

Marca	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
-------	--------	-----	------	---------	-------	-----	-------	------

60 m

7,23	André Jerónimo	09/07/02	Juv	AJS			Alpiarça	21-12-2019
7,27	Sérgio Mendes	09/01/93	Juv	GDE			Alpiarça	06-03-2010
7,31	Tito Fernandes	02/06/99	Juv	ADRAP			Braga	13-02-2016
7,36	Bruno Pita	14/03/03	Juv	GDE			Alpiarça	02-03-2019
7,37	Filipe Goulart	27/03/87	Juv	ADRAP			Espinho	06-03-2004
7,39	António Jesus	23/03/92	Juv	GDE			Espinho	24-01-2009
7,41	Diogo Alves	08/03/89	Juv	CSM			Espinho	11-02-2006
7,43	Manuel Vieira	15/02/03	Juv	ADRAP			Pombal	11-01-2020
7,44	João Frias	09/01/91	Juv	ADRAP			Alpiarça	16-02-2008
7,44	Rodrigo Ramos	02/07/98	Juv	AJS			Braga	07-02-2015

200 m

23,04	André Jerónimo	09/07/02	Juv	AJS			Pombal	29-12-2019
23,69	João Duarte	12/03/99	Juv	ACDSJ			Braga	31-01-2016
23,80	Sérgio Mendes	09/01/93	Juv	GDE			Pombal	24-01-2010
25,44	David Câmara	21/03/95	Juv	ADRAP			Braga	29-01-2011

300 m

37,56	Nuno Pereira	27/11/00	Juv	GDE			Pombal	04-02-2017
37,76	Tiago Camacho	31/03/03	Juv	CSM			Braga	09-02-2020
37,83	Bruno Pita	14/03/03	Juv	GDE			Braga	09-02-2020
38,49	Francisco Nóbrega	21/12/03	Juv	AJS			Braga	09-02-2020
39,05	João Duarte	12/03/99	Juv	ACDSJ			Braga	17-01-2015

400 m

52,40	Roberto Nóbrega	31/05/92	Juv	ADRAP			Espinho	24-01-2009
-------	-----------------	----------	-----	-------	--	--	---------	------------

Marca	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
-------	--------	-----	------	---------	-------	-----	-------	------

800 m

1 58,46	Nuno Pereira	27/11/00	Juv	GDE			Pombal	05-02-2017
2 00,97	Pedro Monteiro	03/02/04	Juv	GDE			Pombal	16-02-2020
2 06,11	Tomás Rosário	02/01/04	Juv	ADRAP			Braga	09-02-2020
2 07,02	Rodolfo Silva	03/04/98	Juv	CSM			Pombal	06-12-2015
2 07,47	Tiago Freitas	16/12/02	Juv	GDE			Pombal	03-02-2019

1.500 m

4 11,80	Eduardo Pestana	06/08/02	Juv	AJS			Pombal	19-01-2019
4 23,52	Diogo Sousa	28/11/83	Juv	GDE			Espinho	08-01-2000

3.000 m

9 09,96	Christian Prell	02/04/04	Juv	ADRAP			Braga	09-02-2020
9 12,99	Eduardo Pestana	06/08/02	Juv	AJS			Pombal	03-02-2019
9 41,51	Francisco Luís	29/04/98	Juv	LCM-M			Braga	18-01-2015
9 42,40	Gonçalo Luís	16/11/99	Juv	LCM-M			Braga	31-01-2016

60 m barreiras

5b / 0,91m - 13,72 + 9,14m								
8,52	Tito Fernandes	02/06/99	Juv	ADRAP			Braga	31-01-2016
8,71	Magno Mendes	04/08/89	Juv	CSM			Alpiarça	28-01-2006
8,81	Filipe Mendonça	20/03/85	Juv	CSM			Alpiarça	09-02-2002
8,96	Roberto Nóbrega	31/05/92	Juv	ADRAP			Alpiarça	07-02-2009
9,02	Roberto Gonçalves	24/02/89	Juv	CAM			Alpiarça	28-01-2006
9,02	João Gonçalves	24/05/91	Juv	AJS			Alpiarça	02-02-2008
9,05	Tiago Camacho	31/03/03	Juv	CSM			Pombal	03-02-2019
9,07	Paulo Ornelas	31/05/93	Juv	GDE			Alpiarça	06-03-2010
9,17	Manuel Vieira	15/02/03	Juv	ADRAP			Madrid /ESP	26-01-2020
9,18	Pedro Freitas	10/05/89	Juv	CSM			Braga	11-02-2006

Marca	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
-------	--------	-----	------	---------	-------	-----	-------	------

Salto em ALTURA

1,95	João Pedro Buaró	14/06/01	Juv	GDE			Pombal	14-01-2018
1,91	Manuel Vieira	15/02/03	Juv	ADRAP			Braga	09-02-2020
1,89	Pedro Freitas	10/05/89	Juv	CSM			Espinho	18-02-2006
1,79	Filipe Mendonça	20/03/85	Juv	CSM			Alpiarça	09-02-2002
1,76	Pedro Vasconcelos	17/01/89	Juv	ADRAP			Braga	29-01-2005
1,75	Renato Jesus	06/04/81	Juv	GDE			Braga	24-01-1998
1,72	João Gonçalves	24/05/91	Juv	AJS			Alpiarça	03-02-2007
1,72	Lourenço Santos	19/10/00	Juv	ADRAP			Pombal	05-02-2017
1,65	Roberto Nóbrega	31/05/92	Juv	ADRAP			Alpiarça	07-02-2009
1,65	Jorge Abreu	29/10/93	Juv	AJS			Alpiarça	07-03-2009

Salto com VARA

4,50	João Pedro Buaró	14/06/01	Juv	GDE			Pombal	20-01-2018
4,15	Diogo Martins	03/08/03	Juv	AJS			Braga	08-02-2020
3,75	Manuel Vieira	15/02/03	Juv	ADRAP			Braga	08-02-2020
3,60	Renato Araújo	08/09/93	Juv	AJS			Pombal	24-01-2010
3,60	António Castro	18/12/94	Juv	GDE			Pombal	12-02-2011
3,50	Diogo Branco	10/03/85	Juv	CSM			Espinho	24-02-2002
3,50	Paulo Santos	16/02/87	Juv	CSM			Espinho	07-03-2004
3,40	Décio Faria	23/07/91	Juv	AJS			Alpiarça	24-02-2007
3,30	Flávio Fernandes	28/03/03	Juv	AJS			Braga	08-02-2020
3,20	Herculano Jesus	09/01/90	Juv	ADRAP			Alpiarça	14-01-2007

Salto em COMPRIMENTO

6,42	Roberto Nóbrega	31/05/92	Juv	ADRAP			Espinho	11-01-2009
6,41	Francisco Gonçalves	14/05/81	Juv	CSM			Espinho	17-01-1998
6,25	Pedro Vasconcelos	17/01/89	Juv	ADRAP			Alpiarça	19-02-2005
6,05	Manuel Vieira	15/02/03	Juv	ADRAP			Madrid /ESP	25-01-2020
6,04	Bruno Pita	14/03/03	Juv	GDE			Alpiarça	29-02-2020
6,00	Tito Fernandes	02/06/99	Juv	ADRAP			Braga	30-01-2016
5,75	Vítor Viveiros	18/03/84	Inic	CAM			Braga	23-01-1999
5,75	João Ramos	14/01/86	Inic	GDE			Braga	27-01-2001
5,51	João Pedro Sousa	10/01/96	Inic	ACDSJ			Alpiarça	05-02-2011
5,51	Tiago Afonso Martins	10/01/05	Inic	CSM			Alpiarça	29-02-2020

Marca	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
-------	--------	-----	------	---------	-------	-----	-------	------

TRIPLO Salto

14,09	Pedro Freitas	10/05/89	Juv	CSM			Espinho	11-02-2006
13,43	Renato Araújo	08/09/93	Juv	AJS			Alpiarça	06-03-2010
13,33	João Frias	09/01/91	Juv	ADRAP			Alpiarça	16-02-2008
12,88	Manuel Vieira	15/02/03	Juv	ADRAP			Pombal	02-02-2019
12,76	Tito Fernandes	02/06/99	Juv	ADRAP			Braga	31-01-2016
12,43	Paulo Santos	16/02/87	Juv	CSM			Alpiarça	22-02-2004
12,24	Diogo Martins	03/08/03	Juv	AJS			Braga	09-02-2020

Lançamento do PESO

5 kg								
16,08	André Gonçalves	14/04/86	Juv	CSM			Alpiarça	01-02-2003
14,66	Marçal Rodrigues	10/07/90	Juv	CSM			Alpiarça	24-02-2007
14,14	J. Leonardo Abreu	14/10/99	Juv	ADRAP			Pombal	31-01-2016
13,74	Moisés Faria	13/03/02	Juv	GDE			Pombal	02-02-2019
13,68	Paulo Henriques	04/05/82	Juv	GDE			Braga	23-01-1999
13,65	Márcio Viveiros	03/04/03	Juv	ADRAP			Braga	08-02-2020
13,08	Tiago Chaves	06/07/91	Juv	GDE			Alpiarça	16-02-2008
13,04	Rui Nunes	14/07/89	Juv	ADRAP			Alpiarça	28-01-2006
12,76	Décio Andrade	25/01/97	Juv	GDE	6 k		Pombal	09-02-2014
12,33	Hélder Pestana	11/02/87	Juv	GDE			Braga	31-01-2004

5.000 m MARCHA

24 06,67	Diogo E. Fernandes	01/04/01	Juv	AJS			Pombal	27-01-2018
25 51,99	Daniel Neves	20/10/82	Juv	GDE			Braga	13-02-1999

HEPTATLO

60m + Comprimento + Peso 5 + Altura / 60m barr.91 + Vara + 1000m								
4 363 p	Manuel Vieira	15/02/03	Juv	ADRAP			Madrid /ESP	26-01-2020
7,44 . 6,05 . 9,89 . 1,86 / 9,17 . 3,53 . 2 58,69								

Marca	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
-------	--------	-----	------	---------	-------	-----	-------	------

TRIATLO TÉCNICO

60m barr.91 + Peso 5 + Altura

1 921 p	Pedro Freitas 9,18 . 10,82 . 1,86		10/05/89	Juv	CSM		Braga	11-02-2006
1 865 p	Manuel Vieira 9,26 . 10,47 . 1,84		15/02/03	Juv	ADRAP		Alpiarça	29-02-2020
1 834 p	Filipe Mendonça 9,03 . 9,99 . 1,78		20/03/85	Juv	CSM		Braga	05-01-2002
1 823 p	João Gonçalves 9,02 . 11,14 . 1,68		24/05/91	Juv	AJS		Alpiarça	02-02-2008
1 737 p	Hélder Pestana 9,25 . 12,33 . 1,54		11/02/87	Juv	GDE		Braga	31-01-2004
1 736 p	João Pedro Buaró 9,26 . 8,89 . 1,80		14/06/01	Juv	GDE		Alpiarça	04-03-2017
1 733 p	Pedro Vasconcelos 9,35 . 9,72 . 1,76		17/01/89	Juv	ADRAP		Braga	29-01-2005
1 665 p	J. Tiago Henriques 9,65 . 11,23 . 1,64		05/07/96	Juv	CSM		Alpiarça	23-02-2013
1 566 p	Paulo Ornelas 9,32 . 9,99 . 1,52		31/05/93	Juv	GDE		Alpiarça	06-02-2010

TRIATLO B

Peso 5 + 60m + Comprimento

1 854 p	Bruno Pita 10,36 . 7,38 . 6,04		14/03/03	Juv	GDE		Alpiarça	29-02-2020
---------	-----------------------------------	--	----------	-----	-----	--	----------	------------

4 x 300 m

2 37,68	GD Estreito Tiago Freitas 02, Rúben Abreu 03, Moisés Faria 02, Bruno Pita 03			Juv	GDE		Pombal	02-02-2019
2 39,03	ADR Água de Pena Miguel S. Abreu 03, Tomás Rosário 04, Manuel Vieira 03, Christian Prell 04			Juv	ADRAP		Braga	08-01-2020
2 42,50	ACD Jardim da Serra Tiago Camacho 03, Bruno Faria 03, Francisco Nóbrega 03, Flávio Fernandes 03			Juv	AJS		Braga	08-01-2020