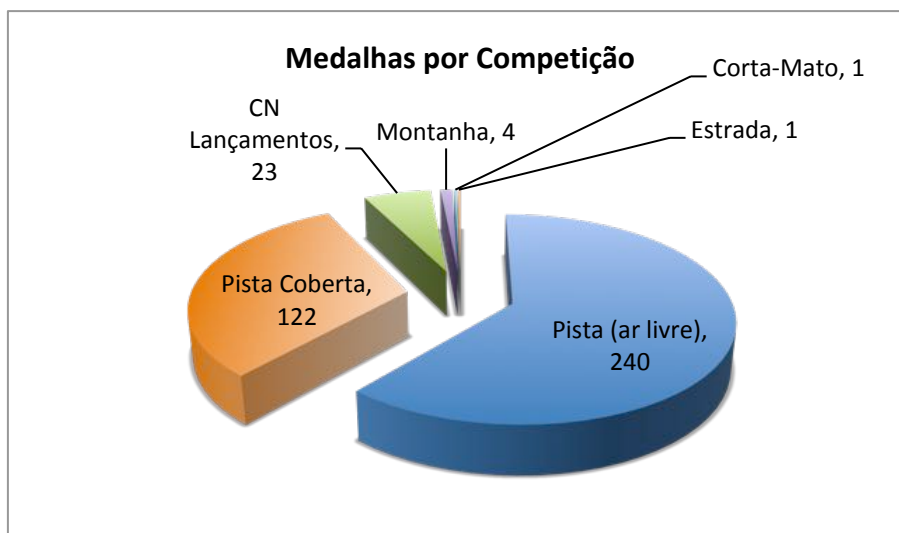
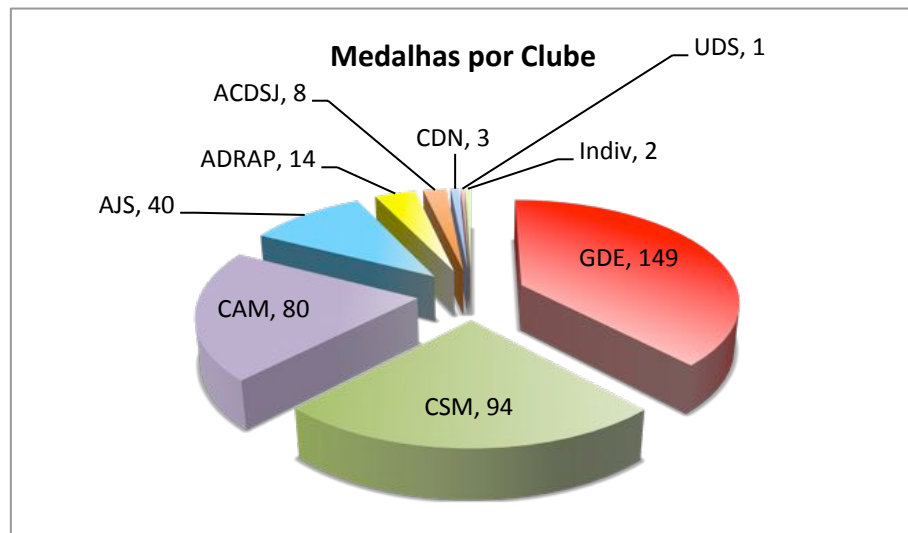
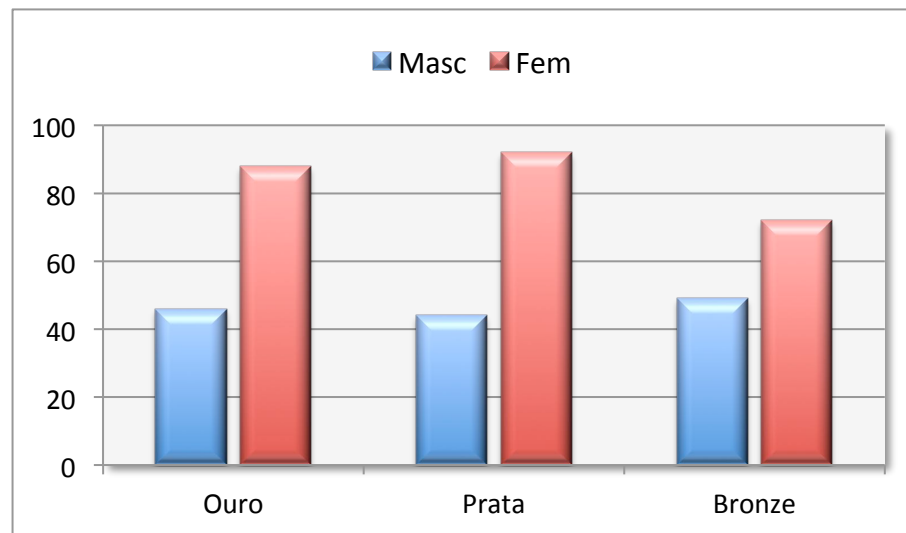


Juniores / sub-20



Campeonatos Nacionais de Juniores / sub 20

OS MAIS MEDALHADOS

Femininos

Atleta	Ouro	Prata	Bronze	Total
Estafeta - CAM	7	7	2	16
Tânia Freitas	5	5	3	13
Catarina Queirós	3	4	1	8
Liliana Viana	4	1	2	7
Estafeta - GDE	3	2	2	7
Cláudia Jardim	2	3	2	7
Ana Beatriz Gomes	1	2	4	7
Rosalina Santos *	5			5
Rosalina Santos	4	1		5
Mariana Pestana	3	1	1	5
Helena Gouveia	2	2	1	5
Catarina Ferreira	2	1	2	5
Sílvia Correia	1	2	2	5
Carla Macedo		3	2	5
Anabela Correia		2	3	5
Cláudia Nóbrega	4			4
Cristina Ferreira	3	1		4
Elda Laranja	3	1		4
Joana Frias	3	1		4
Ana Leite	2	1	1	4
Estafeta - AJS	2	1	1	4
Vanessa Rocha	2	1	1	4
Ângela Silva	1	3		4
Joana Arduino	1	2	1	4
Ivone Camacho	1	1	2	4
Cátia Silva		2	2	4
Milena Lucena		2	2	4
Milene Jesus		1	3	4
Cláudia Ribeiro	2	1		3
Cristina Sousa	2	1		3

Masculinos

Atleta	Ouro	Prata	Bronze	Total
Décio Andrade	4	3	4	11
Estafeta - CSM	4	1	2	7
Alberto Fraga	2	4	1	7
Pedro Buaró	5	1		6
André Gonçalves	2	1	3	6
Alberto Paulo	3	1	1	5
Roberto Aguiar	1	2	2	5
Bruno Costa	3	1		4
Diogo Branco	3	1		4
Hélder Pestana	2	2		4
Eduardo Mbengani	2	1	1	4
Tiago Chaves		3	1	4
Nuno Pereira	2	1		3
Marçal Rodrigues	2		1	3
Diogo Sousa		2	1	3
Estafeta - CDN		1	2	3
Hugo Silva			3	3
José Câmara	2			2
Paulo Neto	2			2
Estafeta - GDE	1	1		2
João Santos	1	1		2
Ivo Graça	1		1	2
Alex Linemburg		2		2
Manuel Fernandes		2		2
Bruno Santos		1	1	2
Diogo Espinha		1	1	2
Francisco Henriques		1	1	2
Miguel Pinto		1	1	2
Ricardo Ribeiro		1	1	2
Sérgio Abreu		1	1	2

Campeonatos Nacionais de Juniores / sub 20

OS MAIS MEDALHADOS

Femininos

Atleta	Ouro	Prata	Bronze	Total
Marisela Silva	2	1		3
Carine Silva	1	2		3
Marisa Vieira	1	1	1	3
Neide Vieira	1		2	3
Camila Lucena		2	1	3
Filipa Freitas		2	1	3
Liliana Henriques		2	1	3
Sandra Camacho		2	1	3
Sara Sousa		2	1	3
Bárbara Silva	2			2
Maria Leonor Tavares	2			2
Cristiana Oliveira	1	1		2
Inocência Faria	1	1		2
Sara Moreira	1	1		2
Tânia Vieira	1	1		2
Ana Paula Sousa	1		1	2
Jessica Gouveia	1		1	2
Patrícia Vieira	1		1	2
Sónia Gonçalves	1		1	2
Filipa Vasconcelos		2		2
Rosana Teixeira		2		2
Sara Moreira (2)		2		2
Adriana Viveiros		1	1	2
Beatriz Spínola			2	2
Diana Andrade			2	2
Maria Bernardo			2	2
Cátia Santos	1			1
Maria João Sousa	1			1
Paula Andrade	1			1
Andreia Freitas		1		1

Masculinos

Atleta	Ouro	Prata	Bronze	Total
Xavier Sousa		1	1	2
Diogo Freitas			2	2
Roberto Nóbrega			2	2
Diogo M. Freitas	1			1
João Gonçalves	1			1
José Sol	1			1
Nuno Paulo	1			1
Décio Faria		1		1
João Frias		1		1
Renato Araújo		1		1
Roberto Capelo		1		1
Rui Sousa		1		1
Samuel Rios		1		1
António Castro			1	1
Daniel Neves			1	1
David Martinho			1	1
Diogo Martins			1	1
Filipe Santos			1	1
Herculano Jesus			1	1
J. Leonardo Abreu			1	1
João F. Almeida			1	1
José Sardinha			1	1
Maurílio Henriques			1	1
Miguel Fraga			1	1
Moisés Faria			1	1
Paulo Gonçalves			1	1
Pedro Freitas			1	1
Rúben Abreu			1	1

OS MAIS MEDALHADOS

Femininos				
Atleta	Ouro	Prata	Bronze	Total
Carlota Spínola		1		1
Catarina Costa		1		1
Daniela Sousa		1		1
Elisa Cruz		1		1
Estafeta - CSM		1		1
Lília Teixeira		1		1
Nádia Pereira		1		1
Rute Ferreira		1		1
Rute Soares		1		1
Sara Pereira		1		1
Vitória Serrão		1		1
Cátia Gonçalves			1	1
Daniela Teixeira			1	1
Gracinda Pinto			1	1
Joana Silva			1	1
Joana Soares			1	1
Lúcia Vieira			1	1
Mª João Sousa			1	1
Mª Paz Camacho			1	1
Raquel Ferreira			1	1
Tânia Caires			1	1
Tatiana Rosário			1	1
Tatiana Silva			1	1
Vanessa Andrade			1	1

* - não premiada por ter nacionalidade sul africana

Equipas de estafeta:

Cizina Pestana, Jessica Gouveia, Anabela Correia, Elda Laranja	1	1	2
Ana Martins, Jessica Gouveia, Inocência Faria, Elda Laranja	1		1

[illegible]

Equipas de estafeta:

António Brazão, Francisco Viveiros, Sérgio Quintal, E. Lima	1	1
Diogo Branco, Filipe Mendonça, Bruno Santos, José Moura	1	1

Campeonatos Nacionais de Juniores / sub 20

OS MAIS MEDALHADOS

Femininos

Atleta	Ouro	Prata	Bronze	Total
Andreia Silva, Rute Freire, Filipa Freitas, Elisa Cruz	1			1
Cizina Pestana, Jessica Gouveia, Ana Martins, Elda Laranja	1			1
Dina Vieira, Gorety Batista, Sofia Marques, Sónia Semedo	1			1
Gorety Batista, Dina Vieira, Catarina Barros, Tatiana Marques	1			1
Gorety Batista, Marisa Vieira, Neide Vieira, Tânia Freitas	1			1
Isabel Gouveia, Sandra Camacho, Marisa Vieira, Tânia Freitas	1			1
Lúcia Serrão, Camila João, Carla Soares, Liliana Henriques	1			1
Lúcia Serrão, Camila João, Carolina Ornelas, Liliana Henriques	1			1
Sandra Camacho, Noemi Faria, Rubina Serrão, Neide Vieira	1			1
Cizina Pestana, Jessica Gouveia, Ana Martins, Tânia Vieira		1		1
Rubina Serrão, Cláudia Jardim, Noemi Faria, Tânia Freitas		1		1
Vitória Serrão, Camila João, Carolina Ornelas, Liliana Henriques		1		1
Carla Soares, Camila João, Carolina Ornelas, Liliana Henriques			1	1
Catarina Sá, Clara Azevedo, Milena Lucena, Ana Cris. Ferreira			1	1
Cizina Pestana, Jessica Gouveia, Ana Martins, Lúcia Vieira			1	1
?	1	7	2	10

Masculinos

Atleta	Ouro	Prata	Bronze	Total
Filipe Mendonça, Bruno Santos, José Moura, José Quintal	1			1
Filipe Santos, Diogo Sousa, João Santos, Roberto Aguiar	1			1
Filipe Santos, Ivo Graça, Bruno Santos, José Moura	1			1
Filipe Santos, Ivo Graça, Rui Paulo Silva, Bruno Santos		1		1
Nuno Andrade, Nélcio Ornelas, Marco Rebelo, Maurício Ribeiro		1		1
Pedro Pão, Diogo Sousa, Roberto Aguiar, João Santos		1		1
António Mondim, Nuno Andrade, Vítor Betencourt, Maurício Ribeiro (?)			1	1
Francisco Gonçalves, Rodolfo Faria, Bruno Aguiar, Hermano Gouveia			1	1
Magno Mendes, Pedro Freitas, Victor Rodrigues, Anselmo Pereira			1	1
?			1	1

Campeonatos Nacionais de Júniores / sub 20

ATLETAS MEDALHADOS

Femininos

OURO

1980	Paula Andrade	CSM	Peso	10,10
1982	Ana Paula Sousa	CAM	Peso	9,66
1984	Maria João Sousa	CAM	Dardo	34,60
1986	Sónia Gonçalves	CSM	Dardo	32,38
1988	Cristina Sousa	CSM	Dardo	37,92
1989	Cristina Sousa	CSM	Dardo	40,82
1990	Helena Gouveia	CSM	Dardo	41,98
1991	Ivone Camacho	CSM	400mM	62,89
1991	Helena Gouveia	Indiv	Dardo	48,54
1996	Cristina Ferreira	CAM	Dardo	40,04
1996	Estafeta - CAM	CAM	4x 400m	3 58,40
Isabel Gouveia, Sandra Camacho, Marisa Vieira, Tânia Freitas				
1997	Cristina Ferreira	CAM	Dardo	42,96
1998	Neide Vieira	CAM	800m pc	2 19,12
1998	Cristina Ferreira	CSM	Altura pc	1,64
1998	Marisa Vieira	CAM	Vara pc	3,30
1998	Cláudia Jardim	CAM	Comprim. pc	5,51
1998	Estafeta - CAM	CAM	4x 400m pc	4 08,07
Sandra Camacho, Noemi Faria, Rubina Serrão, Neide Vieira				
1998	Tânia Freitas	CAM	200m	25,21
1998	Patrícia Vieira	CSM	100mB	14,62
1998	Estafeta - CAM	CAM	4x 400m	3 57,13
Gorety Batista, Marisa Vieira, Neide Vieira, Tânia Freitas				
1999	Tânia Freitas	CAM	400m pc	58,09
1999	Tânia Freitas	CAM	100m	11,94v
1999	Tânia Freitas	CAM	200m	24,76v
1999	Tânia Freitas	CAM	400mB	62,02
1999	Cláudia Jardim	CAM	Triplo	12,03v
1999	Estafeta - CAM	CAM	4x 400m	4 10,35
Dina Vieira, Gorety Batista, Sofia Marques, Sónia Semedo				

PRATA

1984	Estafeta - CSM	CSM	4x 100m	51,80
?				
1987	Helena Gouveia	CSM	Dardo	33,78
1989	Helena Gouveia	CSM	Dardo	40,52
1990	Cristina Sousa	CAM	Dardo	40,54
1992	Ivone Camacho	CAM	400mB	62,35
1995	Lília Teixeira	CSM	100m	12,55
1995	Sandra Camacho	CAM	400mB	67,12
1995	Estafeta - CAM	CAM	4x 400m	4 06,13
?				
1997	Tânia Freitas	CAM	400m	57,29
1997	Sandra Camacho	CAM	400mB	63,06
1997	Marisa Vieira	CAM	Vara	3,20
1998	Tânia Freitas	CAM	60m pc	7,89
1998	Tânia Freitas	CAM	400m pc	58,55
1998	Cláudia Jardim	CAM	Triplo pc	11,57
1998	Tânia Freitas	CAM	100m	12,17
1998	Cláudia Jardim	CAM	Triplo	11,42
1998	Cláudia Jardim	CAM	Dardo	32,54
1998	Estafeta - CAM	CAM	4x 100m	51,06
Rubina Serrão, Cláudia Jardim, Noemi Faria, Tânia Freitas				
1998	Cristina Ferreira	CSM	Heptatlo	3692 p
1999	Tânia Freitas	CAM	200m pc	25,68
1999	Estafeta - CAM	CAM	4x 400m pc	4 10,96
?				
1999	Estafeta - CAM	CAM	4x 100m	51,89
?				
2000	Catarina Ferreira	CAM	Peso pc	12,48
2000	Estafeta - CAM	CAM	4x 400m pc	4 08,75
?				

BRONZE

1982	Ana Paula Sousa	CAM	Disco	29,46
1982	Mª João Sousa	CAM	Dardo	31,24
1984	Mª Paz Camacho	CAM	400m	60,95
1984	Sónia Gonçalves	CSM	Dardo	30,90
1986	Gracinda Pinto	CAM	5000m Mx	29 10,0
1988	Helena Gouveia	CSM	Dardo	36,22
1990	Ivone Camacho	CAM	400m B	63,34
1993	Ivone Camacho	CAM	400m B	63,64
1996	Tânia Freitas	CAM	100m	12,6
1996	Tânia Freitas	CAM	200m	25,97
1996	Sandra Camacho	CAM	400m B	64,06
1997	Neide Vieira	CAM	800m	2 14,05
1997	Estafeta - CAM	CAM	4x 100m	51,89
?				
1998	Patrícia Vieira	CSM	60mB pc	9,14
1998	Cátia Gonçalves	CSM	Vara pc	3,15
1998	Neide Vieira	CAM	800m	2 16,18
1998	Marisa Vieira	CAM	Vara	3,25
1999	Tânia Freitas	CAM	60m pc	8,05
1999	Cláudia Jardim	CAM	Comprim. pc	5,56
1999	Cláudia Jardim	CAM	Triplo pc	11,52
1999	Catarina Ferreira	CAM	Peso pc	11,07
1999	Catarina Ferreira	CAM	Peso	12,48
2000	Joana Arduino	CAM	60m pc	7,92
2001	Anabela Correia	GDE	60m pc	7,92
2001	Estafeta - CAM	CAM	4x 400m	4 08,37
?				
2002	Anabela Correia	GDE	60m pc	8,05
2002	Anabela Correia	GDE	200m pc	26,03
2002	Cátia Silva	CAM	Dardo	38,17

Campeonatos Nacionais de Juniores / sub 20

ATLETAS MEDALHADOS

Femininos

OURO

2000	Cátia Santos	CSM	200m	pc	25,76
2000	Estafeta - CAM	CAM	4x 100m		52
	?				
2001	Cláudia Ribeiro	GDE	60mB	pc	9,20
2001	Catarina Ferreira	CAM	Peso	pc	12,44
2001	Joana Arduino	CAM	400m		57,17
2001	Cláudia Ribeiro	GDE	100mB		15,04
2001	Catarina Ferreira	CAM	Peso		12,56
2001	Estafeta - CAM	CAM	4x 100m		51,77
	Gorety Batista, Dina Vieira, Catarina Barros, Tatiana Marques				
2002	Maria Leonor Tavares	CSM	Vara	pc	3,75
2002	Maria Leonor Tavares	CSM	Vara		3,50
2002	Estafeta - GDE	GDE	4x 100m		51,44
	Cizina Pestana, Jessica Gouveia, Anabela Correia, Elda Laranja				
2003	Carine Silva	GDE	60mB	pc	9,05
2003	Tânia Vieira	GDE	Vara	pc	3,10
2003	Estafeta - CAM	CAM	4x 400m	pc	4 09,81
	Andreia Silva, Rute Freire, Filipa Freitas, Elisa Cruz				
2003	Liliana Viana	GDE	100mB		14,98
2003	Elda Laranja	GDE	400mB		63,88
2003	Cristiana Oliveira	CSM	Peso		13,16
2003	Marisela Silva	GDE	Dardo		44,77
2003	Liliana Viana	GDE	Heptatlo		4563 p
2004	Joana Frias	CAM	200m	pc	25,55
2004	Joana Frias	CAM	400m	pc	58,17
2004	Sara Moreira	GDE	3000m	pc	10 11,06
2004	Liliana Viana	GDE	Altura	pc	1,74
2004	Elda Laranja	GDE	400mB		63,99
2004	Liliana Viana	GDE	Altura		1,75
2004	Marisela Silva	GDE	Dardo		42,41

PRATA

2000	Joana Arduino	CAM	100m		12,32
2000	Joana Arduino	CAM	200m		25,05
2000	Cátia Silva	CAM	Dardo		37,04
2000	Estafeta - CAM	CAM	4x 400m		4 04,6
	?				
2001	Rosana Teixeira	GDE	Vara	pc	2,90
2001	Estafeta - CAM	CAM	4x 400m	pc	4 12,27
	?				
2001	Anabela Correia	GDE	400m		57,72
2001	Rosana Teixeira	GDE	Vara		3,00
2001	Cátia Silva	CAM	Dardo		40,67
2002	Anabela Correia	GDE	400m	pc	59,21
2002	Cláudia Ribeiro	GDE	60mB	pc	9,37
2002	Andreia Freitas	CAM	10000m Mx		54 36,75
2003	Carine Silva	GDE	60m	pc	8,07
2003	Elisa Cruz	CAM	400m	pc	60,74
2003	Filipa Freitas	CAM	Vara	pc	3,00
2003	Cristiana Oliveira	CSM	Peso	pc	13,03
2003	Estafeta - GDE	GDE	4x 400m	pc	4 12,09
	Cizina Pestana, Jessica Gouveia, Anabela Correia, Elda Laranja				
2003	Carine Silva	GDE	100mB		15,40
2003	Liliana Viana	GDE	Altura		1,71
2003	Tânia Vieira	GDE	Vara		3,15
2003	Estafeta - GDE	GDE	4x 100m		51,96
	Cizina Pestana, Jessica Gouveia, Ana Martins, Tânia Vieira				
2003	Filipa Freitas	CAM	Heptatlo		3921 p
2004	Elda Laranja	GDE	400m	pc	58,63
2004	Joana Frias	CAM	200m		25,25
2004	Sara Moreira	GDE	3000m		10 18,65
2004	Marisela Silva	GDE	Disco		32,05

BRONZE

2003	Liliana Viana	GDE	Altura	pc	1,65
2003	Lúcia Vieira	GDE	Altura		1,54
2003	Filipa Freitas	CAM	Vara		3,15
2003	Joana Silva	GDE	Martelo		47,34
2003	Cátia Silva	CAM	Dardo		40,14
2003	Estafeta - GDE	GDE	4x 400m		4 16,65
	Cizina Pestana, Jessica Gouveia, Ana Martins, Lúcia Vieira				
2004	Liliana Viana	GDE	Triplo	pc	11,77
2004	Jessica Gouveia	GDE	400m		58,36
2005	Tânia Caires	UDS	100mB		15,34
2007	Carla Macedo	GDE	Vara		2,94
2007	Estafeta - AJS	AJS	4x 100m		51,37
	Carla Soares, Camila João, Carolina Ornelas, Liliana Henriques				
2008	Vanessa Andrade	GDE	Martelo		40,53
2009	Liliana Henriques	AJS	800m	pc	2 16,76
2009	Vanessa Rocha	GDE	60mB	pc	9,42
2009	Carla Macedo	GDE	Dardo		37,57
2009	Daniela Teixeira	GDE	Martelo		44,51
2010	Camila Lucena	CSM	Vara		3,10
2012	Tatiana Rosário	GDE	60m	pc	7,89
2012	Sara Sousa	CSM	Vara		3,20
2012	Joana Soares	AJS	3000m Obs		11 40,56
2014	Sílvia Correia	GDE	400m	pc	59,72
2014	Sílvia Correia	GDE	200m		25,81
2015	Milene Jesus	GDE	Martelo		43,91
2016	Beatriz Spínola	CSM	Vara	pc	2,75
2016	Beatriz Spínola	CSM	Vara		3,06
2017	Catarina Queirós	AJS	60mB	pc	8,91
2017	Maria Bernardo	ADRAP	3000m Mx	pc	15 16,91
2017	Maria Bernardo	ADRAP	10kMx E	E	54,25

Campeonatos Nacionais de Júniores / sub 20

ATLETAS MEDALHADOS

Femininos

OURO

2004	Estafeta - GDE	GDE	4x 400m	4 05,57
Cizina Pestana, Jessica Gouveia, Ana Martins, Elda Laranja				
2005	Jessica Gouveia	GDE	400m	58,06
2005	Elda Laranja	GDE	400mB	62,79
2005	Estafeta - GDE	GDE	4x 400m	4 05,49
Ana Martins, Jessica Gouveia, Inocência Faria, Elda Laranja				
2006	Joana Frias	CAM	400m	56,83
2007	Inocência Faria	GDE	3000m Obs	11 17,75
2007	Cláudia Nóbrega	GDE	Martelo	49,67
2007	Estafeta - AJS	AJS	4x 400m	4 04,66
Lúcia Serrão, Camila João, Carolina Ornelas, Liliana Henriques				
2008	Vanessa Rocha	GDE	Triplo	12,27
2008	Cláudia Nóbrega	GDE	Martelo	50,97
2008	Estafeta - AJS	AJS	4x 400m	4 06,02
Lúcia Serrão, Camila João, Carla Soares, Liliana Henriques				
2009	Vanessa Rocha	GDE	Triplo pc	11,94
2009	Cláudia Nóbrega	GDE	Martelo CNL	50,61
2009	Cláudia Nóbrega	GDE	Martelo	50,39
2014	Sílvia Correia	GDE	400m	57,75
2015	Rosalina Santos	GDE	60m pc	7,52
2015	Rosalina Santos	GDE	200m pc	25,83
2015	Rosalina Santos	GDE	100m	11,92
2016	Rosalina Santos	GDE	200m pc	25,43
2016	Catarina Queirós	AJS	Pentatlo pc	3608 p
2016	Rosalina Santos *	GDE	100m	11,84
2016	Rosalina Santos *	GDE	Comprim.	5,72
2016	Catarina Queirós	AJS	Comprim.	5,70
2017	Catarina Queirós	AJS	Altura pc	1,73
2017	Bárbara Silva	AJS	Pentatlo pc	3440 p
2017	Rosalina Santos *	GDE	100m	11,86

PRATA

2006	Vitória Serrão	AJS	Montanha M	23,14
2006	Estafeta - AJS	AJS	4x 400m	4 07,67
Vitória Serrão, Camila João, Carolina Ornelas, Liliana Henriques				
2007	Liliana Henriques	AJS	400mB	65,06
2007	Nádia Pereira	AJS	Vara	2,94
2008	Inocência Faria	GDE	3000m Obs	11 24,96
2008	Carla Macedo	GDE	Dardo	37,42
2009	Liliana Henriques	AJS	400m pc	58,32
2009	Carla Macedo	GDE	Vara pc	2,70
2009	Carla Macedo	GDE	Dardo CNL	36,61
2009	Filipa Vasconcelos	GDE	Martelo CNL	48,75
2009	Vanessa Rocha	GDE	Triplo	12,05
2009	Filipa Vasconcelos	GDE	Martelo	48,00
2011	Sara Sousa	CSM	Vara	3,26
2012	Sara Sousa	CSM	Vara pc	3,04
2012	Daniela Sousa	ADRAP	3000m Obs	11 14,75
2012	Camila Lucena	GDE	Vara	3,20
2013	Camila Lucena	GDE	Vara	3,30
2014	Sílvia Correia	GDE	200m pc	26,40
2015	Catarina Costa	AJS	60m pc	7,71
2015	Sílvia Correia	GDE	400m pc	60,58
2015	Rosalina Santos	GDE	200m	24,75
2015	Carlota Spínola	CSM	400mB	66,35
2016	Rute Ferreira	CSM	3000m Obs	11 56,11
2016	Catarina Queirós	AJS	100mB	14,58
2016	Catarina Queirós	AJS	Triplo	11,93
2017	Catarina Queirós	AJS	Triplo pc	11,55
2017	Rute Soares	AJS	Montanha M	40,31
2017	Milene Jesus	ACDSJ	Martelo CNL	46,42
2017	Catarina Queirós	AJS	100mB	13,91v

BRONZE

2017	Ana Beatriz Gomes	CSM	Peso	11,43
2017	Milene Jesus	ACDSJ	Martelo	47,76
2018	Diana Andrade	GDE	Vara pc	2,80
2018	Ana Beatriz Gomes	CSM	Disco CNL	37,46
2018	Milene Jesus	ACDSJ	Martelo CNL	42,39
2018	Milena Lucena	GDE	Altura	1,57
2019	Raquel Ferreira	GDE	Dardo CNL	33,30
2019	Diana Andrade	GDE	Vara pc	2,90
2019	Ana Beatriz Gomes	CSM	Peso pc	12,44
2019	Ana Beatriz Gomes	CSM	Disco	39,84
2019	Adriana Viveiros	ADRAP	10.000Mx	50 25,54
2019	Tatiana Silva	GDE	100mB	15,14
2020	Ana Leite	AJS	Pentatlo pc	3009 p
2020	Milena Lucena	GDE	Altura pc	1,61
2020	Mariana Pestana	GDE	Peso pc	11,21
2020	Estafeta - GDE	GDE	4x 400m pc	4 02,99
Catarina Sá, Clara Azevedo, Milena Lucena, Ana Cris. Ferreira				

Campeonatos Nacionais de Juniores / sub 20

ATLETAS MEDALHADOS

Femininos

OURO

2017	Rosalina Santos *	GDE	Comprim.	5,84
2017	Rosalina Santos *	GDE	200m	24,45v
2018	Bárbara Silva	AJS	Pentatlo pc	3321 p
2018	Ana Beatriz Gomes	CSM	Disco	40,33
2018	Mariana Pestana	ACDSJ	Martelo	51,35
2019	Ângela Silva	GDE	Martelo CNL	54,00
2019	Mariana Pestana	ACDSJ	Martelo	55,51
2019	Ana Leite	AJS	Altura	1,68
2020	Ana Leite	AJS	Altura pc	1,61
2020	Mariana Pestana	GDE	Martelo CNL	60,58

PRATA

2018	Ana Beatriz Gomes	CSM	Peso pc	11,82
2018	Ângela Silva	ADRAP	Martelo CNL	45,46
2018	Ângela Silva	ADRAP	Martelo	49,72
2019	Mariana Pestana	ACDSJ	Martelo CNL	53,22
2019	Ana Beatriz Gomes	CSM	Disco CNL	40,48
2019	Ana Leite	AJS	Altura pc	1,61
2019	Sara Moreira (2)	AJS	60mB pc	8,74
2019	Ângela Silva	ADRAP	Martelo	52,01
2019	Milena Lucena	GDE	Altura	1,56
2019	Milena Lucena	GDE	Comprim.	5,52
2020	Adriana Viveiros	ADRAP	3000Mx pc	14 21,57
2020	Sara Moreira (2)	AJS	60mB pc	8,88
2020	Sara Pereira	AJS	Vara pc	3,20

BRONZE

* - não premiada por ter nacionalidade sul africana

88 medalhas de OURO

92 medalhas de PRATA

72 medalhas de BRONZE

Legenda: pc - pista coberta CNL - lançamentos longos CM - corta mato E - estrada M - montanha

Campeonatos Nacionais de Júniores / sub 20

ATLETAS MEDALHADOS

Masculinos

OURO

1972	José Câmara	CSM	100m	10"9
1972	José Câmara	CSM	200m	22"5
1977	José Sol	CSM	400mB	55"4
1978	Estafeta - CSM	CSM	4x 400m	3 26,0
António Brazão, Francisco Viveiros, Sérgio Quintal, E. Lima				
1999	Alberto Fraga	GDE	Heptatlo	pc 4684 p
1999	Alberto Fraga	GDE	Decatlo	6234 p
2002	João Santos	GDE	400m	pc 50,45
2002	Estafeta - GDE	GDE	4x 400m	pc 3 28,21
Filipe Santos, Diogo Sousa, João Santos, Roberto Aguiar				
2003	Roberto Aguiar	GDE	400m	pc 50,07
2003	André Gonçalves	CSM	Peso	pc 15,87
2003	Ivo Graça	CSM	400m	49,84
2003	Alberto Paulo	CSM	5000m	14 57,32
2003	Alberto Paulo	CSM	3000m Obs	9 34,09
2003	Diogo Branco	CSM	Vara	4,28
2003	André Gonçalves	CSM	Peso	15,50
2003	Diogo Branco	CSM	Decatlo	5699 p
2003	Estafeta - CSM	CSM	4x 100m	44,79
Diogo Branco, Filipe Mendonça, Bruno Santos, José Moura				
2003	Estafeta - CSM	CSM	4x 400m	3 21,10
Filipe Santos, Ivo Graça, Bruno Santos, José Moura				
2004	Eduardo Mbengani	CSM	3000m	pc 8 32,64
2004	Estafeta - CSM	CSM	4x 400m	pc 3 30,12
Filipe Mendonça, Bruno Santos, José Moura, José Quintal				
2004	Eduardo Mbengani	CSM	3000m	8 33,23
2004	Alberto Paulo	CSM	3000m Obs	9 20,52
2004	Diogo Branco	CSM	Vara	4,20
2005	Hélder Pestana	GDE	Dardo	56,63
2006	Hélder Pestana	GDE	Dardo	60,04

PRATA

1987	Sérgio Abreu	CSM	Dardo	51,20
1991	Estafeta - CDN	CDN	4x 400m	3 27,09
Nuno Andrade, Nélío Ornelas, Marco Rebelo, Maurício Ribeiro				
1995	Rui Sousa	CSM	Altura	1,93
1996	Roberto Capelo	CSM	100m	11,00
1998	Alberto Fraga	GDE	Comprim.	7,05
1998	Alberto Fraga	GDE	Decatlo	5469 p
1999	Alberto Fraga	GDE	Triplo	pc 14,04
1999	Alberto Fraga	GDE	Triplo	14,12v
2001	Diogo Sousa	GDE	1500m	pc 4 01,39
2002	Diogo Sousa	GDE	800m	1 57,33
2002	João Santos	GDE	400mB	53,90
2002	Estafeta - GDE	GDE	4x 400m	3 33,56
Pedro Pão, Diogo Sousa, Roberto Aguiar, João Santos				
2003	Roberto Aguiar	GDE	200m	pc 22,69
2003	Estafeta - CSM	CSM	4x 400m	pc 3 30,84
Filipe Santos, Ivo Graça, Rui Paulo Silva, Bruno Santos				
2003	Bruno Santos	CSM	400m	50,54
2003	Roberto Aguiar	GDE	Comprim.	6,88
2003	Miguel Pinto	GDE	Disco	48,53
2003	Hélder Pestana	GDE	Dardo	56,52
2004	Eduardo Mbengani	CSM	1500m	pc 3 58,17
2004	Alberto Paulo	CSM	3000m	pc 8 38,91
2004	Diogo Branco	CSM	Vara	pc 4,16
2004	Hélder Pestana	GDE	Dardo	56,34
2005	André Gonçalves	CSM	Peso	16,47
2006	Diogo Espinha	CSM	Triplo	14,35
2009	João Frias	ADRAP	Comprim.	pc 6,93
2009	Tiago Chaves	GDE	Martelo	CNL 55,20
2010	Tiago Chaves	GDE	Martelo	CNL 51,55

BRONZE

1986	Sérgio Abreu	Indiv	Dardo	50,96
1990	José Sardinha	CSM	Altura	1,92
1990	Estafeta - CDN	CDN	4x 400m	3 31,43
?				
1991	Estafeta - CDN	CDN	4x 100m	44,40
António Mondim, Nuno Andrade, Vítor Betencourt, Maurício Ribeiro (?)				
1998	Miguel Fraga	GDE	Comprim.	pc 6,61
1999	Alberto Fraga	GDE	Comprim.	pc 6,77
2000	Estafeta - CSM	CSM	4x 400m	3 27,59
Francisco Gonçalves, Rodolfo Faria, Bruno Aguiar, Hermano Gouveia				
2001	Diogo Sousa	GDE	800m	pc 1 55,85
2001	Daniel Neves	CSM	10000m Mx	47 57,77
2002	Roberto Aguiar	GDE	200m	pc 22,93
2002	André Gonçalves	CSM	Peso	pc 13,88
2002	Miguel Pinto	CAM	Disco	45,28
2003	Ivo Graça	CSM	400m	pc 50,53
2003	Filipe Santos	CSM	100m	10,93
2003	Roberto Aguiar	GDE	400m	50,88
2004	Bruno Santos	CSM	400m	pc 50,19
2004	André Gonçalves	CSM	Peso	pc 15,14
2004	Eduardo Mbengani	CSM	1500m	3 59,93
2004	Alberto Paulo	CSM	5000m	15 29,91
2004	André Gonçalves	CSM	Peso	15,78
2005	João F. Almeida	CSM	Martelo	52,47
2005	Estafeta - CSM	CSM	4x 100m	45,06
Magno Mendes, Pedro Freitas, Victor Rodrigues, Anselmo Pereira				
2006	Maurílio Henriques	AJS	Montanha	M 44,49
2006	Diogo Espinha	CSM	Comprim.	6,86
2006	Pedro Freitas	CSM	Triplo	14,29
2007	Paulo Gonçalves	CSM	Peso	14,89

Campeonatos Nacionais de Juniores / sub 20

ATLETAS MEDALHADOS

Masculinos

OURO

2009	Marçal Rodrigues	CSM	Peso	pc	16,38
2009	Marçal Rodrigues	CSM	Peso		16,3
2009	João Gonçalves	AJS	Decatlo		5484p
2011	Bruno Costa	CSM	Comprim.	pc	7,00
2011	Bruno Costa	CSM	Comprim.		7,37v
2011	Bruno Costa	CSM	Triplo		14,69
2012	Nuno Paulo	ACDSJ	3000m		8 32,51
2013	Décio Andrade	GDE	Martelo		54,36
2016	Paulo Neto	AJS	Heptatlo	pc	4951 p
2016	Décio Andrade	GDE	Martelo	CNL	62,38
2016	Décio Andrade	GDE	Disco	CNL	42,15
2016	Décio Andrade	GDE	Martelo		65,08
2016	Paulo Neto	AJS	Decatlo		6331 p
2018	Pedro Buaró	GDE	Vara	pc	4,50
2018	Pedro Buaró	GDE	Vara		4,95
2018	Nuno Pereira	GDE	800m		1 52,22
2018	Nuno Pereira	GDE	1500m		4 01,72
2019	Pedro Buaró	GDE	Vara	pc	4,55
2019	Pedro Buaró	GDE	Vara		4,61
2019	Diogo M. Freitas	GDE	Martelo		54,14
2020	Pedro Buaró	GDE	Vara	pc	5,00

PRATA

2010	Manuel Fernandes	CSM	3000m Obs		9 32,30
2010	Décio Faria	AJS	Vara		4,36
2010	Tiago Chaves	GDE	Martelo		53,98
2011	Bruno Costa	CSM	Triplo	pc	14,29
2011	Manuel Fernandes	CSM	3000m Obs		8 47,68
2012	Renato Araújo	CSM	Triplo	pc	14,43
2014	Ricardo Ribeiro	AJS	100m		10,89
2014	Décio Andrade	GDE	Martelo		58,83
2015	Xavier Sousa	AJS	5000m Mx	pc	23 14,26
2015	Décio Andrade	GDE	Martelo	CNL	60,27
2015	Décio Andrade	GDE	Disco		44,33
2018	Nuno Pereira	GDE	800m	pc	1 53,27
2018	Pedro Buaró	GDE	Altura	pc	1,92
2019	Alex Linenburg	ACDSJ	Disco	CNL	43,03
2019	Francisco Henriques	GDE	Montanha	M	50,01
2020	Alex Linenburg	GDE	Peso	pc	15,02
2020	Samuel Rios	ADRAP	Corta Mato	CM	14,03

BRONZE

2008	Hugo Silva	CSM	400mB		55,63
2008	Marçal Rodrigues	CSM	Peso		14,87
2008	Tiago Chaves	GDE	Martelo		53,52
2009	Herculano Jesus	ADRAP	Dardo	CNL	47,42
2009	Hugo Silva	CSM	400mB		54,40
2010	Hugo Silva	CSM	400mB		54,40
2011	Roberto Nóbrega	ADRAP	400m	pc	51,25
2011	Roberto Nóbrega	ADRAP	400mB		56,38
2012	António Castro	GDE	Vara	pc	4,02
2013	Décio Andrade	GDE	Disco		44,55
2014	Ricardo Ribeiro	AJS	200m		21,97
2015	Décio Andrade	GDE	Disco	CNL	43,47
2015	Décio Andrade	GDE	Martelo		58,56
2015	Xavier Sousa	AJS	10000m Mx		46 09,56
2016	Décio Andrade	GDE	Disco		44,98
2017	J. Leonardo Abreu	ADRAP	Dardo	CNL	49,27
2018	Diogo Freitas	GDE	Martelo		48,97
2019	David Martinho	AJS	60m	pc	7,00
2019	Rúben Abreu	GDE	Dardo		50,75
2020	Francisco Henriques	GDE	5000Mx	pc	23 09,77
2020	Diogo Martins	AJS	Vara	pc	4,05
2020	Diogo Freitas	GDE	Martelo	CNL	55,17
2020	Moisés Faria	GDE	Dardo	CNL	53,34

46 medalhas de OURO

44 medalhas de PRATA

49 medalhas de BRONZE

Legenda: pc - pista coberta CNL - lançamentos longos CM - corta mato E - estrada M - montanha