 41041
1 6 4 8,19	<b>MIGUEL MONTEIRO</b>	98 Jun	CASA DO BENFICA EM PAREDES	18/06/2016	2º	Viana do Castelo 49023
1 7 0 5,38	<b>PEDRO FERREIRA</b>	76 Vet	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	23/07/2016	10º	Maia 41041
1 7 0 6,94	<b>ROBERTO MARQUES</b>	75 Vet	GRUPO REC. ESTRELA BONFIM	23/07/2016	11º	Maia 41041
1 7 1 4,26	<b>BRUNO CLEBER</b>	88 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	23/07/2016	12º	Maia 41041
1 7 1 8,49	<b>PEDRO MOREIRA</b>	98 Jun	CASA DO BENFICA EM PAREDES	22/06/2016	4º	Braga 47021
1 7 4 1,12	<b>BRUNO PEREIRA</b>	98 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	16/07/2016	8º	Setubal 03048
1 7 4 9,12	Bruno Pereira	98 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	13º	Maia 41041
1 7 5 8,59	<b>PEDRO SOUSA</b>	96 S23	CLUBE SPIRIDON GAIA	23/07/2016	14º	Maia 41041
1 8 1 6,17	<b>SERGIO SANTOS</b>	78 Vet	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	23/07/2016	15º	Maia 41041
1 8 4 9,58	<b>TIAGO FERREIRA</b>	96 S23	CLUBE SPIRIDON GAIA	28/05/2016	9º	Viana do Castelo 03034
1 9 0 8,38	<b>DOMINGOS PINTO</b>	59 V55	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	28/05/2016	10º	Viana do Castelo 03034



Ranking 2016

Absoluto ( até Veteranos M80) Ar Livre

**Masculinos****10.000 Metros**

Top 4 7 1 4,39

2 9 1 9,22	<b>HELDER SANTOS</b>	83 Sen	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	03/04/2016	9º	Maia 03024
3 2 3 0,17	<b>CARLOS RODRIGUES</b>	93 Sen	C S R DESP SANTIAGO	19/03/2016	1º	Maia 41016
3 2 4 5,51	<b>PAULO BARBOSA</b>	94 S23	C S R DESP SANTIAGO	19/03/2016	2º	Maia 41016
3 3 0 0,76	<b>CARLOS SILVA</b>	92 Sen	C S R DESP SANTIAGO	19/03/2016	3º	Maia 41016
3 3 5 8,95	<b>TONY CALVO</b>	81 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	03/04/2016	13º	Maia 03024
3 4 0 6,40	<b>VITOR GALHARDO</b>	95 S23	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	19/03/2016	4º	Maia 41016
3 4 1 8,16	<b>DELFIN CONCEICAO</b>	71 Vet	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	19/03/2016	5º	Maia 41016
3 4 2 2,58	<b>JOÃO CAVADAS</b>	67 Vet	C S R DESP SANTIAGO	19/03/2016	6º	Maia 41016
3 4 2 9,40	<b>BRUNO QUEIRÓS</b>	92 Sen	C S R DESP SANTIAGO	19/03/2016	7º	Maia 41016
3 4 3 7,76	<b>BRUNO SANTIAGO</b>	83 Sen	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	19/03/2016	8º	Maia 41016
3 4 4 9,68	<b>PEDRO FERREIRA</b>	76 Vet	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	19/03/2016	9º	Maia 41016
3 4 5 1,38	<b>JOSÉ ALEIXO CRUZ</b>	96 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	03/04/2016	5º	Maia 03024
3 4 5 6,27	<b>BRUNO SILVA</b>	95 S23	A R L V GONDOMARENSE	19/03/2016	10º	Maia 41016
3 5 0 3,22	<b>DINIS GONÇALVES</b>	75 Vet	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	19/03/2016	11º	Maia 41016
3 5 0 9,11	<b>SÉRGIO SOUSA</b>	72 Vet	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	19/03/2016	12º	Maia 41016
3 5 4 5,39	<b>RUI LEITE</b>	96 S23	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	19/03/2016	1º	Maia 41016
3 6 0 8,69	<b>DOMINGOS SILVA</b>	80 Vet	NASCIDOS PARA CORRER	19/03/2016	2º	Maia 41016
3 6 1 5,22	<b>ANTÓNIO PIRES</b>	90 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	19/03/2016	13º	Maia 41016
3 6 1 5,89	<b>DIOGO MOTA</b>	98 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	19/03/2016	3º	Maia 41016
3 6 1 8,25	<b>JOSÉ VIEIRA</b>	68 Vet	C S R DESP SANTIAGO	19/03/2016	14º	Maia 41016
3 6 2 5,84	<b>RICARDO SÁ</b>	97 Jun	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	19/03/2016	4º	Maia 41016
3 6 2 5,95	<b>BELMIRO RODRIGUES</b>	62 Vet	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	19/03/2016	5º	Maia 41016
3 6 3 8,85	<b>SERGIO SANTOS</b>	78 Vet	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	19/03/2016	15º	Maia 41016
3 6 5 2,75	António Pires	90 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	03/04/2016	13º	Maia 03024
3 6 5 7,91	<b>BRUNO PEREIRA</b>	98 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	03/04/2016	14º	Maia 03024
3 7 0 0,08	<b>NUNO MARINHO</b>	97 Jun	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	19/03/2016	16º	Maia 41016
3 7 0 4,37	<b>PEDRO SILVA PEREIRA</b>	74 Vet	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	19/03/2016	17º	Maia 41016
3 7 5 8,04	<b>PAULO HERBERT</b>	67 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	19/03/2016	6º	Maia 41016
3 8 1 8,06	<b>DOMINGOS PRESAS</b>	66 Vet	NASCIDOS PARA CORRER	19/03/2016	7º	Maia 41016
3 8 3 0,98	<b>JÚLIO RIBEIRO</b>	66 Vet	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	19/03/2016	8º	Maia 41016
3 8 3 6,72	<b>JORGE OLIVEIRA</b>	75 Vet	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	19/03/2016	9º	Maia 41016
3 8 4 8,40	<b>ANDRÉ BOTELHO</b>	75 Vet	NASCIDOS PARA CORRER	19/03/2016	10º	Maia 41016
3 8 5 4,61	<b>FILIPE LEITE</b>	72 Vet	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	19/03/2016	11º	Maia 41016
3 9 1 4,40	<b>JORGE GONÇALVES</b>	85 Sen	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	19/03/2016	18º	Maia 41016
3 9 1 6,10	<b>HUGO PINTO</b>	84 Sen	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	19/03/2016	19º	Maia 41016
3 9 1 8,66	<b>NUNO VIDAL</b>	75 Vet	NASCIDOS PARA CORRER	19/03/2016	12º	Maia 41016
3 9 2 2,33	<b>NELSON MARQUES</b>	79 Vet	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	19/03/2016	20º	Maia 41016
3 9 4 4,22	<b>PEDRO COSTA</b>	96 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	19/03/2016	13º	Maia 41016
4 0 0 4,35	<b>DOMINGOS PINTO</b>	59 Vet	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	19/03/2016	14º	Maia 41016
4 0 0 6,35	<b>ANTÓNIO NASCIMENTO</b>	63 Vet	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	19/03/2016	15º	Maia 41016
4 0 2 3,24	<b>ORLANDO OLIVEIRA</b>	56 Vet	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	19/03/2016	16º	Maia 41016
4 0 3 2,14	<b>VIRGÍLIO VIEIRA</b>	78 Vet	NASCIDOS PARA CORRER	19/03/2016	17º	Maia 41016
4 0 4 6,01	<b>OSÓRIO PINTO</b>	61 Vet	C S R DESP SANTIAGO	19/03/2016	21º	Maia 41016
4 1 2 3,35	<b>MANUEL SÁ</b>	59 Vet	C ATLETISMO DO PORTO	19/03/2016	18º	Maia 41016



**Masculinos**

**10.000 Metros**

Top 4 7 1 4,39

4 1 2 3,82	Pedro Costa	96 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	03/04/2016	29º	Maia 03024
4 1 3 8,32	<b>HÉLDER TEIXEIRA</b>	76 Vet	NASCIDOS PARA CORRER	19/03/2016	19º	Maia 41016
4 2 3 0,48	<b>FERNANDO PEREIRA</b>	55 Vet	C ATLETISMO AVINTES	19/03/2016	20º	Maia 41016
4 2 4 4,31	<b>JOSÉ ANDRADE</b>	80 Vet	NASCIDOS PARA CORRER	19/03/2016	21º	Maia 41016
4 5 2 6,06	<b>ADÃO DIAS</b>	51 Vet	NASCIDOS PARA CORRER	19/03/2016	22º	Maia 41016
4 7 1 4,39	<b>ANTÓNIO SOUSA</b>	64 Vet	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	19/03/2016	23º	Maia 41016





Ranking 2016

Absoluto ( até Veteranos M80) Ar Livre

**Masculinos****110 M Barreiras-1.06**

Top

2 3,67

<b>1 5,66</b>	+ 0,5	<b>PEDRO FERREIRA</b>	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	26/06/2016	3º	Maia 03040
<b>1 5,99</b>	+ 0,5	<b>PEDRO VILA COVA</b>	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	26/06/2016	4º	Maia 03040
<b>1 5,99</b>	+ 0,5	Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	26/06/2016	4º	Maia 03040
<b>1 6,13</b>	- 0,7	Pedro Ferreira	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	29/05/2016	1º	Viana do Castelo 03034
<b>1 6,13</b>	+ 0,2	Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	01/06/2016	1º	Leiria 24049
<b>1 6,59</b>	- 4,3	<b>ANDRÉ SILVA</b>	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	17/07/2016	6º	Setubal 03048
<b>1 7,31</b>	+ 0,4	André Silva	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	29/05/2016	3º	Viana do Castelo 03034
<b>1 7,80</b>	- 0,9	<b>GILBERTO CARVALHO</b>	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	03/04/2016	1º	Luso 38016
<b>1 7,99</b>	+ 0,9	<b>FRANCISCO ÉVORA</b>	91 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	17/07/2016	3º	Vagos 03049
<b>1 9,49</b>	- 0,7	Gilberto Carvalho	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	29/05/2016	3º	Viana do Castelo 03034
<b>1 9,83</b>	- 0,9	<b>DIOGO CAMPOS</b>	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	03/04/2016	2º	Luso 38016
<b>1 9,91</b>	+ 0,4	<b>MARCO MOREIRA</b>	97 Jun	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	29/05/2016	5º	Viana do Castelo 03034
<b>2 1,62</b>	+ 0,9	<b>CARLOS SILVA</b>	93 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	17/07/2016	5º	Vagos 03049

**Marcas com vento antiregulamentar**

<b>1 6,60</b>		André Silva	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	24/07/2016	1º	Maia 41041
<b>1 9,44</b>		Diogo Campos	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	24/07/2016	3º	Maia 41041
<b>2 2,53</b>		Carlos Silva	93 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	24/07/2016	5º	Maia 41041
<b>2 3,67</b>		Gilberto Carvalho	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	24/07/2016	6º	Maia 41041





Ranking 2016

Absoluto ( até Veteranos M80) Ar Livre

**Masculinos****400 M Barreiras-0.91**

Top 7 1,01

5 5,70	<b>DANIEL REIS</b>	95 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	26/06/2016	1º	Maia 03039
5 5,77	<b>TOMÁS BAPTISTA</b>	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	04/06/2016	2º	Maia 41036
5 5,99	Tomás Baptista	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	17/07/2016	2º	Setubal 03048
5 6,01	Tomás Baptista	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	26/06/2016	6º	Maia 03039
5 6,10	Tomás Baptista	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	08/06/2016	1º	Lousada 41037
5 6,17	Daniel Reis	95 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	08/06/2016	2º	Lousada 41037
5 6,34	Tomás Baptista	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	25/05/2016	1º	Póvoa de Varzim 41033
5 6,58	Tomás Baptista	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	2º	Maia 41041
5 6,91	Daniel Reis	95 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	04/06/2016	3º	Maia 41036
5 7,31	Tomás Baptista	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	29/05/2016	3º	Viana do Castelo 03034
5 8,25	Daniel Reis	95 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	25/05/2016	2º	Póvoa de Varzim 41033
5 8,35	<b>ANDRÉ GOMES</b>	98 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	17/07/2016	2º	Vagos 03049
5 8,61	André Gomes	98 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	23/07/2016	3º	Maia 41041
5 9,96	André Gomes	98 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	29/05/2016	2º	Viana do Castelo 03034
6 1,22	<b>ANTÓNIO MAGALHÃES</b>	94 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	08/06/2016	3º	Lousada 41037
6 4,24	André Gomes	98 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	10/07/2016	5º	Viseu 03044
6 9,35	<b>GILBERTO CARVALHO</b>	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	23/07/2016	5º	Maia 41041
6 9,60	<b>DANIEL COSTA</b>	98 Jun	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	29/05/2016	4º	Viana do Castelo 03034
7 1,01	Daniel Costa	98 Jun	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	08/06/2016	4º	Lousada 41037





Ranking 2016

Absoluto ( até Veteranos M80) Ar Livre

**Masculinos****3.000 Mt.Obstáculos**

Top 1 1 4 5,71

9 4 5,54	<b>JOÃO FERREIRA</b>	96 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	17/07/2016	1º	Vagos 03049
9 4 5,89	<b>AMÉRICO MOREIRA</b>	89 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	29/05/2016	4º	Viana do Castelo 03034
9 4 6,68	Américo Moreira	89 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	25/05/2016	3º	Póvoa de Varzim 41033
9 4 6,73	João Ferreira	96 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	29/05/2016	5º	Viana do Castelo 03034
9 4 7,41	Américo Moreira	89 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	15/06/2016	3º	Maia 41038
9 4 9,52	João Ferreira	96 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	15/06/2016	4º	Maia 41038
9 5 4,44	João Ferreira	96 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	24/07/2016	3º	Maia 41041
9 5 7,93	<b>JOAQUIM ANTUNES</b>	97 Jun	U DESP DA VÁRZEA	25/05/2016	5º	Póvoa de Varzim 41033
1 0 0 5,26	Joaquim Antunes	97 Jun	U DESP DA VÁRZEA	10/07/2016	6º	Viseu 03044
1 0 0 8,30	João Ferreira	96 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	26/06/2016	11º	Maia 03039
1 0 1 9,66	<b>FRANCISCO COIMBRA</b>	97 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	17/07/2016	6º	Setubal 03048
1 0 2 8,60	Francisco Coimbra	97 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	29/05/2016	8º	Viana do Castelo 03034
1 0 4 7,12	Francisco Coimbra	97 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	22/05/2016	4º	Maia 41032
1 0 5 4,81	<b>BRUNO PEREIRA</b>	98 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	29/05/2016	9º	Viana do Castelo 03034
1 1 1 8,24	<b>DIOGO MOTA</b>	98 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	19/06/2016	1º	Viana do Castelo 49023
1 1 4 5,71	<b>TIAGO FARIA</b>	94 S23	CLUBE SPIRIDON GAIA	29/05/2016	10º	Viana do Castelo 03034



**Masculinos****Salto em Altura**

Top 1,34

1,97	<b>ÓSCAR VILAÇA</b>	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	29/05/2016	2º Viana do Castelo 03034
1,97	Óscar Vilaça	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	17/07/2016	1º Setubal 03048
1,95	Óscar Vilaça	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	26/06/2016	8º Maia 03039
1,91	<b>OSCAR VILAÇA</b>	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	21/05/2016	3º Vagos 03033
1,91	Óscar Vilaça	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	2º Maia 41041
1,90	Óscar Vilaça	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	04/06/2016	2º Maia 41036
1,85	<b>PEDRO VILA COVA</b>	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	29/05/2016	4º Viana do Castelo 03034
1,85	<b>JOÃO DUARTE</b>	96 S23	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	23/07/2016	4º Maia 41041
1,84	João Duarte	96 S23	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	04/06/2016	3º Maia 41036
1,83	Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	01/06/2016	1º Leiria 24049
1,81	Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	25/06/2016	3º Maia 03040
1,81	<b>PEDRO FERREIRA</b>	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	25/06/2016	4º Maia 03040
1,81	Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	25/06/2016	3º Maia 03040
1,80	<b>JOÃO DUARTE</b>	97 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	21/11/2015	1º Maia 41001
1,80	João Duarte	96 S23	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	29/05/2016	5º Viana do Castelo 03034
1,80	João Duarte	96 S23	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	17/07/2016	6º Setubal 03048
1,75	<b>OSCAR VILAÇA</b>	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	21/11/2015	2º Maia 41001
1,75	<b>ARNALDO NETO</b>	96 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	15/06/2016	6º Maia 41038
1,75	Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	15/06/2016	4º Maia 41038
1,75	Pedro Ferreira	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	15/06/2016	8º Maia 41038
1,75	João Duarte	96 S23	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	15/06/2016	5º Maia 41038
1,73	<b>CARLOS PEREIRA</b>	63 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	20/02/2016	2º Póvoa de Varzim 41008
1,70	<b>PAULO MARQUES</b>	97 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	29/05/2016	9º Viana do Castelo 03034
1,70	Arnaldo Neto	96 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	04/06/2016	5º Maia 41036
1,70	<b>PHILIPPE PEREIRA</b>	89 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	17/07/2016	6º Vagos 03049
1,70	<b>GILBERTO CARVALHO</b>	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	23/07/2016	7º Maia 41041
1,67	Gilberto Carvalho	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	02/04/2016	1º Luso 38016
1,65	Gilberto Carvalho	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	20/02/2016	4º Póvoa de Varzim 41008
1,65	Arnaldo Neto	96 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	10/06/2016	1º Aveiro 38031
1,65	Gilberto Carvalho	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	15/06/2016	9º Maia 41038
1,60	Gilberto Carvalho	93 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	21/11/2015	5º Maia 41001
1,60	<b>DIOGO CAMPOS</b>	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	20/02/2016	5º Póvoa de Varzim 41008
1,60	Carlos Pereira	63 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	15/06/2016	10º Maia 41038
1,58	<b>MIGUEL FERREIRA</b>	96 S23	Spiridon Gaia	02/04/2016	2º Luso 38016
1,58	Diogo Campos	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	02/04/2016	3º Luso 38016
1,56	<b>CARLOS SILVA</b>	93 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	25/04/2016	10º Lourosa 38021
1,55	<b>ANTÓNIO MORAIS</b>	80 Sen	E ATLETISMO TROFA	21/11/2015	7º Maia 41001
1,50	<b>CAMILO REGO</b>	59 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	20/02/2016	7º Póvoa de Varzim 41008
1,45	Camilo Rego	59 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	21/11/2015	9º Maia 41001
1,34	<b>ANDRE MIRANDA</b>	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	02/04/2016	4º Luso 38016



Ranking 2016

Absoluto ( até Veteranos M80) Ar Livre

**Masculinos**

<b>Salto Com Vara</b>					Top	2,00
<b>4,00</b>	<b>DIOGO COSTA</b>	93 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	08/06/2016	1º	Lousada 41037
<b>3,94</b>	Diogo Costa	93 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	28/05/2016	2º	Viana do Castelo 03034
<b>3,94</b>	Diogo Costa	93 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	16/07/2016	3º	Setubal 03048
<b>3,82</b>	<b>GILBERTO CARVALHO</b>	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	16/07/2016	3º	Vagos 03049
<b>3,80</b>	Diogo Costa	93 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	24/07/2016	1º	Maia 41041
<b>3,60</b>	Gilberto Carvalho	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	03/04/2016	1º	Luso 38016
<b>3,60</b>	<b>PEDRO VILA COVA</b>	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	01/06/2016	1º	Leiria 24049
<b>3,60</b>	<b>PEDRO FERREIRA</b>	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	26/06/2016	2º	Maia 03040
<b>3,55</b>	Gilberto Carvalho	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	28/05/2016	3º	Viana do Castelo 03034
<b>3,50</b>	Gilberto Carvalho	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	08/06/2016	4º	Lousada 41037
<b>3,50</b>	Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	26/06/2016	4º	Maia 03040
<b>3,50</b>	Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	26/06/2016	4º	Maia 03040
<b>3,40</b>	Pedro Ferreira	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	08/06/2016	5º	Lousada 41037
<b>3,20</b>	Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	08/06/2016	6º	Lousada 41037
<b>3,20</b>	Gilberto Carvalho	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	24/07/2016	3º	Maia 41041
<b>3,00</b>	<b>MIGUEL FERREIRA</b>	96 S23	CLUBE SPIRIDON GAIA	08/06/2016	7º	Lousada 41037
<b>2,95</b>	Miguel Ferreira	96 S23	CLUBE SPIRIDON GAIA	28/05/2016	5º	Viana do Castelo 03034
<b>2,80</b>	<b>PAULO FERRÃO</b>	70 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	08/06/2016	8º	Lousada 41037
<b>2,80</b>	Miguel Ferreira	96 S23	CLUBE SPIRIDON GAIA	24/07/2016	5º	Maia 41041
<b>2,80</b>	Paulo Ferrão	70 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	24/07/2016	6º	Maia 41041
<b>2,60</b>	Miguel Ferreira	96 S23	Spiridon Gaia	03/04/2016	2º	Luso 38016
<b>2,60</b>	<b>CARLOS EUSÉBIO</b>	72 Vet	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	07/05/2016	1º	Lousada 41029
<b>2,60</b>	<b>PAULO COSTA</b>	76 Vet	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	24/07/2016	8º	Maia 41041
<b>2,50</b>	<b>DIOGO CAMPOS</b>	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	24/07/2016	9º	Maia 41041
<b>2,40</b>	Diogo Campos	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	03/04/2016	3º	Luso 38016
<b>2,40</b>	Diogo Campos	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	08/06/2016	9º	Lousada 41037
<b>2,30</b>	Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	24/07/2016	11º	Maia 41041
<b>2,20</b>	<b>ANTÓNIO MORAIS</b>	80 Vet	E ATLETISMO TROFA	07/05/2016	3º	Lousada 41029
<b>2,20</b>	Diogo Campos	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	07/05/2016	2º	Lousada 41029
<b>2,20</b>	<b>ANDRÉ MIRANDA</b>	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	08/06/2016	11º	Lousada 41037
<b>2,20</b>	Paulo Costa	76 Vet	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	08/06/2016	10º	Lousada 41037
<b>2,10</b>	<b>ANDRE MIRANDA</b>	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	03/04/2016	4º	Luso 38016
<b>2,00</b>	Miguel Ferreira	96 S23	CLUBE SPIRIDON GAIA	07/05/2016	4º	Lousada 41029







Ranking 2016

Absoluto ( até Veteranos M80) Ar Livre

**Masculinos****Salto em Comprimento**

Top

3,63

6,93	+ 1,9	<b>ANDRÉ SILVA</b>	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	28/05/2016	1º	Viana do Castelo 03034
6,86	+ 1,7	André Silva	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	04/06/2016	5º	Maia 41036
6,75	+ 1,3	<b>LENINE CUNHA</b>	82 Sen	S C LENINE CUNHA	04/06/2016	7º	Maia 41036
6,74	- 1,2	André Silva	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	01/05/2016	2º	Amarante 41027
6,72		Lenine Cunha	82 Sen	S C LENINE CUNHA	23/07/2016	3º	Maia 41041
6,70	+ 1,1	<b>PEDRO VILA COVA</b>	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	01/06/2016	1º	Leiria 24049
6,52	+ 1,5	Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	15/06/2016	2º	Maia 41038
6,52	+ 1,0	<b>PEDRO FERREIRA</b>	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	15/06/2016	3º	Maia 41038
6,48	- 1,5	Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	01/05/2016	5º	Amarante 41027
6,48	+ 0,2	André Silva	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	15/06/2016	1º	Maia 41038
6,37	+ 1,2	<b>HAMILTON COSTA</b>	91 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	26/06/2016	1º	Maia 03039
6,31	+ 1,3	<b>NUNO ALEXANDRINO</b>	98 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	30/01/2016	3º	Almada 29006
6,29	+ 0,5	<b>JOÃO DUARTE</b>	96 S23	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	15/06/2016	7º	Maia 41038
6,26	+ 0,4	<b>PEDRO MACHADO</b>	91 Sen	AC FERNANDA RIBEIRO	22/06/2016	3º	Braga 47021
6,13	+ 0,1	<b>PAULO MARQUES</b>	97 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	22/06/2016	4º	Braga 47021
6,10	- 0,3	Hemilton Costa	91 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	01/05/2016	7º	Amarante 41027
6,10	+ 1,1	João Duarte	96 S23	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	28/05/2016	7º	Viana do Castelo 03034
6,10	+ 1,9	Pedro Machado	91 Sen	AC FERNANDA RIBEIRO	15/06/2016	9º	Maia 41038
6,08	+ 0,9	Hemilton Costa	91 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	30/01/2016	4º	Almada 29006
6,06	- 1,5	<b>ANTÓNIO MORAIS</b>	80 Vet	E ATLETISMO TROFA	07/05/2016	1º	Lousada 41029
6,05	+ 1,8	Paulo Marques	97 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	28/05/2016	9º	Viana do Castelo 03034
6,03	+ 0,7	Nuno Alexandrino	98 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	15/06/2016	10º	Maia 41038
6,00	+ 0,5	<b>MIGUEL RAMOS</b>	97 Jun	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	15/06/2016	12º	Maia 41038
5,98	+ 0,5	Nuno Alexandrino	98 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	13/07/2016	3º	Braga 47022
5,96	- 1,0	Nuno Alexandrino	98 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	01/05/2016	8º	Amarante 41027
5,95	0,0	Nuno Alexandrino	98 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	22/06/2016	6º	Braga 47021
5,91	- 0,4	António Morais	80 Sen	E ATLETISMO TROFA	06/12/2015	4º	Maia 41003
5,76	0,0	Miguel Ramos	97 Jun	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	01/05/2016	9º	Amarante 41027
5,74	+ 1,1	Miguel Ramos	97 Jun	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	28/05/2016	12º	Viana do Castelo 03034
5,73	- 0,5	<b>PHILIPPE PEREIRA</b>	89 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	06/12/2015	5º	Maia 41003
5,57	0,0	<b>GILBERTO CARVALHO</b>	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	02/04/2016	1º	Luso 38016
5,52	- 1,2	<b>BRUNO VAREJÃO</b>	94 S23	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	01/05/2016	11º	Amarante 41027
5,52	0,0	Paulo Marques	97 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	16/07/2016	7º	Vagos 03049
5,41	- 2,6	Hemilton Costa	91 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	05/03/2016	1º	Póvoa de Varzim 41013
5,34	+ 1,4	<b>MIGUEL FERREIRA</b>	96 S23	Spiridon Gaia	02/04/2016	2º	Luso 38016
5,24	- 0,5	Miguel Ferreira	96 Jun	CLUBE SPIRIDON GAIA	06/12/2015	8º	Maia 41003
5,13	+ 1,6	<b>DIOGO CAMPOS</b>	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	02/04/2016	3º	Luso 38016
5,08	- 0,7	Gilberto Carvalho	93 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	06/12/2015	10º	Maia 41003
5,04	+ 1,7	<b>ALEXANDRE SA</b>	98 Jun	E ATLETISMO TROFA	18/06/2016	13º	Viana do Castelo 49023
5,00	- 1,2	<b>ALEXANDRE SÁ</b>	98 Jun	E ATLETISMO TROFA	07/05/2016	5º	Lousada 41029
4,92	+ 0,9	<b>PAULO COSTA</b>	76 Vet	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	15/06/2016	21º	Maia 41038
4,84	- 1,5	Paulo Costa	76 Vet	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	07/05/2016	8º	Lousada 41029
4,80		<b>CAMILO REGO</b>	59 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	32º	Maia 41041
4,75	- 0,1	Camilo Rego	59 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	15/06/2016	24º	Maia 41038



Ranking 2016

Absoluto ( até Veteranos M80) Ar Livre

**Masculinos**

<b>Salto em Comprimento</b>						Top	3,63
4,69	+ 0,8	<b>ANDRE MIRANDA</b>	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	02/04/2016	4º	Luso 38016
4,67	0,0	<b>ANDRÉ MIRANDA</b>	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	15/06/2016	25º	Maia 41038
4,34		<b>RUI MARTINS</b>	80 Vet	E ATLETISMO TROFA	23/07/2016	34º	Maia 41041
4,20	+ 2,0	<b>ARTUR SALDANHA</b>	68 Vet	C ATLETISMO AVINTES	15/06/2016	27º	Maia 41038
3,63	+ 1,7	<b>RUI VELOSO</b>	74 Vet	C D S SALVADOR CAMPO	22/05/2016	17º	Maia 41032
<b>Marcas com vento antiregulamentar</b>							
7,36		Carlos Nascimento	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	1º	Maia 41041
7,24	+ 2,5	André Silva	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	26/06/2016	7º	Maia 03039
7,12	+ 5,6	André Silva	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	16/07/2016	2º	Setubal 03048
6,89		André Silva	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	2º	Maia 41041
6,85	+ 3,7	Andre Silva	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	10/06/2016	2º	Aveiro 38031
6,85	+ 5,5	Pedro Ferreira	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	25/06/2016	4º	Maia 03040
6,78	+ 2,9	Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	25/06/2016	5º	Maia 03040
6,78	+ 2,9	Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	25/06/2016	5º	Maia 03040
6,55		Pedro Machado	91 Sen	AC FERNANDA RIBEIRO	23/07/2016	4º	Maia 41041
6,50	+ 2,2	André Silva	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	15/06/2016	4º	Maia 41038
6,50		António Morais	80 Vet	E ATLETISMO TROFA	23/07/2016	6º	Maia 41041
6,46	+ 3,2	Nuno Alexandrino	98 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	18/06/2016	1º	Viana do Castelo 49023
6,42		Nuno Alexandrino	98 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	7º	Maia 41041
6,17	+ 3,6	João Duarte	96 S23	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	16/07/2016	7º	Setubal 03048
6,16	+ 4,2	Nuno Alexandrino	98 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	10/06/2016	6º	Aveiro 38031
6,09	+ 2,6	Xiaoyang Huang	96 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	28/05/2016	8º	Viana do Castelo 03034
5,92	+ 2,5	Miguel Ramos	97 Jun	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	18/06/2016	2º	Viana do Castelo 49023
5,89		Philippe Pereira	89 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	23/07/2016	11º	Maia 41041
5,78		Paulo Marques	97 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	23/07/2016	14º	Maia 41041
5,71		Gonçalo Gomes	95 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	17º	Maia 41041
5,67		Pedro Guimarães	97 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	18º	Maia 41041
5,64	+ 2,8	Gilberto Carvalho	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	22/06/2016	8º	Braga 47021
5,62		André Assunção	77 Vet	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	23/07/2016	19º	Maia 41041
5,61		João Santos	97 Jun	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	23/07/2016	20º	Maia 41041
5,54		Miguel Ferreira	96 S23	CLUBE SPIRIDON GAIA	23/07/2016	25º	Maia 41041
5,33		Carlos Silva	93 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	23/07/2016	28º	Maia 41041
5,26	+ 4,3	Paulo Marques	97 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	18/06/2016	10º	Viana do Castelo 49023
4,74		Vítor Cabral	98 Jun	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	23/07/2016	33º	Maia 41041
4,25		Sérgio Almeida	77 Vet	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	23/07/2016	35º	Maia 41041
3,81	+ 2,3	Hemilton Costa	91 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	22/06/2016	10º	Braga 47021





Ranking 2016

Absoluto ( até Veteranos M80) Ar Livre

**Masculinos****Triplo Salto**

Top 1 0,72

13,91		<b>ANDRÉ SILVA</b>	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	24/07/2016	2º	Maia 41041
13,58	+ 2,0	<b>PEDRO GONÇALVES</b>	90 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	29/05/2016	3º	Viana do Castelo 03034
12,89	+ 1,5	<b>JOÃO DUARTE</b>	96 S23	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	25/05/2016	1º	Póvoa de Varzim 41033
12,71	0,0	<b>PAULO MARQUES</b>	97 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	19/06/2016	2º	Viana do Castelo 49023
12,71	0,0	Paulo Marques	97 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	22/06/2016	1º	Braga 47021
12,63	0,0	Paulo Marques	97 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	17/07/2016	4º	Vagos 03049
12,59		<b>ANTÓNIO MORAIS</b>	80 Vet	E ATLETISMO TROFA	24/07/2016	6º	Maia 41041
12,51	+ 0,1	<b>MIGUEL RAMOS</b>	97 Jun	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	08/06/2016	2º	Lousada 41037
12,45	0,0	Miguel Ramos	97 Jun	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	19/06/2016	3º	Viana do Castelo 49023
12,31	+ 0,1	<b>GILBERTO CARVALHO</b>	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	08/06/2016	3º	Lousada 41037
12,29	+ 1,7	Gilberto Carvalho	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	30/04/2016	2º	Luso 38022
12,23	+ 0,4	Miguel Ramos	97 Jun	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	29/05/2016	7º	Viana do Castelo 03034
12,22		<b>NUNO ALEXANDRINO</b>	98 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	24/07/2016	8º	Maia 41041
12,19	+ 0,2	Gilberto Carvalho	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	22/06/2016	2º	Braga 47021
11,76		Paulo Marques	97 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	24/07/2016	10º	Maia 41041
10,72	+ 1,8	<b>CARLOS SILVA</b>	93 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	17/07/2016	8º	Vagos 03049

**Marcas com vento antiregulamentar**

14,34	+ 2,9	Pedro Gonçalves	90 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	17/07/2016	3º	Setubal 03048
11,73	+ 2,9	Tiago Vieira	95 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	29/05/2016	11º	Viana do Castelo 03034





Ranking 2016

Absoluto ( até Veteranos M80) Ar Livre

**Masculinos**

**Lançam.Martelo-5Kg**

Top

**3 5,00**

35

VASCO MACEDO

98 Jun

MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE 13/12/2015

3º Inatel 41004





Ranking 2016

Absoluto ( até Veteranos M80) Ar Livre

## Masculinos

### Lançam.Martelo-6 Kg

Top

1 5,33

44,05	<b>JOAO ESPINHOSA</b>	97 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	18/06/2016	2º	Viana do Castelo 49023
43,50	<b>FRANCISCO COSTA</b>	97 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	24/01/2016	1º	Inatel 41007
41,43	<b>VASCO MACEDO</b>	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	10/04/2016	1º	Porto 41023
41,23	Vasco Macedo	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	09/07/2016	9º	Viseu 03044
40,70	Vasco Macedo	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	01/05/2016	1º	Porto 41028
36,43	Vasco Macedo	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	18/06/2016	5º	Viana do Castelo 49023
30,25	Vasco Macedo	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	24/01/2016	3º	Inatel 41007
17,97	<b>JOÃO CAMPOS</b>	97 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	24/01/2016	4º	Inatel 41007
16,31	<b>RICARDO LOPES</b>	98 Jun	C ATLETISMO AVINTES	01/05/2016	2º	Porto 41028
16,20	<b>RICARDO SÁ</b>	97 Jun	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	24/01/2016	5º	Inatel 41007
15,66	<b>MARIO SOARES</b>	98 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	18/06/2016	7º	Viana do Castelo 49023
15,48	Ricardo Sá	97 Jun	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	01/05/2016	3º	Porto 41028
15,33	Ricardo Lopes	98 Jun	C ATLETISMO AVINTES	24/01/2016	6º	Inatel 41007





Ranking 2016

Absoluto ( até Veteranos M80) Ar Livre

**Masculinos****Lançam.Martelo-7,26K**Top **1 6,18**

<b>43,30</b>	<b>ANDRÉ OLIVEIRA</b>	91 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	29/05/2016	3º	Viana do Castelo 03034
<b>41,82</b>	André Oliveira	91 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	2º	Maia 41041
<b>40,74</b>	André Oliveira	91 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	17/07/2016	5º	Setubal 03048
<b>40,64</b>	<b>SÉRGIO CARVALHO</b>	93 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	29/05/2016	6º	Viana do Castelo 03034
<b>40,46</b>	Sérgio Carvalho	93 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	23/07/2016	3º	Maia 41041
<b>40,00</b>	André Oliveira	91 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	10/06/2016	5º	Aveiro 38031
<b>39,67</b>	André Oliveira	91 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	27/02/2016	8º	Leiria 03018
<b>39,01</b>	<b>FRANCISCO COSTA</b>	97 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	4º	Maia 41041
<b>38,56</b>	Sérgio Carvalho	93 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	01/05/2016	2º	Porto 41028
<b>38,40</b>	André Oliveira	91 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	10/04/2016	1º	Porto 41023
<b>37,63</b>	André Oliveira	91 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	01/05/2016	3º	Porto 41028
<b>37,09</b>	<b>PEDRO FARIA</b>	94 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	29/05/2016	7º	Viana do Castelo 03034
<b>36,89</b>	Sérgio Carvalho	93 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	17/07/2016	3º	Vagos 03049
<b>36,79</b>	Sérgio Carvalho	93 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	10/04/2016	2º	Porto 41023
<b>35,80</b>	Pedro Faria	94 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	17/07/2016	4º	Vagos 03049
<b>35,76</b>	<b>VASCO MACEDO</b>	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	29/05/2016	8º	Viana do Castelo 03034
<b>35,69</b>	Sérgio Carvalho	93 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	10/06/2016	4º	Coimbra 30046
<b>35,63</b>	Vasco Macedo	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	23/07/2016	5º	Maia 41041
<b>32,97</b>	<b>TIAGO VIEIRA</b>	95 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	23/07/2016	6º	Maia 41041
<b>32,73</b>	Pedro Faria	94 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	10/04/2016	3º	Porto 41023
<b>32,09</b>	Vasco Macedo	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	17/07/2016	7º	Setubal 03048
<b>17,86</b>	<b>GILBERTO CARVALHO</b>	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	10/04/2016	6º	Porto 41023
<b>16,18</b>	Gilberto Carvalho	93 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	22/11/2015	1º	Inatel 41002





**Masculinos**

Lançamento Peso-6Kg				Top	6,61
12,13	<b>FRANCISCO COSTA</b>	97 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO 24/01/2016	1º Inatel 41007	X
10,58	<b>VASCO MACEDO</b>	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE 24/01/2016	2º Inatel 41007	X
10,35	Vasco Macedo	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE 18/06/2016	3º Viana do Castelo 49023	
9,76	<b>MARIO SOARES</b>	98 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG 18/06/2016	5º Viana do Castelo 49023	
8,95	<b>JOÃO CAMPOS</b>	97 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V 24/01/2016	3º Inatel 41007	X
7,68	<b>DANIEL COSTA</b>	98 Jun	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS 25/04/2016	3º Lourosa 38021	
6,90	<b>RICARDO SÁ</b>	97 Jun	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO 24/01/2016	4º Inatel 41007	X
6,61	<b>RICARDO LOPES</b>	98 Jun	C ATLETISMO AVINTES 24/01/2016	5º Inatel 41007	X





Ranking 2016

Absoluto ( até Veteranos M80) Ar Livre

**Masculinos****Lançamento Peso-7.26**

Top

5,81

12,89	<b>TIAGO VIEIRA</b>	95 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	10/04/2016	1º	Lousada 41021
12,14	Tiago Vieira	95 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	26/06/2016	16º	Maia 03039
11,96	Tiago Vieira	95 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	29/06/2016	4º	Leiria 24046
11,89	<b>PHILIPPE PEREIRA</b>	89 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	22/06/2016	1º	Braga 47021
11,86	Tiago Vieira	95 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	24/07/2016	4º	Maia 41041
11,73	<b>FRANCISCO COSTA</b>	97 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	24/07/2016	6º	Maia 41041
11,70	<b>ANTÓNIO TORRÃO</b>	82 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	25/05/2016	2º	Póvoa de Varzim 41033
11,47	António Torrão	82 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	28/05/2016	6º	Viana do Castelo 03034
11,41	<b>ANDRÉ PONTES</b>	90 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	28/05/2016	7º	Viana do Castelo 03034
11,40	António Torrão	82 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	22/06/2016	2º	Braga 47021
11,30	Philippe Pereira	89 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	25/05/2016	3º	Póvoa de Varzim 41033
11,05	Philippe Pereira	89 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	16/07/2016	6º	Vagos 03049
10,85	Francisco Costa	97 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	16/07/2016	6º	Setubal 03048
10,80	<b>MIGUEL ALMEIDA</b>	95 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	24/07/2016	7º	Maia 41041
10,77	Philippe Pereira	89 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	24/07/2016	8º	Maia 41041
10,72	<b>SÉRGIO CARVALHO</b>	93 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	25/05/2016	5º	Póvoa de Varzim 41033
10,71	Sérgio Carvalho	93 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	10/04/2016	3º	Lousada 41021
10,66	<b>PEDRO FERREIRA</b>	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	25/06/2016	4º	Maia 03040
10,58	António Torrão	82 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	10/04/2016	4º	Lousada 41021
10,31	Sérgio Carvalho	93 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	24/07/2016	9º	Maia 41041
10,16	António Torrão	82 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	22/11/2015	1º	Inatel 41002
10,02	<b>VASCO MACEDO</b>	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	24/07/2016	10º	Maia 41041
9,86	Sérgio Carvalho	93 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	10/06/2016	4º	Coimbra 30046
9,71	Vasco Macedo	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	28/05/2016	8º	Viana do Castelo 03034
9,51	<b>GILBERTO CARVALHO</b>	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	02/04/2016	1º	Luso 38016
9,40	Vasco Macedo	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	16/07/2016	8º	Setubal 03048
9,37	Gilberto Carvalho	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	10/04/2016	5º	Lousada 41021
9,28	<b>PEDRO VILA COVA</b>	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	01/05/2016	3º	Amarante 41027
9,19	Tiago Vieira	95 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	25/04/2016	4º	Lourosa 38021
9,14	Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	25/06/2016	6º	Maia 03040
9,14	Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	25/06/2016	6º	Maia 03040
9,12	Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	28/05/2016	10º	Viana do Castelo 03034
9,02	<b>DIOGO MOTA</b>	98 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	01/05/2016	4º	Amarante 41027
9,01	Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	01/06/2016	1º	Leiria 24049
8,64	Gilberto Carvalho	93 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	22/11/2015	2º	Inatel 41002
8,54	<b>DIOGO CAMPOS</b>	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	02/04/2016	2º	Luso 38016
7,99	<b>MÁRIO SOARES</b>	98 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	01/05/2016	5º	Amarante 41027
7,09	<b>MIGUEL FERREIRA</b>	96 S23	Spiridon Gaia	02/04/2016	3º	Luso 38016
5,81	<b>ANDRE MIRANDA</b>	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	02/04/2016	4º	Luso 38016





Ranking 2016

Absoluto ( até Veteranos M80) Ar Livre

**Masculinos**

<b>Dardo 800 Gr</b>					Top	4,07
48,67	<b>MIGUEL ALMEIDA</b>	95 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	16/07/2016	3º	Setubal 03048
46,63	Miguel Almeida	95 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	16/04/2016	1º	Maia 41022
46,54	Miguel Almeida	95 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	28/05/2016	3º	Viana do Castelo 03034
46,44	Miguel Almeida	95 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	04/06/2016	6º	Maia 41036
46,33	Miguel Almeida	95 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	21/11/2015	1º	Maia 41001
45,80	<b>JOAO ESPINHOSA</b>	97 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	18/06/2016	1º	Viana do Castelo 49023
45,38	Miguel Almeida	95 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	24/07/2016	2º	Maia 41041
45,31	Miguel Almeida	95 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	15/06/2016	1º	Maia 41038
44,62	<b>JOÃO ESPINHOSA</b>	97 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	16/07/2016	6º	Setubal 03048
42,83	João Espinhosa	97 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	15/06/2016	2º	Maia 41038
40,46	João Espinhosa	97 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	24/07/2016	5º	Maia 41041
38,83	<b>DIOGO SILVA</b>	98 Jun	CLUBE SPIRIDON GAIA	20/02/2016	1º	Póvoa de Varzim 41008
38,45	<b>PEDRO FERREIRA</b>	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	26/06/2016	3º	Maia 03040
37,77	<b>DIOGO MOTA</b>	98 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	18/06/2016	4º	Viana do Castelo 49023
37,57	<b>PEDRO VILA COVA</b>	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	01/06/2016	1º	Leiria 24049
37,17	<b>FRANCISCO COSTA</b>	97 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	24/07/2016	7º	Maia 41041
37,07	Diogo Silva	98 Jun	CLUBE SPIRIDON GAIA	18/06/2016	5º	Viana do Castelo 49023
37,06	<b>JORGE OLIVEIRA</b>	97 Jun	C DESP DO CANDAL	20/02/2016	2º	Póvoa de Varzim 41008
36,79	Jorge Oliveira	97 Jun	C DESP DO CANDAL	16/04/2016	1º	Maia 41022
36,37	Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	26/06/2016	4º	Maia 03040
36,37	Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	26/06/2016	4º	Maia 03040
35,93	<b>GILBERTO CARVALHO</b>	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	15/06/2016	3º	Maia 41038
35,81	Diogo Silva	98 Jun	CLUBE SPIRIDON GAIA	24/07/2016	9º	Maia 41041
35,78	Diogo Silva	98 Jun	CLUBE SPIRIDON GAIA	10/04/2016	1º	Braga 47014
35,73	Jorge Oliveira	97 Jun	C DESP DO CANDAL	15/06/2016	4º	Maia 41038
35,30	<b>MIGUEL FERREIRA</b>	96 S23	Spiridon Gaia	03/04/2016	1º	Luso 38016
35,23	<b>CARLOS RODRIGUES</b>	96 S23	C DESP DO MARCO	20/02/2016	3º	Póvoa de Varzim 41008
34,97	<b>ANDRÉ PONTES</b>	90 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	28/05/2016	8º	Viana do Castelo 03034
34,94	Carlos Rodrigues	96 Jun	C DESP DO MARCO	21/11/2015	2º	Maia 41001
34,75	Pedro Ferreira	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	28/05/2016	9º	Viana do Castelo 03034
34,67	Miguel Ferreira	96 S23	CLUBE SPIRIDON GAIA	24/07/2016	10º	Maia 41041
34,60	Jorge Oliveira	97 Jun	C DESP DO CANDAL	21/11/2015	3º	Maia 41001
34,56	<b>JORGE LOPES</b>	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	28/05/2016	10º	Viana do Castelo 03034
34,31	Miguel Ferreira	96 S23	CLUBE SPIRIDON GAIA	16/04/2016	2º	Maia 41022
34,28	Diogo Silva	98 Jun	CLUBE SPIRIDON GAIA	16/04/2016	2º	Maia 41022
33,99	Gilberto Carvalho	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	16/04/2016	3º	Maia 41022
33,55	Gilberto Carvalho	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	24/07/2016	12º	Maia 41041
33,00	Gilberto Carvalho	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	20/02/2016	4º	Póvoa de Varzim 41008
31,63	Gilberto Carvalho	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	03/04/2016	2º	Luso 38016
30,43	<b>ANTÓNIO MORAIS</b>	80 Sen	E ATLETISMO TROFA	21/11/2015	5º	Maia 41001
30,37	Gilberto Carvalho	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	16/07/2016	7º	Vagos 03049
27,42	<b>ANTÓNIO MAGALHÃES</b>	94 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	16/04/2016	7º	Maia 41022
26,30	<b>TIAGO VIEIRA</b>	95 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	24/07/2016	16º	Maia 41041
25,69	<b>PHILIPPE PEREIRA</b>	89 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	15/06/2016	7º	Maia 41038



Ranking 2016

Absoluto ( até Veteranos M80) Ar Livre

**Masculinos**

				<b>Dardo 800 Gr</b>	<b>Top</b>	<b>4,07</b>
25,57	<b>RICARDO SÁ</b>	97 Jun	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	24/07/2016	17º	Maia 41041
25,37	<b>DIOGO CAMPOS</b>	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	03/04/2016	3º	Luso 38016
25,36	<b>SÉRGIO CARVALHO</b>	93 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	16/04/2016	8º	Maia 41022
25,22	<b>HUGO PINTO</b>	84 Sen	ASSOC. CULT. DESP. S. JOÃO DA	24/07/2016	18º	Maia 41041
24,86	Ricardo Sá	97 Jun	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	16/04/2016	3º	Maia 41022
24,63	<b>JOÃO GOMES</b>	97 Jun	E ATLETISMO TROFA	15/06/2016	8º	Maia 41038
24,39	João Gomes	97 Jun	E ATLETISMO TROFA	25/05/2016	7º	Póvoa de Varzim 41033
24,12	<b>VÍTOR CABRAL</b>	98 Jun	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	16/04/2016	4º	Maia 41022
24,00	Sérgio Carvalho	93 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	10/06/2016	4º	Coimbra 30046
23,90	Sérgio Carvalho	93 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	24/07/2016	21º	Maia 41041
23,32	<b>MARIO SOARES</b>	98 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	18/06/2016	9º	Viana do Castelo 49023
22,62	<b>RICARDO LOPES</b>	98 Jun	C ATLETISMO AVINTES	16/04/2016	5º	Maia 41022
22,50	<b>ANDRÉ GOMES</b>	98 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	16/04/2016	6º	Maia 41022
19,93	Ricardo Lopes	98 Jun	C ATLETISMO AVINTES	15/06/2016	10º	Maia 41038
18,96	Ricardo Lopes	98 Jun	C ATLETISMO AVINTES	25/05/2016	9º	Póvoa de Varzim 41033
18,70	<b>VÍTOR SANTOS</b>	97 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	24/07/2016	25º	Maia 41041
16,21	<b>LUÍS BACELO</b>	96 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	25/05/2016	11º	Póvoa de Varzim 41033
12,97	<b>ANDRE MIRANDA</b>	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	03/04/2016	4º	Luso 38016
4,07	<b>DANIEL COSTA</b>	98 Jun	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	16/04/2016	7º	Maia 41022





Ranking 2016

Absoluto ( até Veteranos M80) Ar Livre

**Masculinos****Disco 1.750 Kg**

Top

1 5,37

42,34	<b>JOÃO ESPINHOSA</b>	97 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	10/07/2016	4º	Viseu 03044
40,52	João Espinhosa	97 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	27/02/2016	2º	Leiria 03018
39,46	João Espinhosa	97 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	13/12/2015	1º	Inatel 41004
33,94	<b>JOAO ESPINHOSA</b>	97 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	19/06/2016	2º	Viana do Castelo 49023
31,72	<b>VASCO MACEDO</b>	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	13/12/2015	2º	Inatel 41004
31,07	<b>FRANCISCO COSTA</b>	97 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	13/12/2015	3º	Inatel 41004
30,70	<b>MIGUEL MARQUES</b>	98 Jun	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	13/12/2015	4º	Inatel 41004
27,42	<b>DIOGO MOTA</b>	98 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	13/12/2015	5º	Inatel 41004
26,53	Vasco Macedo	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	08/06/2016	1º	Lousada 41037
26,22	<b>DANIEL COSTA</b>	98 Jun	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	13/12/2015	6º	Inatel 41004
24,21	<b>VITOR SANTOS</b>	97 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	19/06/2016	6º	Viana do Castelo 49023
24,04	<b>JOÃO CAMPOS</b>	97 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	13/12/2015	7º	Inatel 41004
23,58	<b>MÁRIO SOARES</b>	98 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	13/12/2015	8º	Inatel 41004
21,05	<b>RICARDO SÁ</b>	97 Jun	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	13/12/2015	9º	Inatel 41004
20,30	<b>VÍTOR SANTOS</b>	97 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	13/12/2015	10º	Inatel 41004
20,29	<b>FREDERICO ALVAREN</b>	98 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	13/12/2015	11º	Inatel 41004
19,40	<b>JOSÉ POÇAS</b>	98 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	13/12/2015	12º	Inatel 41004
18,56	Vítor Santos	97 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	22/11/2015	4º	Inatel 41002
17,08	<b>MARIO SOARES</b>	98 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	19/06/2016	11º	Viana do Castelo 49023
15,37	<b>RICARDO LOPES</b>	98 Jun	C ATLETISMO AVINTES	13/12/2015	13º	Inatel 41004



**Masculinos****Disco 2 KgS**

Top 1 3,19

40,49	<b>TIAGO VIEIRA</b>	95 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	23/07/2016	3º	Maia 41041
40,00	Tiago Vieira	95 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	25/06/2016	13º	Maia 03039
39,95	Tiago Vieira	95 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	29/06/2016	8º	Leiria 24046
39,90	Tiago Vieira	95 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	30/04/2016	6º	Leiria 24032
39,90	Tiago Vieira	95 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	30/04/2016	6º	Leiria 24032
39,90	Tiago Vieira	95 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	30/04/2016	6º	Leiria 24032
39,90	Tiago Vieira	95 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	30/04/2016	6º	Leiria 24032
39,90	Tiago Vieira	95 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	30/04/2016	6º	Leiria 24032
39,35	Tiago Vieira	95 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	29/05/2016	4º	Viana do Castelo 03034
39,32	<b>JOÃO ESPINHOSA</b>	97 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	29/05/2016	6º	Viana do Castelo 03034
38,94	Tiago Vieira	95 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	08/06/2016	1º	Lousada 41037
38,70	João Espinhosa	97 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	17/07/2016	4º	Setubal 03048
36,27	Tiago Vieira	95 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	17/07/2016	3º	Vagos 03049
35,58	<b>MIGUEL ALMEIDA</b>	95 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	17/07/2016	7º	Setubal 03048
35,52	Miguel Almeida	95 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	4º	Maia 41041
35,24	Miguel Almeida	95 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	13/12/2015	1º	Inatel 41004
34,05	Miguel Almeida	95 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	29/05/2016	8º	Viana do Castelo 03034
33,75	Miguel Almeida	95 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	22/11/2015	1º	Inatel 41002
32,89	<b>PEDRO FARIA</b>	94 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	13/12/2015	2º	Inatel 41004
30,98	Tiago Vieira	95 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	13/12/2015	4º	Inatel 41004
30,25	<b>PEDRO FERREIRA</b>	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	08/06/2016	2º	Lousada 41037
29,40	<b>SÉRGIO CARVALHO</b>	93 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	10/06/2016	4º	Coimbra 30046
28,77	Sérgio Carvalho	93 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	13/12/2015	5º	Inatel 41004
28,75	<b>PEDRO VILA COVA</b>	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	08/06/2016	3º	Lousada 41037
28,03	Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	01/06/2016	1º	Leiria 24049
27,93	Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	26/06/2016	4º	Maia 03040
27,93	Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	26/06/2016	4º	Maia 03040
27,40	<b>VASCO MACEDO</b>	98 Jun	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	23/07/2016	8º	Maia 41041
27,00	Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	13/12/2015	6º	Inatel 41004
26,21	<b>ANDRÉ OLIVEIRA</b>	91 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	9º	Maia 41041
25,68	Pedro Ferreira	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	26/06/2016	5º	Maia 03040
25,15	<b>PEDRO GONÇALVES</b>	90 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	11º	Maia 41041
24,85	Sérgio Carvalho	93 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	23/07/2016	12º	Maia 41041
24,35	<b>GILBERTO CARVALHO</b>	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	13/12/2015	9º	Inatel 41004
24,19	Gilberto Carvalho	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	03/04/2016	1º	Luso 38016
24,13	Gilberto Carvalho	93 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	22/11/2015	2º	Inatel 41002
23,72	<b>MIGUEL FERREIRA</b>	96 S23	CLUBE SPIRIDON GAIA	29/05/2016	12º	Viana do Castelo 03034
23,70	Miguel Ferreira	96 S23	Spiridon Gaia	03/04/2016	2º	Luso 38016
23,29	<b>PEDRO GUIMARÃES</b>	97 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	13º	Maia 41041
22,22	Gilberto Carvalho	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	23/07/2016	14º	Maia 41041
20,88	Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	23/07/2016	17º	Maia 41041
18,88	<b>DIOGO CAMPOS</b>	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	03/04/2016	3º	Luso 38016
13,19	<b>ANDRE MIRANDA</b>	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	03/04/2016	4º	Luso 38016



Ranking 2016

Absoluto ( até Veteranos M80) Ar Livre

**Masculinos**

Decatlo ( Seniores )										Top	6 1 3 9,00					
<b>6139</b>	<b>PEDRO FERREIRA</b>	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	26/06/2016	2º	Maia 03040	11.24	6.85	10.66	1.81	52.33	15.66	25.68	3.60	38.45	452.93
<b>5850</b>	<b>PEDRO VILA COVA</b>	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	26/06/2016	4º	Maia 03040	11.54	6.78	9.14	1.81	54.70	15.99	27.93	3.50	36.37	447.70
<b>5227</b>	Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	01/06/2016	1º	Leiria 24049	11,65	6,70	9,01	1,83	52,48	16,13	28,03	3,60	37,57	446,16
<b>4668</b>	<b>GILBERTO CARVALHO</b>	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	03/04/2016	1º	Luso 38016	12.84	5.57	9.51	1.67	57.81	17.80	24.19	3.60	31.63	513.56
<b>3782</b>	<b>DIOGO CAMPOS</b>	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	03/04/2016	2º	Luso 38016	12.33	5.13	8.54	1.58	56.79	19.83	18.88	2.40	25.37	542.03
<b>3164</b>	<b>MIGUEL FERREIRA</b>	96 S23	Spiridon Gaia	03/04/2016	3º	Luso 38016	12.99	5.34	7.09	1.58	104.40	-23.70	2.60	35.30	609.30	
<b>2090</b>	<b>ANDRE MIRANDA</b>	92 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	03/04/2016	4º	Luso 38016	13.82	4.69	5.81	1.34	106.71	-13.19	2.10	12.97	546.06	
<b>5 8 5 0,00</b>	Pedro Vila Cova	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	26/06/2016	4º	Maia 03039										
<b>6 1 3 9,00</b>	Pedro Ferreira	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	26/06/2016	2º	Maia 03039										





## Masculinos

## 4X100 Metros Planos

Top 7 3,28

4 2,82	<b>ESCOLA MOVIMENTO</b>	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	28/05/2016	1º	Viana do Castelo 03034
	<i>tomas baptista92/eduardo ferreira94/guilherme santos2000/carlos nascimento94</i>					
4 3,06	<b>ESCOLA MOVIMENTO</b>	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	25/06/2016	2º	Maia 03039
	<i>André Ferrão 1994 / Daniel Reis 1995 / Eduardo Ferreira 1994 / Carlos Nascimento 1994</i>					
4 4,52	<b>ESCOLA MOVIMENTO</b>	94 S23	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	1º	Maia 41041
	<i>Pedro Da Silva 1994 / Eduardo Ferreira 1994 / Nuno Alexandrino 1998 / Carlos Nascimento 1994</i>					
4 4,78	<b>ESCOLA MOVIMENTO</b>	90 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	23/07/2016	2º	Maia 41041
	<i>Guilherme Santos 2000 / Tomás Baptista 1992 / Óscar Vilaça 1992 / Edgar Baptista 1991</i>					
4 5,12	<b>C ATL TÂMEGA</b>	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	09/07/2016	7º	Viseu 03044
	<i>João Novo 1997 / Carlos Castro 1997 / Bernardo Oliveira 1997 / Hugo Ribeiro 1999</i>					
4 5,49	<b>C A TÂMEGA</b>	98 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	25/06/2016	4º	Maia 03039
	<i>Bruno Varejão 1994 / Diogo Mota 1998 / João Novo 1997 / Carlos Castro 1997</i>					
4 6,13	<b>MAIA A C</b>	90 Sen	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	16/07/2016	5º	Setubal 03048
	<i>Diogo Santos 1999 / João Perdigão 2000 / João Duarte 1996 / Pedro Jorge Silva 1999</i>					
4 6,51	<b>A C P V</b>	91 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	16/07/2016	6º	Vagos 03049
	<i>Paulo Marques 1997 / André Gomes 1998 / Francisco Évora 1991 / Bruno Machado 1997</i>					
4 7,17	<b>CLUBE A TAMEGA</b>	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	18/06/2016	3º	Viana do Castelo 49023
	<i>JOAO TEIXEIRA. 99/ HUGO RIBEIRO. 99/ EMANUEL VAREJAO. 99/ JOAO NOVO. 97</i>					
4 7,31	<b>ESCOLA MOVIMENTO</b>	97 Jun	ESCOLA DO MOVIMENTO	18/06/2016	4º	Viana do Castelo 49023
	<i>NUNO ALEXANDRINO. 97/ JOAO DIAS. 97/ FILIPE ALMEIDA. 97/ GUILHERME SANTOS. 97</i>					
4 7,35	<b>A C POVOA VARZIM</b>	97 Jun	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	28/05/2016	3º	Viana do Castelo 03034
	<i>paulo marques97/paulo rodrigues2000/andre gomes98/bruno machado97</i>					
4 7,49	<b>CDC NAVAIS</b>	93 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	28/05/2016	4º	Viana do Castelo 03034
	<i>carlos silva93/andre leite99/tiago lopes 99/xyao yang muang96</i>					
4 8,43	<b>C D C NAVAIS</b>	93 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	23/07/2016	3º	Maia 41041
	<i>Carlos Silva 1993 / Sérgio Carvalho 1993 / Tiago Vieira 1995 / Pedro Martins 1996</i>					
4 8,81	<b>ESCOLA TROFA</b>	80 Sen	E ATLETISMO TROFA	23/07/2016	4º	Maia 41041
	<i>António Morais 1980 / Alexandre Sá 1998 / André Oliveira 2000 / Daniel Silva 2000</i>					
4 9,14	<b>C D C NAVAIS</b>	93 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	16/07/2016	8º	Vagos 03049
	<i>Carlos Silva 1993 / Sérgio Carvalho 1993 / Tiago Vieira 1995 / Tiago Lopes 1999</i>					
5 0,09	<b>OLIVEIRA DOURO</b>	77 Sen	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	23/07/2016	5º	Maia 41041
	<i>Ricardo Sá 1997 / André Assunção 1977 / Vítor Cabral 1998 / Fernando Patrício 1979</i>					
5 0,46	<b>ESCOLA MOVIMENTO</b>	63 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	06/12/2015	1º	Maia 41003
	<i>Carlos Pereira (1963) / Manuel Carvalho (1968) / Miguel Nascimento (1970) / José Moreira (1970)</i>					
5 1,91	<b>C. F. OLIVEIRA DOURO</b>	76 Sen	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	06/12/2015	2º	Maia 41003
	<i>Jorge Couto (1976) / André Assunção (1977) / Fernando Patrício (1979) / Miguel Furtado (1979)</i>					
5 4,21	<b>OLIVEIRA DOURO</b>	74 Sen	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	23/07/2016	7º	Maia 41041
	<i>Rui Pedro Pinto 1987 / Mário Bastos 1974 / Sérgio Almeida 1977 / Rúben Santos 2000</i>					
5 5,21	<b>ESCOLA MOVIMENTO</b>	57 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	06/12/2015	1º	Maia 41003
	<i>Camilo Rego (1959) / Carlos Ferreira (1962) / Manuel Gonçalves (1957) / Paulo Vilaça (1964)</i>					
5 7,04	<b>C. F. OLIVEIRA DOURO</b>	71 Sen	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	06/12/2015	3º	Maia 41003
	<i>Abílio Silva (1971) / Manuel Marques (1978) / Sérgio Almeida (1977) / Pedro Elias (1971)</i>					
5 8,93	<b>ESCOLA DO MOVIMEN</b>	90 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	16/07/2016	6º	Setubal 03048
	<i>André Ferrão 1994 / Eduardo Ferreira 1994 / Guilherme Santos 2000 / Carlos Nascimento 1994</i>					
6 0,35	<b>C. F. OLIVEIRA DOURO</b>	56 Sen	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	06/12/2015	2º	Maia 41003
	<i>Carlos Cunha (1957) / António Nascimento (1963) / Orlando Oliveira (1956) / Domingos Pinto (1959)</i>					
6 0,54	<b>C. F. OLIVEIRA DOURO</b>	66 Sen	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	06/12/2015	5º	Maia 41003
	<i>António Gomes (1970) / Pedro Andrade (1977) / Valdemar Lima (1974) / Júlio Ribeiro (1966)</i>					



**Masculinos**

**4X100 Metros Planos**

Top

**7 3,28**

<b>6 1,56</b>	<b>C. A. TAMEGA</b>	64 Sen	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	06/12/2015	6º Maia 41003
	<i>Miguel Gomes (1970) / António Sousa (1964) / Filipe Leite (1972) / Manuel Varejão (1964)</i>				
<b>7 3,28</b>	<b>C. F. OLIVEIRA DOURO</b>	54 Sen	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	06/12/2015	4º Maia 41003
	<i>Júlio Monteiro (1957) / Anselmo Moreira (1954) / Luís Mota (1964) / Francisco Nadais (1964)</i>				





Ranking 2016

Absoluto ( até Veteranos M80) Ar Livre

**Masculinos****4X400 Metros**

Top 4 2 4,60

3 2 4,35	<b>ESCOLA MOVIMENTO</b>	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	26/06/2016	3º	Maia 03039
	<i>Eduardo Ferreira 1994 / Daniel Reis 1995 / José Aleixo Cruz 1996 / Tomás Baptista 1992</i>					
3 2 6,42	<b>ESCOLA MOVIMENTO</b>	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	29/05/2016	2º	Viana do Castelo 03034
	<i>Eduardo Ferreira 1994 / Daniel Reis 1995 / José Aleixo Cruz 1996 / Tomás Baptista 1992</i>					
3 2 8,89	<b>ESCOLA DO MOVIMEN</b>	90 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	17/07/2016	4º	Setubal 03048
	<i>André Ferrão 1994 / Eduardo Ferreira 1994 / José Aleixo Cruz 1996 / Tomás Baptista 1992</i>					
3 3 1,14	<b>ESCOLA MOVIMENTO</b>	91 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	24/07/2016	1º	Maia 41041
	<i>David Rego 1991 / Tomás Baptista 1992 / José Aleixo Cruz 1996 / Carlos Nascimento 1994</i>					
3 3 1,46	<b>C ATL TÂMEGA</b>	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	10/07/2016	3º	Viseu 03044
	<i>João Novo 1997 / Carlos Castro 1997 / Bernardo Oliveira 1997 / Hugo Ribeiro 1999</i>					
3 3 3,67	<b>A C P V</b>	91 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	17/07/2016	2º	Vagos 03049
	<i>Francisco Évora 1991 / André Gomes 1998 / Pedro Silva 1996 / António Magalhães 1994</i>					
3 3 4,09	<b>LAVRA</b>	96 S23	CLUBE DESPORTO CS DE LAVRA	29/05/2016	4º	Viana do Castelo 03034
	<i>João Santos 1997 / Pedro Ferreira 1996 / Gonçalo Rocchi 1999 / Pedro Vila Cova 1996</i>					
3 3 5,42	<b>MAIA A CLUBE</b>	89 Sen	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	29/05/2016	6º	Viana do Castelo 03034
	<i>Ricardo Reis 1998 / Rui Leite 1989 / Jorge Aido 1999 / Diogo Santos 1999</i>					
3 3 9,41	<b>ATLETICO POVOA</b>	94 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	24/07/2016	3º	Maia 41041
	<i>António Magalhães 1994 / André Gomes 1998 / João Ferreira 1996 / Pedro Silva 1996</i>					
3 4 0,79	<b>A C POVOA VARZIM</b>	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	29/05/2016	8º	Viana do Castelo 03034
	<i>Gilberto Carvalho 1993 / Pedro Silva 1996 / André Gomes 1998 / António Magalhães 1994</i>					
3 4 3,17	<b>ESCOLA MOVIMENTO</b>	82 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	24/07/2016	1º	Maia 41041
	<i>André Silva 1994 / Nuno Alexandrino 1998 / Pedro Meireles 1989 / Joaquim Nogueira 1982</i>					
3 4 8,34	<b>C SIPIRIDON GAIA</b>	96 S23	CLUBE SPIRIDON GAIA	29/05/2016	3º	Viana do Castelo 03034
	<i>André Cavaco 1999 / Cláudio Afonso 1998 / Tiago Ferreira 1996 / Sérgio Pereira 1997</i>					
3 5 1,00	<b>C D C NAVAIS</b>	93 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	29/05/2016	4º	Viana do Castelo 03034
	<i>Carlos Silva 1993 / Tiago Lopes 1999 / Paulo Moreira 1999 / Pedro Martins 1996</i>					
3 5 1,57	<b>C S GAIA</b>	96 S23	CLUBE SPIRIDON GAIA	24/07/2016	2º	Maia 41041
	<i>João Pombal 2000 / Tiago Ferreira 1996 / Cláudio Afonso 1998 / Sérgio Pereira 1997</i>					
3 5 3,70	<b>C D C N A V</b>	81 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	17/07/2016	6º	Vagos 03049
	<i>Daniel Costa 1998 / Cesar Vilasboas 1981 / Paulo Moreira 1999 / Pedro Martins 1996</i>					
3 5 4,98	<b>C F O DOURO</b>	78 Sen	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	29/05/2016	5º	Viana do Castelo 03034
	<i>Fernando Patrício 1979 / Manuel Marques 1978 / Ricardo Sá 1997 / Rafael Lopes 2000</i>					
4 1 7,81	<b>NAVAIS</b>	93 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	24/07/2016	6º	Maia 41041
	<i>Carlos Silva 1993 / Tiago Vieira 1995 / Sérgio Carvalho 1993 / Pedro Martins 1996</i>					
4 2 2,00	<b>C D POVOA</b>	82 Sen	CLUBE DESPORTIVO DA PÓVOA	29/05/2016	6º	Viana do Castelo 03034
	<i>Alexandre Lopes 1999 / Luís Carreira 1999 / Vítor Rodrigues 1982 / André Miranda 1992</i>					
4 2 4,60	<b>C. ATLETISMO TAMEG</b>	97 Jun	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	19/06/2016	1º	Viana do Castelo 49023
	<i>HUGO RIBEIRO. 99/ JOAO NOVO. 97/ EMANUEL VAREJAO. 99/ CARLOS CASTRO. 97</i>					





**Masculinos**

**Estafeta Sueca**

Top 2 2 3,50

<b>2 0 4,3</b>	<b>ESCOLA MOVIMENTO</b>	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	10/04/2016	1º Lousada 41021
	<i>André Ferrão (1994) / Eduardo Ferreira (1994) / Daniel Reis (1995) / Tomás Baptista (1992)</i>				
<b>2 1 0,8</b>	<b>C A TAMEGA</b>	85 Sen	CLUBE DE ATLETISMO DO TÂMEG	10/04/2016	2º Lousada 41021
	<i>Bruno Varejão (1994) / Bonifácio Silva (1985) / João Novo (1997) / Carlos Castro (1997)</i>				
<b>2 1 4,9</b>	<b>A C POVOA VARZIM</b>	93 Sen	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	10/04/2016	3º Lousada 41021
	<i>Paulo Marques (1997) / André Gomes (1998) / Gilberto Carvalho (1993) / António Magalhães (1994)</i>				
<b>2 1 6,2</b>	<b>MAIA A C</b>	89 Sen	MAIA ATLÉTICO CLUBE GOSAUDE	10/04/2016	4º Lousada 41021
	<i>João Gonçalves (1998) / Ricardo Reis (1998) / Rui Leite (1989) / Francisco Coimbra (1997)</i>				
<b>2 2 3,5</b>	<b>C D C NAVAIS</b>	81 Sen	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	10/04/2016	5º Lousada 41021
	<i>Carlos Silva (1993) / Tiago Vieira (1995) / Pedro Martins (1996) / César Miranda (1981)</i>				





Ranking 2016

Absoluto ( até Veteranos M80) Ar Livre

**Masculinos****5.000 Metros Marcha**

Top 3 6 1 5,40

2 3 5 5,93	<b>VÍTOR CABRAL</b>	98 Jun	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	28/05/2016	2º	Viana do Castelo 03034	
2 3 5 9,99	<b>VITOR CABRAL</b>	98 Jun	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	14/05/2016	1º	Vagos 38026	X
2 4 5 9,73	Vítor Cabral	98 Jun	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	24/07/2016	1º	Maia 41041	
2 6 3 4,30	<b>JOSÉ MONTEIRO</b>	96 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	28/05/2016	5º	Viana do Castelo 03034	
2 7 2 7,1	<b>JOSÉ MAGALHÃES</b>	54 V50	A CLUBE ALFENENSE	05/12/2015	1º	Maia 41003	
2 8 0 0,62	José Magalhães	54 V50	A CLUBE ALFENENSE	02/07/2016	1º	Lousada 41040	
2 8 2 1,64	<b>MANUEL MARQUES</b>	78 Vet	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	24/07/2016	3º	Maia 41041	
2 8 3 2,92	Manuel Marques	78 V35	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	02/07/2016	2º	Lousada 41040	
2 8 5 2,47	<b>VÍTOR GUEDES</b>	96 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	28/05/2016	6º	Viana do Castelo 03034	
2 9 0 6,2	<b>PAULO ABREU</b>	71 V35	BOAVISTA F C	05/12/2015	3º	Maia 41003	
2 9 3 2,74	<b>CARLOS FERREIRA</b>	62 V50	ESCOLA DO MOVIMENTO	28/05/2016	7º	Viana do Castelo 03034	
2 9 5 2,1	Manuel Marques	78 V35	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	05/12/2015	4º	Maia 41003	
3 0 0 0,42	Vítor Guedes	96 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	24/07/2016	4º	Maia 41041	
3 0 1 1,45	<b>AFONSO ROLL</b>	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	07/05/2016	2º	Luso 30039	
3 0 2 0,94	Vítor Guedes	96 S23	CENTRO DESP. CULT. DE NAVAIS	14/05/2016	4º	Maia 41031	
3 0 2 9,62	<b>AURÉLIO COSTA</b>	68 Vet	A CLUBE ALFENENSE	14/05/2016	5º	Maia 41031	
3 0 4 9,40	Aurélio Costa	68 Vet	A CLUBE ALFENENSE	24/07/2016	5º	Maia 41041	
3 1 1 8,2	Aurélio Costa	68 V35	A CLUBE ALFENENSE	05/12/2015	5º	Maia 41003	
3 1 1 8,45	José Monteiro	96 S23	ATLÉTICO CLUBE DA PÓVOA DE V	16/07/2016	5º	Vagos 03049	
3 1 3 9,03	Aurélio Costa	68 V35	A CLUBE ALFENENSE	02/07/2016	3º	Lousada 41040	
3 2 2 9,14	Afonso Roll	92 Sen	ESCOLA DO MOVIMENTO	16/07/2016	5º	Setubal 03048	
3 2 4 2,40	Carlos Ferreira	62 Vet	ESCOLA DO MOVIMENTO	24/07/2016	6º	Maia 41041	
3 6 1 5,4	Carlos Ferreira	62 V50	ESCOLA DO MOVIMENTO	05/12/2015	2º	Maia 41003	





**Masculinos**

**10.000 Metros Marcha**

Top 5 3 1 7,34

4 9 3 2,23	VITOR CABRAL	98 Jun	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	18/06/2016	2º	Viana do Castelo 49023
5 3 1 7,34	VÍTOR CABRAL	98 Jun	CLUBE FUTEBOL OLIVEIRA DO DO	09/07/2016	5º	Viseu 03044

