



**Masculinos**

**80 Metros Planos**

Top:

**1 2,37**

<b>9,79</b>	+ 1,3	<b>JOSEPH TERRY</b>	05 Ini	BOAVISTA F C	22/02/2020	1º	Maia 41016
<b>9,88</b>	+ 1,3	<b>AFONSO GONÇALVES</b>	05 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	22/02/2020	2º	Maia 41016
<b>1 0,14</b>	+ 1,3	<b>EDUARDO VIEIRA</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	22/02/2020	3º	Maia 41016
<b>1 0,38</b>	+ 0,1	<b>JOSÉ PASSO</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	22/02/2020	1º	Maia 41016
<b>1 0,54</b>	+ 1,3	<b>GUSTAVO ROCHA</b>	06 Ini	MAIA A C	22/02/2020	4º	Maia 41016
<b>1 0,65</b>	+ 0,1	<b>JOÃO MACEDRA</b>	06 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	22/02/2020	2º	Maia 41016
<b>1 0,82</b>	+ 0,1	<b>TIAGO SAMPAIO</b>	05 Ini	AC FERNANDA RIBEIRO	22/02/2020	3º	Maia 41016
<b>1 1,01</b>	+ 1,3	<b>MIGUEL VALENTE</b>	06 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	22/02/2020	5º	Maia 41016
<b>1 1,07</b>	+ 0,1	<b>JOSÉ DIOGO CORREIA</b>	05 Ini	C D C NAVAIS	22/02/2020	4º	Maia 41016
<b>1 1,25</b>	+ 0,1	<b>ANTÓNIO PINTO</b>	05 Ini	LEIXÕES SPORT CLUB	22/02/2020	5º	Maia 41016
<b>1 1,56</b>	+ 0,1	<b>BRUNO OLIVEIRA</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	22/02/2020	6º	Maia 41016
<b>1 1,86</b>	+ 1,3	<b>ANTÓNIO FLOR</b>	05 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	22/02/2020	6º	Maia 41016
<b>1 1,96</b>	+ 0,1	<b>MIGUEL CREMASCOLI</b>	05 Ini	BOAVISTA F C	22/02/2020	7º	Maia 41016
<b>1 2,37</b>	+ 1,3	<b>DUARTE VASCONCELO</b>	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	22/02/2020	7º	Maia 41016



Ranking 2020

Absoluto ( até Iniciados) Ar Livre

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

Top:

**1 2,56**

<b>7,63</b>	+ 1,3	<b>JOSEPH TERRY</b>	05 Ini	BOAVISTA F C	01/12/2019	1º	Maia 41002
<b>7,66</b>	+ 1,3	<b>RAFAEL JESUS</b>	04 Ini	C DESP C+S LAVRA	01/12/2019	2º	Maia 41002
<b>7,85</b>	+ 0,7	<b>CARLOS SILVA</b>	05 Ini	C ATLETISMO TÂMEGA	10/11/2019	1º	Guimarães 47001
<b>7,94</b>	0,0	<b>AFONSO GONÇALVES</b>	05 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	08/02/2020	2º	Lourosa 38014
<b>8,01</b>	+ 1,3	<b>LUCAS ALVES</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	01/12/2019	3º	Maia 41002
<b>8,07</b>	0,0	Lucas Alves	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	08/02/2020	1º	Lourosa 38014
<b>8,09</b>	+ 1,7	<b>ALEXANDRE VIEIRA</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	25/01/2020	1º	Vagos 38011
<b>8,11</b>	0,0	<b>GUILHERME BARROS</b>	05 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	08/02/2020	3º	Lourosa 38014
<b>8,16</b>	+ 1,7	<b>RODRIGO OLIVEIRA</b>	06 Ini	C DESP C+S LAVRA	25/01/2020	2º	Vagos 38011
<b>8,29</b>	0,0	Alexandre Vieira	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	08/02/2020	4º	Lourosa 38014
<b>8,34</b>	0,0	<b>JOSÉ PAASO</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	08/02/2020	2º	Lourosa 38014
<b>8,38</b>	+ 0,4	<b>RÚBEN PINTO</b>	04 Ini	E ATLETISMO TROFA	10/11/2019	1º	Guimarães 47001
<b>8,45</b>	+ 1,3	Alexandre Vieira	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	01/12/2019	4º	Maia 41002
<b>8,56</b>	+ 0,7	<b>NUNO PEREIRA</b>	08 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	01/12/2019	1º	Maia 41002
<b>8,67</b>	+ 0,6	<b>RODRIGO ALVES</b>	08 Inf	C SPIRIDON DE GAIA	01/12/2019	1º	Maia 41002
<b>8,69</b>	+ 1,4	<b>FREDERICO OLIVEIRA</b>	06 Inf	A C PÓVOA DE VARZIM	10/11/2019	3º	Guimarães 47001
<b>8,83</b>	0,0	<b>MIGUEL VALENTE</b>	06 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	08/02/2020	6º	Lourosa 38014
<b>8,89</b>	+ 1,1	<b>SAMUEL ROCHA</b>	08 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	01/12/2019	1º	Maia 41002
<b>8,95</b>	- 1,1	<b>SMUEL ROCHA</b>	07 Inf	Associação Atletismo Porto	22/02/2020	5º	Lourosa 38015
<b>8,97</b>	+ 0,7	<b>PEDRO PIMENTEL</b>	07 Inf	AC FERNANDA RIBEIRO	01/12/2019	2º	Maia 41002
<b>9,06</b>	+ 1,7	<b>BRUNO OLIVEIRA</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	25/01/2020	4º	Vagos 38011
<b>9,08</b>	+ 0,6	<b>DAVID PEREIRA</b>	08 Inf	AC FERNANDA RIBEIRO	01/12/2019	2º	Maia 41002
<b>9,18</b>	+ 1,0	<b>LUCA POZZAN</b>	08 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	22/02/2020	1º	Maia 41016
<b>9,19</b>	+ 1,1	<b>CELSO GLÓRIA</b>	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	01/12/2019	2º	Maia 41002
<b>9,19</b>	+ 1,2	<b>TYRESE RODRIGUES</b>	08 Inf	C DESP C+S LAVRA	22/02/2020	1º	Maia 41016
<b>9,20</b>	+ 1,2	<b>SALVADOR GABRIEL</b>	08 Inf	LEIXÕES SPORT CLUB	22/02/2020	2º	Maia 41016
<b>9,24</b>	+ 0,7	Luca Pozzan	08 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	01/12/2019	3º	Maia 41002
<b>9,24</b>	+ 1,1	<b>SIMÃO FLOR</b>	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	01/12/2019	3º	Maia 41002
<b>9,26</b>	+ 1,6	Simão Flor	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	22/02/2020	1º	Maia 41016
<b>9,27</b>	+ 1,6	<b>MARTIM FARIA</b>	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	22/02/2020	2º	Maia 41016
<b>9,29</b>	+ 1,1	<b>PEDRO LEAL RIBEIRO</b>	08 Inf	RUNRIVER - RIO TINTO	01/12/2019	4º	Maia 41002
<b>9,43</b>	+ 1,3	<b>MIGUEL SOARES</b>	05 Ini	G D R JUV RIBEIRAS	01/12/2019	5º	Maia 41002
<b>9,44</b>	+ 0,6	Salvador Gabriel	08 Inf	LEIXÕES SPORT CLUB	01/12/2019	3º	Maia 41002
<b>9,48</b>	0,0	<b>ANTÓNIO FLOR</b>	05 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	08/02/2020	7º	Lourosa 38014
<b>9,60</b>	+ 0,7	<b>BRUNO SÁ</b>	07 Inf	E ATLETISMO TROFA	01/12/2019	4º	Maia 41002
<b>9,63</b>	+ 1,1	<b>GONÇALO FERREIRA</b>	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	01/12/2019	5º	Maia 41002
<b>9,69</b>	+ 1,6	<b>GIL FRANCO</b>	08 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	22/02/2020	3º	Maia 41016
<b>9,70</b>	+ 1,6	<b>DANIEL MORUJÃO</b>	08 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	22/02/2020	4º	Maia 41016
<b>9,71</b>	+ 1,0	<b>TOMÁS HEWAGE</b>	07 Inf	C F OLIVEIRA DOURO	22/02/2020	2º	Maia 41016
<b>9,71</b>	+ 1,2	<b>HUGO PINHEIRO</b>	08 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	22/02/2020	3º	Maia 41016
<b>9,79</b>	+ 0,7	<b>JOÃO SILVA</b>	07 Inf	MAIA A C	01/12/2019	5º	Maia 41002
<b>9,83</b>	+ 1,3	<b>DUARTE VASCONCELO</b>	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	01/12/2019	6º	Maia 41002
<b>9,85</b>	+ 1,3	<b>RAFAEL FERNANDES</b>	05 Ini	MAIA A C	01/12/2019	7º	Maia 41002



Ranking 2020

Absoluto ( até Iniciados) Ar Livre

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

Top: 1 2,56

<b>9,86</b>	+ 0,4	<b>LUÍS OLIVEIRA</b>	05 Ini	E ATLETISMO TROFA	10/11/2019	5º	Guimarães 47001
<b>9,88</b>	+ 1,0	<b>GONÇALO OLIVEIRA</b>	07 Inf	C DESP C+S LAVRA	22/02/2020	3º	Maia 41016
<b>9,91</b>	+ 1,0	<b>LUÍS MOTA</b>	08 Inf	C DESP C+S LAVRA	22/02/2020	4º	Maia 41016
<b>9,92</b>	+ 1,2	<b>JOSÉ SOUSA</b>	08 Inf	C D C NAVAIS	22/02/2020	5º	Maia 41016
<b>9,93</b>	+ 1,6	<b>DIOGO SOUSA</b>	08 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	22/02/2020	5º	Maia 41016
<b>9,93</b>	+ 1,2	<b>ANDRÉ CAETANO</b>	08 Inf	C F OLIVEIRA DOURO	22/02/2020	6º	Maia 41016
<b>1 0,06</b>	+ 1,6	<b>MIGUEL MONTEIRO</b>	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	22/02/2020	6º	Maia 41016
<b>1 0,15</b>	+ 1,2	<b>RODRIGO CARVALHO</b>	08 Inf	LEIXÕES SPORT CLUB	22/02/2020	7º	Maia 41016
<b>1 0,18</b>	+ 0,6	<b>JOÃO MIGUEL OLIVEIR</b>	08 Inf	AC FERNANDA RIBEIRO	01/12/2019	4º	Maia 41002
<b>1 0,20</b>	+ 1,1	<b>PEDRO OLIVEIRA</b>	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	01/12/2019	6º	Maia 41002
<b>1 0,20</b>	0,0	<b>LUIS MOTA</b>	08 Inf	C DESP C+S LAVRA	08/02/2020	6º	Lourosa 38014
<b>1 0,25</b>	+ 1,2	<b>LOURENÇO FERREIRA</b>	08 Inf	C F OLIVEIRA DOURO	22/02/2020	8º	Maia 41016
<b>1 0,63</b>	+ 1,6	<b>VICENTE FERNANDES</b>	07 Inf	C DESP C+S LAVRA	22/02/2020	7º	Maia 41016
<b>1 0,88</b>	+ 1,0	<b>DIOGO SILVA</b>	07 Inf	C DESP C+S LAVRA	22/02/2020	5º	Maia 41016
<b>1 1,21</b>	+ 1,6	<b>GONÇALO CARNEIRO</b>	07 Inf	LEIXÕES SPORT CLUB	22/02/2020	8º	Maia 41016
<b>1 1,81</b>	+ 0,7	Gonçalo Carneiro	07 Inf	LEIXÕES SPORT CLUB	01/12/2019	6º	Maia 41002
<b>1 2,56</b>	+ 1,0	<b>PEDRO CARVALHO</b>	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	22/02/2020	6º	Maia 41016

**Marcas com vento antiregulamentar**

<b>7,42</b>	+ 3,9	Miguel Costa	05 Ini	BOAVISTA F C	01/12/2019	1º	Maia 41002
<b>7,78</b>	+ 3,9	Afonso Gonçalves	05 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	01/12/2019	2º	Maia 41002
<b>8,03</b>	+ 3,9	Guilherme Barros	05 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	01/12/2019	3º	Maia 41002
<b>8,06</b>	+ 3,9	João Macedra	06 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	01/12/2019	4º	Maia 41002
<b>8,15</b>	+ 2,8	Rodrigo Oliveira	06 Ini	C DESP C+S LAVRA	01/12/2019	1º	Maia 41002
<b>8,30</b>	+ 3,9	Simão Cacheira	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	01/12/2019	5º	Maia 41002
<b>8,31</b>	+ 2,8	Miguel Costa	05 Ini	BOAVISTA F C	01/12/2019	2º	Maia 41002
<b>8,37</b>	+ 3,9	André Campos	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	01/12/2019	6º	Maia 41002
<b>8,60</b>	+ 2,8	Nathan Teixeira	06 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	01/12/2019	3º	Maia 41002
<b>8,67</b>	+ 2,8	Rodrigo Arada	06 Ini	C A DE SANTO TIRSO	01/12/2019	4º	Maia 41002
<b>8,94</b>	+ 2,8	Dinis Costa	06 Ini	C DESP C+S LAVRA	01/12/2019	5º	Maia 41002
<b>9,26</b>	+ 3,9	António Flor	05 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	01/12/2019	7º	Maia 41002
<b>9,46</b>	+ 2,8	Afonso Pedro	06 Ini	MAIA A C	01/12/2019	6º	Maia 41002
<b>9,46</b>	+ 3,5	Simão Rebelo	08 Inf	AC FERNANDA RIBEIRO	01/12/2019	1º	Maia 41002
<b>9,53</b>	+ 3,9	Francisco Pereira	06 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	01/12/2019	8º	Maia 41002
<b>9,59</b>	+ 3,5	Miguel Barbas	08 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	01/12/2019	2º	Maia 41002
<b>9,96</b>	+ 3,5	Gonçalo Pereira	08 Inf	AC FERNANDA RIBEIRO	01/12/2019	3º	Maia 41002
<b>1 0,21</b>	+ 3,5	Lourenço Ferreira	08 Inf	C F OLIVEIRA DOURO	01/12/2019	4º	Maia 41002
<b>1 0,31</b>	+ 2,8	Nuno Vieira	05 Ini	BOAVISTA F C	01/12/2019	7º	Maia 41002
<b>1 0,79</b>	+ 3,5	Joel Martinez	08 Inf	AC FERNANDA RIBEIRO	01/12/2019	5º	Maia 41002



**Masculinos**

**200 Metros**

Top:

**2 9,03**

<b>2 5,01</b>	-0,5	<b>JORGE LIMA</b>	05 Ini	A C PÓVOA DE VARZIM	28/12/2019	1º Lousada 41006
<b>2 5,37</b>	0,0	<b>CARLOS SILVA</b>	05 Ini	C ATLETISMO TÂMEGA	28/12/2019	4º Lousada 41006
<b>2 5,51</b>	0,0	<b>MIGUEL COSTA</b>	05 Ini	BOAVISTA F C	28/12/2019	5º Lousada 41006
<b>2 6,47</b>	0,0	<b>JOÃO PINTO</b>	05 Ini	C D C NAVAIS	28/12/2019	2º Lousada 41006
<b>2 6,53</b>	-0,5	<b>ALEXANDRE VIEIRA</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	28/12/2019	2º Lousada 41006
<b>2 7,22</b>	-0,5	<b>EDUARDO VIEIRA</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	28/12/2019	3º Lousada 41006
<b>2 7,32</b>	-0,5	<b>TIAGO ALVES</b>	05 Ini	C D C NAVAIS	28/12/2019	4º Lousada 41006
<b>2 9,03</b>	-0,5	<b>FILIPE REGUFE</b>	05 Ini	A C PÓVOA DE VARZIM	28/12/2019	5º Lousada 41006



**Masculinos**

**150 Metros**

Top:

**2 4,62**

<b>1 8,54</b>	-0,5	<b>DAVID SILVA</b>	04 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	28/12/2019	2º Braga 47005
<b>1 8,89</b>	-0,5	<b>SÉRGIO ALMEIDA</b>	04 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	28/12/2019	3º Braga 47005
<b>1 9,14</b>	-0,5	<b>DAVID GARCIA</b>	04 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	28/12/2019	5º Braga 47005
<b>2 4,62</b>	+0,7	<b>JOÃO GAMA</b>	08 Inf	C DESP C+S LAVRA	28/12/2019	3º Lousada 41006



Ranking 2020

Absoluto ( até Iniciados) Ar Livre

**Masculinos****250 Metros Planos**

Top:

**4 3,59**

<b>3 3,90</b>	Alexandre Vieira	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	05/01/2020	1º Póvoa de Varzim 41007
<b>3 3,90</b>	<b>ALEXANDRE VIEIRA</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	05/01/2020	1º Póvoa de Varzim 41007
<b>3 4,28</b>	Alexandre Vieira	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	25/01/2020	2º Vagos 38011
<b>3 4,63</b>	<b>JOÃO PINTO</b>	05 Ini	C D C NAVAIS	05/01/2020	2º Póvoa de Varzim 41007
<b>3 4,63</b>	João Pinto	05 Ini	C D C NAVAIS	05/01/2020	2º Póvoa de Varzim 41007
<b>3 4,77</b>	João Pinto	05 Ini	C D C NAVAIS	29/12/2019	1º Lousada 41006
<b>3 5,19</b>	<b>RODRIGO OLIVEIRA</b>	06 Ini	C DESP C+S LAVRA	29/12/2019	2º Lousada 41006
<b>3 5,36</b>	José Passo	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	05/01/2020	3º Póvoa de Varzim 41007
<b>3 5,36</b>	<b>JOSÉ PASSO</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	05/01/2020	3º Póvoa de Varzim 41007
<b>3 6,08</b>	Tiago Alves	05 Ini	C D C NAVAIS	05/01/2020	4º Póvoa de Varzim 41007
<b>3 6,08</b>	<b>TIAGO ALVES</b>	05 Ini	C D C NAVAIS	05/01/2020	4º Póvoa de Varzim 41007
<b>3 6,50</b>	Eduardo Vieira	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	05/01/2020	5º Póvoa de Varzim 41007
<b>3 6,50</b>	<b>EDUARDO VIEIRA</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	05/01/2020	5º Póvoa de Varzim 41007
<b>3 6,65</b>	Tiago Alves	05 Ini	C D C NAVAIS	29/12/2019	3º Lousada 41006
<b>3 7,65</b>	Rodrigo Oliveira	06 Ini	C DESP C+S LAVRA	05/01/2020	6º Póvoa de Varzim 41007
<b>3 7,65</b>	Rodrigo Oliveira	06 Ini	C DESP C+S LAVRA	05/01/2020	6º Póvoa de Varzim 41007
<b>3 8,10</b>	<b>DINIS COSTA</b>	06 Ini	C DESP C+S LAVRA	29/12/2019	4º Lousada 41006
<b>3 9,37</b>	<b>BRUNO OLIVEIRA</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	05/01/2020	7º Póvoa de Varzim 41007
<b>3 9,37</b>	Bruno Oliveira	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	05/01/2020	7º Póvoa de Varzim 41007
<b>4 0,94</b>	Miguel Soares	05 Ini	G D R JUV RIBEIRAS	05/01/2020	8º Póvoa de Varzim 41007
<b>4 0,94</b>	<b>MIGUEL SOARES</b>	05 Ini	G D R JUV RIBEIRAS	05/01/2020	8º Póvoa de Varzim 41007
<b>4 0,94</b>	Bruno Oliveira	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	25/01/2020	3º Vagos 38011
<b>4 3,59</b>	<b>DUARTE VASCONCELO</b>	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	29/12/2019	5º Lousada 41006



Ranking 2020

Absoluto ( até Iniciados) Ar Livre

### Masculinos

#### 600 Metros

Top: 2 0 6,13

1 4 4,22	<b>PEDRO ROCHA</b>	07 Inf	Associação Atletismo Porto	22/02/2020	4º Lourosa 38015
2 0 6,13	<b>GONÇALO SANTOS</b>	07 Inf	A C PÓVOA DE VARZIM	10/11/2019	13º Guimarães 47001





**Masculinos**

**800 Metros**

Top: **2 3 0,74**

<b>2 1 3,16</b>	<b>ROBERTO CARVALHO</b>	04 Ini	A C PÓVOA DE VARZIM	10/11/2019	1º Guimarães 47001
<b>2 1 6,82</b>	<b>JOÃO BESSA</b>	05 Ini	U DESP DA VÁRZEA	28/12/2019	4º Lousada 41006
<b>2 2 0,10</b>	<b>NUNO RIBEIRO</b>	04 Ini	C ATLETISMO TÂMEGA	10/11/2019	4º Guimarães 47001
<b>2 2 3,26</b>	<b>CARLOS SILVA</b>	05 Ini	C ATLETISMO TÂMEGA	10/11/2019	6º Guimarães 47001
<b>2 2 5,63</b>	<b>RAFAEL RODRIGUES</b>	06 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	28/12/2019	6º Lousada 41006
<b>2 3 0,74</b>	<b>PEDRO CRUZ</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	08/02/2020	4º Lourosa 38014





**Masculinos**

**1.000 Metros**

Top: **4 1 9,66**

2 5 3,35	<b>TIAGO FERREIRA</b>	06 Inf	MAIA A C	28/12/2019	1º Braga 47005
2 5 4,23	Tiago Ferreira	06 Ini	MAIA A C	01/12/2019	1º Maia 41002
3 0 3,11	<b>GASPAR OLIVEIRA</b>	05 Ini	BOAVISTA F C	01/12/2019	3º Maia 41002
3 0 9,29	<b>RAFAEL RODRIGUES</b>	06 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	01/12/2019	4º Maia 41002
3 1 4,96	<b>SIMÃO TRANCOSO</b>	05 Ini	AC FERNANDA RIBEIRO	01/12/2019	5º Maia 41002
3 2 0,12	<b>PEDRO ROCHA</b>	07 Inf	A DESP LUSTOSA	01/12/2019	6º Maia 41002
3 2 1,57	<b>JOÃO MAGALHÃES</b>	08 Inf	A R L V GONDOMARENSE	01/12/2019	7º Maia 41002
3 2 5,85	<b>VÍTOR MARTINS</b>	07 Inf	A DESP LUSTOSA	01/12/2019	8º Maia 41002
3 3 5,81	<b>MIGUEL SOARES</b>	05 Ini	G D R JUV RIBEIRAS	01/12/2019	9º Maia 41002
3 3 8,97	<b>AFONSO PEDRO</b>	06 Ini	MAIA A C	01/12/2019	10º Maia 41002
3 4 7,37	<b>GUILHERME MARQUES</b>	08 Inf	A DESP LUSTOSA	01/12/2019	11º Maia 41002
3 4 8,49	<b>LOURENÇO FERREIRA</b>	08 Inf	C F OLIVEIRA DOURO	01/12/2019	12º Maia 41002
4 1 9,66	<b>HUGO MARTIM</b>	08 Inf	A R L V GONDOMARENSE	01/12/2019	13º Maia 41002



**Masculinos**

**1.000 Mt.Obstáculos**

Top: 4 4 1,38

3 2 5,96	<b>SIMÃO FLOR</b>	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	22/02/2020	1º <i>Maia 41016</i>
3 4 5,45	<b>JOSÉ SOUSA</b>	08 Inf	C D C NAVAIS	22/02/2020	2º <i>Maia 41016</i>
3 5 2,00	<b>LOURENÇO FERREIRA</b>	08 Inf	C F OLIVEIRA DOURO	22/02/2020	3º <i>Maia 41016</i>
3 5 5,84	<b>GONÇALO SANTOS</b>	07 Inf	A C PÓVOA DE VARZIM	22/02/2020	4º <i>Maia 41016</i>
4 4 1,38	<b>MIGUEL BASTOS</b>	08 Inf	CLUBE DESP DA PÓVOA	22/02/2020	5º <i>Maia 41016</i>



**Masculinos**

**60 M Barr.Inf-0.76**

Top:

**1 3,05**

<b>1 1,06</b>	+ 1,3	<b>RODRIGO ALVES</b>	07 Inf	Associação Atletismo Porto	22/02/2020	3º Lourosa 38015
<b>1 2,95</b>	0,0	<b>SIMÃO FLO</b>	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	08/02/2020	4º Lourosa 38014
<b>1 3,05</b>	0,0	<b>TOMAS AZEVEDO</b>	08 Inf	C DESP C+S LAVRA	08/02/2020	5º Lourosa 38014



**Masculinos**

**60 M Barr.Inici-0.76**

Top:

**1 1,59**

<b>9,59</b>	+0,5	<b>LUCAS ALVES</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	08/02/2020	1º Lourosa 38014
<b>1 0,73</b>	0,0	<b>GUILHERME BARROS</b>	05 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	08/02/2020	3º Lourosa 38014
<b>1 1,34</b>	+0,5	<b>PEDRO CRUZ</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	08/02/2020	3º Lourosa 38014
<b>1 1,41</b>	+0,5	<b>DINIS COSTA</b>	06 Ini	C DESP C+S LAVRA	08/02/2020	4º Lourosa 38014
<b>1 1,59</b>	0,0	<b>MIGUEL VALENTE</b>	06 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	08/02/2020	4º Lourosa 38014



Ranking 2020

Absoluto ( até Iniciados) Ar Livre

**Masculinos****60 M Barr.Inf.M/F-76**

Top:

**2 1,62**

<b>1 1,42</b>	0,0	<b>RODRIGO ALVES</b>	08 Inf	C SPIRIDON DE GAIA	11/01/2020	1º Lousada 41008
<b>1 1,54</b>	0,0	<b>GONÇALO VALENTE</b>	08 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	11/01/2020	1º Lousada 41008
<b>1 1,59</b>	0,0	<b>DAVID PEREIRA</b>	08 Inf	AC FERNANDA RIBEIRO	11/01/2020	2º Lousada 41008
<b>1 1,62</b>	-0,4	<b>SIMÃO FLOR</b>	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	28/12/2019	3º Braga 47005
<b>1 1,73</b>	-0,4	<b>NUNO LAGE</b>	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	28/12/2019	4º Braga 47005
<b>1 1,93</b>	0,0	<b>FILIPE GOMES</b>	08 Inf	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	1º Lousada 41008
<b>1 2,78</b>	0,0	<b>TOMÁS AZEVEDO</b>	08 Inf	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	2º Lousada 41008
<b>1 3,39</b>	0,0	<b>DANIEL MORUJÃO</b>	08 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	11/01/2020	2º Lousada 41008
<b>1 3,40</b>	0,0	<b>MIGUEL MONTEIRO</b>	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	11/01/2020	3º Lousada 41008
<b>1 3,80</b>	0,0	<b>JOÃO GAMA</b>	08 Inf	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	3º Lousada 41008
<b>1 3,86</b>	0,0	<b>FRANCISCO SOUSA</b>	08 Inf	CLUBE DESP DA PÓVOA	11/01/2020	4º Lousada 41008
<b>1 3,92</b>	0,0	<b>LUÍS MOTA</b>	08 Inf	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	4º Lousada 41008
<b>1 4,08</b>	0,0	<b>RAFAEL FARIA</b>	08 Inf	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	3º Lousada 41008
<b>1 4,15</b>	-0,4	<b>MARTIM FARIA</b>	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	28/12/2019	6º Braga 47005
<b>1 4,15</b>	0,0	<b>TOMÁS MOREIRA</b>	08 Inf	A C PÓVOA DE VARZIM	11/01/2020	4º Lousada 41008
<b>1 4,24</b>	0,0	<b>LOURENÇO FERREIRA</b>	08 Inf	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	5º Lousada 41008
<b>1 4,34</b>	0,0	<b>GUILHERME CASTRO</b>	07 Inf	ESCOLA DO MOVIMENTO	11/01/2020	5º Lousada 41008
<b>1 4,52</b>	0,0	<b>TOMÁS HEWAGE</b>	07 Inf	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	6º Lousada 41008
<b>1 4,84</b>	0,0	Martim Faria	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	11/01/2020	5º Lousada 41008
<b>1 5,07</b>	0,0	<b>MIGUEL BASTOS</b>	08 Inf	CLUBE DESP DA PÓVOA	11/01/2020	6º Lousada 41008
<b>1 6,57</b>	0,0	<b>DIOGO SILVA</b>	08 Inf	CLUBE DESP DA PÓVOA	11/01/2020	7º Lousada 41008
<b>2 1,62</b>	0,0	<b>ANDRÉ CAETANO</b>	08 Inf	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	6º Lousada 41008



Ranking 2020

Absoluto ( até Iniciados) Ar Livre

**Masculinos****60 M Barr.Ini.Mas-84**

Top:

**1 5,51**

<b>9,52</b>	-0,1	<b>ALEXANDRE VIEIRA</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	05/01/2020	1º Póvoa de Varzim 41007
<b>9,57</b>	0,0	Alexandre Vieira	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	1º Lousada 41008
<b>9,66</b>	+0,2	Alexandre Vieira	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	29/12/2019	1º Lousada 41006
<b>9,66</b>	0,0	<b>SIMÃO CACHEIRA</b>	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	2º Lousada 41008
<b>9,89</b>	-0,1	<b>JOSÉ PASSO</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	05/01/2020	2º Póvoa de Varzim 41007
<b>9,92</b>	+0,2	Simão Cacheira	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	29/12/2019	2º Lousada 41006
<b>9,95</b>	+0,2	<b>EDUARDO VIEIRA</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	29/12/2019	3º Lousada 41006
<b>1 0,00</b>	-0,3	<b>LUCAS ALVES</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	1º Lousada 41008
<b>1 0,01</b>	0,0	Eduardo Vieira	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	3º Lousada 41008
<b>1 0,08</b>	0,0	<b>GUSTAVO ROCHA</b>	06 Ini	MAIA A C	11/01/2020	4º Lousada 41008
<b>1 0,09</b>	-0,1	Eduardo Vieira	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	05/01/2020	3º Póvoa de Varzim 41007
<b>1 0,11</b>	-0,3	<b>GUILHERME BARROS</b>	05 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	28/12/2019	2º Braga 47005
<b>1 0,30</b>	0,0	Guilherme Barros	05 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	11/01/2020	5º Lousada 41008
<b>1 0,30</b>	0,0	José Passo	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	6º Lousada 41008
<b>1 0,32</b>	0,0	<b>TIAGO FERREIRA</b>	06 Ini	MAIA A C	11/01/2020	1º Lousada 41008
<b>1 0,41</b>	-0,8	<b>PAULO FREITAS</b>	06 Ini	AC FERNANDA RIBEIRO	29/12/2019	1º Lousada 41006
<b>1 0,43</b>	+0,2	José Passo	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	29/12/2019	4º Lousada 41006
<b>1 0,66</b>	-0,1	Guilherme Barros	05 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	05/01/2020	4º Póvoa de Varzim 41007
<b>1 0,73</b>	-0,8	<b>RODRIGO OLIVEIRA</b>	06 Ini	C DESP C+S LAVRA	29/12/2019	2º Lousada 41006
<b>1 0,76</b>	-0,3	<b>MIGUEL VALENTE</b>	06 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	28/12/2019	4º Braga 47005
<b>1 0,82</b>	0,0	<b>ANDRÉ CAMPOS</b>	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	1º Lousada 41008
<b>1 0,94</b>	-0,3	<b>TIAGO SAMPAIO</b>	05 Ini	AC FERNANDA RIBEIRO	11/01/2020	2º Lousada 41008
<b>1 1,06</b>	-0,1	Rodrigo Oliveira	06 Ini	C DESP C+S LAVRA	05/01/2020	5º Póvoa de Varzim 41007
<b>1 1,07</b>	-0,8	André Campos	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	29/12/2019	3º Lousada 41006
<b>1 1,09</b>	-0,8	<b>DINIS COSTA</b>	06 Ini	C DESP C+S LAVRA	29/12/2019	4º Lousada 41006
<b>1 1,11</b>	-0,1	Miguel Valente	06 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	05/01/2020	6º Póvoa de Varzim 41007
<b>1 1,11</b>	0,0	Dinis Costa	06 Ini	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	2º Lousada 41008
<b>1 1,12</b>	0,0	<b>JOÃO MACEDRA</b>	06 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	2º Lousada 41008
<b>1 1,32</b>	0,0	Miguel Valente	06 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	11/01/2020	3º Lousada 41008
<b>1 1,34</b>	-0,3	<b>TIAGO ALVES</b>	05 Ini	C D C NAVAIS	11/01/2020	3º Lousada 41008
<b>1 1,52</b>	-0,3	<b>RÚBEN MAIA</b>	05 Ini	CLUBE DESP DA PÓVOA	11/01/2020	4º Lousada 41008
<b>1 1,65</b>	-0,8	<b>BRUNO OLIVEIRA</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	29/12/2019	5º Lousada 41006
<b>1 1,68</b>	0,0	<b>FRANCISCO PEREIRA</b>	06 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	3º Lousada 41008
<b>1 1,68</b>	0,0	<b>JOÃO PINTO</b>	05 Ini	C D C NAVAIS	11/01/2020	4º Lousada 41008
<b>1 1,68</b>	0,0	Bruno Oliveira	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	4º Lousada 41008
<b>1 1,78</b>	0,0	Rodrigo Oliveira	06 Ini	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	5º Lousada 41008
<b>1 1,85</b>	0,0	<b>AFONSO PEDRO</b>	06 Ini	MAIA A C	11/01/2020	7º Lousada 41008
<b>1 1,85</b>	-0,3	<b>DIOGO GOMES</b>	05 Ini	C SPIRIDON DE GAIA	11/01/2020	5º Lousada 41008
<b>1 1,92</b>	-0,1	Bruno Oliveira	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	05/01/2020	7º Póvoa de Varzim 41007
<b>1 1,94</b>	-0,3	<b>JORGE LIMA</b>	05 Ini	A C PÓVOA DE VARZIM	11/01/2020	6º Lousada 41008
<b>1 1,99</b>	-0,3	<b>JOSÉ DIOGO CORREIA</b>	05 Ini	C D C NAVAIS	11/01/2020	7º Lousada 41008
<b>1 2,42</b>	0,0	<b>FREDERICO OLIVEIRA</b>	06 Ini	A C PÓVOA DE VARZIM	11/01/2020	5º Lousada 41008
<b>1 2,55</b>	0,0	<b>ANTÓNIO FLOR</b>	05 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	11/01/2020	6º Lousada 41008



**Masculinos**

**60 M Barr.Ini.Mas-84**

Top:

**1 5,51**

<b>1 2,58</b>	+ 0,2	<b>DUARTE VASCONCELO</b>	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	29/12/2019	5º Lousada 41006
<b>1 2,62</b>	0,0	<b>RAFAEL ORNELAS</b>	06 Ini	C SPIRIDON DE GAIA	11/01/2020	6º Lousada 41008
<b>1 2,71</b>	- 0,3	António Flor	05 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	28/12/2019	7º Braga 47005
<b>1 2,76</b>	0,0	<b>RAFAEL FERNANDES</b>	05 Ini	MAIA A C	11/01/2020	8º Lousada 41008
<b>1 2,94</b>	0,0	<b>HÉLMUT ROCHA</b>	06 Ini	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	7º Lousada 41008
<b>1 3,01</b>	0,0	Duarte Vasconcelos	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	7º Lousada 41008
<b>1 3,33</b>	- 0,3	<b>MIGUEL SOARES</b>	05 Ini	G D R JUV RIBEIRAS	11/01/2020	8º Lousada 41008
<b>1 3,56</b>	0,0	<b>TIAGO COSTA</b>	06 Ini	CLUBE DESP DA PÓVOA	11/01/2020	8º Lousada 41008
<b>1 5,51</b>	0,0	<b>RAFAEL RODRIGUES</b>	06 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	8º Lousada 41008



**Masculinos**

**60 M Barr.Juv.Mas-91**

Top:

**1 1,92**

<b>9,38</b>	-0,1	<b>SÉRGIO ALMEIDA</b>	04 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	28/12/2019	3º Braga 47005
<b>9,52</b>	-0,1	<b>ALEXANDRE VIEIRA</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	05/01/2020	1º Póvoa de Varzim 41007
<b>9,89</b>	-0,1	<b>JOSÉ PASSO</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	05/01/2020	2º Póvoa de Varzim 41007
<b>9,93</b>	-0,1	<b>DAVID GARCIA</b>	04 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	28/12/2019	4º Braga 47005
<b>1 0,09</b>	-0,1	<b>EDUARDO VIEIRA</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	05/01/2020	3º Póvoa de Varzim 41007
<b>1 0,66</b>	-0,1	<b>GUILHERME BARROS</b>	05 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	05/01/2020	4º Póvoa de Varzim 41007
<b>1 1,06</b>	-0,1	<b>RODRIGO OLIVEIRA</b>	06 Ini	C DESP C+S LAVRA	05/01/2020	5º Póvoa de Varzim 41007
<b>1 1,11</b>	-0,1	<b>MIGUEL VALENTE</b>	06 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	05/01/2020	6º Póvoa de Varzim 41007
<b>1 1,92</b>	-0,1	<b>BRUNO OLIVEIRA</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	05/01/2020	7º Póvoa de Varzim 41007





Ranking 2020

Absoluto ( até Iniciados) Ar Livre

### Masculinos

#### 250 M Barreiras-0.76

Top:

4 8,93

3 7,11	<b>SIMÃO CACHEIRA</b>	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	22/02/2020	1º <i>Maia 41016</i>
3 8,48	<b>ANDRÉ CAMPOS</b>	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	22/02/2020	2º <i>Maia 41016</i>
3 9,34	<b>EDUARDO VIEIRA</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	22/02/2020	3º <i>Maia 41016</i>
4 1,08	<b>PAULO FREITAS</b>	06 Ini	AC FERNANDA RIBEIRO	22/02/2020	4º <i>Maia 41016</i>
4 8,93	<b>DUARTE VASCONCELO</b>	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	22/02/2020	5º <i>Maia 41016</i>



**Masculinos**

**1.500 Mt.Obstáculos**

Top: **6 2 4,44**

4 4 4,75	<b>TIAGO FERREIRA</b>	06 Ini	MAIA A C	22/02/2020	2º <i>Maia 41016</i>
5 0 3,99	<b>GASPAR OLIVEIRA</b>	05 Ini	BOAVISTA F C	22/02/2020	3º <i>Maia 41016</i>
5 0 5,64	<b>RAFAEL RODRIGUES</b>	06 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	22/02/2020	4º <i>Maia 41016</i>
5 0 6,64	<b>GONÇALO PEREIRA</b>	05 Ini	A R L V GONDOMARENSE	22/02/2020	5º <i>Maia 41016</i>
5 0 6,64	<b>DINIS NORONHA</b>	05 Ini	BOAVISTA F C	22/02/2020	6º <i>Maia 41016</i>
5 3 1,96	<b>RAFAEL ORNELAS</b>	06 Ini	C SPIRIDON DE GAIA	22/02/2020	8º <i>Maia 41016</i>
5 3 1,98	<b>JOÃO REIS</b>	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	22/02/2020	9º <i>Maia 41016</i>
5 5 7,97	<b>TIAGO COSTA</b>	06 Ini	CLUBE DESP DA PÓVOA	22/02/2020	10º <i>Maia 41016</i>
6 2 4,44	<b>PEDRO BARBEDO</b>	06 Ini	RUNRIVER - RIO TINTO	22/02/2020	11º <i>Maia 41016</i>



Ranking 2020

Absoluto ( até Iniciados) Ar Livre

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

Top:

**1,10**

1,65	<b>TIAGO ALVES</b>	05 Ini	C D C NAVAIS	04/01/2020	2º Guimarães 47006
1,65	Tiago Alves	05 Ini	C D C NAVAIS	22/02/2020	2º Maia 41016
1,65	<b>ALEXANDRE VIEIRA</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	22/02/2020	1º Maia 41016
1,55	Alexandre Vieira	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	08/02/2020	1º Lourosa 38014
1,55	<b>JOSÉ PAASO</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	08/02/2020	2º Lourosa 38014
1,46	<b>SIMÃO CACHEIRA</b>	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	01/12/2019	1º Maia 41002
1,45	<b>JOÃO MACEDRA</b>	06 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	22/02/2020	4º Maia 41016
1,45	<b>TIAGO SAMPAIO</b>	05 Ini	AC FERNANDA RIBEIRO	22/02/2020	5º Maia 41016
1,43	<b>ANDRÉ CAMPOS</b>	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	01/12/2019	2º Maia 41002
1,35	<b>GUILHERME BARROS</b>	05 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	01/12/2019	3º Maia 41002
1,30	<b>RAFAEL ORNELAS</b>	06 Ini	C SPIRIDON DE GAIA	01/12/2019	4º Maia 41002
1,30	<b>DINIS COSTA</b>	06 Ini	C DESP C+S LAVRA	08/02/2020	6º Lourosa 38014
1,30	Dinis Costa	06 Ini	C DESP C+S LAVRA	22/02/2020	8º Maia 41016
1,20	<b>RODRIGO ALVES</b>	08 Inf	C SPIRIDON DE GAIA	04/01/2020	3º Guimarães 47006
1,20	<b>TOMÁS AZEVEDO</b>	08 Inf	C DESP C+S LAVRA	22/02/2020	12º Maia 41016
1,20	<b>GIL FRANCO</b>	08 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	22/02/2020	11º Maia 41016
1,20	<b>TYRESE RODRIGUES</b>	08 Inf	C DESP C+S LAVRA	22/02/2020	9º Maia 41016
1,20	<b>BRUNO OLIVEIRA</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	22/02/2020	9º Maia 41016
1,10	<b>CELSO GLÓRIA</b>	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	01/12/2019	5º Maia 41002



Ranking 2020

Absoluto ( até Iniciados) Ar Livre

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

Top:

2,65

5,40	0,0	ALEXANDRE VIEIRA	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	1º Lousada 41008
5,28	0,0	JOSÉ PASSO	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	2º Lousada 41008
5,10	+ 1,8	LUCAS ALVES	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	01/12/2019	3º Maia 41002
4,99	0,0	GUILHERME BARROS	05 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	11/01/2020	3º Lousada 41008
4,95	0,0	EDUARDO VIEIRA	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	4º Lousada 41008
4,95	0,0	Lucas Alves	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	5º Lousada 41008
4,92	0,0	RODRIGO OLIVEIRA	06 Ini	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	6º Lousada 41008
4,90	+ 1,4	TIAGO SAMPAIO	05 Ini	AC FERNANDA RIBEIRO	01/12/2019	4º Maia 41002
4,90	0,0	Tiago Sampaio	05 Ini	AC FERNANDA RIBEIRO	11/01/2020	7º Lousada 41008
4,87	0,0	JOÃO PINTO	05 Ini	C D C NAVAIS	11/01/2020	8º Lousada 41008
4,83	+ 0,1	Guilherme Barros	05 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	28/12/2019	3º Braga 47005
4,73	0,0	JOÃO MACEDRA	06 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	9º Lousada 41008
4,69	- 0,1	DAVID PEREIRA	07 Inf	Associação Atletismo Porto	22/02/2020	3º Lourosa 38015
4,61	0,0	MIGUEL VALENTE	06 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	11/01/2020	10º Lousada 41008
4,57	+ 0,1	Miguel Valente	06 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	28/12/2019	5º Braga 47005
4,56	0,0	SIMÃO CACHEIRA	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	11º Lousada 41008
4,51	0,0	ANDRÉ CAMPOS	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	12º Lousada 41008
4,49	0,0	JORGE LIMA	05 Ini	A C PÓVOA DE VARZIM	11/01/2020	13º Lousada 41008
4,48	0,0	TIAGO ALVES	05 Ini	C D C NAVAIS	11/01/2020	14º Lousada 41008
4,39	+ 1,9	PAULO FREITAS	06 Ini	AC FERNANDA RIBEIRO	01/12/2019	8º Maia 41002
4,32	0,0	RAFAEL RODRIGUES	06 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	15º Lousada 41008
4,23	0,0	FREDERICO OLIVEIRA	06 Ini	A C PÓVOA DE VARZIM	11/01/2020	16º Lousada 41008
4,22	0,0	DAVID PEREIRA	08 Inf	AC FERNANDA RIBEIRO	11/01/2020	1º Lousada 41008
4,21	0,0	GUSTAVO ROCHA	06 Ini	MAIA A C	11/01/2020	17º Lousada 41008
4,19	0,0	Frederico Oliveira	06 Inf	A C PÓVOA DE VARZIM	10/11/2019	4º Guimarães 47001
4,19	0,0	FRANCISCO PEREIRA	06 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	18º Lousada 41008
4,16	0,0	DINIS COSTA	06 Ini	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	19º Lousada 41008
4,14	0,0	DIOGO GOMES	05 Ini	C SPIRIDON DE GAIA	11/01/2020	20º Lousada 41008
4,11	0,0	RODRIGO ALVES	08 Inf	C SPIRIDON DE GAIA	04/01/2020	2º Guimarães 47006
4,05	0,0	RÚBEN MAIA	05 Ini	CLUBE DESP DA PÓVOA	11/01/2020	21º Lousada 41008
4,04	+ 0,2	NUNO LAGE	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	28/12/2019	10º Braga 47005
4,04	0,0	GONÇALO VALENTE	08 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	11/01/2020	2º Lousada 41008
4,03	0,0	JOSÉ DIOGO CORREIA	05 Ini	C D C NAVAIS	11/01/2020	22º Lousada 41008
4,02	0,0	AFONSO PEDRO	06 Ini	MAIA A C	11/01/2020	23º Lousada 41008
3,91	0,0	SIMÃO FLO	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	08/02/2020	3º Lourosa 38014
3,89	0,0	HÉLMUT ROCHA	06 Ini	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	24º Lousada 41008
3,76	0,0	FILIFE GOMES	08 Inf	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	3º Lousada 41008
3,72	0,0	Rodrigo Alves	08 Inf	C SPIRIDON DE GAIA	11/01/2020	4º Lousada 41008
3,71	+ 0,6	SAMUEL ROCHA	08 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	01/12/2019	16º Maia 41002
3,71	0,0	MIGUEL SOARES	05 Ini	G D R JUV RIBEIRAS	11/01/2020	25º Lousada 41008
3,70	+ 1,8	Rodrigo Alves	08 Inf	C SPIRIDON DE GAIA	01/12/2019	17º Maia 41002
3,70	0,0	BRUNO OLIVEIRA	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	26º Lousada 41008
3,69	0,0	TOMÁS MOREIRA	08 Inf	A C PÓVOA DE VARZIM	11/01/2020	5º Lousada 41008



Ranking 2020

Absoluto ( até Iniciados) Ar Livre

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

Top:

**2,65**

<b>3,68</b>	+ 1,8	<b>SIMÃO REBELO</b>	08 Inf	AC FERNANDA RIBEIRO	01/12/2019	18º	Maia 41002
<b>3,67</b>	0,0	<b>DANIEL MORUJÃO</b>	08 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	11/01/2020	6º	Lousada 41008
<b>3,59</b>	0,0	<b>TIAGO COSTA</b>	06 Ini	CLUBE DESP DA PÓVOA	11/01/2020	27º	Lousada 41008
<b>3,58</b>	0,0	<b>MIGUEL MONTEIRO</b>	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	11/01/2020	7º	Lousada 41008
<b>3,57</b>	0,0	<b>RAFAEL ORNELAS</b>	06 Ini	C SPIRIDON DE GAIA	11/01/2020	28º	Lousada 41008
<b>3,57</b>	0,0	<b>TOMÁS AZEVEDO</b>	08 Inf	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	8º	Lousada 41008
<b>3,54</b>	+ 1,2	Rafael Rodrigues	06 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	01/12/2019	20º	Maia 41002
<b>3,53</b>	0,0	<b>RAFAEL FERNANDES</b>	05 Ini	MAIA A C	11/01/2020	29º	Lousada 41008
<b>3,49</b>	+ 0,2	<b>MARTIM FARIA</b>	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	28/12/2019	14º	Braga 47005
<b>3,46</b>	0,0	<b>GUILHERME CASTRO</b>	07 Inf	ESCOLA DO MOVIMENTO	11/01/2020	10º	Lousada 41008
<b>3,46</b>	0,0	Martim Faria	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	11/01/2020	9º	Lousada 41008
<b>3,40</b>	0,0	<b>ANTÓNIO FLOR</b>	05 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	11/01/2020	30º	Lousada 41008
<b>3,39</b>	+ 1,5	<b>GONÇALO PEREIRA</b>	08 Inf	AC FERNANDA RIBEIRO	01/12/2019	21º	Maia 41002
<b>3,32</b>	0,0	<b>DUARTE VASCONCELO</b>	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	31º	Lousada 41008
<b>3,31</b>	0,0	<b>TOMÁS HEWAGE</b>	07 Inf	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	11º	Lousada 41008
<b>3,28</b>	0,0	<b>RAFAEL FARIA</b>	08 Inf	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	12º	Lousada 41008
<b>3,26</b>	+ 1,7	<b>SALVADOR GABRIEL</b>	08 Inf	LEIXÕES SPORT CLUB	01/12/2019	22º	Maia 41002
<b>3,24</b>	0,0	<b>TOMAS AZEVEDO</b>	08 Inf	C DESP C+S LAVRA	08/02/2020	6º	Lourosa 38014
<b>3,23</b>	0,0	<b>JOÃO GAMA</b>	08 Inf	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	13º	Lousada 41008
<b>3,20</b>	0,0	<b>FRANCISCO SOUSA</b>	08 Inf	CLUBE DESP DA PÓVOA	11/01/2020	14º	Lousada 41008
<b>3,15</b>	0,0	<b>LUIS MOTA</b>	08 Inf	C DESP C+S LAVRA	08/02/2020	8º	Lourosa 38014
<b>3,12</b>	+ 0,1	<b>MARTIM ROSAS</b>	07 Inf	CLUBE DESP DA PÓVOA	11/01/2020	8º	Vagos 38008
<b>3,06</b>	0,0	<b>LOURENÇO FERREIRA</b>	08 Inf	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	15º	Lousada 41008
<b>2,96</b>	0,0	<b>DIOGO SILVA</b>	08 Inf	CLUBE DESP DA PÓVOA	11/01/2020	16º	Lousada 41008
<b>2,93</b>	+ 2,0	<b>JOÃO MIGUEL OLIVEIR</b>	08 Inf	AC FERNANDA RIBEIRO	01/12/2019	25º	Maia 41002
<b>2,90</b>	0,0	<b>LUÍS MOTA</b>	08 Inf	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	17º	Lousada 41008
<b>2,84</b>	0,0	<b>ANDRÉ CAETANO</b>	08 Inf	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	18º	Lousada 41008
<b>2,82</b>	+ 0,7	Duarte Vasconcelos	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	01/12/2019	26º	Maia 41002
<b>2,79</b>	+ 1,6	<b>JOEL MARTINEZ</b>	07 Inf	AC FERNANDA RIBEIRO	01/12/2019	27º	Maia 41002
<b>2,78</b>	+ 1,6	<b>GONÇALO CARNEIRO</b>	07 Inf	LEIXÕES SPORT CLUB	01/12/2019	28º	Maia 41002
<b>2,65</b>	0,0	<b>MIGUEL BASTOS</b>	08 Inf	CLUBE DESP DA PÓVOA	11/01/2020	19º	Lousada 41008

**Marcas com vento antiregulamentar**

<b>5,96</b>	+ 2,5	Rafael Jesus	04 Ini	C DESP C+S LAVRA	01/12/2019	1º	Maia 41002
<b>5,12</b>	+ 2,0	Alexandre Vieira	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	01/12/2019	2º	Maia 41002
<b>4,77</b>	+ 2,5	João Macedra	06 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	01/12/2019	5º	Maia 41002
<b>4,66</b>	+ 2,8	Rodrigo Oliveira	06 Ini	C DESP C+S LAVRA	01/12/2019	6º	Maia 41002
<b>4,46</b>	+ 2,3	Rodrigo Arada	06 Ini	C A DE SANTO TIRSO	01/12/2019	7º	Maia 41002
<b>4,19</b>	+ 2,7	Miguel Costa	05 Ini	BOAVISTA F C	01/12/2019	9º	Maia 41002
<b>4,18</b>	+ 2,7	Dinis Costa	06 Ini	C DESP C+S LAVRA	01/12/2019	10º	Maia 41002
<b>4,16</b>	+ 3,0	David Pereira	08 Inf	AC FERNANDA RIBEIRO	01/12/2019	11º	Maia 41002
<b>4,13</b>	+ 2,1	Simão Flor	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	01/12/2019	12º	Maia 41002
<b>4,03</b>	+ 3,3	Miguel Cremascoli	05 Ini	BOAVISTA F C	01/12/2019	13º	Maia 41002
<b>3,92</b>	+ 2,1	Pedro Pimentel	05 Ini	AC FERNANDA RIBEIRO	01/12/2019	14º	Maia 41002
<b>3,75</b>	+ 2,1	Bruno Sá	07 Inf	E ATLETISMO TROFA	01/12/2019	15º	Maia 41002



**Masculinos**

**Salto em Comprimento**

Top:

**2,65**

<b>3,63</b>	+ 2,2	Gonçalo Ferreira	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	01/12/2019	19º	Maia 41002
<b>3,26</b>	+ 2,5	Nuno Vieira	05 Ini	BOAVISTA F C	01/12/2019	23º	Maia 41002
<b>3,08</b>	+ 2,2	Tomás Oliveira	08 Inf	BOAVISTA F C	01/12/2019	24º	Maia 41002



Ranking 2020

Absoluto ( até Iniciados) Ar Livre

### Masculinos

#### Lançam.Martelo-3Kg

Top:

9,82

19,38	<b>RAFAEL SOARES</b>	07 Inf	CLUBE DESP DA PÓVOA	22/02/2020	1º Porto 41015
19,00	<b>MIGUEL MONTEIRO</b>	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	22/02/2020	2º Porto 41015
14,71	<b>MIGUEL TEIXEIRA</b>	08 Inf	C SPIRIDON DE GAIA	22/02/2020	3º Porto 41015
13,97	Miguel Teixeira	08 Inf	C SPIRIDON DE GAIA	01/02/2020	1º Porto 41012
13,34	<b>DIOGO SOUSA</b>	08 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	22/02/2020	4º Porto 41015
12,86	Miguel Teixeira	08 Inf	C SPIRIDON DE GAIA	24/11/2019	1º Porto 41001
11,90	<b>RAFAEL FONTES</b>	07 Inf	C D C NAVAIS	22/02/2020	5º Porto 41015
9,82	<b>RAFAEL FARIA</b>	08 Inf	C F OLIVEIRA DOURO	22/02/2020	6º Porto 41015



Ranking 2020

Absoluto ( até Iniciados) Ar Livre

## Masculinos

### Lançam.Martelo-4Kg

Top:

16,48

40,75	<b>DIOGO GOMES</b>	05 Ini	C SPIRIDON DE GAIA	22/02/2020	1º Porto 41015
39,93	Diogo Gomes	05 Ini	C SPIRIDON DE GAIA	01/02/2020	1º Porto 41012
30,10	<b>MIGUEL COSTA</b>	05 Ini	BOAVISTA F C	22/02/2020	2º Porto 41015
29,88	<b>FRANCISCO PEREIRA</b>	06 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	22/02/2020	3º Porto 41015
28,88	Francisco Pereira	06 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	24/11/2019	1º Porto 41001
25,33	<b>GABRIEL SANCHES</b>	06 Ini	ESCOLA DO MOVIMENTO	01/02/2020	2º Porto 41012
24,37	<b>ALEXANDRE VIEIRA</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	22/02/2020	4º Porto 41015
23,60	<b>BERNARDO SOUSA RI</b>	04 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	24/11/2019	2º Porto 41001
23,48	<b>SIMÃO CACHEIRA</b>	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	24/11/2019	3º Porto 41001
22,19	Gabriel Sanches	06 Ini	ESCOLA DO MOVIMENTO	22/02/2020	5º Porto 41015
21,48	<b>ANDRÉ CAMPOS</b>	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	22/02/2020	6º Porto 41015
20,28	Simão Cacheira	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	22/02/2020	7º Porto 41015
19,55	<b>TIAGO ALVES</b>	05 Ini	C D C NAVAIS	22/02/2020	8º Porto 41015
16,48	<b>JOSÉ DIOGO CORREIA</b>	05 Ini	C D C NAVAIS	22/02/2020	9º Porto 41015





Ranking 2020

Absoluto ( até Iniciados) Ar Livre

**Masculinos**

**Lançam.Martelo-5Kg**

Top:

**3 9,91**

**39,91**

**DIOGO GOMES**

05 Ini

C SPIRIDON DE GAIA

08/03/2020

4º Vagos 03018





Ranking 2020

Absoluto ( até Iniciados) Ar Livre

**Masculinos****Lançamento Peso-3Kg**

Top:

**2,57**

10,24	<b>JOSE NETO</b>	07 Inf	Associação Atletismo Porto	22/02/2020	3º Lourosa 38015
7,56	<b>RAFAEL SOARES</b>	07 Inf	CLUBE DESP DA PÓVOA	22/02/2020	1º Porto 41015
7,52	<b>MIGUEL MONTEIRO</b>	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	11/01/2020	1º Lousada 41008
7,38	<b>MARTIM FARIA</b>	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	22/02/2020	2º Porto 41015
7,22	<b>DIOGO SOUSA</b>	08 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	01/12/2019	1º Maia 41002
7,04	Martim Faria	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	11/01/2020	2º Lousada 41008
6,93	Diogo Sousa	08 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	22/02/2020	3º Porto 41015
6,90	Miguel Monteiro	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	01/12/2019	2º Maia 41002
6,64	<b>DAVID PEREIRA</b>	08 Inf	AC FERNANDA RIBEIRO	11/01/2020	3º Lousada 41008
6,54	<b>SIMÃO FLOR</b>	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	22/02/2020	4º Porto 41015
6,37	<b>RODRIGO ALVES</b>	08 Inf	C SPIRIDON DE GAIA	11/01/2020	4º Lousada 41008
6,26	<b>TOMÁS MOREIRA</b>	08 Inf	A C PÓVOA DE VARZIM	11/01/2020	5º Lousada 41008
6,22	<b>GONÇALO VALENTE</b>	08 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	11/01/2020	6º Lousada 41008
6,07	<b>RAFAEL FONTES</b>	07 Inf	C D C NAVAIS	22/02/2020	5º Porto 41015
5,64	<b>GUILHERME CASTRO</b>	07 Inf	ESCOLA DO MOVIMENTO	11/01/2020	7º Lousada 41008
5,43	<b>FILIPE GOMES</b>	08 Inf	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	8º Lousada 41008
5,39	<b>TOMÁS HEWAGE</b>	07 Inf	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	9º Lousada 41008
5,29	<b>DANIEL MORUJÃO</b>	08 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	11/01/2020	10º Lousada 41008
5,18	<b>LUÍS MOTA</b>	08 Inf	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	11º Lousada 41008
5,10	<b>JOÃO GAMA</b>	08 Inf	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	13º Lousada 41008
5,10	<b>TOMÁS AZEVEDO</b>	08 Inf	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	12º Lousada 41008
4,78	<b>RAFAEL FARIA</b>	08 Inf	C F OLIVEIRA DOURO	22/02/2020	6º Porto 41015
4,73	<b>LOURENÇO FERREIRA</b>	08 Inf	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	14º Lousada 41008
4,69	<b>DIOGO SILVA</b>	08 Inf	CLUBE DESP DA PÓVOA	11/01/2020	15º Lousada 41008
4,44	<b>MIGUEL TEIXEIRA</b>	08 Inf	C SPIRIDON DE GAIA	22/02/2020	7º Porto 41015
4,43	<b>ANDRÉ CAETANO</b>	08 Inf	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	16º Lousada 41008
4,22	Rafael Faria	08 Inf	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	17º Lousada 41008
3,80	<b>FRANCISCO SOUSA</b>	08 Inf	CLUBE DESP DA PÓVOA	11/01/2020	18º Lousada 41008
3,66	<b>MIGUEL BASTOS</b>	08 Inf	CLUBE DESP DA PÓVOA	11/01/2020	19º Lousada 41008
2,57	André Caetano	08 Inf	C F OLIVEIRA DOURO	01/12/2019	3º Maia 41002



Ranking 2020

Absoluto ( até Iniciados) Ar Livre

**Masculinos****Lançamento Peso-4Kg**

Top:

**3,61**

12,08	<b>MIGUEL COSTA</b>	05 Ini	BOAVISTA F C	22/02/2020	1º Porto 41015
11,57	<b>DIOGO GOMES</b>	05 Ini	C SPIRIDON DE GAIA	11/01/2020	1º Lousada 41008
11,53	Diogo Gomes	05 Ini	C SPIRIDON DE GAIA	22/02/2020	2º Porto 41015
11,48	Miguel Costa	05 Ini	BOAVISTA F C	01/12/2019	1º Maia 41002
10,68	Diogo Gomes	05 Ini	C SPIRIDON DE GAIA	01/12/2019	2º Maia 41002
10,64	<b>VASCO MOURA</b>	04 Ini	C DESP C+S LAVRA	01/12/2019	3º Maia 41002
10,63	<b>ALEXANDRE VIEIRA</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	22/02/2020	3º Porto 41015
10,16	<b>JOSÉ PASSO</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	2º Lousada 41008
10,10	Alexandre Vieira	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	3º Lousada 41008
9,77	<b>TIAGO ALVES</b>	05 Ini	C D C NAVAIS	22/02/2020	4º Porto 41015
9,46	Tiago Alves	05 Ini	C D C NAVAIS	11/01/2020	4º Lousada 41008
9,40	<b>EDUARDO VIEIRA</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	5º Lousada 41008
8,73	<b>TIAGO SAMPAIO</b>	05 Ini	AC FERNANDA RIBEIRO	01/12/2019	5º Maia 41002
8,55	<b>LUCAS ALVES</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	6º Lousada 41008
8,38	<b>FRANCISCO PEREIRA</b>	06 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	7º Lousada 41008
8,29	<b>ANDRÉ CAMPOS</b>	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	22/02/2020	5º Porto 41015
8,22	<b>DINIS COSTA</b>	06 Ini	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	8º Lousada 41008
8,18	<b>RÚBEN PINTO</b>	04 Ini	E ATLETISMO TROFA	01/12/2019	6º Maia 41002
8,06	Rúben Pinto	04 Ini	E ATLETISMO TROFA	10/11/2019	5º Guimarães 47001
8,00	Francisco Pereira	06 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	22/02/2020	6º Porto 41015
7,96	<b>FILIPE FERNANDES</b>	06 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	01/12/2019	7º Maia 41002
7,84	André Campos	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	9º Lousada 41008
7,74	<b>JOÃO MACEDRA</b>	06 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	10º Lousada 41008
7,68	Tiago Sampaio	05 Ini	AC FERNANDA RIBEIRO	11/01/2020	11º Lousada 41008
7,20	<b>RODRIGO OLIVEIRA</b>	06 Ini	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	13º Lousada 41008
7,20	<b>TIAGO FERREIRA</b>	06 Ini	MAIA A C	11/01/2020	12º Lousada 41008
7,18	<b>GUILHERME BARROS</b>	05 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	11/01/2020	14º Lousada 41008
7,15	<b>MIGUEL VALENTE</b>	06 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	22/02/2020	7º Porto 41015
6,92	<b>BRUNO OLIVEIRA</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	15º Lousada 41008
6,76	<b>GUSTAVO ROCHA</b>	06 Ini	MAIA A C	11/01/2020	16º Lousada 41008
6,58	Miguel Valente	06 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	11/01/2020	17º Lousada 41008
6,51	<b>JOÃO PINTO</b>	05 Ini	C D C NAVAIS	11/01/2020	18º Lousada 41008
6,50	<b>SIMÃO CACHEIRA</b>	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	19º Lousada 41008
6,40	<b>RAFAEL ORNELAS</b>	06 Ini	C SPIRIDON DE GAIA	11/01/2020	20º Lousada 41008
6,27	Simão Cacheira	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	22/02/2020	8º Porto 41015
6,16	<b>JORGE LIMA</b>	05 Ini	A C PÓVOA DE VARZIM	11/01/2020	21º Lousada 41008
6,16	<b>JOSÉ DIOGO CORREIA</b>	05 Ini	C D C NAVAIS	22/02/2020	9º Porto 41015
6,10	<b>LUÍS OLIVEIRA</b>	05 Ini	E ATLETISMO TROFA	01/12/2019	8º Maia 41002
6,01	<b>AFONSO PEDRO</b>	06 Ini	MAIA A C	11/01/2020	22º Lousada 41008
5,76	<b>RAFAEL RODRIGUES</b>	06 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	23º Lousada 41008
5,75	<b>RÚBEN MAIA</b>	05 Ini	CLUBE DESP DA PÓVOA	11/01/2020	24º Lousada 41008
5,67	<b>MIGUEL SOARES</b>	05 Ini	G D R JUV RIBEIRAS	11/01/2020	25º Lousada 41008
5,57	Luís Oliveira	05 Ini	E ATLETISMO TROFA	10/11/2019	8º Guimarães 47001



**Masculinos**

		<b>Lançamento Peso-4Kg</b>			Top:	<b>3,61</b>
<b>5,38</b>	<b>FREDERICO OLIVEIRA</b>	06 Ini	A C PÓVOA DE VARZIM	11/01/2020	26º	Lousada 41008
<b>5,11</b>	<b>HÉLMUT ROCHA</b>	06 Ini	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	27º	Lousada 41008
<b>4,88</b>	<b>TIAGO COSTA</b>	06 Ini	CLUBE DESP DA PÓVOA	11/01/2020	28º	Lousada 41008
<b>4,58</b>	José Diogo Correia	05 Ini	C D C NAVAIS	11/01/2020	29º	Lousada 41008
<b>4,53</b>	<b>RAFAEL FERNANDES</b>	05 Ini	MAIA A C	11/01/2020	30º	Lousada 41008
<b>3,90</b>	<b>ANTÓNIO FLOR</b>	05 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	11/01/2020	31º	Lousada 41008
<b>3,61</b>	<b>DUARTE VASCONCELO</b>	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	32º	Lousada 41008





Ranking 2020

Absoluto ( até Iniciados) Ar Livre

**Masculinos**

**Lançamento Peso-5Kg**

Top:

**7,24**

7,24

**RÚBEN PINTO**

04 Ini

E ATLETISMO TROFA

14/12/2019

13º Arcos de Valdevez 49004





**Masculinos**

**Dardo 500 Gr**

Top:

**5,37**

25,31	<b>DIOGO SOUSA</b>	08 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	22/02/2020	1º Porto 41015
23,80	<b>RAFAEL ORNELAS</b>	06 Inf	C SPIRIDON DE GAIA	01/12/2019	1º Maia 41002
23,79	Diogo Sousa	08 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	01/12/2019	2º Maia 41002
21,57	<b>RAFAEL SOARES</b>	07 Inf	CLUBE DESP DA PÓVOA	22/02/2020	2º Porto 41015
16,74	<b>RAFAEL FONTES</b>	07 Inf	C D C NAVAIS	22/02/2020	3º Porto 41015
15,11	<b>LUÍS MOTA</b>	08 Inf	C DESP C+S LAVRA	22/02/2020	4º Porto 41015
10,38	<b>TOMÁS AZEVEDO</b>	08 Inf	C DESP C+S LAVRA	22/02/2020	5º Porto 41015
9,83	<b>MIGUEL MONTEIRO</b>	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	22/02/2020	6º Porto 41015
9,02	<b>RAFAEL FARIA</b>	08 Inf	C F OLIVEIRA DOURO	22/02/2020	7º Porto 41015
7,85	<b>MIGUEL TEIXEIRA</b>	08 Inf	C SPIRIDON DE GAIA	22/02/2020	8º Porto 41015
5,37	<b>ANDRÉ CAETANO</b>	08 Inf	C F OLIVEIRA DOURO	01/12/2019	3º Maia 41002

**Masculinos****Dardo 600 Gr**

Top:

**1 2,84**

38,67	<b>ALEXANDRE VIEIRA</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	22/02/2020	1º Porto 41015
29,70	<b>MIGUEL COSTA</b>	05 Ini	BOAVISTA F C	22/02/2020	2º Porto 41015
29,44	<b>DIOGO GOMES</b>	05 Ini	C SPIRIDON DE GAIA	01/12/2019	1º Maia 41002
29,32	<b>FRANCISCO PEREIRA</b>	06 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	22/02/2020	3º Porto 41015
26,94	Diogo Gomes	05 Ini	C SPIRIDON DE GAIA	22/02/2020	4º Porto 41015
24,55	<b>RAFAEL ORNELAS</b>	06 Ini	C SPIRIDON DE GAIA	22/02/2020	5º Porto 41015
24,51	<b>DANIEL SILVA</b>	06 Ini	C SPIRIDON DE GAIA	22/02/2020	6º Porto 41015
23,78	Francisco Pereira	06 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	01/12/2019	3º Maia 41002
21,81	<b>ANDRÉ CAMPOS</b>	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	22/02/2020	7º Porto 41015
21,56	<b>TIAGO ALVES</b>	05 Ini	C D C NAVAIS	22/02/2020	8º Porto 41015
21,06	<b>RÚBEN PINTO</b>	04 Ini	E ATLETISMO TROFA	01/12/2019	4º Maia 41002
20,71	<b>ANTÓNIO FLOR</b>	05 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	22/02/2020	9º Porto 41015
19,67	<b>JOSÉ PASSO</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	22/02/2020	10º Porto 41015
18,18	António Flor	05 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	01/12/2019	5º Maia 41002
17,68	<b>DINIS COSTA</b>	06 Ini	C DESP C+S LAVRA	22/02/2020	11º Porto 41015
15,33	<b>JOSÉ DIOGO CORREIA</b>	05 Ini	C D C NAVAIS	22/02/2020	12º Porto 41015
14,08	<b>SIMÃO CACHEIRA</b>	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	22/02/2020	13º Porto 41015
12,84	<b>LUÍS OLIVEIRA</b>	05 Ini	E ATLETISMO TROFA	01/12/2019	6º Maia 41002



**Masculinos**

**Disco 0,750 Kg**

Top:

**9,51**

<b>23,02</b>	<b>RAFAEL SOARES</b>	07 Inf	CLUBE DESP DA PÓVOA	23/02/2020	1º Porto 41015
<b>20,47</b>	<b>MIGUEL MONTEIRO</b>	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	23/02/2020	2º Porto 41015
<b>20,34</b>	Miguel Monteiro	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	01/02/2020	1º Porto 41012
<b>19,70</b>	Miguel Monteiro	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	24/11/2019	1º Porto 41001
<b>18,36</b>	<b>DIOGO SOUSA</b>	08 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	23/02/2020	3º Porto 41015
<b>17,67</b>	Diogo Sousa	08 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	24/11/2019	2º Porto 41001
<b>17,27</b>	Diogo Sousa	08 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	01/02/2020	2º Porto 41012
<b>13,22</b>	<b>RAFAEL FONTES</b>	07 Inf	C D C NAVAIS	23/02/2020	4º Porto 41015
<b>10,98</b>	<b>MIGUEL TEIXEIRA</b>	08 Inf	C SPIRIDON DE GAIA	01/02/2020	3º Porto 41012
<b>9,51</b>	Miguel Teixeira	08 Inf	C SPIRIDON DE GAIA	23/02/2020	5º Porto 41015





**Masculinos**

**Disco 1 Kg**

Top:

**1 5,37**

33,25	<b>DIOGO GOMES</b>	05 Ini	C SPIRIDON DE GAIA	24/11/2019	1º Porto 41001
29,57	Diogo Gomes	05 Ini	C SPIRIDON DE GAIA	01/02/2020	1º Porto 41012
28,57	<b>FRANCISCO PEREIRA</b>	06 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	23/02/2020	1º Porto 41015
28,41	Diogo Gomes	05 Ini	C SPIRIDON DE GAIA	23/02/2020	2º Porto 41015
28,25	<b>ALEXANDRE VIEIRA</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	23/02/2020	3º Porto 41015
25,20	<b>BERNARDO SOUSA RI</b>	04 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	24/11/2019	2º Porto 41001
25,19	Francisco Pereira	06 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	24/11/2019	3º Porto 41001
23,43	<b>ANDRÉ CAMPOS</b>	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	23/02/2020	4º Porto 41015
21,21	<b>TIAGO ALVES</b>	05 Ini	C D C NAVAIS	23/02/2020	5º Porto 41015
20,03	<b>FILIPE FERNANDES</b>	06 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	24/11/2019	4º Porto 41001
15,97	<b>SIMÃO CACHEIRA</b>	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	24/11/2019	5º Porto 41001
15,91	<b>JOSÉ DIOGO CORREIA</b>	05 Ini	C D C NAVAIS	23/02/2020	6º Porto 41015
15,38	Simão Cacheira	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	23/02/2020	7º Porto 41015
15,37	<b>ANTÓNIO FLOR</b>	05 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	24/11/2019	6º Porto 41001



Ranking 2020

Absoluto ( até Iniciados) Ar Livre

**Masculinos****Triatlo - Infantis**

Top:

148

809	<b>DAVID PEREIRA</b> 11.59 6.64 4.22	08 Inf	AC FERNANDA RIBEIRO	11/01/2020	1º Lousada 41008
762	<b>GONÇALO VALENTE</b> 11.54 6.22 4.04	08 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	11/01/2020	2º Lousada 41008
737	<b>RODRIGO ALVES</b> 11.42 6.37 3.72	08 Inf	C SPIRIDON DE GAIA	11/01/2020	3º Lousada 41008
620	<b>FILIPE GOMES</b> 11.93 5.43 3.76	08 Inf	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	4º Lousada 41008
565	<b>MIGUEL MONTEIRO</b> 13.40 7.52 3.58	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	11/01/2020	5º Lousada 41008
477	<b>TOMÁS AZEVEDO</b> 12.78 5.10 3.57	08 Inf	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	6º Lousada 41008
458	<b>TOMÁS MOREIRA</b> 14.15 6.26 3.69	08 Inf	A C PÓVOA DE VARZIM	11/01/2020	7º Lousada 41008
449	<b>DANIEL MORUJÃO</b> 13.39 5.29 3.67	08 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	11/01/2020	8º Lousada 41008
444	<b>MARTIM FARIA</b> 14.84 7.04 3.46	07 Inf	C ATLETISMO DO PORTO	11/01/2020	9º Lousada 41008
380	<b>GUILHERME CASTRO</b> 14.34 5.64 3.46	07 Inf	ESCOLA DO MOVIMENTO	11/01/2020	10º Lousada 41008
347	<b>JOÃO GAMA</b> 13.80 5.10 3.23	08 Inf	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	11º Lousada 41008
336	<b>TOMÁS HEWAGE</b> 14.52 5.39 3.31	07 Inf	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	12º Lousada 41008
304	<b>LUÍS MOTA</b> 13.92 5.18 2.90	08 Inf	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	13º Lousada 41008
286	<b>RAFAEL FARIA</b> 14.08 4.22 3.28	08 Inf	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	14º Lousada 41008
280	<b>LOURENÇO FERREIRA</b> 14.24 4.73 3.06	08 Inf	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	15º Lousada 41008
266	<b>FRANCISCO SOUSA</b> 13.86 3.80 3.20	08 Inf	CLUBE DESP DA PÓVOA	11/01/2020	16º Lousada 41008
234	<b>DIOGO SILVA</b> 16.57 4.69 2.96	08 Inf	CLUBE DESP DA PÓVOA	11/01/2020	17º Lousada 41008
206	<b>ANDRÉ CAETANO</b> 21.62 4.43 2.84	08 Inf	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	18º Lousada 41008
148	<b>MIGUEL BASTOS</b> 15.07 3.66 2.65	08 Inf	CLUBE DESP DA PÓVOA	11/01/2020	19º Lousada 41008



Ranking 2020

Absoluto ( até Iniciados) Ar Livre

**Masculinos****Triatlo - Iniciados**

Top:

336

1578	<b>ALEXANDRE VIEIRA</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	1º Lousada 41008
	9.57 10.10 5.40				
1418	<b>JOSÉ PASSO</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	2º Lousada 41008
	10.30 10.16 5.28				
1362	<b>EDUARDO VIEIRA</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	3º Lousada 41008
	10.01 9.40 4.95				
1313	<b>LUCAS ALVES</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	4º Lousada 41008
	10.00 8.55 4.95				
1186	<b>SIMÃO CACHEIRA</b>	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	5º Lousada 41008
	9.66 6.50 4.56				
1184	<b>GUILHERME BARROS</b>	05 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	11/01/2020	6º Lousada 41008
	10.30 7.18 4.99				
1087	<b>TIAGO SAMPAIO</b>	05 Ini	AC FERNANDA RIBEIRO	11/01/2020	7º Lousada 41008
	10.94 7.68 4.90				
1059	<b>GUSTAVO ROCHA</b>	06 Ini	MAIA A C	11/01/2020	8º Lousada 41008
	10.08 6.76 4.21				
1056	<b>TIAGO ALVES</b>	05 Ini	C D C NAVAIS	11/01/2020	9º Lousada 41008
	11.34 9.46 4.48				
1055	<b>DIOGO GOMES</b>	05 Ini	C SPIRIDON DE GAIA	11/01/2020	10º Lousada 41008
	11.85 11.57 4.14				
1046	<b>ANDRÉ CAMPOS</b>	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	11º Lousada 41008
	10.82 7.84 4.51				
1032	<b>JOÃO MACEDRA</b>	06 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	12º Lousada 41008
	11.12 7.74 4.73				
962	<b>DINIS COSTA</b>	06 Ini	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	13º Lousada 41008
	11.11 8.22 4.16				
941	<b>RODRIGO OLIVEIRA</b>	06 Ini	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	14º Lousada 41008
	11.78 7.20 4.92				
912	<b>MIGUEL VALENTE</b>	06 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	11/01/2020	15º Lousada 41008
	11.32 6.58 4.61				
905	<b>JOÃO PINTO</b>	05 Ini	C D C NAVAIS	11/01/2020	16º Lousada 41008
	11.68 6.51 4.87				
894	<b>FRANCISCO PEREIRA</b>	06 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	17º Lousada 41008
	11.68 8.38 4.19				
801	<b>TIAGO FERREIRA</b>	06 Ini	MAIA A C	11/01/2020	32º Lousada 41008
	10.32 7.20				
780	<b>JORGE LIMA</b>	05 Ini	A C PÓVOA DE VARZIM	11/01/2020	18º Lousada 41008
	11.94 6.16 4.49				
739	<b>RÚBEN MAIA</b>	05 Ini	CLUBE DESP DA PÓVOA	11/01/2020	19º Lousada 41008
	11.52 5.75 4.05				
730	<b>BRUNO OLIVEIRA</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	20º Lousada 41008
	11.68 6.92 3.70				
704	<b>AFONSO PEDRO</b>	06 Ini	MAIA A C	11/01/2020	21º Lousada 41008
	11.85 6.01 4.02				
634	<b>FREDERICO OLIVEIRA</b>	06 Ini	A C PÓVOA DE VARZIM	11/01/2020	22º Lousada 41008
	12.42 5.38 4.23				
606	<b>JOSÉ DIOGO CORREIA</b>	05 Ini	C D C NAVAIS	11/01/2020	23º Lousada 41008
	11.99 4.58 4.03				



Ranking 2020

Absoluto ( até Iniciados) Ar Livre

**Masculinos**

**Triatlo - Iniciados**

Top:

336

568	<b>RAFAEL ORNELAS</b>	06 Ini	C SPIRIDON DE GAIA	11/01/2020	24º	Lousada 41008
	12.62 6.40 3.57					
509	<b>HÉLMUT ROCHA</b>	06 Ini	C DESP C+S LAVRA	11/01/2020	25º	Lousada 41008
	12.94 5.11 3.89					
494	<b>RAFAEL RODRIGUES</b>	06 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	26º	Lousada 41008
	15.51 5.76 4.32					
481	<b>MIGUEL SOARES</b>	05 Ini	G D R JUV RIBEIRAS	11/01/2020	27º	Lousada 41008
	13.33 5.67 3.71					
441	<b>RAFAEL FERNANDES</b>	05 Ini	MAIA A C	11/01/2020	28º	Lousada 41008
	12.76 4.53 3.53					
407	<b>ANTÓNIO FLOR</b>	05 Ini	C ATLETISMO DO PORTO	11/01/2020	29º	Lousada 41008
	12.55 3.90 3.40					
400	<b>TIAGO COSTA</b>	06 Ini	CLUBE DESP DA PÓVOA	11/01/2020	30º	Lousada 41008
	13.56 4.88 3.59					
336	<b>DUARTE VASCONCELO</b>	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	11/01/2020	31º	Lousada 41008
	13.01 3.61 3.32					



Ranking 2020

Absoluto ( até Iniciados) Ar Livre

**Masculinos**

**Quadruplo salto**

Top:

**1 3,92**

13,92

**TIAGO ALVES**

05 Ini

C D C NAVAIS

10/11/2019

1º Guimarães 47001





**Masculinos**

**1.000 Metros Marcha**

Top: 4 5 5,02

4 5 5,02

LEANDRO SILVA

07 Inf

Associação Atletismo Porto

22/02/2020

1º Lourosa 38015





**Ranking 2020**

**Absoluto ( até Iniciados) Ar Livre**

**Masculinos**

**4.000 Metros Marcha**

Top: **2 3 1 1,96**

**2 3 1 1,96**

**FRANCISCO PEREIRA**

06 Ini

C F OLIVEIRA DOURO

22/02/2020

2º *Maia* 41016





**Masculinos**

**Quadruplo salto**

Top:

**1 0,16**

<b>14,39</b>	-0,6	<b>ALEXANDRE VIEIRA</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	29/12/2019	1º Lousada 41006
<b>14,13</b>	0,0	<b>TIAGO ALVES</b>	05 Ini	C D C NAVAIS	29/12/2019	2º Lousada 41006
<b>13,43</b>	-0,4	<b>SIMÃO CACHEIRA</b>	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	29/12/2019	3º Lousada 41006
<b>13,25</b>	-0,3	<b>ANDRÉ CAMPOS</b>	05 Ini	C F OLIVEIRA DOURO	29/12/2019	4º Lousada 41006
<b>12,98</b>	0,0	<b>EDUARDO VIEIRA</b>	05 Ini	C DESP C+S LAVRA	29/12/2019	5º Lousada 41006
<b>12,41</b>	0,0	<b>PAULO FREITAS</b>	06 Ini	AC FERNANDA RIBEIRO	29/12/2019	6º Lousada 41006
<b>11,96</b>	-0,6	<b>JOÃO PINTO</b>	05 Ini	C D C NAVAIS	29/12/2019	7º Lousada 41006
<b>10,16</b>	0,0	<b>JOÃO GAMA</b>	08 Inf	C DESP C+S LAVRA	28/12/2019	1º Lousada 41006