



ATLETISMO ANDDI 2020  
CAMPEONATOS NACIONAIS DE INVERNO ANDDI

COMPLEXO DESPORTIVO DE LOUSADA, 7.MARÇO.2020

START LISTS

60 METROS DESENVOLVIMENTO FEM.

Horário 15:00

PISTA	Nº	NOME	CLUBE
1			
2			
3	165	VANESSA AZENHA	APPACDM-COIMBRA / TOCHA
4	153	MARLENE SOUSA	CA TÂMEGA / CERCIMARANTE
5	161	ALBINA GUIMARÃES	CA TÂMEGA / CERCIMARANTE
6			
7			
8			

60 METROS S.DOWN FEM.

Horário 15:00

PISTA	Nº	NOME	CLUBE
1			
2			
3			
4			
5			
6	172	MARIA VICENTE	APACDAA-AÇORES
7	105	SUSANA CASTRO	CERCIGUI
8			

PESO (7.26) ABSOLUTO MASC.

Horário 15:00

ORDEM	Nº	NOME	CLUBE
1	111	DOMINGOS MAGALHÃES	CA BRACARA
2	143	JOSÉ MARIA	CLUBE GAIA

PESO (3) DESENVOLVIMENTO FEM.

Horário 15:00

ORDEM	Nº	NOME	CLUBE
1	138	PAULA SANTOS	CLUBE GAIA
2	152	SÍLVIA TEIXEIRA	CA TÂMEGA / CERCIMARANTE

PESO (4) DESENVOLVIMENTO MASC.

Horário 15:00

ORDEM	Nº	NOME	CLUBE
1	114	VITOR CARVALHO	CLUBE ATLÉTICO CODESSOSO
2	136	JÓÃO FAURE	CLUBE GAIA
3	142	NUNO SANTOS	CLUBE GAIA
4	147	PAULO MEDEIROS	CA TÂMEGA / CERCIMARANTE
5	157	FILIPE MATOS	CA TÂMEGA / CERCIMARANTE
6	170	CRISTIANO SILVA	APPACDM-COIMBRA / TOCHA

**PESO (3) S.DOWN FEM.**

Horário 15:00

ORDEM	Nº	NOME	CLUBE
1	105	SUSANA CASTRO	CERCIGUI
2	145	HELENA SOARES	AICIA-AROUCA

**PESO (4) S.DOWN MASC.**

Horário 15:00

ORDEM	Nº	NOME	CLUBE
1	104	NELSON SILVA	CERCIGUI
2	106	ANDRÉ SILVA	APPACDM-SANTARÉM
3	121	JOÃO MACHADO	CLUBE CERCIFAF
4	122	BRUNO SANTOS	CLUBE CERCIFAF
5	149	RICARDO VIEIRA	CA TÂMEGA / CERCIMARANTE

**COMPRIMENTO ABSOLUTO FEM.**

Horário 15:00

ORDEM	Nº	NOME	CLUBE
1	110	CLÁUDIA SANTOS	CF OLIVEIRA DO DOURO

**DARDO (800) ABSOLUTO MASC.**

Horário 15:00

ORDEM	Nº	NOME	CLUBE
1	143	JOSÉ MARIA	CLUBE GAIA

**DARDO (600) DESENVOLVIMENTO MASC.**

Horário 15:00

ORDEM	Nº	NOME	CLUBE
1	136	JOÃO FAURE	CLUBE GAIA
2	142	NUNO SANTOS	CLUBE GAIA

**DARDO (400) S.DOWN FEM.**

Horário 15:00

ORDEM	Nº	NOME	CLUBE
1	145	HELENA SOARES	AICIA-AROUCA

**DARDO (600) S.DOWN MASC.**

Horário 15:00

ORDEM	Nº	NOME	CLUBE
1	107	BRUNO LEITÃO	APPACDM-SANTARÉM
2	148	MÁRIO MOTA	CA TÂMEGA / CERCIMARANTE
3	163	ROLANDO TEIXEIRA	CA TÂMEGA / CERCIMARANTE

**60 METROS DESENVOLVIMENTO MASC.**

Horário 15:15

**1ª SÉRIE**

PISTA	Nº	NOME	CLUBE
1			
2	125	RUBEN MAIA	CLUBE CERCIFAF
3	132	JOEL SILVA	CLUBE GAIA
4	127	GUILHERME MONTEIRO	CLUBE CERCIFAF
5	116	DIOGO LOPES	CLUBE ATLÉTICO CODESSOSO
6	168	RUI TINOCO	APPACDM-COIMBRA / TOCHA
7	156	ALEXANDRE BARROS	CA TÂMEGA / CERCIMARANTE
8	140	RENATO CAMARINHA	CLUBE GAIA

**2ª SÉRIE**

PISTA	Nº	NOME	CLUBE
1	144	PEDRO VIOLANTE	CLUBE GAIA
2	150	JOÃO SOUSA	CA TÂMEGA / CERCIMARANTE
3	170	CRISTIANO SILVA	APPACDM-COIMBRA / TOCHA
4	164	AMILCAR RODRIGUES	CA TÂMEGA / CERCIMARANTE
5	167	RICARDO LOUREIRO	APPACDM-COIMBRA / TOCHA
6	139	LEANDRO RODRIGUES	CLUBE GAIA
7	124	RUI SILVA	CLUBE CERCIFAF
8	171	LEONARDO PATRAO	APPACDM-COIMBRA / TOCHA

**60 METROS S.DOWN MASC.**

Horário 15:15

PISTA	Nº	NOME	CLUBE
1			
2	155	MIGUEL ALMEIDA	CA TÂMEGA / CERCIMARANTE
3	121	JOÃO MACHADO	CLUBE CERCIFAF
4	135	NUNO FERNANDES	CLUBE GAIA
5	120	LÚIS GONÇALVES	CLUBE CERCIFAF
6	104	NELSON SILVA	CERCIGUI
7	122	BRUNO SANTOS	CLUBE CERCIFAF
8			

**200 METROS DESENVOLVIMENTO FEM.**

Horário 15:30

PISTA	Nº	NOME	CLUBE
1			
2			
3	119	JOANA SILVA	CLUBE ATLÉTICO CODESSOSO
4	165	VANESSA AZENHA	APPACDM-COIMBRA / TOCHA
5			
6			
7			
8			

**200 METROS S.DOWN FEM.**

Horário 15:30

PISTA	Nº	NOME	CLUBE
1			
2			
3			
4			
5	123	JENNIFER NOGUEIRA	CLUBE CERCIFAF
6	172	MARIA VICENTE	APACDAA-AÇORES
7			
8			

**200 METROS DESENVOLVIMENTO MASC.**

Horário 15:50

**1ª SÉRIE**

PISTA	Nº	NOME	CLUBE
1			
2	139	LEANDRO RODRIGUES	CLUBE GAIA
3	116	DIOGO LOPES	CLUBE ATLÉTICO CODESSOSO
4	166	SEBASTIÃO CUNHA	APPACDM-COIMBRA / TOCHA
5	124	RUI SILVA	CLUBE CERCIFAF
6	169	ANGELO CRUZ	APPACDM-COIMBRA / TOCHA
7	127	GUILHERME MONTEIRO	CLUBE CERCIFAF
8	132	JOEL SILVA	CLUBE GAIA

**2ª SÉRIE**

PISTA	Nº	NOME	CLUBE
1			
2	108	PAULO CONCEIÇÃO	APPACDM-SANTARÉM
3	118	JOSÉ SILVA	CLUBE ATLÉTICO CODESSOSO
4	133	GUILHERME COSTA	CLUBE GAIA
5	125	RUBEN MAIA	CLUBE CERCIFAF
6	141	PEDRO TIAGO COSTA	CLUBE GAIA
7	154	BRUNO MORAIS	CA TÂMEGA / CERCIMARANTE
8			

**3ª SÉRIE**

PISTA	Nº	NOME	CLUBE
1			
2	144	PEDRO VIOLANTE	CLUBE GAIA
3	157	FILIPE MATOS	CA TÂMEGA / CERCIMARANTE
4	170	CRISTIANO SILVA	APPACDM-COIMBRA / TOCHA
5	162	ANTÓNIO MOURA	CA TÂMEGA / CERCIMARANTE
6	115	SÉRGIO PINHEIRO	CLUBE ATLÉTICO CODESSOSO
7	140	RENATO CAMARINHA	CLUBE GAIA
8			

**200 METROS S.DOWN MASC.**

Horário 15:50

PISTA	Nº	NOME	CLUBE
1			
2			
3	148	MÁRIO MOTA	CA TÂMEGA / CERCIMARANTE
4	120	LÚIS GONÇALVES	CLUBE CERCIFAF
5	135	NUNO FERNANDES	CLUBE GAIA
6	122	BRUNO SANTOS	CLUBE CERCIFAF
7	158	NELSON CABRAL	CA TÂMEGA / CERCIMARANTE
8			

**200 METROS ABSOLUTO MASC.**

Horário 15:50

PISTA	Nº	NOME	CLUBE
1			
2			
3			
4	129	CLAUDINO MATOS	CLUBE GAIA
5	131	RUI PARAUTA	CLUBE GAIA
6			
7			
8			

**1.500 METROS ABSOLUTO FEM.**

Horário 16:10

PISTA	Nº	NOME	CLUBE
1	113	JOANA CAMPOS	AC PÓVOA DE VARZIM

**1.500 METROS DESENVOLVIMENTO FEM.**

Horário 16:10

PISTA	Nº	NOME	CLUBE
1	137	CRISTINA SOARES	CLUBE GAIA

**1.500 METROS S.DOWN FEM.**

Horário 16:10

PISTA	Nº	NOME	CLUBE
1	123	JENNIFER NOGUEIRA	CLUBE CERCIFAF

**COMPRIMENTO DESENVOLVIMENTO FEM. (sem tábua)**

Horário 16:30

ORDEM	Nº	NOME	CLUBE
1	153	MARLENE SOUSA	CA TÂMEGA / CERCIMARANTE
2	161	ALBINA GUIMARÃES	CA TÂMEGA / CERCIMARANTE
3	165	VANESSA AZENHA	APPACDM-COIMBRA / TOCHA

**COMPRIMENTO S.DOWN FEM. (sem tábua)**

Horário 16:30

ORDEM	Nº	NOME	CLUBE
1	105	SUSANA CASTRO	CERCIGUI

**COMPRIMENTO DESENVOLVIMENTO MASC. (sem tábua)**

Horário 16:30

ORDEM	Nº	NOME	CLUBE
1	108	PAULO CONCEIÇÃO	APPACDM-SANTARÉM
2	124	RUI SILVA	CLUBE CERCIFAF
3	125	RUBEN MAIA	CLUBE CERCIFAF
4	127	GUILHERME MONTEIRO	CLUBE CERCIFAF
5	154	BRUNO MORAIS	CA TÂMEGA / CERCIMARANTE
6	162	ANTÓNIO MOURA	CA TÂMEGA / CERCIMARANTE
7	166	SEBASTIÃO CUNHA	APPACDM-COIMBRA / TOCHA
8	167	RICARDO LOUREIRO	APPACDM-COIMBRA / TOCHA
9	168	RUI TINOCO	APPACDM-COIMBRA / TOCHA
10	169	ANGELO CRUZ	APPACDM-COIMBRA / TOCHA
11	171	LEONARDO PATRAO	APPACDM-COIMBRA / TOCHA

**COMPRIMENTO S.DOWN MASC. (sem tábua)**

Horário 16:30

ORDEM	Nº	NOME	CLUBE
1	104	NELSON SILVA	CERCIGUI
2	120	LUÍS GONÇALVES	CLUBE CERCIFAF
3	121	JOÃO MACHADO	CLUBE CERCIFAF
4	149	RICARDO VIEIRA	CA TÂMEGA / CERCIMARANTE
5	160	JOÃO PEREIRA	CA TÂMEGA / CERCIMARANTE

**DISCO (2) ABSOLUTO MASC.**

Horário 16:30

ORDEM	Nº	NOME	CLUBE
1	143	JOSÉ MARIA	CLUBE GAIA

**DISCO (750) DESENVOLVIMENTO FEM.**

Horário 16:30

ORDEM	Nº	NOME	CLUBE
1	152	SÍLVIA TEIXEIRA	CA TÂMEGA / CERCIMARANTE

**DISCO (1) DESENVOLVIMENTO MASC.**

Horário 16:30

ORDEM	Nº	NOME	CLUBE
1	114	VITOR CARVALHO	CLUBE ATLÉTICO CODESSOSO
2	147	PAULO MEDEIROS	CA TÂMEGA / CERCIMARANTE
3	164	AMILCAR RODRIGUES	CA TÂMEGA / CERCIMARANTE

**DISCO (1) S.DOWN MASC.**

Horário 16:30

ORDEM	Nº	NOME	CLUBE
1	106	ANDRÉ SILVA	APPACDM-SANTARÉM
2	107	BRUNO LEITÃO	APPACDM-SANTARÉM
3	155	MIGUEL ALMEIDA	CA TÂMEGA / CERCIMARANTE

**1.500 METROS ABSOLUTO MASC.**

Horário 16:30

PISTA	Nº	NOME	CLUBE
1	109	CRISTIANO PEREIRA	CF OLIVEIRA DO DOURO
	130	DOMINGOS OLIVEIRA	CLUBE GAIA

**1.500 METROS DESENVOLVIMENTO MASC.**

Horário 16:30

PISTA	Nº	NOME	CLUBE
1	117	TIAGO SILVA	CLUBE ATLÉTICO CODESSOSO
	126	ANTÓNIO OLIVEIRA	CLUBE CERCIFAF
	166	SEBASTIÃO CUNHA	APPACDM-COIMBRA / TOCHA

**1.500 METROS S.DOWN MASC.**

Horário 16:30

PISTA	Nº	NOME	CLUBE
1	102	PAULO HENRIQUES	CASCÍLHAVO
	103	JOÃO GREGÓRIO	CASCÍLHAVO

**400 METROS DESENVOLVIMENTO FEM. (corrida à corda)**

Horário 16:50

PISTA	Nº	NOME	CLUBE
1	119	JOANA SILVA	CLUBE ATLÉTICO CODESSOSO
	137	CRISTINA SOARES	CLUBE GAIA

**400 METROS S.DOWN FEM. (corrida à corda)**

Horário 16:50

PISTA	Nº	NOME	CLUBE
1	123	JENNIFER NOGUEIRA	CLUBE CERCIFAF
	172	MARIA VICENTE	APACDAA-AÇORES

**400 METROS ABSOLUTO FEM.**

Horário 16:50

PISTA	Nº	NOME	CLUBE
1			
2			
3			
4	110	CLÁUDIA SANTOS	CF OLIVEIRA DO DOURO
5			
6			
7			
8			

**400 METROS DESENVOLVIMENTO MASC. (corrida à corda)**

Horário 17:10

PISTA	Nº	NOME	CLUBE
1	108	PAULO CONCEIÇÃO	APPACDM-SANTARÉM
	115	SÉRGIO PINHEIRO	CLUBE ATLÉTICO CODESSOSO
	118	JOSÉ SILVA	CLUBE ATLÉTICO CODESSOSO
	126	ANTÓNIO OLIVEIRA	CLUBE CERCIFAF
	133	GUILHERME COSTA	CLUBE GAIA
	141	PEDRO TIAGO COSTA	CLUBE GAIA

**400 METROS S.DOWN MASC. (corrida à corda)**

Horário 17:10

PISTA	Nº	NOME	CLUBE
1	102	PAULO HENRIQUES	CASCI-ILHAVO
	103	JOÃO GREGÓRIO	CASCI-ILHAVO
	135	NUNO FERNANDES	CLUBE GAIA
	151	TIAGO SÁ	CA TÂMEGA / CERCIMARANTE

**400 METROS ABSOLUTO MASC.**

Horário 17:10

PISTA	Nº	NOME	CLUBE
1			
2			
3			
4	129	CLAUDINO MATOS	CLUBE GAIA
5	128	GRACELINO BARBOSA	CLUBE GAIA
6	131	RUI PARAUTA	CLUBE GAIA
7			
8			

**1.500 MARCHA ABSOLUTO FEM.**

Horário 17:30

PISTA	Nº	NOME	CLUBE
1	113	JOANA CAMPOS	AC PÓVOA DE VARZIM

**1.500 MARCHA S.DOWN FEM.**

Horário 17:30

PISTA	Nº	NOME	CLUBE
1	145	HELENA SOARES	AICIA-AROUCA

**1.500 MARCHA DESENVOLVIMENTO MASC.**

Horário 17:30

PISTA	Nº	NOME	CLUBE
1	136	JOÃO FAURE	CLUBE GAIA

**1.500 MARCHA S.DOWN MASC.**

Horário 17:30

PISTA	Nº	NOME	CLUBE
1	106	ANDRÉ SILVA	APPACDM-SANTARÉM
	107	BRUNO LEITÃO	APPACDM-SANTARÉM

**ESTAFETA 4X100 FEM.**

Horário 17:50

PISTA	NOME	CLUBE
1		
2		
3		
4		CA TÂMEGA / CERCIMARANTE
5		SELEÇÃO NACIONAL S.DOWN
6		
7		
8		

*Desenvolvimento*

*S.Down*

**ESTAFETA 4X100 MASC.**

Horário 17:50

PISTA	NOME	CLUBE
1		
2		CLUBE ATLÉTICO CODESSOSO
3		CA TÂMEGA / CERCIMARANTE
4		APPACDM-COIMBRA / TOCHA
5		CLUBE GAIA
6		SELEÇÃO NACIONAL S.DOWN
7		CA TÂMEGA / CERCIMARANTE
8		

*Desenvolvimento*

*Desenvolvimento*

*Desenvolvimento*

*Absoluto*

*S.Down*

*S.Down*