

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

60 m

Recordes Regionais: Abs - 6,79 / pc - 6,79														
			Sub23 - 6,95 / pc - 6,95			sub20 - 7,00 / pc - 7,00		sub18 - 7,09 / pc - 7,23		sub16 - 7,27 / pc - 7,75		sub14 - 7,62 / pc - 8,14		
			Ranking até: Sen: 8,00			sub20: 8,25		sub18: 8,50		sub16: 9,25		sub14: 10,00		
Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
6,79	pc	Delvis Santos		27/06/99	Sen	AJS	Prova Extra	2º	Pombal	19/fev	RR Abs pc	6,73 pc/21	6,83pc / 6,84pc	
6,97	pc	Rodrigo Rito		30/08/00	s23	GDE	CN Esperanças pc	3º	Pombal	5/mar		rp	7,00pc / 7,00pc	
7,03	pc	Miguel Tapadas		23/04/98	Sen	ADRAP	Prova Extra	2º s	Lisboa - CAR	6/mar		rp	7,15pc / 7,20pc	
7,06	pc	Xavier Outeiro		08/08/03	s20	AJS	CN sub20 pc	1º e	Braga	12/fev		rp /	7,10pc / 7,11pc	
7,09	0,6	Lourenço A. Viveiros		16/06/06	s18	GDE	CR Inverno s18-s20	1º	Câmara de Lobos	7/jan	RR s18	rp	7,12	
7,13	pc	Guilherme Almeida		11/06/02	s23	AJS	C Portugal pc	Hp	Pombal	26/fev		rp /		
7,25	pc	Bernardo Pereira		26/01/97	Sen	AJS	CN Universitários pc	2º e	Braga	29/jan		rp	7,82pc	
7,30	1,5	Bruno Pita		14/03/03	s20	GDE	CR Absolutos Inv	2º e	Câmara de Lobos	14/jan		7,30 /20	7,42 / 7,43	
7,31	0,5	Ulisses Tavares	CPV	18/10/92	Sen	ADRAP	T Natal	1º	Ribeira Brava	18/dez		7,29 /15	7,39 / 7,40	
7,33	pc	André F. Oliveira		22/01/00	s23	ADRAP	C Portugal pc	Hp	Pombal	26/fev		rp /	7,42	
7,38	pc	Manuel Vieira		15/02/03	s20	ADRAP	CN P Comb pc	1º	Braga	15/jan		7,37 /21		
7,48	1,8	Francisco Palmeira		24/11/05	s18	AJS	CR Absolutos Inv	1º e	Câmara de Lobos	14/jan		7,48 /21	7,48 / 7,57pc	
7,48	1,8	Pedro A. Freitas		08/02/96	Sen	GDE	CR Absolutos Inv	2º e	Câmara de Lobos	14/jan		7,28 /15	7,56	
7,49	-0,8	Guilherme Ornelas		12/03/02	s23	ADRAP	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	10/dez		rp	7,55 / 7,67	
7,54	1,5	Miguel Azevedo		31/10/03	s20	ADRAP	CR Absolutos Inv	3º e	Câmara de Lobos	14/jan		rp	7,58 / 7,59	
7,58	-0,2	Roberto Gomes		19/01/07	s16	ADRAP	CR P Comb Inv	1º	Ribeira Brava	10/dez		rp	7,59 / 7,96	
7,65	0,6	Francisco Nóbrega		21/12/03	s20	AJS	CR Inverno s18-s20	4º	Câmara de Lobos	7/jan		rp		
7,65	-0,2	Omar Jesus		07/10/05	s18	AJS	CR P Comb Inv	3º	Ribeira Brava	10/dez		7,58 /21	7,81pc	
7,66	1,8	Artur Martins		25/01/05	s18	ADRAP	CR Absolutos Inv	3º e	Câmara de Lobos	14/jan		7,66 /21	7,73	
7,70	1,5	Diogo Martins		03/08/03	s20	AJS	CR Absolutos Inv	5º e	Câmara de Lobos	14/jan		rp		
7,72	1,8	Roque Tavares		16/08/90	Sen	ADRAP	CR Absolutos Inv	4º e	Câmara de Lobos	14/jan		rp /		
7,72	-1,0	Lucas R. Santos		13/07/07	s16	AJS	Triatlo Jovem Regional	2º	Ribeira Brava	17/dez		rp	7,80 / 8,11	
7,92	-0,8	Pedro Chaves		09/09/05	s18	AJS	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	10/dez		rp		
8,00	0,5	João Tomás Santos		30/03/08	s16	ADRAP	Prova Extra	1º s	Ribeira Brava	10/dez		rp /		
8,05	-0,6	Pedro A. Gouveia		04/04/08	s16	ADRAP	Prova Extra	2º s	Ribeira Brava	10/dez		rp /	8,37 / 8,48	
8,12	1,8	Richard Andrade		15/08/03	s20	CSM	CR Absolutos Inv	5º e	Câmara de Lobos	14/jan		rp /	8,22 / 8,25	
8,21	1,1	Pedro M. Gonçalves		07/01/09	s14	CSM	Prova Extra	1º s	Câmara de Lobos	14/jan		rp /	8,24 / 8,28	
8,34	-0,2	Gonçalo Mendonça		17/06/06	s18	CSM	CR P Comb Inv	5º	Ribeira Brava	10/dez		rp	8,40	

RANKINGS 2022

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

8,37	-0,4	Marco Santos	11/09/07	s16	AJS	CR Inverno s14-s16	4º	Ribeira Brava	12/fev	rp /	8,51
8,39	-0,6	Matias Freitas	16/01/08	s16	ADRAP	Prova Extra	3º s	Ribeira Brava	10/dez	rp /	8,47
8,42	-0,6	Mateus Belo Jesus	07/08/09	s14	CSM	Prova Extra	4º s	Ribeira Brava	10/dez	rp	9,11 / 9,23
8,63	0,5	Bernardo Olim	26/01/08	s16	ADRAP	Prova Extra	3º s	Ribeira Brava	10/dez	rp /	
8,74	-0,4	Francisco J. Gouveia	07/08/07	s16	CDI-M	CR Inverno s14-s16	6º	Ribeira Brava	12/fev	rp /	
9,06	-0,6	Guilherme Henriques	07/06/09	s14	AJS	Prova Extra	5º s	Ribeira Brava	10/dez	rp	9,26 / 9,31
9,28	0,5	Rodrigo Teixeira	28/06/10	s14	ADRAP	Prova Extra	4º s	Ribeira Brava	10/dez	rp /	
9,49	-1,8	Luís H. Nunes	09/10/10	s14	GDE	CR s14	2º	Ribeira Brava	18/jun	rp /	9,54 / 9,72
9,54	-1,6	Dinis A. Freitas	04/04/10	s14	ADRAP	Atleta Completo	3º s	Ribeira Brava	2/abr	rp /	
9,64	-1,0	Gonçalo P. Silva	14/07/10	s14	CSM	OJ Regional	4º	Ribeira Brava	24/abr	rp /	
9,66	-1,6	Andree Abreu	11/03/10	s14	ADRAP	Atleta Completo	4º s	Ribeira Brava	2/abr	rp /	9,72 / 9,78
9,68	-1,6	Jesús Abreu	11/03/10	s14	ADRAP	Atleta Completo	5º s	Ribeira Brava	2/abr	rp /	9,71 / 9,97
9,69	-0,6	Fábio Aguiar	15/09/09	s14	CSM	Atleta Completo	3º s	Ribeira Brava	2/abr	rp /	10,04
9,71	0,5	Tiago M. Freitas	22/12/10	s14	AJS	Prova Extra	5º s	Ribeira Brava	10/dez	rp /	
9,94	0,5	Carlos Abreu	28/10/10	s14	AJS	Prova Extra	6º s	Ribeira Brava	10/dez	rp /	
9,98	-3,0	Miguel Oliveira	08/05/11	s12	CSM	CR s14	3º e	Ribeira Brava	18/jun	rp /	10,09

Atletas Veteranos:

8,13	-1,5	João Vieira	02/08/76	V 45	CAFH	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	29/jan		
8,62	-1,5	Élvio Henriques	09/08/73	V 45	CKC	CR Inverno Vet	2º	Ribeira Brava	29/jan		
8,65	-1,9	Tóni Fernandes	22/09/80	V 40	AAM-M	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	29/jan		
8,80	-0,8	Paulo Neves	28/11/76	V 45	CDI-M	Prova Extra	3º	Ribeira Brava	10/dez		
8,94	-1,5	Énio Freitas	15/04/72	V 45	GDE	CR Inverno Vet	3º	Ribeira Brava	29/jan		
9,04	-1,5	Horácio Alves	27/06/63	V 55	VIP-RC	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	29/jan		
9,31	-1,9	Marco Brasil	29/12/80	V 40	ADC	CR Inverno Vet	2º	Ribeira Brava	29/jan		
9,72	-1,9	Dinarte M Rodrigues	26/02/77	V 40	ADC	CR Inverno Vet	3º	Ribeira Brava	29/jan		
9,77	-1,5	Francisco Sampaio	22/04/72	V 45	ADC	CR Inverno Vet	4º	Ribeira Brava	29/jan		

Marcas em pista coberta:

6,79	pc	Delvis Santos	27/06/99	Sen	AJS	Prova Extra	2º	Pombal	19/fev	RR Abs pc	
6,97	pc	Rodrigo Rito	30/08/00	s23	GDE	CN Esperanças pc	3º	Pombal	5/mar		
7,03	pc	Miguel Tapadas	23/04/98	Sen	ADRAP	Prova Extra	2º s	Lisboa - CAR	6/mar		
7,06	pc	Xavier Outeiro	08/08/03	s20	AJS	CN sub20 pc	1º e	Braga	12/fev		
7,25	pc	Bernardo Pereira	26/01/97	Sen	AJS	CN Universitários pc	2º e	Braga	29/jan		

RANKINGS 2022

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

7,38	pc	Manuel Vieira	15/02/03	s20	ADRAP	CN P Comb pc	1º	Braga	15/jan
7,42	pc	André F. Oliveira	22/01/00	s23	ADRAP	CN P Comb pc	4º	Braga	15/jan
7,57	pc	Francisco Palmeira	24/11/05	s18	AJS	CN sub18 pc	7º e	Braga	5/fev
7,81	pc	Omar Jesus	07/10/05	s18	AJS	Triatlo Jovem Nac	5º s	Pombal	12/mar

Marcas com Vento Favorável Irregular:

8,28	2,2	Marco Santos	11/09/07	s16	AJS	Prova Extra	1º s	Câmara de Lobos	14/jan
------	-----	--------------	----------	-----	-----	-------------	------	-----------------	--------

80 m

Recordes Regionais: sub16 - 9,27 sub14 - 9,90

Ranking até: 12,50

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
9,75	0,0	Roberto Gomes		19/01/07	s16	ADRAP	Prova Extra	1º	Câmara de Lobos	8/jun		rp	10,07 / 10,08	
9,98	0,0	Lucas R. Santos		13/07/07	s16	AJS	Prova Extra	2º	Câmara de Lobos	8/jun		rp	9,98 / 10,07	
10,33	0,2	Pedro M. Gonçalves		07/01/09	s14	CSM	CR Iniciados	2º	Câmara de Lobos	13/mai		rp	10,56	
10,51	0,4	Pedro A. Gouveia		04/04/08	s16	ADRAP	Prova Extra	3º	Ribeira Brava	23/abr		rp /	10,54 / 10,64	
10,55	-3,0	João Tomás Santos		30/03/08	s16	ADRAP	T Encerramento	3º s	Câmara de Lobos	20/jul		rp /	10,62	
10,83	0,0	Marco Santos		11/09/07	s16	AJS	Prova Extra	3º	Câmara de Lobos	8/jun		rp	10,99 / 10,73 s/Anem	
11,13	-0,8	Matias Freitas		16/01/08	s16	ADRAP	Atleta Completo	4º	Ribeira Brava	2/abr		rp /		
11,56	-2,2	Miguel A. Nóbrega		10/02/08	s16	CSM	T Encerramento	1º s	Câmara de Lobos	20/jul		rp /		
11,70	0,2	Mateus Belo Jesus		07/08/09	s14	CSM	CR Iniciados	3º	Câmara de Lobos	13/mai		rp /	11,85 / 11,85	
11,87	0,1	Leonardo Costa		25/02/08	s16	GDE	CR Iniciados	3º e	Câmara de Lobos	13/mai		rp /	11,92	
11,90	0,2	Guilherme Henriques		07/06/09	s14	AJS	CR Iniciados	4º	Câmara de Lobos	13/mai		rp /	11,95	
12,32	-1,5	Fábio Aguiar		15/09/09	s14	CSM	T Verão	3º	Câmara de Lobos	2/jul		rp /		

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

100 m

Recordes Regionais: Abs - 10,39 Sub23 - 10,56 sub20 - 10,66 sub18 - 11,12 sub16 - 11,24

Ranking até: Sen: 13,00 sub20: 13,00 sub18: 13,50

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
10,44	0,9	Delvis Santos		27/06/99	Sen	AJS	NEB Open	1º s	Stratford /GBR	17/jul		rp	10,63 / 10,69	
10,68	0,7	Rodrigo Rito		30/08/00	s23	GDE	CN Esperanças	1º e	Leiria	9/jul		rp	10,70 / 10,70	
10,73	1,8	Xavier Outeiro		08/08/03	s20	AJS	CN sub20	3º	Vagos	16/jul		rp	10,76 / 11,04	
10,89	0,5	Rafael Jorge		01/03/97	Sen	ADRAP	Enc. Dip. Cáceres	7º mf	Cáceres /ESP	29/jun		10,47 /21	10,95	
11,06	0,0	Guilherme Almeida		11/06/02	s23	AJS	CN P Combinadas	2º s	Leiria	30/abr		rp		
11,07	0,9	Miguel Tapadas		23/04/98	Sen	ADRAP	Prova Extra	1º s	Vendas Novas	2/jul		rp	11,12 / 11,20	10,98 (3,1)
11,20	-1,2	Lourenço A. Viveiros		16/06/06	s18	GDE	Festival Olímp. Juv. Europeia	3º e	Banská Bystrica /SLK	25/jul		rp	11,21 / 11,29	
11,36	-0,6	Manuel Vieira		15/02/03	s20	ADRAP	CN P Combinadas	1º s	Leiria	30/abr		rp	11,55	
11,38	0,6	Micael Franco		31/08/95	Sen	GDE	T Preparação	2º s	Câmara de Lobos	18/mai		10,90 /18		
11,39	0,1	André F. Oliveira		22/01/00	s23	ADRAP	C Portugal - Dec	2º	Leira	25/jun		rp /	11,42 / 11,82	
11,40	0,7	Guilherme Ornelas		12/03/02	s23	ADRAP	CR Absolutos	2º e	Câmara de Lobos	8/jun		rp	11,44 / 11,54	
11,53	-0,5	Ulisses Tavares	CPV	18/10/92	Sen	ADRAP	Prova Extra	2º s	Câmara de Lobos	13/mai		11,38 /21	11,53 / 11,75	
11,61	0,6	Rodrigo Barros		31/08/01	s23	GDE	T Preparação	3º s	Câmara de Lobos	18/mai		11,59 /21	11,83 / 12,07	
11,62	1,1	Francisco Cordoeiro		09/05/92	Sen	AJS	Prova Extra	1º s	Braga	1/jul		rp		
11,74	0,6	Bruno Pita		14/03/03	s20	GDE	T Preparação	4º s	Câmara de Lobos	18/mai		11,38 /20	11,92 / 11,94	
11,80	0,8	Francisco Palmeira		24/11/05	s18	AJS	Atleta Completo Nac	6º	Maia	2/jul		rp	11,85 / 12,22	
11,82	-2,0	Ivo Figueira		24/12/02	s23	AJS	CR Absolutos	1º e	Câmara de Lobos	8/jun		rp	11,86 / 11,89	
11,85	1,2	Fernando Nóbrega		03/04/04	s20	GDE	T Preparação	1º s	Câmara de Lobos	18/mai		rp	12,05	
11,88	-1,2	Miguel Azevedo		31/10/03	s20	ADRAP	CR Absolutos	2º e	Câmara de Lobos	8/jun		11,87 /21	11,95 / 12,05	
12,04	-1,2	Fábio J. Vieira		25/12/99	Sen	ADRAP	T Verão	2º	Câmara de Lobos	2/jul		rp	12,45	
12,09	0,7	Omar Jesus		07/10/05	s18	AJS	CR Absolutos	3º e	Câmara de Lobos	8/jun		rp	12,13 / 12,21	
12,23	0,0	Diogo Martins		03/08/03	s20	AJS	CR s18	3º	Câmara de Lobos	2/jun		rp	12,56	
12,33	0,2	Roberto Gomes		19/01/07	s16	ADRAP	CR s18	4º	Câmara de Lobos	2/jun		rp		
12,35	-0,7	Ibrahim Gama		12/03/01	s23	ADRAP	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	18/jun		rp /		
12,36	-4,2	Pedro Buaró		14/06/01	s23	GDE	CR P Combinadas	1º	Ribeira Brava	2/abr		rp		
12,37	-1,2	Pedro Chaves		09/09/05	s18	AJS	T Verão	3º	Câmara de Lobos	2/jul		rp /	12,81	
12,41	-2,3	Tiago Freitas		16/12/02	s23	AJS	Prova Extra	3º	Ribeira Brava	7/mai		rp	12,47	
12,41	-2,0	Roque Tavares		16/08/90	Sen	ADRAP	CR Absolutos	3º e	Câmara de Lobos	8/jun		rp /		

RANKINGS 2022

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

12,44	-2,6	Artur Martins	25/01/05	s18	ADRAP	OJ Regional	2º	Ribeira Brava	7/mai	rp /	12,55
12,45	0,1	Lucas R. Santos	13/07/07	s16	AJS	T Preparação	1º s	Câmara de Lobos	18/mai	rp	
12,61	-1,9	Guilherme Neves	03/01/01	s23	CSM	T Encerramento	2º	Câmara de Lobos	20/jul	11,66 /18	
12,69	-2,3	Roberto Faria	19/12/91	Sen	AJS	Prova Extra	4º	Ribeira Brava	7/mai	11,51 /15	
12,75	0,1	Gilberto Carvalho	14/01/93	Sen	ADRAP	C Portugal - Dec	8º	Leiria	25/jun	rp /	12,85
12,85	-1,2	André R. Pereira	21/10/05	s18	AAM-M	T Verão	4º	Câmara de Lobos	2/jul	rp /	13,24
12,86	-2,0	João Vieira	02/08/76	V 45	CAFH	CR Absolutos	4º e	Câmara de Lobos	8/jun	12,62 /20	
12,88	-2,6	Rafael Baroca	23/03/06	s18	CFA-M	OJ Regional	4º	Ribeira Brava	7/mai	rp /	
12,99	-1,2	Richard Andrade	15/08/03	s20	CSM	CR Absolutos	3º e	Câmara de Lobos	8/jun	rp /	13,01 / 13,03
13,13	0,1	Gonçalo Mendonça	17/06/06	s18	CSM	T Preparação	2º s	Câmara de Lobos	18/mai	rp /	13,29
13,28	0,2	Pedro A. Gouveia	04/04/08	s16	ADRAP	CR s18	5º	Câmara de Lobos	2/jun	rp /	

Marcas com Vento Favorável Irregular:

10,98	3,1	Miguel Tapadas	23/04/98	Sen	ADRAP	Falagueira Athletics	3º s	Amadora	29/jun		
--------------	-----	----------------	----------	-----	-------	----------------------	------	---------	--------	--	--

Atletas Veteranos:

12,86	-2,0	João Vieira	02/08/76	V 45	CAFH	CR Veteranos	4º e	Câmara de Lobos	8/jun		
14,07	-1,2	Horácio Alves	27/06/63	V 55	VIP-RC	CR Veteranos	4º e	Câmara de Lobos	8/jun		
14,72	0,7	Paulo Neves	28/11/76	V 45	CDI-M	CR Veteranos	5º e	Câmara de Lobos	8/jun		
15,09	0,7	Marco Ascensão	16/12/73	V 45	CAMAD	CR Veteranos	6º e	Câmara de Lobos	8/jun		

150 m

Recordes Regionais:

sub14 - 18,79

Ranking até: 27,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
20,13	-0,6	Pedro M. Gonçalves		07/01/09	s14	CSM	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	10/dez		rp /	20,55	
21,29	-0,6	Mateus Belo Jesus		07/08/09	s14	CSM	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	10/dez		rp	23,89 / 24,22	
22,13	-0,6	Guilherme Henriques		07/06/09	s14	AJS	Prova Extra	3º	Ribeira Brava	10/dez		rp	22,53	
22,55	-0,6	Fábio Aguiar		15/09/09	s14	CSM	Prova Extra	4º	Ribeira Brava	10/dez		rp /		
23,06	-0,6	Jesús Abreu		11/03/10	s14	ADRAP	Prova Extra	5º	Ribeira Brava	10/dez		rp	23,98	
23,14	-0,6	Andree Abreu		11/03/10	s14	ADRAP	Prova Extra	6º	Ribeira Brava	10/dez		rp		
23,62	-0,6	Carlos Abreu		28/10/10	s14	AJS	Prova Extra	7º	Ribeira Brava	10/dez		rp /		
24,42	-4,0	Luís H. Nunes		09/10/10	s14	GDE	CR s14	3º s	Ribeira Brava	19/jun		rp /	25,37	

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

25,02	-0,6	Tiago M. Freitas	22/12/10	s14	AJS	Prova Extra	8º	Ribeira Brava	10/dez	rp /
25,54	-4,0	Miguel Oliveira	08/05/11	s12	CSM	CR s14	4º s	Ribeira Brava	19/jun	rp /
26,66	-3,3	João Pedro Gonçalves	19/03/10	s14	GDE	CR s14	1º s	Ribeira Brava	19/jun	rp /

200 m

Recordes Regionais: Abs - 20,97 / pc - 21,31 Sub23 - 21,39 / pc - 21,89 sub20 - 21,84 / pc - 22,65 sub18 - 22,30 / pc - 23,04 sub16 - 22,97

Ranking até: Sen: 26,00 sub20: 27,00 sub18: 28,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
20,97	1,2	Delvis Santos		27/06/99	Sen	AJS	NEB Open	2º s	Stratford / GBR	17/jul	RR Absoluto	20,74 /21	21,00 / 21,06	
21,41	0,6	Rafael Jorge		01/03/97	Sen	ADRAP	CN Universitários	1º s	Beja	8/mai		21,05 /21	21,56 / 21,73	
21,88	0,7	Rodrigo Rito		30/08/00	s23	GDE	CN 1ª divisão	4º	Leiria	31/jul		rp	22,09 / 22,10	
22,18	0,7	Xavier Outeiro		08/08/03	s20	AJS	CN 1ª divisão	5º	Leiria	31/jul		rp		
22,02	0,8	Bernardo Pereira		26/01/97	Sen	AJS	Meet Viana	2º s	Viana do Castelo	20/jul		rp	22,29	
22,91	-3,7	Miguel Tapadas		23/04/98	Sen	ADRAP	Meet A Fortunato	2º s	Torres Vedras	21/mai		22,62 /20	23,18	
23,01	-1,8	Guilherme Ornelas		12/03/02	s23	ADRAP	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	5/jun		rp	23,16 / 23,74	
23,02	-1,2	Manuel Vieira		15/02/03	s20	ADRAP	CR Absolutos	1º	Ribeira Brava	12/jun		22,59 /21		
23,07	-1,0	Lourenço A. Viveiros		16/06/06	s18	GDE	OJ Nacional	6º	Lousada	9/jul		22,97 /21	23,27 / 25,09	
23,76	0,0	Francisco Palmeira		24/11/05	s18	AJS	CR Inverno s18-s20	1º	Ribeira Brava	9/jan		rp /	23,93 / 24,13	
24,24	0,7	Ulisses Tavares	CPV	18/10/92	Sen	ADRAP	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	3/abr		23,13 /19		
24,37	1,2	Guilherme Neves		03/01/01	s23	CSM	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	13/fev		23,97 /18		
24,42	1,7	Ibrahim Gama		12/03/01	s23	ADRAP	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	9/jan		rp		
24,49	1,7	Pedro A. Freitas		08/02/96	Sen	GDE	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	9/jan		23,26 /15		
24,74	-1,2	Rodrigo Barros		31/08/01	s23	GDE	CR Absolutos	4º	Ribeira Brava	12/jun		23,65 /21		
24,79	-1,8	Artur Martins		25/01/05	s18	ADRAP	CR s18	2º	Ribeira Brava	5/jun		rp	25,03	
24,86	-2,3	Miguel Azevedo		31/10/03	s20	ADRAP	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	24/abr		rp	25,10	
24,97	-1,2	Roberto Faria		19/12/91	Sen	AJS	CR Absolutos	5º	Ribeira Brava	12/jun		23,15 /16		
25,40	-2,4	Gabriel Vieira		09/01/04	s20	ADRAP	CR Absolutos	1º s	Ribeira Brava	12/jun		24,71 /20		
25,84	1,4	Pedro Silva		14/01/87	V 35	GDE	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	30/jan		rp /		
25,88	-2,6	Pedro Chaves		09/09/05	s18	AJS	OJ Regional	3º	Ribeira Brava	24/abr		rp /	25,99	
26,43	-2,6	Rafael Baroca		23/03/06	s18	CFA-M	OJ Regional	4º	Ribeira Brava	24/abr		rp /		
26,56	1,2	Richard Andrade		15/08/03	s20	CSM	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	13/fev		rp	27,11 / 27,62	
27,37	-1,8	José G. Pereira		15/03/08	s16	ADRAP	CR s18	3º	Ribeira Brava	5/jun		rp /		

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

27,75	-2,4	Gonçalo Mendonça	17/06/06	s18	CSM	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	19/jun	rp /
Atletas Veteranos:										
25,84	1,4	Pedro Silva	14/01/87	V 35	GDE	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	30/jan	
26,30	1,8	João Vieira	02/08/76	V 45	CAFH	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	30/jan	
28,73	1,4	Tóni Fernandes	22/09/80	V 40	AAM-M	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	30/jan	
28,76	-2,4	Énio Freitas	15/04/72	V 50	GDE	CR Veteranos	1º	Ribeira Brava	12/jun	
28,81	-2,4	Lourenço Barcelos	10/08/77	V 40	GDE	CR Veteranos	1º	Ribeira Brava	12/jun	
28,89	1,4	Duarte Xavier	16/04/80	V 40	CAFH	CR Inverno Vet	2º	Ribeira Brava	30/jan	
29,18	-4,0	Paulo Neves	28/11/76	V 45	CDI-M	Prova Extra	3º	Ribeira Brava	11/dez	
29,95	1,4	Horácio Alves	27/06/63	V 55	VIP-RC	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	30/jan	
30,78	1,4	Marco Brasil	29/12/80	V 40	ADC	CR Inverno Vet	3º	Ribeira Brava	30/jan	
31,60	1,8	António Mendonça	03/05/73	V 45	CAFH	CR Inverno Vet	3º	Ribeira Brava	30/jan	
31,63	1,4	Rui Castro	25/08/57	V 60	VIP-RC	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	30/jan	
33,13	1,4	Dinarte M Rodrigues	26/02/77	V 40	ADC	CR Inverno Vet	4º	Ribeira Brava	30/jan	
33,68	-2,4	Paulo M. Gonçalves	28/03/67	V 55	GDE	CR Veteranos	1º	Ribeira Brava	12/jun	
37,01	1,8	Francisco Sampaio	22/04/72	V 45	ADC	CR Inverno Vet	4º	Ribeira Brava	30/jan	
Marcas em pista coberta:										
21,31	pc	Delvis Santos	27/06/99	Sen	AJS	C Portugal pc	2º	Pombal	27/fev	RR Absol pc
22,68	pc	Rodrigo Rito	30/08/00	s23	GDE	Prova Extra	2º s	Braga	16/jan	
Marcas com Vento Favorável Irregular:										
21,73	2,5	Bernardo Pereira	26/01/97	Sen	AJS	Meet Abrantes	1º	Abrantes	3/jul	
26,32	2,7	Richard Andrade	15/08/03	s20	CSM	Prova Extra	2º s	Ribeira Brava	16/jan	
26,72	2,7	Fernando Silvino	13/12/04	s20	CAFH	Prova Extra	3º s	Ribeira Brava	16/jan	
27,24	2,7	André R. Pereira	21/10/05	s18	AAM-M	Prova Extra	4º s	Ribeira Brava	16/jan	

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

250 m

Recordes Regionais: sub16 - 30,35

Ranking até: 43,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
31,68	Lucas R. Santos		13/07/07	s16	AJS	OJ Nacional	4º	Lousada	9/jul		rp	32,09 / 32,70
32,94	Roberto Gomes		19/01/07	s16	ADRAP	OJ Regional	2º	Ribeira Brava	24/abr		rp	34,29
34,99	Marco Santos		11/09/07	s16	AJS	OJ Regional	3º	Ribeira Brava	24/abr		rp	35,28
36,53	Pedro A. Gouveia		04/04/08	s16	ADRAP	CR Iniciados	2º	Ribeira Brava	14/mai		rp /	36,56
38,26	João Tomás Santos		30/03/08	s16	ADRAP	OJ Regional	5º	Ribeira Brava	24/abr		rp /	

300 m

Recordes Regionais: Abs - 33,30 Sub23 - 34,96 sub20 - 35,58 sub18 - 35,81 / pc - 37,56 sub16 - 38,28

Ranking até: Sen: 43,00 sub20: 44,00 sub18: 46,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
36,28	Manuel Vieira		15/02/03	s20	ADRAP	CR Inverno s18-s20	1º	Ribeira Brava	8/jan		rp	
36,54	Lourenço A. Viveiros		16/06/06	s18	GDE	CR Inverno s18-s20	2º	Ribeira Brava	8/jan		rp	
37,16	Guilherme Ornelas		12/03/02	s23	ADRAP	T Natal	1º	Ribeira Brava	17/dez		rp	
37,38	Francisco Nóbrega		21/12/03	s20	AJS	CR Inverno s18-s20	3º	Ribeira Brava	8/jan		rp	
37,71	Francisco Palmeira		24/11/05	s18	AJS	CR Inverno s18-s20	4º	Ribeira Brava	8/jan		rp /	37,72 / 37,78
38,07	Pedro Chaves		09/09/05	s18	AJS	T Encerramento	1º s	Câmara de Lobos	20/jul		rp	38,19 / 38,28
38,07	Tiago Camacho		31/03/03	s20	AJS	T Encerramento	1º s	Câmara de Lobos	20/jul		37,76 /20	
38,09	Roberto Faria		19/12/91	Sen	AJS	T Verão	2º	Câmara de Lobos	2/jul		36,22 /15	38,32
38,41	Lucas R. Santos		13/07/07	s16	AJS	T Encerramento	3º s	Câmara de Lobos	20/jul		rp /	38,50 / 38,88
39,27	Décio Abreu		12/06/85	V 35	AJS	T Encerramento	2º s	Câmara de Lobos	20/jul		rp /	
42,37	Richard Andrade		15/08/03	s20	CSM	CR Inverno s18-s20	5º	Ribeira Brava	8/jan		rp /	
45,52	Pedro A. Gouveia		04/04/08	s16	ADRAP	CR s18	3º	Ribeira Brava	4/jun		rp /	
46,41	Tiago E. Gouveia		02/05/05	s18	AAM-M	T Verão	1º s	Câmara de Lobos	2/jul		rp /	

Atletas Veteranos:

47,91 Tóni Fernandes 22/09/80 V 40 AAM-M T Verão 2º s Câmara de Lobos 2/jul

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

400 m

Recordes Regionais: Abs - 46,77 / pc - 47,26 Sub23 - 47,95 / pc - 48,83 sub20 - 49,01 / pc - 50,07 sub18 - 50,16 / pc - 52,40

Ranking até: Sen: 58,00 sub20: 60,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
47,57	Bernardo Pereira		26/01/97	Sen	AJS	Meet Maia	4º	Maia	23/jul		rp	47,95 / 48,18
47,78	Rafael Jorge		01/03/97	Sen	ADRAP	CNC - apuramento	2º	Lisboa (U)	28/mai		47,73 /21	48,05 / 48,09
49,93	pc Diogo Mestre		20/05/95	Sen	ADRAP	CN 2ª div pc	1º s	Pombal	19/fev		48,48 /15	
50,37	Guilherme Almeida		11/06/02	s23	AJS	CN P Combinadas	2º s	Leiria	30/abr		50,36 /21	
50,59	Edgar Remédios		05/05/94	Sen	GDE	CN 1ª divisão	8º	Leiria	30/jul		49,42 /15	50,60
51,99	Guilherme Ornelas		12/03/02	s23	ADRAP	CR Absolutos	1º	Ribeira Brava	11/jun		rp	52,03 / 52,13
52,08	Samuel Rios		29/04/01	s23	ADRAP	Maia	1º s	Maia	15/jun		rp /	
52,24	André F. Oliveira		22/01/00	s23	ADRAP	CN P Combinadas	3º s	Leiria	30/abr		rp /	52,66 / 53,73
52,33	Manuel Vieira		15/02/03	s20	ADRAP	CN P Combinadas	1º s	Leiria	30/abr		50,24 /21	52,71pc / 55,53
52,69	Francisco Nóbrega		21/12/03	s20	AJS	CR Absolutos Inv	2º	Ribeira Brava	15/jan		51,90 /21	
52,79	Pedro Monteiro		03/02/04	s20	GDE	T Preparação	1º	Ribeira Brava	29/jan		rp /	
52,87	Davide Teixeira		22/11/92	Sen	GDE	CR Absolutos	2º	Ribeira Brava	11/jun		50,53 /18	
53,71	Eduardo Pestana		06/08/02	s23	AJS	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	12/fev		rp /	
54,05	Roberto Faria		19/12/91	Sen	AJS	T Preparação	2º s	Câmara de Lobos	18/mai		50,64 /16	54,13 / 54,33
54,08	Pedro Chaves		09/09/05	s18	AJS	T Preparação	1º s	Câmara de Lobos	18/mai		rp /	54,09 / 55,84
54,11	pc Ibrahim Gama		12/03/01	s23	ADRAP	CN Universitários pc	2º s	Braga	29/jan		53,68 /20	54,88 / 55,25
54,25	Tiago Freitas		16/12/02	s23	AJS	T Preparação	2º s	Câmara de Lobos	18/mai		52,53 /20	
54,27	Tomás Rosário		02/01/04	s20	ADRAP	T Preparação	3º s	Câmara de Lobos	18/mai		rp	54,81 / 54,97
54,72	Décio Abreu		12/06/85	V 35	AJS	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	12/fev		rp /	
55,29	Tiago Camacho		31/03/03	s20	AJS	Prova Extra	6º s	Almada	21/mai		52,92 /21	
55,57	pc Wilson Conniott		05/11/93	Sen	AJS	Prova Extra	3º s	Pombal	13/fev		52,66 /19	
55,69	Rodrigo Barros		31/08/01	s23	GDE	CR Absolutos	6º	Ribeira Brava	11/jun		54,43 /21	
55,79	Ivo Figueira		24/12/02	s23	AJS	CR P Combinadas	1º s	Ribeira Brava	2/abr		rp	
57,44	João Vieira		02/08/76	V 45	CAFH	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	29/jan		55,04 /19	59,63
57,65	Gilberto Carvalho		14/01/93	Sen	ADRAP	C Portugal - Dec	7º	Leiria	25/jun		57,23 pc/20	
58,06	Pedro Silva		14/01/87	V 35	GDE	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	29/jan		rp /	
58,40	Miguel Azevedo		31/10/03	s20	ADRAP	CR P Combinadas	2º s	Ribeira Brava	2/abr		54,97 /19	
58,48	Artur Martins		25/01/05	s18	ADRAP	CR P Combinadas	1º s	Ribeira Brava	2/abr		rp /	

RANKINGS 2022

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

58,70	Francisco Palmeira	24/11/05	s18	AJS	CR P Combinadas	2º s	Ribeira Brava	2/abr	rp /
Atletas Veteranos:									
57,44	João Vieira	02/08/76	V 45	CAFH	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	29/jan	
58,06	Pedro Silva	14/01/87	V 35	GDE	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	29/jan	
59,63	Élvio Henriques	09/08/73	V 45	CKC	CR Inverno Vet	2º	Ribeira Brava	29/jan	
62,48	Énio Freitas	15/04/72	V 50	GDE	CR Veteranos	1º	Ribeira Brava	11/jun	
65,06	Duarte Xavier	16/04/80	V 40	CAFH	CR Veteranos	1º	Ribeira Brava	11/jun	
69,48	Miguel Gouveia	01/01/76	V 45	CDI-M	Prova Extra	4º	Ribeira Brava	12/fev	
69,78	Rui Castro	25/08/57	V 60	VIP-RC	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	29/jan	
69,97	António Mendonça	03/05/73	V 45	CAFH	CR Absolutos Inv	4º s	Ribeira Brava	15/jan	
72,37	Marco Brasil	29/12/80	V 40	ADC	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	29/jan	
75,17	Dinarte M Rodrigues	26/02/77	V 40	ADC	CR Inverno Vet	2º	Ribeira Brava	29/jan	
78,33	Paulo M. Gonçalves	28/03/67	V 50	GDE	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	29/jan	

Marcas em pista coberta:

48,72	pc	Bernardo Pereira	26/01/97	Sen	AJS	CN 1ª div pc	3º	Pombal	19/fev
49,74	pc	Rafael Jorge	01/03/97	Sen	ADRAP	CN Clubes pc - apuram	6º	Pombal	22/jan
49,93	pc	Diogo Mestre	20/05/95	Sen	ADRAP	CN 2ª div pc	1º s	Pombal	19/fev
52,71	pc	Manuel Vieira	15/02/03	s20	ADRAP	CN sub20 pc	6º s	Braga	12/fev
54,11	pc	Ibrahim Gama	12/03/01	s23	ADRAP	CN Universitários pc	2º s	Braga	29/jan
55,57	pc	Wilson Conniott	05/11/93	Sen	AJS	Prova Extra	3º s	Pombal	13/fev

500 m

Recordes Regionais: Abs - 1 04,50 Sub23 - 1 04,59 sub20 - 1 05,81

Ranking até:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
1 07,99	Eduardo Pestana		06/08/02	s23	AJS	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	24/abr		rp /	
1 13,95	Guilherme Ornelas		12/03/02	s23	ADRAP	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	24/abr		rp /	
1 17,09	Paulo Macedo		09/03/93	Sen	AJS	Prova Extra	3º	Ribeira Brava	24/abr		rp /	
1 20,41	Hélvio Nascimento		25/03/02	s23	ADRAP	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	11/dez		rp /	

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

600 m

Recordes Regionais:

sub14 - 1 36,20

Ranking até: 2 27,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
1 46,37	Pedro M. Gonçalves		07/01/09	s14	CSM	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	11/dez		rp	1 48,16 / 1 50,71
1 56,33	Matias Brites		20/10/10	s14	ADRAP	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	11/dez		rp /	
1 58,01	Kevin Sousa		12/07/09	s14	CSM	CR s14	1º	Ribeira Brava	18/jun		rp /	2 10,68
1 58,25	Andree Abreu		11/03/10	s14	ADRAP	Prova Extra	3º	Ribeira Brava	11/dez		rp	2 00,29 / 2 03,76
1 59,12	Jesús Abreu		11/03/10	s14	ADRAP	Prova Extra	4º	Ribeira Brava	11/dez		rp	2 01,43 / 2 07,83
2 14,68	João Carrascal		04/12/11	s12	AJS	CR s14	3º	Ribeira Brava	18/jun		rp /	

800 m

Recordes Regionais:

Abs - 1 47,46 / pc - 1 49,08

Sub23 - 1 47,46 / pc - 1 49,51

sub20 - 1 50,0 / pc - 1 53,27

sub18 - 1 56,33 / pc - 1 58,46

sub16 - 2 02,26

Ranking até:

Sen: 2 20,0

sub20: 2 25,0

sub18: 2 35,0

sub16: 2 45,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
1 52,11	Hugo Rocha		27/06/97	Sen	GDE	Meet Moniz Pereira	3º	Lisboa CAR	16/jan		rp	1 54,07 / 1 56,94
1 52,72	pc Pedro Martins		28/06/96	Sen	ADRAP	C Portugal pc	3º	Pombal	27/fev		rp	1 53,51 / 1 53,60
1 54,25	Eduardo Pestana		06/08/02	s23	AJS	CNC - apuramento	5º	Guimarães	29/mai		rp	1 54,80 / 1 55,76
1 54,65	Miguel Mascarenhas		25/07/98	Sen	GDE	Prova Extra	1º s	Lisboa CAR	20/fev		1 52,60 pc/20	1 54,76pc
1 55,38	pc Samuel Rios		29/04/01	s23	ADRAP	CN Universitários pc	1º s	Braga	29/jan		rp	1 55,92 / 1 57,84
1 56,67	Davide Teixeira		22/11/92	Sen	GDE	CN 1ª divisão	4º	Leiria	31/jul		1 53,77 /20	2 05,24
1 56,85	Bernardo Pereira		26/01/97	Sen	AJS	CR Absolutos Inv	1º	Ribeira Brava	16/jan		1 55,77 /19	
1 57,07	Tomás Rosário		02/01/04	s20	ADRAP	CN sub20	1º s	Vagos	17/jul		rp	1 59,90 / 2 00,55
1 57,23	Pedro Monteiro		03/02/04	s20	GDE	CR Absolutos Inv	3º	Ribeira Brava	16/jan		rp	1 57,82pc / 1 59,98
2 00,30	Wilson Conniott		05/11/93	Sen	AJS	CN 1ª divisão	6º	Leiria	31/jul		1 51,30 /18	
2 01,49	Bruno Moniz		08/10/91	Sen	ADRAP	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	15/mai		1 52,66 /15	2 02,07
2 01,68	Francisco Nóbrega		21/12/03	s20	AJS	CR Absolutos Inv	4º	Ribeira Brava	16/jan		rp	2 03,85 / 2 05,72
2 02,29	Décio Abreu		12/06/85	V 35	AJS	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	13/fev		rp	2 06,10 / 2 11,87
2 06,32	Roberto Faria		19/12/91	Sen	AJS	Prova Extra	4º	Ribeira Brava	8/mai		2 04,83 /15	2 07,92 / 2 10,77
2 07,87	Humberto Pires		21/04/89	Sen	GDE	Prova Extra	3º	Ribeira Brava	3/abr		2 01,79 /19	2 11,13 / 2 19,13
2 08,42	Christian Dias		02/04/04	s20	IND-M	CR Inverno s18-s20	3º	Ribeira Brava	9/jan		2 06,81 /20	
2 08,48	Paulo Macedo		09/03/93	Sen	AJS	Prova Extra	5º	Ribeira Brava	8/mai		2 07,62 /13	

RANKINGS 2022

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

2 08,72	Pedro Chaves	09/09/05	s18	AJS	OJ Nacional	12º	Lousada	9/jul	rp	2 09,83 / 2 17,39
2 11,41	Lucas R. Santos	13/07/07	s16	AJS	CR Iniciados	1º	Ribeira Brava	15/mai	rp	2 17,98 / 2 18,20
2 14,15	Tiago Freitas	16/12/02	s23	AJS	Prova Extra	6º	Ribeira Brava	8/mai	2 02,80 /20	
2 15,11	Hélvio Nascimento	25/03/02	s23	ADRAP	Prova Extra	7º	Ribeira Brava	8/mai	2 13,52 /21	2 15,99
2 15,95	Élvio Henriques	09/08/73	V 45	CKC	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	30/jan	2 11,88 /20	
2 16,82	Lourenço Barcelos	10/08/77	V 40	GDE	Prova Extra	4º	Ribeira Brava	15/mai	rp /	2 19,79 / 2 20,55
2 18,24	Gonçalo Mendonça	17/06/06	s18	CSM	OJ Regional	2º	Ribeira Brava	8/mai	rp /	2 22,30 / 2 24,22
2 19,58	Hugo Fernandes	15/03/05	s18	CSM	CR Inverno s18-s20	4º	Ribeira Brava	9/jan	rp	
2 19,63	Vasco Mata	05/07/07	s16	CSM	CR Inverno s14-s16	2º	Ribeira Brava	12/fev	rp /	2 36,61
2 25,49	Afonso Nóbrega	16/11/08	s16	AJS	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	11/dez	rp /	2 33,41 / 2 36,19
2 30,81	Tiago E. Gouveia	02/05/05	s18	AAM-M	OJ Regional	3º	Ribeira Brava	8/mai	rp /	
2 31,29	Diogo Mendonça	30/12/08	s16	ADRAP	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	11/dez	rp /	2 35,75
2 31,52	Mário Silvino	07/05/06	s18	CAFH	CR Absolutos Inv	7º s	Ribeira Brava	16/jan	rp /	
2 36,37	Óscar Góis	13/07/08	s16	AJS	CR s18	2º	Ribeira Brava	5/jun	rp /	2 38,73
2 37,21	Bernardo Nóia	19/11/08	s16	ADRAP	CR s18	3º	Ribeira Brava	5/jun	rp /	2 42,56
2 38,67	Bernardo Olim	26/01/08	s16	ADRAP	Prova Extra	3º	Ribeira Brava	11/dez	rp /	
2 43,82	Francisco J. Gouveia	07/08/07	s16	CDI-M	CR Inverno s14-s16	3º	Ribeira Brava	12/fev	rp /	
2 44,32	Simão Mendonça	26/10/07	s16	CDI-M	CR Inverno s14-s16	5º	Ribeira Brava	12/fev	rp /	
2 56,98	Jesús Abreu	11/03/10	s14	ADRAP	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	16/jan	rp /	

Atletas Veteranos:

2 02,29	Décio Abreu	12/06/85	V 35	AJS	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	13/fev		
2 15,95	Élvio Henriques	09/08/73	V 45	CKC	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	30/jan		
2 16,82	Lourenço Barcelos	10/08/77	V 40	GDE	Prova Extra	4º	Ribeira Brava	15/mai		
2 20,79	Alexandre Monteiro	02/09/66	V 55	GDE	Meet A Fortunato	3º	Torres Vedras	21/mai		
2 29,64	António Jardim	01/11/86	V 35	CAFH	CR Veteranos	1º	Ribeira Brava	12/jun		
2 34,91	Miguel A. Ferreira	26/02/66	V 55	CDEPC	Prova Extra	3º	Ribeira Brava	5/jun		
2 38,29	Paulo M. Gonçalves	28/03/67	V 50	GDE	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	9/jan		
2 42,03	Justino Soares	08/01/66	V 55	CFA-M	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	30/jan		
2 45,64	António Mendonça	03/05/73	V 45	CAFH	CR Inverno Vet	2º	Ribeira Brava	30/jan		
2 46,84	Pedro Silva	14/01/87	V 35	GDE	CR Inverno Vet	2º	Ribeira Brava	30/jan		
2 48,20	Rui Castro	25/08/57	V 60	VIP-RC	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	30/jan		
2 56,32	Nelson Rosário	16/09/70	V 50	SCM-M	Prova Extra	7º	Ribeira Brava	13/fev		

RANKINGS 2022

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

3 00,77	Marco Brasil	29/12/80	V 40	ADC	CR Inverno Vet	2º	Ribeira Brava	30/jan
3 02,91	António Lima	11/08/53	V 65	ADRAP	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	30/jan
3 07,84	Tóni Fernandes	22/09/80	V 40	AAM-M	CR Absolutos Inv	5º s	Ribeira Brava	16/jan
3 15,72	Dinarte M Rodrigues	26/02/77	V 40	ADC	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	30/jan

Marcas em pista coberta:

1 52,72	pc	Pedro Martins	28/06/96	Sen	ADRAP	C Portugal pc	3º	Pombal	27/fev
1 54,76	pc	Miguel Mascarenhas	25/07/98	Sen	GDE	C Portugal pc	5º s	Pombal	27/fev
1 55,38	pc	Samuel Rios	29/04/01	s23	ADRAP	CN Universitários pc	1º s	Braga	29/jan
1 56,65	pc	Eduardo Pestana	06/08/02	s23	AJS	CN 1ª div pc	7º	Pombal	20/fev
1 57,82	pc	Pedro Monteiro	03/02/04	s20	GDE	CN sub20 pc	5º	Braga	13/fev
2 06,02	pc	Tomás Rosário	02/01/04	s20	ADRAP	CN Clubes pc - apuram	34º	Pombal	22/jan

1.000 m

Recordes Regionais: Abs - 2 22,86 Sub23 - 2 26,52 sub20 - 2 30,27 sub18 - 2 31,88 sub16 - 2 42,87 sub14 - 2 51,5

Ranking até: Sen: 3 10,0 sub20: 3 10,0 sub18: 3 20,0 sub16: 3 30,0 sub14: 3 50,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
2 34,40	Pedro Monteiro		03/02/04	s20	ADRAP	P. Observação	2º	Lisboa (CAR)	11/dez		2 33,95 /21	
2 42,83	pc	Guilherme Almeida	11/06/02	s23	AJS	C Portugal pc	Hp	Pombal	27/fev		rp /	
2 48,45	Bernardo Teixeira		11/07/06	s18	CFA-M	Km Jovem Nac.	9º	Beja	9/abr		rp	2 50,87
2 50,17	Pedro Chaves		09/09/05	s18	AJS	Km Jovem Nac.	13º	Beja	9/abr		rp	2 55,51
2 52,59	Lucas R. Santos		13/07/07	s16	AJS	Km Jovem Nac.	6º	Beja	9/abr		rp /	2 59,63 / 3 06,33
2 55,50	pc	Manuel Vieira	15/02/03	s20	ADRAP	CN P Comb pc	2º	Braga	16/jan		2 46,23 /19	
2 58,20	pc	André F. Oliveira	22/01/00	s23	ADRAP	C Portugal pc	Hp	Pombal	27/fev		rp /	3 00,98pc
2 58,84	Artur Martins		25/01/05	s18	ADRAP	Km Jovem	3º	Ribeira Brava	19/fev		rp	3 09,39
2 59,44	Gonçalo Mendonça		17/06/06	s18	CSM	Km Jovem	4º	Ribeira Brava	19/fev		rp	3 10,98
3 01,36	Vasco Mata		05/07/07	s16	CSM	Km Jovem	2º	Ribeira Brava	19/fev		rp /	3 03,22 / 3 12,43
3 01,78	pc	Gilberto Carvalho	14/01/93	Sen	ADRAP	C Portugal pc	Hp	Pombal	27/fev		rp /	
3 02,16	Dino Freitas		25/03/08	s16	CFA-M	Km Jovem	3º	Ribeira Brava	19/fev		rp	
3 06,85	João Pedro Neves		16/11/06	s18	CFA-M	Km Jovem	5º	Ribeira Brava	19/fev		rp	
3 09,59	Francisco Palmeira		24/11/05	s18	AJS	CR P Comb Inv	2º	Ribeira Brava	11/dez		rp	3 17,65
3 16,79	Roberto Gomes		19/01/07	s16	ADRAP	Atleta Completo Nac	9º	Maia	3/jul		rp /	3 21,11 / 3 26,68

RANKINGS 2022

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

3 17,41	Pedro M. Gonçalves		07/01/09	s14	CSM	OJ Regional	1º	Ribeira Brava	30/abr	rp	3 23,00 / 3 28,84
3 17,70	Gonçalo Margarido		25/12/06	s18	CAFH	Km Jovem	6º	Ribeira Brava	19/fev	rp	
3 17,90	Mário Silvino		07/05/06	s18	CAFH	Km Jovem	7º	Ribeira Brava	19/fev	rp	/
3 19,39	Abel Kerekes	HUN	01/01/07	s16	CFA-M	Km Jovem	4º	Ribeira Brava	19/fev	rp	/
3 19,60	Óscar Góis		13/07/08	s16	AJS	Km Jovem	5º	Ribeira Brava	19/fev	rp	
3 21,27	André D. Silva		10/02/08	s16	CFA-M	Km Jovem	6º	Ribeira Brava	19/fev	rp	
3 29,15	Marco Santos		11/09/07	s16	AJS	Atleta Completo	4º	Ribeira Brava	3/abr	rp	/
3 31,19	Afonso Nóbrega		16/11/08	s16	AJS	Atleta Completo	5º	Ribeira Brava	3/abr	rp	/ 3 31,40
3 31,35	Francisco J. Gouveia		07/08/07	s16	CDI-M	Km Jovem	7º	Ribeira Brava	19/fev	rp	/
3 32,34	Simão Mendonça		26/10/07	s16	CDI-M	Km Jovem	9º	Ribeira Brava	19/fev	rp	/
3 32,67	Andree Abreu		11/03/10	s14	ADRAP	OJ Regional	2º	Ribeira Brava	30/abr	rp	3 34,63 / 3 40,90
3 33,14	Jesús Abreu		11/03/10	s14	ADRAP	Km Jovem	1º	Ribeira Brava	19/fev	rp	3 37,99 / 3 44,75
3 34,15	Guilherme Nunes		10/12/09	s14	CFA-M	Km Jovem	2º	Ribeira Brava	19/fev	rp	/
3 34,93	Guilherme Henriques		07/06/09	s14	AJS	Km Jovem	3º	Ribeira Brava	19/fev	rp	/ 3 37,83 / 3 44,46
3 40,26	Fábio Aguiar		15/09/09	s14	CSM	Atleta Completo	2º	Ribeira Brava	3/abr	rp	/ 3 50,93
3 41,15	Kevin Sousa		12/07/09	s14	CSM	CR s14	2º	Ribeira Brava	19/jun	rp	/
3 49,39	Mateus Belo Jesus		07/08/09	s14	CSM	Atleta Completo	6º	Ribeira Brava	3/abr	rp	/ 3 51,53
3 51,50	Nayan Duarte		11/12/10	s14	GDC-M	Km Jovem	6º	Ribeira Brava	19/fev	rp	/
3 58,12	João Carrascal		04/12/11	s12	AJS	CR s14	3º	Ribeira Brava	19/jun	rp	/ 4 05,99
4 00,67	Ari Santos	FRA	18/04/12	s12	ADRAP	Km Jovem	1º	Ribeira Brava	19/fev	rp	/
4 06,83	Miguel oliveira		08/05/11	s12	CSM	Km Jovem	3º	Ribeira Brava	19/fev	rp	/
4 07,39	João M. Abreu		12/09/11	s12	GDE	Km Jovem	4º	Ribeira Brava	19/fev	rp	/

Marcas em pista coberta:

2 42,83	pc	Guilherme Almeida	11/06/02	s23	AJS	C Portugal pc	Hp	Pombal	27/fev
2 55,50	pc	Manuel Vieira	15/02/03	s20	ADRAP	CN P Comb pc	2º	Braga	16/jan
2 58,20	pc	André F. Oliveira	22/01/00	s23	ADRAP	C Portugal pc	Hp	Pombal	27/fev
3 01,78	pc	Gilberto Carvalho	14/01/93	Sen	ADRAP	C Portugal pc	Hp	Pombal	27/fev

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

1.500 m

Recordes Regionais: Abs - 3 40,98 / pc - 3 46,18 Sub23 - 3 43,20 / pc - 3 49,18 sub20 - 3 47,28 / pc - 3 49,18 sub18 - 3 59,33 / pc - 4 11,80 sub16 - 4 12,45

Ranking até: Sen: 5 00,0 sub20: 5 15,0 sub18: 5 25,0 sub16: 5 45,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
3 46,18	pc Hugo Rocha		27/06/97	Sen	GDE	Meet Valencia pc	6º	Valencia /ESP	2/fev	RR Abs pc	3 42,88 /21	3 47,31pc / 3 52,41pc
3 47,91	Pedro Martins		28/06/96	Sen	ADRAP	Prova Extra	2º	Guimarães	14/mai		rp	3 52,20pc / 3 53,86
3 53,48	Miguel Mascarenhas		25/07/98	Sen	GDE	Meet Braga	8º	Braga	18/jun		3 48,44 pc/20	3 55,73pc / 3 56,46pc
3 54,45	Eduardo Pestana		06/08/02	s23	AJS	CNC - apuramento	6º	Guimarães	28/mai		rp	3 54,78 / 3 55,98
4 00,54	pc Samuel Rios		29/04/01	s23	ADRAP	CN 2ª div pc	3º	Pombal	19/fev		3 55,32 /21	4 03,23 / 4 03,90pc
4 02,26	Pedro Monteiro		03/02/04	s20	ADRAP	Prova Extra	1º	Lisboa (CAR)	18/dez		rp	4 03,02 / 4 07,54
4 04,16	Ricardo J. Pereira		12/08/90	Sen	AJS	CR Absolutos Inv	2º	Ribeira Brava	15/jan		3 52,41 /18	
4 04,87	Bruno Moniz		08/10/91	Sen	ADRAP	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	14/mai		3 52,38 /15	
4 12,12	Tomás Rosário		02/01/04	s20	ADRAP	T Encerramento	1º	Câmara de Lobos	20/jul		rp	4 21,38 / 4 22,25
4 14,29	Décio Abreu		12/06/85	V 35	AJS	T Encerramento	2º	Câmara de Lobos	20/jul		rp	4 15,42 / 4 23,14
4 14,76	Paulo Macedo		09/03/93	Sen	AJS	T Encerramento	3º	Câmara de Lobos	20/jul		4 05,07 /18	4 16,30 / 4 26,55
4 38,22	Hélvio Nascimento		25/03/02	s23	ADRAP	Prova Extra	6º	Ribeira Brava	30/abr		rp	4 45,53 / 4 52,18
4 41,67	Rúben F. Mendonça		27/04/05	s18	LCM-M	CR Absolutos Inv	6º	Ribeira Brava	15/jan		rp	
4 44,37	Vasco Mata		05/07/07	s16	CSM	CR Iniciados	1º	Ribeira Brava	14/mai		rp /	4 46,26 / 4 50,17
4 44,71	Lourenço Barcelos		10/08/77	V 40	GDE	CR Absolutos	4º	Ribeira Brava	11/jun		rp	4 45,64 / 4 47,20
4 46,94	Eduardo Silva		20/03/03	s20	ADRAP	T Verão	2º	Câmara de Lobos	2/jul		4 33,99 /21	
4 47,89	Diogo Andrade		01/08/86	V 35	VIP-RC	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	29/jan		rp /	
4 48,97	Pedro Chaves		09/09/05	s18	AJS	CR Inverno s18-s20	3º	Ribeira Brava	8/jan		rp	
4 50,98	Élvio Henriques		09/08/73	V 45	CKC	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	29/jan		rp /	
4 52,73	Gonçalo Mendonça		17/06/06	s18	CSM	CR s20	3º	Ribeira Brava	11/jun		rp /	4 53,99 / 5 02,49
4 52,95	Dino Freitas		25/03/08	s16	CFA-M	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	11/jun		rp /	4 57,91
4 57,31	Hugo Fernandes		15/03/05	s18	CSM	OJ Regional	2º	Ribeira Brava	30/abr		rp /	
5 00,26	Alexandre Monteiro		02/09/66	V 55	GDE	Prova Extra	1º	Lisboa (U)	12/mar		4 40,06 /20	
5 08,37	Óscar Góis		13/07/08	s16	AJS	OJ Regional	1º	Ribeira Brava	30/abr		rp /	5 12,43 / 5 13,48
5 09,77	Lucas R. Santos		13/07/07	s16	AJS	CR Inverno s14-s16	2º	Ribeira Brava	13/fev		rp /	
5 10,60	Nuno B. Margarido		22/08/04	s20	CAFH	CR Absolutos Inv	9º	Ribeira Brava	15/jan		rp /	
5 13,86	José Luís Gomes		17/02/03	s20	CSM	CR Inverno s18-s20	4º	Ribeira Brava	8/jan		4 56,70 /21	5 16,19
5 15,18	Tiago E. Gouveia		02/05/05	s18	AAM-M	T Verão	3º	Câmara de Lobos	2/jul		rp /	

RANKINGS 2022

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

5 19,72	Afonso Nóbrega	16/11/08	s16	AJS	OJ Regional	2º	Ribeira Brava	30/abr	rp	/	
5 19,74	Pedro Tiago Pestana	30/08/06	s18	AJS	OJ Regional	3º	Ribeira Brava	30/abr	rp	/	
5 22,50	Diogo Mendonça	30/12/08	s16	ADRAP	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	18/jun	rp	/	5 31,61
5 25,84	Luís Afonso Neves	29/10/06	s18	GDE	CR s18	3º	Ribeira Brava	4/jun	rp	/	
5 33,04	Bernardo Nóia	19/11/08	s16	ADRAP	OJ Regional	5º	Ribeira Brava	30/abr	rp	/	
Atletas Veteranos:											
4 14,29	Décio Abreu	12/06/85	V 35	AJS	T Encerramento	2º	Câmara de Lobos	20/jul			
4 44,71	Lourenço Barcelos	10/08/77	V 40	GDE	CR Veteranos	1º	Ribeira Brava	11/jun			
4 47,89	Diogo Andrade	01/08/86	V 35	VIP-RC	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	29/jan			
4 50,98	Élvio Henriques	09/08/73	V 45	CKC	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	29/jan			
5 00,26	Alexandre Monteiro	02/09/66	V 55	GDE	Prova Extra	1º	Lisboa (U)	12/mar			
5 05,45	Emídio Rodrigues	16/02/65	V 55	CAFH	CR Absolutos Inv	8º	Ribeira Brava	15/jan			
5 23,22	Miguel A. Ferreira	26/02/66	V 55	CDEPC	CR Veteranos	1º	Ribeira Brava	11/jun			
5 25,08	Pedro Silva	14/01/87	V 35	GDE	CR Inverno Vet	2º	Ribeira Brava	29/jan			
5 28,16	Justino Soares	08/01/66	V 55	CFA-M	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	29/jan			
5 29,62	Hodório Pereira	12/03/60	V 60	VIP-RC	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	29/jan			
5 31,30	Paulo M. Gonçalves	28/03/67	V 50	GDE	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	29/jan			
5 35,00	António Mendonça	03/05/73	V 45	CAFH	CR Veteranos	1º	Ribeira Brava	11/jun			
5 38,65	Gabriel Conceição	20/11/70	V 50	CAMAD	CR Veteranos	1º	Ribeira Brava	11/jun			
5 55,94	Marco Brasil	29/12/80	V 40	ADC	CR Inverno Vet	2º	Ribeira Brava	29/jan			
6 02,53	Gabriel de Freitas	02/08/64	V 55	VIP-RC	CR Inverno Vet	2º	Ribeira Brava	29/jan			
6 08,95	Edson Pereira	30/11/82	V 35	CAMAD	CR Veteranos	1º	Ribeira Brava	11/jun			
6 09,64	Nelson Rosário	16/09/70	V 50	SCM-M	T Encerramento	5º	Câmara de Lobos	20/jul			
6 15,32	Teodoto Silva	05/07/61	V 60	CSM	CR Absolutos Inv	13º	Ribeira Brava	15/jan			
6 15,41	António Lima	11/08/53	V 65	ADRAP	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	29/jan			
7 10,51	Abel França	20/01/71	V 50	CPPM	CR Inverno Vet	2º	Ribeira Brava	29/jan			
Marcas em pista coberta:											
3 46,18	pc	Hugo Rocha	27/06/97	Sen	GDE	Meet Valencia pc	6º	Valencia /ESP	2/fev	RR Abs pc	
3 52,20	pc	Pedro Martins	28/06/96	Sen	ADRAP	Prova Extra	1º	Braga	9/jan		
3 55,73	pc	Miguel Mascarenhas	25/07/98	Sen	GDE	Meet Pombal pc	5º	Pombal	5/fev		
4 00,54	pc	Samuel Rios	29/04/01	s23	ADRAP	CN 2ª div pc	3º	Pombal	19/fev		
4 06,92	pc	Eduardo Pestana	06/08/02	s23	AJS	CN 1ª div pc	6º	Pombal	19/fev		

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

Milha

1 609 m

Recordes Regionais: Abs - 4 01,36 Sub23 - 4 25,12 sub20 - 4 41,10 sub18 - 4 42,5

Ranking até: Sen: sub20: sub18: sub16: sub14:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
4 25,12	Eduardo Pestana		06/08/02	s23	AJS	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	10/dez	RR sub23	rp	
4 41,10	Tomás Rosário		02/01/04	s20	ADRAP	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	10/dez	RR sub20	rp	/
5 07,57	Hélvio Nascimento		25/03/02	s23	ADRAP	Prova Extra	3º	Ribeira Brava	10/dez		rp	/ 5 11,02
5 10,66	Lourenço Barcelos		10/08/77	V 45	IND-M	Prova Extra	4º	Ribeira Brava	10/dez		rp	
6 01,52	Paulo M. Gonçalves		28/03/67	V 55	GDE	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	2/abr		rp	/

3.000 m

Recordes Regionais: Abs - 8 04,48 / pc - 8 04,95 Sub23 - 8 13,80 / pc - 8 13,80 sub20 - 8 30,6 / pc - 8 35,35 sub18 - 8 50,29 / pc - 9 09,96

Ranking até: Sen: 10 30,0 sub20: 11 30,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
8 19,60	Hugo Rocha		27/06/97	Sen	GDE	CN 1ª divisão	4º	Leiria	31/jul		rp	
8 21,96	Ricardo J. Pereira		12/08/90	Sen	AJS	CN 1ª divisão	5º	Leiria	31/jul		8 11,94 /15	8 25,88pc / 8 26,42pc
8 23,49	pc Miguel Mascarenhas		25/07/98	Sen	GDE	CN Clubes pc - apuram	3º	Pombal	22/jan		8 18,25 /21	8 31,16
8 31,56	Eduardo Pestana		06/08/02	s23	AJS	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	7/mai		rp	
8 38,22	pc Bruno Moniz		08/10/91	Sen	ADRAP	CN 2ª div pc	1º	Pombal	20/fev		8 19,57 pc/18	8 38,44 / 8 42,44
8 51,22	Pedro Monteiro		03/02/04	s20	GDE	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	7/mai		rp	8 56,05 / 9 11,55
8 58,96	Paulo Macedo		09/03/93	Sen	AJS	Prova Extra	3º	Ribeira Brava	7/mai		8 40,44 /16	9 00,52 / 9 54,64
8,42,09	pc Samuel Rios		29/04/01	s23	ADRAP	CN Clubes pc - apuram	10º	Pombal	22/jan		8 35,35 pc/20	
9 05,93	Christian Dias		02/04/04	s20	IND-M	CR Absolutos Inv	3º	Ribeira Brava	16/jan		9 04,20 /21	
9 21,38	Décio Abreu		12/06/85	V 35	AJS	CR Absolutos Inv	4º	Ribeira Brava	16/jan		9 04,67 /21	9 26,17 / 9 48,30
9 27,64	Tiago Serrano		07/07/04	s20	IND-M	CR Absolutos Inv	5º	Ribeira Brava	16/jan		rp	/ 9 39,64
9 40,57	Élvio Silva		26/09/86	V 35	CAFH	CR Absolutos Inv	6º	Ribeira Brava	16/jan		9 32,11 /18	
9 44,03	Bernardo Teixeira		11/07/06	s18	CFA-M	CR Inverno s18-s20	3º	Ribeira Brava	9/jan		rp	/ 9 46,03
9 53,53	Diego Cisneros		04/01/01	s23	CFA-M	CR Absolutos Inv	8º	Ribeira Brava	16/jan		rp	
9 59,37	Rúben F. Mendonça		27/04/05	s18	LCM-M	CR Absolutos Inv	10º	Ribeira Brava	16/jan		rp	/
10 12,25	Hélvio Nascimento		25/03/02	s23	ADRAP	CR Absolutos	3º	Ribeira Brava	12/jun		rp	/ 10 14,90 / 10 41,52
10 15,67	Diogo Andrade		01/08/86	V 35	VIP-RC	CR Inverno Vet	2º	Ribeira Brava	30/jan		rp	/
10 15,93	Élvio Henriques		09/08/73	V 45	CKC	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	30/jan		rp	/

RANKINGS 2022

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

10 16,53	Raul Goulart	11/03/76	V 45	CAFH	CR Absolutos Inv	11º	Ribeira Brava	16/jan	rp	10 19,57
10 17,31	José Luís Gomes	17/02/03	s20	CSM	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	12/fev	rp /	10 20,56 / 10 51,44
10 19,10	Lourenço Barcelos	10/08/77	V 40	GDE	Prova Extra	5º	Ribeira Brava	7/mai	rp	10 29,67
10 19,36	Alexandre Monteiro	02/09/66	V 55	GDE	Meet 1º maio	12º	Lisboa (I)	1/mai	10 07,44 /21	
10 29,11	António Jardim	01/11/86	V 35	CAFH	CR Veteranos	1º	Ribeira Brava	12/jun	10 16,82 /12	
11 06,55	João Pedro Neves	16/11/06	s18	CFA-M	CR Inverno s18-s20	5º	Ribeira Brava	9/jan	rp /	
11 32,49	Pedro Chaves	09/09/05	s18	AJS	CR Inverno s18-s20	6º	Ribeira Brava	9/jan	11 24,35 /21	
11 49,94	Pedro Tiago Pestana	30/08/06	s18	AJS	CR s18	1º	Ribeira Brava	5/jun	rp /	

Atletas Veteranos:

9 21,38	Décio Abreu	12/06/85	V 35	AJS	CR Absolutos Inv	4º	Ribeira Brava	16/jan		
9 40,57	Élvio Silva	26/09/86	V 35	CAFH	CR Absolutos Inv	6º	Ribeira Brava	16/jan		
10 15,67	Diogo Andrade	01/08/86	V 35	VIP-RC	CR Inverno Vet	2º	Ribeira Brava	30/jan		
10 15,93	Élvio Henriques	09/08/73	V 45	CKC	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	30/jan		
10 16,53	Raul Goulart	11/03/76	V 45	CAFH	CR Absolutos Inv	11º	Ribeira Brava	16/jan		
10 19,10	Lourenço Barcelos	10/08/77	V 40	GDE	Prova Extra	5º	Ribeira Brava	7/mai		
10 19,36	Alexandre Monteiro	02/09/66	V 55	GDE	Meet 1º maio	12º	Lisboa (I)	1/mai		
10 29,11	António Jardim	01/11/86	V 35	CAFH	CR Veteranos	1º	Ribeira Brava	12/jun		
11 41,72	Hodório Pereira	12/03/60	V 60	VIP-RC	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	30/jan		
12 15,35	Christophe Afonso	21/07/74	V 45	CFA-M	CR Inverno Vet	3º	Ribeira Brava	30/jan		
12 25,22	João P. Nunes	18/06/74	V 45	CFA-M	CR Inverno Vet	4º	Ribeira Brava	30/jan		
12 34,84	Miguel Gouveia	01/01/76	V 45	CDI-M	Prova Extra	4º	Ribeira Brava	12/fev		
12 43,95	Gabriel de Freitas	02/08/64	V 55	VIP-RC	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	30/jan		
12 54,29	Teodoto Silva	05/07/61	V 60	CSM	CR Absolutos Inv	14º	Ribeira Brava	16/jan		
13 07,48	António Lima	11/08/53	V 65	ADRAP	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	30/jan		

Marcas em pista coberta:

8 23,49	pc	Miguel Mascarenhas	25/07/98	Sen	GDE	CN Clubes pc - apuram	3º	Pombal	22/jan	
8 25,88	pc	Ricardo J. Pereira	12/08/90	Sen	AJS	Meet Antº Monteiro pc	8º s	Pombal	12/fev	
8 38,22	pc	Bruno Moniz	08/10/91	Sen	ADRAP	CN 2ª div pc	1º	Pombal	20/fev	
8,42,09	pc	Samuel Rios	29/04/01	s23	ADRAP	CN Clubes pc - apuram	10º	Pombal	22/jan	

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

5.000 m

Recordes Regionais: Abs - 13 59,25 Sub23 - 14 16,47 sub20 - 14 35,1

Ranking até: Sen: 19 00,0 sub20: 21 00,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
14 41,70	Ricardo J. Pereira		12/08/90	Sen	AJS	CNC - apuramento	2º	Guimarães	28/mai		14 19,28 /15	14 42,90
15 03,42	Miguel Mascarenhas		25/07/98	Sen	GDE	CNC - apuramento	7º	Lisboa (U)	28/mai		rp /	15 08,90
15 03,64	Bruno Moniz		08/10/91	Sen	ADRAP	CN 1ª divisão	5º	Leiria	30/jul		14 43,28 /19	15 22,84
15 39,38	Paulo Macedo		09/03/93	Sen	AJS	CR Absolutos	2º	Ribeira Brava	11/jun		15 08,19 /16	
18 01,74	Miguel Passos		25/12/75	V 45	CAFH	CR Absolutos	3º	Ribeira Brava	11/jun		17 47,92 /11	
18 20,40	Hélvio Nascimento		25/03/02	s23	ADRAP	CR Absolutos	4º	Ribeira Brava	11/jun		rp	
18 50,03	José Luís Gomes		17/02/03	s20	CSM	CR s20	1º	Ribeira Brava	11/jun		18 46,46 /21	
20 06,69	Adelino Camacho		11/05/68	V 50	VIP-RC	CR Veteranos	1º	Ribeira Brava	11/jun		17 06,7 /13	
21 37,93	Gabriel Conceição		20/11/70	V 50	CAMAD	CR Veteranos	2º	Ribeira Brava	11/jun		rp /	
23 26,42	Edson Pereira		30/11/82	V 35	CAMAD	CR Veteranos	1º	Ribeira Brava	11/jun		rp /	

10.000 m

Recordes Regionais: Abs - 29 40,3 Sub23 - 29 45,8 sub20 - 31 36,1

Ranking até: Sen: 40 00,00 sub20:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
31 54,27	Edwin Nunes		01/05/89	Sen	CCDTHF	CR 10.000m	1º	Ribeira Brava	5/mar		31 29,37 /18	
33 16,23	Ivan Nunes		26/03/84	V 35	VIP-RC	CR 10.000m	2º	Ribeira Brava	5/mar		rp	
33 23,71	Amândio Correia		15/12/69	V 50	R-TRM	CR 10.000m	3º	Ribeira Brava	5/mar		rp	
33 45,09	Paulo Macedo		09/03/93	Sen	AJS	CR 10.000m	4º	Ribeira Brava	5/mar		30 56,72 /18	
35 00,10	Élvio Silva		26/09/86	V 35	CAFH	CR 10.000m	5º	Ribeira Brava	5/mar		34 46,14 /20	
36 07,05	Sérgio A. Jesus		02/10/79	V 40	R-TRM	CR 10.000m	6º	Ribeira Brava	5/mar		rp /	
36 18,79	Énio Silva		31/03/87	Sen	CAFH	CR 10.000m	7º	Ribeira Brava	5/mar		35 38,68 /19	
36 38,59	Tomás Rosário		02/01/04	s20	ADRAP	CR 10.000m	8º	Ribeira Brava	5/mar		rp /	
36 54,57	Diogo Andrade		01/08/86	V 35	VIP-RC	CR 10.000m	9º	Ribeira Brava	5/mar		rp /	
38 09,57	António Gonçalves		08/11/69	V 50	CCDTHF	CR 10.000m	10º	Ribeira Brava	5/mar		35 46,35 /19	
38 14,57	Emídio Rodrigues		16/02/65	V 55	CAFH	CR 10.000m	11º	Ribeira Brava	5/mar		35 27,76 /11	
38 32,48	António Jardim		01/11/86	V 35	CAFH	CR 10.000m	12º	Ribeira Brava	5/mar		36 07,53 /16	
39 05,37	Maurício Santos		04/12/81	V 40	MCDON	CR 10.000m	13º	Ribeira Brava	5/mar		rp /	

RANKINGS 2022

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

39 08,14	Paulo Fernandes	28/07/75	V 45	GDC-M	CR 10.000m	14º	Ribeira Brava	5/mar	rp	/
39 13,59	Luís Barros	07/10/79	V 40	CAFH	CR 10.000m	15º	Ribeira Brava	5/mar	36 52,91	/13
39 15,37	Luciano A. Jardim	21/03/86	V 35	JAC	CR 10.000m	16º	Ribeira Brava	5/mar	rp	/
39 39,93	Livramento Santos	22/01/79	V 40	GDC-M	CR 10.000m	17º	Ribeira Brava	5/mar	rp	/
39 44,07	Mário dos Ramos	24/09/77	V 40	CDES	CR 10.000m	18º	Ribeira Brava	5/mar	rp	/
39 48,99	Hélvio Nascimento	25/03/02	s23	ADRAP	CR 10.000m	19º	Ribeira Brava	5/mar	rp	/
39 52,82	Duarte Bettencourt	24/12/69	V 50	GDC-M	CR 10.000m	20º	Ribeira Brava	5/mar	rp	/
40 00,30	José Rui Rodrigues	21/04/72	V 45	CNSV	CR 10.000m	21º	Ribeira Brava	5/mar	rp	/

Meia Maratona

21.092,5 m

Recordes Regionais: Abs - 1:03'59 Sub23 - 1:10'27

Ranking até: 1:30.00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
1 08,20	Bruno Moniz		08/10/91	Sen	ADRAP	MM Manuela Machado	13º	Viana do Castelo	6/mar	Tchip: 1 08,18	1 07,15 /18	
1 10,42	Edwin Nunes		01/05/89	Sen	CCDTHF	MM P. Santo	1º	Porto Santo	12/mar	Tchip: 1 10,41	rp	1 13,29
1 10,59	Ivan Nunes		26/03/84	V 35	VIP-RC	MM Valencia	161º	Valencia /ESP	23/out	Tchip: 1 10,58	rp	1 11,13 / 1 12,40
1 11,49	Ricardo Gouveia		15/11/82	V 35	CAMAD	MM P. Santo	3º	Porto Santo	12/mar	Tchip: 1 11,47	rp	
1 12,29	Amândio Correia		15/12/69	V 50	R-TRM	MM P. Santo	4º	Porto Santo	12/mar	Tchip: 1 12,27	rp	1 13,18 / 1 16,13
1 18,25	Luís Francisco		28/03/83	V 35	ADRAP	MM Calheta	2º	Calheta	15/mai	Tchip: 1 18,22	rp	1 20,50
1 18,48	Sérgio A. Jesus		02/10/79	V 40	R-TRM	MM Calheta	3º	Calheta	15/mai	Tchip: 1 18,45	rp	1 19,23 / 1 21,06
1 19,41	Élvio Silva		26/09/86	V 35	CAFH	MM Lisboa	59º	Lisboa	8/mai	Tchip: 1 19,39	1 15,24 /18	
1 20,22	Miguel Gonçalves		24/08/81	V 40	CAFH	MM P. Santo	6º	Porto Santo	12/mar	Tchip: 1 20,20	1 16,05 /17	
1 20,28	Fábio Vaz Gonçalves		05/03/83	V 35	CFA-M	MM Funchal	5º	Funchal	23/jan	Tchip: 1 20,26	1 20,12 /20	
1 20,38	Tiago F. Silva		31/05/86	V 35	ADRAP	MM Funchal	6º	Funchal	23/jan	Tchip: 1 20,37	1 06,50 /15	1 22,02
1 20,38	Daniel Costa		20/03/77	V 45	CKC	MM Calheta	4º	Calheta	15/mai	Tchip: 1 20,35	1 16,12 /20	
1 20,54	Élvio Henriques		09/08/73	V 45	CKC	MM Calheta	5º	Calheta	15/mai	Tchip: 1 20,52	1 20,29 /18	1 22,20
1 20,56	Énio Silva		31/03/87	Sen	CAFH	MM P. Santo	8º	Porto Santo	12/mar	Tchip: 1 20,53	1 19,04 /18	1 21,10 / 1 23,39
1 21,10	João Tiago Costa		02/12/86	V 35	ADRAP	MM P. Santo	9º	Porto Santo	12/mar	Tchip: 1 21,07	rp /	
1 21,42	Emídio Rodrigues		16/02/65	V 55	CAFH	MM Lisboa	87º	Lisboa	8/mai	Tchip: 1 21,40	1 19,18 /17	1 24,45 / 1 24,53
1 22,06	Alexandre Veríssimo		27/03/84	V 35	CAFH	MM P. Santo	11º	Porto Santo	12/mar	Tchip: 1 22,04	1 21,00 /21	
1 22,35	Bruno Freitas		06/03/93	Sen	LCM-M	MM P. Santo	12º	Porto Santo	12/mar	Tchip: 1 22,31	1 20,51 /14	
1 22,40	Pedro de Sousa		04/06/96	Sen	GDC-M	MM Calheta	7º	Calheta	15/mai	Tchip: 1 22,38	rp /	1 27,00

RANKINGS 2022

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

1 23,03	Élvio Sousa	15/05/83	V 35	ADRAP	MM Funchal	12º	Funchal	23/jan	Tchip: 1 23,01	rp	
1 23,10	Bruno E. Pereira	10/08/87	Sen	CSM	MM Funchal	13º	Funchal	23/jan	Tchip: 1 23,07	rp /	
1 24,23	Jorge Policarpo	23/04/65	V 55	VIP-RC	MM Descobrimentos	146º	Lisboa	4/dez	Tchip: 1 24,19	1 22,33 /18	1 26,42
1 24,52	Leandro Soares	14/03/93	Sen	AJS	MM Calheta	8º	Calheta	15/mai	Tchip: 1 24,50	rp /	
1 25,29	Ricardo N. Ferreira	07/12/82	V 35	CMOF	MM Funchal	16º	Funchal	23/jan	Tchip: 1 25,27	rp	
1 26,02	Livramento Santos	22/01/79	V 40	GDC-M	MM Calheta	9º	Calheta	15/mai	Tchip: 1 25,58	rp /	1 28,21 / 1 30,41
1 26,39	Paulo Bruno Freitas	21/10/74	V 45	AJS	MM Calheta	10º	Calheta	15/mai	Tchip: 1 26,35	rp	
1 26,51	Davide Fernandes	27/03/78	V 40	AJS	MM Calheta	11º	Calheta	15/mai	Tchip: 1 26,48	rp	1 30,38
1 27,15	António Gonçalves	08/11/69	V 50	CCDTHF	MM P. Santo	15º	Porto Santo	12/mar	Tchip: 1 27,12	1 19,11 /05	
1 27,23	Mário dos Ramos	24/09/77	V 40	CDES	MM Calheta	12º	Calheta	15/mai	Tchip: 1 27,19	rp /	
1 27,24	Aurélio Góis	17/02/75	V 45	GDC-M	MM Descobrimentos	219º	Lisboa	4/dez	Tchip: 1 27,21	1 23,11 /16	
1 28,22	Maurício Santos	04/12/81	V 40	MCDON	MM Funchal	20º	Funchal	23/jan	Tchip: 1 28,19	rp	
1 28,27	Humberto Gomez	19/11/92	Sen	CDCPM	MM Calheta	13º	Calheta	15/mai	Tchip: 1 28,23	rp /	
1 28,38	Daniel Gomes	09/12/81	V 40	IND-M	MM Calheta	14º	Calheta	15/mai	Tchip: 1 28,30	rp /	
1 28,47	Fabiano Abreu	02/03/98	Sen	R-TRM	MM Calheta	15º	Calheta	15/mai	Tchip: 1 28,44	rp /	
1 28,50	José Rui Rodrigues	21/04/72	V 45	CNSV	MM Funchal	21º	Funchal	23/jan	Tchip: 1 28,45	rp /	
1 28,58	Décio Gaspar	20/05/84	V 35	ADRAP	MM Funchal	22º	Funchal	23/jan	Tchip: 1 28,55	rp /	
1 29,07	Sérgio Gonçalves	12/10/73	V 45	ADC	MM P. Santo	17º	Porto Santo	12/mar	Tchip: 1 29,00	rp /	
1 29,08	Pedro Marote	28/06/85	V 35	GDC-M	MM Calheta	16º	Calheta	15/mai	Tchip: 1 29,05	rp /	
1 29,09	Hugo Pita	06/10/82	V 35	CDES	MM Funchal	23º	Funchal	23/jan	Tchip: 1 29,06	rp /	
1 29,18	Duarte Bettencourt	24/12/69	V 50	GDC-M	MM P. Santo	18º	Porto Santo	12/mar	Tchip: 1 29,15	rp	
1 29,20	Bruno D. Fernandes	02/11/72	V 45	ADRAP	MM Funchal	25º	Funchal	23/jan	Tchip: 1 29,17	rp /	
1 29,34	Duarte Brazão	16/11/72	V 45	CDES	MM Funchal	26º	Funchal	23/jan	Tchip: 1 29,30	rp /	
1 29,39	Filipe Belo	07/10/84	V 35	ADRAP	MM Funchal	27º	Funchal	23/jan	Tchip: 1 29,36	1 24,18 /18	
1 29,46	Dinarte Jesus	26/10/83	V 35	CMOF	MM Funchal	28º	Funchal	23/jan	Tchip: 1 29,40	rp /	
1 29,49	Ricardo G Fernandes	06/07/85	V 35	AJS	MM Calheta	17º	Calheta	15/mai	Tchip: 1 29,45	rp /	
1 29,50	Luciano A. Jardim	21/03/86	V 35	JAC	MM P. Santo	19º	Porto Santo	12/mar	Tchip: 1 29,35	rp /	

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

Maratona

42.195 m

Recordes Regionais: Abs - 2:19'31

Ranking até: 3:30.00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
2 21,39	Bruno Moniz		08/10/91	Sen	ADRAP	Maratona Badajoz	1º	Badajoz /ESP	20/mar		rp	2 33,53
2 31,02	Ivan Nunes		26/03/84	V 35	VIP-RC	C Portugal Maratona	5º	Aveiro	24/abr	Tchip: 3 31,01	2 29,34 /20	
2 52,40	Fábio Vaz Gonçalves		05/03/83	V 35	CFA-M	EDP Maratona Porto	57º	Porto	6/nov	Tchip: 2 52,37	rp /	
2 55,06	Élvio Silva		26/09/86	V 35	CAFH	Maratona do Funchal	3º	Funchal	23/jan	Tchip: 2 55,04	2 40,46 /18	
2 58,56	Raul Goulart		11/03/76	V 45	CAFH	EDP Maratona Porto	107º	Porto	6/nov	Tchip: 2 58,49	rp	
2 59,05	Jorge Policarpo		23/04/65	V 55	VIP-RC	TCS Amsterdam	7º esc.	Amsterdam /NED	16/out	Tchip: 2 56,47	2 58,26 /21	
3 16,55	Fábio Sousa		25/03/87	V 35	ARCA-M	EDP Maratona Porto	344º	Porto	6/nov	Tchip: 3 16,42	rp /	3 29,43
3 23,34	Hélder Gouveia		19/06/77	V 40	CDI-M	Maratona do Funchal	20º	Funchal	23/jan	Tchip: 3 23,22	3 21,13 /20	
3 27,27	Mário dos Ramos		24/09/77	V 40	CDES	Maratona do Funchal	23º	Funchal	23/jan	Tchip: 3 27,22	rp /	
3 30,48	Jaime Silva		04/03/70	V 50	ADCAM	Maratona do Funchal	29º	Funchal	23/jan	Tchip: 3 30,43	rp /	

50 m barreiras

5b / 0,65m - 11, 7m

Recordes Regionais:

sub14 - 7,48

Ranking até: 13,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
8,83	-3,1	Pedro M. Gonçalves		07/01/09	s14	CSM	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	23/abr		rp /	9,21	
9,05	1,8	Guilherme Henriques		07/06/09	s14	AJS	CR Inverno s14-s16	1º	Ribeira Brava	13/fev		rp	9,46 / 9,53	
9,25	1,8	Mateus Belo Jesus		07/08/09	s14	CSM	CR Inverno s14-s16	2º	Ribeira Brava	13/fev		rp	9,37 / 9,37	
9,36	-0,7	Carlos Abreu		28/10/10	s14	AJS	Triatlo Jovem Regional	1º s	Ribeira Brava	17/dez		rp /		
9,36	-0,7	Dinis A. Freitas		04/04/10	s14	ADRAP	Triatlo Jovem Regional	1º s	Ribeira Brava	17/dez		rp	11,93	
9,53	-0,4	Rodrigo Silva		03/07/10	s14	AJS	Triatlo Jovem Regional	1º s	Ribeira Brava	17/dez		rp /		
9,55	-3,1	Fábio Aguiar		15/09/09	s14	CSM	Prova Extra	3º	Ribeira Brava	23/abr		rp	10,03 / 11,60	
9,77	-0,7	Rodrigo Teixeira		28/06/10	s14	ADRAP	Triatlo Jovem Regional	3º s	Ribeira Brava	17/dez		rp /		
9,81	-0,4	Miguel Oliveira		08/05/11	s12	CSM	Triatlo Jovem Regional	2º s	Ribeira Brava	17/dez		rp /		
9,83	-0,4	Tiago Henriques		24/01/10	s14	AJS	Triatlo Jovem Regional	3º s	Ribeira Brava	17/dez		rp /		
10,43	-0,7	Tiago M. Freitas		22/12/10	s14	AJS	Triatlo Jovem Regional	4º s	Ribeira Brava	17/dez		rp /		
10,50	0,8	Jesús Abreu		11/03/10	s14	ADRAP	Atleta Completo	5º	Ribeira Brava	3/abr		rp /		
10,51	0,8	Andree Abreu		11/03/10	s14	ADRAP	Atleta Completo	6º	Ribeira Brava	3/abr		rp /		

RANKINGS 2022

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

11,07	-0,1	Gonçalo P. Silva	14/07/10	s14	CSM	Prova Extra	3º	Ribeira Brava	9/jan	rp /	
11,26	0,8	Luís H. Nunes	09/10/10	s14	GDE	Atleta Completo	7º	Ribeira Brava	3/abr	rp	11,32
11,46	-0,7	Miguel Brito	16/06/11	s12	AJS	Triatlo Jovem Regional	5º s	Ribeira Brava	17/dez	rp /	
11,49	-0,7	João Carrascal	04/12/11	s12	AJS	Triatlo Jovem Regional	6º s	Ribeira Brava	17/dez	rp /	
11,70	-0,4	Henrique M. Abreu	23/03/10	s14	AJS	Triatlo Jovem Regional	4º s	Ribeira Brava	17/dez	rp /	
12,04	-0,4	João Paulo Figueira	06/01/10	s14	GDE	Triatlo Jovem Regional	5º s	Ribeira Brava	17/dez	rp /	
12,33	-0,4	João Oliveira	21/04/11	s12	AJS	Triatlo Jovem Regional	6º s	Ribeira Brava	17/dez	rp /	
12,68	-0,1	Simão Rodrigues	27/12/09	s14	CSM	Prova Extra	5º	Ribeira Brava	9/jan	12,36 /21	

60 m barreiras - Infantis

6b / 0,76m - 12, 7,5m

Recordes Regionais: sub14 - 9,40 / pc - 10,19

Ranking até: 15,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
10,98	-1,5	Pedro M. Gonçalves		07/01/09	s14	CSM	OJ Regional	1º	Ribeira Brava	8/mai		rp /		
11,07	-2,8	Mateus Belo Jesus		07/08/09	s14	CSM	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	11/dez		rp /	12,25	
11,17	-2,8	Fábio Aguiar		15/09/09	s14	CSM	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	11/dez		rp /	11,36 / 12,28	
11,37	-2,5	Guilherme Henriques		07/06/09	s14	AJS	CR s14	2º	Ribeira Brava	19/jun		rp /	12,28 / 12,29	
13,09	-2,8	Rodrigo Teixeira		28/06/10	s14	ADRAP	Prova Extra	4º	Ribeira Brava	11/dez		rp /		
13,38	-2,8	Jesús Abreu		11/03/10	s14	ADRAP	Prova Extra	5º	Ribeira Brava	11/dez		rp /		
13,69	-2,8	Andree Abreu		11/03/10	s14	ADRAP	Prova Extra	6º	Ribeira Brava	11/dez		rp /		

60 m barreiras - Iniciados

Regional: 5b / 0,84m - 13, 8m / Nacional: 5b / 0,84m - 13, 8,5m

Recordes Regionais: sub16 - 8,91 / pc - 9,00 sub14 - 10,04

Ranking até: 14,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
9,66	pc	Roberto Gomes		19/01/07	s16	ADRAP	Triatlo Jovem Nac	2º s	Pombal	12/mar		rp		
9,81	0,4	Marco Santos		11/09/07	s16	AJS	Prova Extra	1º	Câmara de Lobos	14/jan		rp /	9,88 / 9,93	
10,86	1,6	José G. Pereira		15/03/08	s16	ADRAP	CR Inverno s14-s16	2º	Ribeira Brava	13/fev		rp /		
11,34	-1,1	Matias Freitas		16/01/08	s16	ADRAP	Triatlo Jovem Regional	1º s	Ribeira Brava	17/dez		rp		
11,49	-1,5	Mateus Belo Jesus		07/08/09	s14	CSM	Triatlo Jovem Regional	1º s	Ribeira Brava	17/dez		rp /		
11,54	-1,5	Fábio Aguiar		15/09/09	s14	CSM	Triatlo Jovem Regional	2º s	Ribeira Brava	17/dez		rp /		

RANKINGS 2022

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

11,83	1,6	Pedro A. Gouveia	04/04/08	s16	ADRAP	CR Inverno s14-s16	3º	Ribeira Brava	13/fev	rp /
11,96	-1,1	Bernardo Olim	26/01/08	s16	ADRAP	Triatlo Jovem Regional	2º s	Ribeira Brava	17/dez	rp /
11,98	-1,5	Leonardo Costa	25/02/08	s16	GDE	Triatlo Jovem Regional	3º s	Ribeira Brava	17/dez	rp /
12,48	-1,5	João Tomás Santos	30/03/08	s16	ADRAP	Triatlo Jovem Regional	4º s	Ribeira Brava	17/dez	rp /
12,80	-1,1	Afonso Nóbrega	16/11/08	s16	AJS	Triatlo Jovem Regional	3º s	Ribeira Brava	17/dez	rp /

Marcas em pista coberta:

9,66	pc	Roberto Gomes	19/01/07	s16	ADRAP	Triatlo Jovem Nac	2º s	Pombal	12/mar
------	----	---------------	----------	-----	-------	-------------------	------	--------	--------

60 m barreiras - Juvenis

5b / 0,91m - 13,72, 9,14m

Recordes Regionais: sub18 - 8,52 / pc - 8,52

Ranking até: 13,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
8,66	0,2	Francisco Palmeira		24/11/05	s18	AJS	CR Inverno s18-s20	1º	Câmara de Lobos	7/jan		rp	8,68 / 8,75pc	
9,47	-1,1	Roberto Gomes		19/01/07	s16	ADRAP	CR P Comb Inv	2º	Ribeira Brava	11/dez		rp /		
9,63	-1,1	Omar Jesus		07/10/05	s18	AJS	CR P Comb Inv	3º	Ribeira Brava	11/dez		rp		
9,89	-1,0	Gonçalo Mendonça		17/06/06	s18	CSM	Triatlo Jovem Regional	1º	Ribeira Brava	17/dez		rp	10,61 / 10,80	
10,09	0,4	Nélio Santos		13/02/05	s18	AJS	CR Inverno s18-s20	2º e	Câmara de Lobos	7/jan		rp	10,13	
10,17	-1,1	Artur Martins		25/01/05	s18	ADRAP	CR P Comb Inv	4º	Ribeira Brava	11/dez		rp		
10,20	-1,0	Marco Santos		11/09/07	s16	AJS	Triatlo Jovem Regional	2º	Ribeira Brava	17/dez		rp /		

Marcas em pista coberta:

8,75	pc	Francisco Palmeira		24/11/05	s18	AJS	CN sub18 pc	4º e	Braga	6/fev
------	----	--------------------	--	----------	-----	-----	-------------	------	-------	-------

60 m barreiras - Juniores

5b / 0,99m - 13,72, 9,14m

Recordes Regionais: sub20 - 8,18 / pc - 8,18 sub18 - 8,97

Ranking até: 13,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
9,09	pc	Manuel Vieira		15/02/03	s20	ADRAP	CN P Comb pc	1º	Braga	16/jan		rp		
9,23	pc	Francisco Palmeira		24/11/05	s18	AJS	CN sub20 pc	6º e	Braga	13/fev		rp /		
9,53	0,2	Miguel Azevedo		31/10/03	s20	ADRAP	CR Inverno s18-s20	1º	Câmara de Lobos	7/jan		rp	9,57 / 10,56	
11,39	0,4	Bruno Pita		14/03/03	s20	GDE	CR Inverno s18-s20	2º e	Câmara de Lobos	7/jan		rp /		

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

Marcas em pista coberta:

9,09	pc	Manuel Vieira	15/02/03	s20	ADRAP	CN P Comb pc	1º	Braga	16/jan
9,23	pc	Francisco Palmeira	24/11/05	s18	AJS	CN sub20 pc	6º e	Braga	13/fev

60 m barreiras

5b / 1,067m - 13,72, 9,14m

Recordes Regionais: Abs - 7,93 / pc - 7,93 Sub23 - 8,17 / pc - 8,17 sub20 - 8,27 / pc - 8,27 sub18 - 9,46

Ranking até: Sen: 12,00 sub20: 13,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
8,00	pc	Paulo Neto		11/03/97	Sen	AJS	C Portugal pc	2º	Pombal	27/fev		7,99 pc/20	8,02pc / 8,04pc	
8,38	pc	Guilherme Almeida		11/06/02	s23	AJS	Prova Extra	2º s	Pombal	19/fev		rp /	8,45pc	
8,77	pc	André F. Oliveira		22/01/00	s23	ADRAP	CN Clubes pc - apuram	7º	Pombal	22/jan		rp /	8,86pc / 8,87pc	
9,05	0,4	Ulisses Tavares	CPV	18/10/92	Sen	ADRAP	Prova Extra	1º	Câmara de Lobos	7/jan		8,70 /20	10,19	
9,65	-1,8	Miguel Moreira		21/11/01	s23	GDE	Prova Extra	1º	Luso	9/jan		rp /		
10,08	-2,6	Gilberto Carvalho		14/01/93	Sen	GDE	Prova Extra	2º	Maia	18/dez		9,70 pc/20	10,21	
12,23	-1,9	Pedro A. Freitas		08/02/96	Sen	GDE	CR P Comb Inv	2º	Ribeira Brava	11/dez		rp /		

Marcas em pista coberta:

8,00	pc	Paulo Neto		11/03/97	Sen	AJS	C Portugal pc	2º	Pombal	27/fev				
8,38	pc	Guilherme Almeida		11/06/02	s23	AJS	Prova Extra	2º s	Pombal	19/fev				
8,77	pc	André F. Oliveira		22/01/00	s23	ADRAP	CN Clubes pc - apuram	7º	Pombal	22/jan				
10,21	pc	Gilberto Carvalho		14/01/93	Sen	ADRAP	C Portugal pc	Hp	Pombal	26/fev				

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

100 m barreiras - Iniciados

10b / 0,84m - 13, 8,5m

Recordes Regionais: sub16 - 14,41 sub14 - 17,74

Ranking até: 23,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
15,73	-1,3	Roberto Gomes		19/01/07	s16	ADRAP	Atleta Completo Nac	6º	Maia	3/jul		rp /	15,90 / 17,84	
15,81	1,1	Marco Santos		11/09/07	s16	AJS	OJ Nacional	9º	Lousada	9/jul		rp	16,20 / 16,31	
17,88	0,4	Lucas R. Santos		13/07/07	s16	AJS	Atleta Completo	3º	Ribeira Brava	3/abr		rp /	17,98	
18,37	0,8	Pedro M. Gonçalves		07/01/09	s14	CSM	CR Iniciados	3º	Câmara de Lobos	13/mai		rp /		
20,88	0,8	Fábio Aguiar		15/09/09	s14	CSM	CR Iniciados	4º	Câmara de Lobos	13/mai		rp /		
21,21	0,4	Matias Freitas		16/01/08	s16	ADRAP	Atleta Completo	4º	Ribeira Brava	3/abr		rp /		
22,08	0,8	Leonardo Costa		25/02/08	s16	GDE	CR Iniciados	5º	Câmara de Lobos	13/mai		rp /		
22,90	0,8	Afonso Nóbrega		16/11/08	s16	AJS	CR Iniciados	6º	Ribeira Brava	13/mai		rp /	23,02	

110 m barreiras - Juvenis

10b / 0,91m - 13,72, 9,14m

Recordes Regionais: sub18 - 14,63 sub16 - 16,87

Ranking até: 23,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
15,37	-0,9	Francisco Palmeira		24/11/05	s18	AJS	OJ Nacional	5º	Lousada	9/jul		rp	15,45 / 15,56	
17,80	1,4	Nélio Santos		13/02/05	s18	AJS	CR s18	2º	Câmara de Lobos	2/jun		rp	18,06 / 18,50	
18,58	2,0	Omar Jesus		07/10/05	s18	AJS	CR P Combinadas	2º	Ribeira Brava	3/abr		rp /		
18,81	2,0	Artur Martins		25/01/05	s18	ADRAP	CR P Combinadas	3º	Ribeira Brava	3/abr		rp /		
21,01	2,0	Gonçalo Mendonça		17/06/06	s18	CSM	CR P Combinadas	4º	Ribeira Brava	3/abr		rp /		

110 m barreiras - Juniores

10b / 1,00m - 13,72, 9,14m

Recordes Regionais: sub20 - 15,02 sub18 - 15,48

Ranking até: 23,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
15,84	0,6	Francisco Palmeira		24/11/05	s18	AJS	CN sub20	7º	Vagos	17/jul		rp	15,94	
16,37	0,0	Manuel Vieira		15/02/03	s20	ADRAP	CR P Combinadas	1º	Ribeira Brava	3/abr		rp	18,22	
18,73	-1,5	Nélio Santos		13/02/05	s18	AJS	CR s20	1º	Câmara de Lobos	8/jun		rp /		
18,88	0,0	Miguel Azevedo		31/10/03	s20	ADRAP	CR P Combinadas	2º	Ribeira Brava	3/abr		rp /		

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

21,46 0,0 Diogo Martins 03/08/03 s20 AJS CR P Combinadas 3º Ribeira Brava 3/abr rp /

110 m barreiras

10b / 1,067m - 13,72, 9,14m

Recordes Regionais: Abs - 13,81 Sub23 - 14,21 sub20 - 15,50 sub18 - 16,69

Ranking até: Sen: 22,00 sub20: 23,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
15,58	0,4	Samuel Remédios		24/02/92	Sen	GDE	CN 1ª divisão	5º	Leiria	31/jul		14,23 / 13	15,82 / 15,86	
15,62	1,4	Ulisses Tavares	CPV	18/10/92	Sen	ADRAP	Prova Extra	1º	Câmara de Lobos	2/jun		15,26 / 20	15,97 / 16,04	
15,73	0,7	André F. Oliveira		22/01/00	s23	ADRAP	Meet Mem Moniz Pereira	5º s	Lisboa (U)	10/jun		rp	15,96 / 16,07	
16,11	0,0	Pedro Buaró		14/06/01	s23	GDE	CR P Combinadas	1º	Ribeira Brava	3/abr		rp /		
16,71	1,8	Francisco Palmeira		24/11/05	s18	AJS	CNC - apuramento	12º	Guimarães	29/mai		rp /		
17,79	1,2	Gilberto Carvalho		14/01/93	Sen	ADRAP	2ª Noites Quentes	5º	Maia	15/jun		rp /	19,03	
21,75	-1,6	Nélio Santos		13/02/05	s18	AJS	CR Absolutos	2º	Ribeira Brava	12/jun		rp		

250 m barreiras - Iniciados

6b / 0,76m - 35, 35m

Recordes Regionais: sub16 - 33,85

Ranking até:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
34,47	Roberto Gomes		19/01/07	s16	ADRAP	OJ Nacional	2º	Lousada	9/jul		rp	35,99 / 36,36
38,35	Lucas R. Santos		13/07/07	s16	AJS	OJ Regional	2º	Ribeira Brava	30/abr		rp /	
39,03	Marco Santos		11/09/07	s16	AJS	OJ Regional	3º	Ribeira Brava	30/abr		rp	
40,39	Pedro A. Gouveia		04/04/08	s16	ADRAP	OJ Regional	4º	Ribeira Brava	30/abr		rp /	41,50

300 m barreiras - Juvenis

7b / 0,84m - 50, 35m

Recordes Regionais: sub18 - 38,77 sub16 - 42,38

Ranking até: 55,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
42,89	Pedro Chaves		09/09/05	s18	AJS	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	15/mai		rp	42,90 / 43,42
43,46	Francisco Palmeira		24/11/05	s18	AJS	OJ Regional	1º	Ribeira Brava	30/abr		rp	
43,67	Roberto Gomes		19/01/07	s16	ADRAP	CR s18	2º	Ribeira Brava	5/jun		rp /	45,16

RANKINGS 2022

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

44,05 Lucas R. Santos 13/07/07 s16 AJS Prova Extra 1º Ribeira Brava 12/jun rp / 45,12

400 m barreiras

10b / 0,91m - 45, 35m

Recordes Regionais: Abs - 50,04 Sub23 - 51,89 sub20 - 53,58 sub18 - 55,00

Ranking até: Sen: 75,00 sub20: 78,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
54,41	Edgar Remédios		05/05/94	Sen	GDE	CN 1ª divisão	4º	Leiria	31/jul		52,65 / 17	54,97 / 55,99
55,93	Bernardo Pereira		26/01/97	Sen	AJS	CN 1ª divisão	6º	Leiria	31/jul		rp /	58,46
56,30	Carlos Prino		13/06/97	Sen	ADRAP	CN 1ª divisão	7º	Leiria	31/jul		rp /	
62,30	Tiago Freitas		16/12/02	s23	AJS	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	15/mai		61,55 / 19	63,56
63,80	Tiago Camacho		31/03/03	s20	AJS	CN Universitários	6º	Beja	8/mai		59,16 / 21	
66,65	Artur Martins		25/01/05	s18	ADRAP	CR s20	1º	Ribeira Brava	12/jun		rp /	
69,36	Pedro Chaves		09/09/05	s18	AJS	CR s20	2º	Ribeira Brava	12/jun		rp /	
70,54	Bruno Pita		14/03/03	s20	GDE	CR s20	3º	Ribeira Brava	12/jun		rp /	

1.500 m obstáculos

0,76m / 4 obstáculos sobre a linha final da transmissão dos 4x100m (sem vala; total 13 obstáculos) - Iniciados

Recordes Regionais: sub16 - 4 23,37

Ranking até: 7 00,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
5 07,43	Lucas R. Santos		13/07/07	s16	AJS	OJ Regional	1º	Ribeira Brava	7/mai		rp /	
5 31,19	Afonso Nóbrega		16/11/08	s16	AJS	CR Iniciados	1º	Ribeira Brava	15/mai		rp /	5 37,91
5 37,45	Diogo Mendonça		30/12/08	s16	ADRAP	OJ Nacional	12º	Lousada	9/jul		rp /	5 48,48 / 5 51,25

2.000 m obstáculos

0,84m

Recordes Regionais: sub18 - 6 01,82

Ranking até: 9 00,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
8 36,16	Pedro Tiago Pestana		30/08/06	s18	AJS	CR s18	1ª	Ribeira Brava	4/jun		rp /	

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

3.000 m obstáculos

0,91m

Recordes Regionais: Abs - 8 22,41 Sub23 - 8 36,98 sub20 - 8 49,04

Ranking até: Sen: 12 00,0 sub20: 13 00,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
9 03,71	Eduardo Pestana		06/08/02	s23	AJS	CN Esperanças	2º	Leiria	9/jul		rp	9 09,08 / 9 23,41
9 09,35	Miguel Mascarenhas		25/07/98	Sen	GDE	Meet Liberdade	2º	Lisboa (I)	25/abr		8 53,75 /21	9 14,70
9 30,06	Samuel Rios		29/04/01	s23	ADRAP	CNC - apuramento	6º	Lisboa (U)	29/mai		9 16,40 /21	9 49,26
9 39,83	Pedro Monteiro		03/02/04	s20	GDE	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	15/mai		rp /	9 45,71 / 10 00,85
9 40,41	Décio Abreu		12/06/85	V 35	AJS	CNC - apuramento	10º	Guimarães	29/mai		9 37,86 /21	9 49,78 / 9 51,92

3.000 m marcha

em pista

Recordes Regionais: sub16 - 14 25,31 sub14 - 17 18,0

Ranking até:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
12 55,26	pc Manuel Marques		04/09/78	V 40	AJS	CN Veteranos pc	1º	Pombal	19/mar	MMR Abs	rp /	
13 43,14	João Afonso Olim		14/10/00	s23	ADRAP	T Encerramento	1º	Câmara de Lobos	20/jul		13 22,05 /20	13 43,87
13 53,60	pc Luís Gil		06/04/75	V 45	GDE	CN Veteranos pc	3º	Pombal	19/mar		13 50,16 /20	
16 04,74	Afonso Nóbrega		16/11/08	s16	AJS	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	10/dez		rp /	17 34,04

4.000 m marcha

em pista (Iniciadas)

Recordes Regionais: sub16 - 19 34,85

Ranking até:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
23 23,78	Afonso Nóbrega		16/11/08	s16	AJS	OJ Nacional	2º	Lousada	9/jul		rp /	25 48,59 /29 52,17
31 21,58	Jesus Gouveia		24/12/08	s16	ADRAP	CR Iniciados	2º	Ribeira Brava	14/mai		rp /	33 06,65
36 09,19	João M. Rodrigues		07/09/08	s16	AJS	OJ Regional	2º	Ribeira Brava	24/abr		rp /	

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

5.000 m marcha

em pista

Recordes Regionais: Abs - 21 14,65 / pc - 21 16,46 Sub23 - 21 15,08 / pc - 21 56,05 sub20 - 21 55,64 / pc - 23 02,31 sub18 - 23 41,61 / pc - 24 06,67 sub16 - 25 16,80

Ranking até: Sen: 35 00,0 sub20: 35 00,0 sub18: 36 00,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
21 16,46	pc Manuel Marques		04/09/78	V 40	AJS	C Portugal pc	3º	Pombal	26/fev	RR Abs pc	rp	21 31,78pc / 21 54,55
23 05,01	João Afonso Olim		14/10/00	s23	ADRAP	CNC - apuramento	5º	Lisboa (U)	28/mai		rp	23 27,51pc / 23 57,99pc
23 54,22	Luís Gil		06/04/75	V 45	GDE	Prova Extra	1º	Lousada	5/fev		21 14,65 /11	23 58,56 / 24 01,70
30 45,73	Afonso Nóbrega		16/11/08	s16	AJS	CR s18	1º	Ribeira Brava	4/jun		rp	/
32 48,57	Pedro Tiago Pestana		30/08/06	s18	AJS	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	14/mai		rp	/ 33 45,10 / 34 08,71
38 58,34	Jesus Gouveia		24/12/08	s16	ADRAP	CR s18	2º	Ribeira Brava	4/jun		rp	/

Marcas em pista coberta:

21 16,46	pc Manuel Marques		04/09/78	V 40	AJS	C Portugal pc	3º	Pombal	26/fev	RR Abs pc		
23 27,51	pc João Afonso Olim		14/10/00	s23	ADRAP	CN 2ª div pc	3º	Pombal	19/fev			

10.000 m marcha

em pista

Recordes Regionais: Abs - 43 33,85 Sub23 - 45 09,76 sub20 - 45 13,30 sub18 - 51 16,02

Ranking até: Sen: 1:10.00 sub20: 1:10.00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
43 33,85	Manuel Marques		04/09/78	V 40	AJS	C Portugal	6º	Leiria	25/jun	RR Absoluto	?	/
47 43,41	João Afonso Olim		14/10/00	s23	ADRAP	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	24/abr		rp	48 21,12 / 49 48,41

Marcas em Estrada:

46'39	Manuel Marques		04/09/78	V 40	AJS	GP Marcha Rio Maior	17º	Rio Maior	7/mai	T passagem		
50'28	Luís Gil		06/04/75	V 45	GDE	Prova Extra - Estrada	2º	Alfena	13/mar			

20 km marcha

pista / estrada

Recordes Regionais: Abs - 1:30'46"2 Sub23 - 1:33'23" sub20 - 1:47'19"

Ranking até: Sen: 2:20.00 sub20: 2:30.00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
1 36'40	Manuel Marques		04/09/78	V 40	AJS	CN Mx Estrada 20k	5º	Olhão	6/fev		?	/ 1 36'59 / 1 39'28
1 43'50	João Afonso Olim		14/10/00	s23	ADRAP	GP Marcha Rio Maior	19º	Rio Maior	7/mai		rp	

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

35 km marcha

estrada

Recordes Regionais: Abs - 2 52'01

Ranking até:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
2 52'01	Manuel Marques		04/09/78	V 40	AJS	Dudinska 50	50º	Dudince /SLK	23/abr	RR Absoluto	rp /	3 03'36

Altura

Recordes Regionais: Abs - 2,15 / pc - 2,13 Sub23 - 2,15 / pc - 2,13 sub20 - 2,06 / pc - 2,04 sub18 - 1,98 / pc - 1,95 sub16 - 1,82 / pc - 1,59 sub14 - 1,58 / pc - 1,49

Ranking até: Sen: 1,50 sub20: 1,45 sub18: 1,40 sub16: 1,32 sub14: 1,10

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
2,13	Nelson Pinto		24/12/98	Sen	AJS	CN Universitários	1º	Beja	7/mai		2,13 pc/21	2,07pc / 2,07
2,03	Pedro Buaró		14/06/01	s23	GDE	CNC - apuramento	5º	Lisboa (U)	29/mai		rp	1,95 / 1,91
1,90	pc Guilherme Almeida		11/06/02	s23	AJS	C Portugal pc	Hp	Pombal	26/fev		1,92 /21	1,89
1,89	Manuel Vieira		15/02/03	s20	ADRAP	CN P Combinadas	1º	Leiria	30/abr		1,94 /20	1,88 / 1,87pc
1,81	Fernando Nóbrega		03/04/04	s20	GDE	CR Inverno s18-s20	2º	Ribeira Brava	9/jan		rp	1,70 / 1,65
1,79	Samuel Remédios		24/02/92	Sen	GDE	Meet Vagos	1º	Vagos	7/mai		2,03 pc/18	
1,74	pc André F. Oliveira		22/01/00	s23	ADRAP	CN P Comb pc	6º	Braga	15/jan		rp	1,72pc / 1,72
1,71	Mílton Ferreira		24/09/98	Sen	CSM	CR Absolutos	3º	Ribeira Brava	12/jun		1,76 /15	1,60
1,70	Ivo Figueira		24/12/02	s23	AJS	CR P Combinadas	2º	Ribeira Brava	2/abr		rp	
1,66	Omar Jesus		07/10/05	s18	AJS	CR s18	1º	Ribeira Brava	5/jun		rp	1,66 / 1,66
1,65	Gilberto Carvalho		14/01/93	Sen	ADRAP	CN 1ª divisão	8º	Leiria	31/jul		1,68 pc/21	1,60pc / 1,57
1,64	Diogo Martins		03/08/03	s20	AJS	CR P Combinadas	2º	Ribeira Brava	2/abr		1,66 /19	
1,62	Gonçalo Pacheco		17/02/78	V 40	CAFH	CR Absolutos Inv	2º	Ribeira Brava	16/jan		1,87 /06	
1,62	Gonçalo Mendonça		17/06/06	s18	CSM	Triatlo Jovem Regional	1º	Ribeira Brava	17/dez		rp	1,60 / 1,58
1,61	Francisco Palmeira		24/11/05	s18	AJS	CR P Combinadas	2º	Ribeira Brava	2/abr		1,65 /21	1,60pc / 1,57
1,60	Ulisses Tavares	CPV	18/10/92	Sen	ADRAP	CR P Comb Inv	2º	Ribeira Brava	10/dez		1,71 /19	
1,58	Artur Martins		25/01/05	s18	ADRAP	CR P Combinadas	3º	Ribeira Brava	2/abr		rp	
1,58	Marco Santos		11/09/07	s16	AJS	Triatlo Jovem Regional	2º	Ribeira Brava	17/dez		rp	1,55 / 1,53
1,57	Miguel Azevedo		31/10/03	s20	ADRAP	CR P Comb Inv	1º	Ribeira Brava	10/dez		1,62 /18	1,52
1,51	Roberto Gomes		19/01/07	s16	ADRAP	Atleta Completo Nac	6º	Maia	3/jul		rp	1,48 / 1,44
1,49	Bruno Viveiros		08/05/98	Sen	CSM	CR P Combinadas	3º	Ribeira Brava	2/abr		1,58 /20	
1,45	Afonso D. Fernandes		19/01/05	s18	CSM	Prova Extra	4º	Ribeira Brava	30/abr		rp	1,45

RANKINGS 2022

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

1,45	José G. Pereira	15/03/08	s16	ADRAP	CR s18	4º	Ribeira Brava	5/jun	rp	1,40 / 1,38
1,44	Matias Freitas	16/01/08	s16	ADRAP	Atleta Completo	3º	Ribeira Brava	3/abr	rp	1,44 / 1,36
1,40	Lucas R. Santos	13/07/07	s16	AJS	Atleta Completo	4º	Ribeira Brava	3/abr	rp	
1,37	Fábio Aguiar	15/09/09	s14	CSM	CR s14	1º	Ribeira Brava	18/jun	rp	1,32 / 1,32
1,35	Pedro M. Gonçalves	07/01/09	s14	CSM	OJ Regional	1º	Ribeira Brava	24/abr	rp	
1,28	Guilherme Henriques	07/06/09	s14	AJS	CR s14	2º	Ribeira Brava	18/jun	rp	1,15
1,20	Mateus Belo Jesus	07/08/09	s14	CSM	OJ Regional	3º	Ribeira Brava	24/abr	rp	1,16
1,20	Miguel Oliveira	08/05/11	s12	CSM	CR s14	3º	Ribeira Brava	18/jun	rp	
1,12	Diego Dinis	25/08/10	s14	GDE	CR s14	4º	Ribeira Brava	18/jun	rp	
1,12	Diogo Mendes	01/02/10	s14	GDE	CR s14	5º	Ribeira Brava	18/jun	rp	
1,10	Andree Abreu	11/03/10	s14	ADRAP	OJ Regional	5º	Ribeira Brava	24/abr	rp	

Marcas em pista coberta:

2,07	pc	Nelson Pinto	24/12/98	Sen	AJS	C Portugal pc	4º	Pombal	27/fev
1,90	pc	Guilherme Almeida	11/06/02	s23	AJS	C Portugal pc	Hp	Pombal	26/fev
1,87	pc	Manuel Vieira	15/02/03	s20	ADRAP	CN sub20 pc	2º	Braga	13/fev
1,74	pc	André F. Oliveira	22/01/00	s23	ADRAP	CN P Comb pc	6º	Braga	15/jan
1,60	pc	Gilberto Carvalho	14/01/93	Sen	ADRAP	C Portugal pc	Hp	Pombal	26/fev
1,60	pc	Francisco Palmeira	24/11/05	s18	AJS	Triatlo Jovem Nac	10º	Pombal	12/mar

Vara

Recordes Regionais: Abs - 5,35 / pc - 5,20 Sub23 - 5,35 / pc - 5,20 sub20 - 5,15 / pc - 5,15 sub18 - 4,95 / pc - 4,50 sub16 - 3,70 sub14 - 2,40

Ranking até: Sen: 2,60 sub20: 2,40 sub18: 2,20 sub16: 2,00 sub14: 1,80

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
5,35	Pedro Buaró		14/06/01	s23	GDE	CN 1ª divisão	1º	Leiria	30/jul	RR Absoluto	rp	5,30 / 5,25
4,60	pc	Diogo Martins	03/08/03	s20	AJS	CN 1ª div pc	7º	Pombal	19/fev		4,60 /21	4,50 / 4,45pc
4,25	pc	Gilberto Carvalho	14/01/93	Sen	ADRAP	C Portugal pc	Hp	Pombal	27/fev		4,40 /19	4,20pc / 4,15
4,00	pc	Guilherme Almeida	11/06/02	s23	AJS	CN Esperanças pc	5º	Pombal	5/mar		4,10 /21	3,85pc / 3,70pc
3,95	Artur Martins		25/01/05	s18	ADRAP	CN sub20	4º	Vagos	16/jul		rp	3,80 / 3,70
3,70	Manuel Vieira		15/02/03	s20	ADRAP	CN P Combinadas	1º	Leiria	1/mai		3,75 pc/20	3,60pc / 3,00
3,60	André F. Oliveira		22/01/00	s23	ADRAP	CN P Combinadas	2º	Leiria	1/mai		rp	3,60 / 3,55pc
2,92	Miguel Azevedo		31/10/03	s20	ADRAP	CR P Comb Inv	1º	Ribeira Brava	11/dez		3,20 /19	

RANKINGS 2022

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

2,82	Omar Jesus	07/10/05	s18	AJS	CR P Comb Inv	2º	Ribeira Brava	11/dez	3,02 /21	
2,20	Fábio Aguiar	15/09/09	s14	CSM	T Encerramento	3º	Câmara de Lobos	20/jul	rp	2,15
1,90	Afonso Nóbrega	16/11/08	s16	AJS	OJ Nacional	8º	Lousada	9/jul	rp	

Marcas em pista coberta:

5,20	pc	Pedro Buaró	14/06/01	s23	GDE	CN Esperanças pc	1º	Pombal	5/mar	RR Abs pc =
4,60	pc	Diogo Martins	03/08/03	s20	AJS	CN 1ª div pc	7º	Pombal	19/fev	
4,25	pc	Gilberto Carvalho	14/01/93	Sen	ADRAP	C Portugal pc	Hp	Pombal	27/fev	
4,00	pc	Guilherme Almeida	11/06/02	s23	AJS	CN Esperanças pc	5º	Pombal	5/mar	
3,65	pc	Artur Martins	25/01/05	s18	ADRAP	CN sub18 pc	4º	Braga	5/fev	
3,60	pc	Manuel Vieira	15/02/03	s20	ADRAP	CN P Comb pc	1º	Braga	16/jan	
3,55	pc	André F. Oliveira	22/01/00	s23	ADRAP	C Portugal pc	Hp	Pombal	27/fev	

Vara em distância

Recordes Regionais: sub14 - 5,43

Ranking até: 2,75

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
4,77	Fábio Aguiar		15/09/09	s14	CSM	OJ Regional	1º	Ribeira Brava	8/mai		rp	4,77 / 4,10
4,02	Guilherme Henriques		07/06/09	s14	AJS	CR s14	2º	Ribeira Brava	19/jun		rp	3,90 / 3,68
3,77	Dinis A. Freitas		04/04/10	s14	ADRAP	CR s14	3º	Ribeira Brava	19/jun		rp	
3,69	Gonçalo P. Silva		14/07/10	s14	CSM	OJ Regional	3º	Ribeira Brava	8/mai		rp	3,62
3,58	Mateus Belo Jesus		07/08/09	s14	CSM	Prova Extra	4º	Ribeira Brava	9/abr		rp	3,34
3,43	Mateus Cruz		13/03/11	s12	CSM	CR s14	4º	Ribeira Brava	19/jun		rp	
3,33	Jesús Abreu		11/03/10	s14	ADRAP	OJ Regional	5º	Ribeira Brava	8/mai		rp	
3,31	Andree Abreu		11/03/10	s14	ADRAP	OJ Regional	6º	Ribeira Brava	8/mai		rp	
3,16	João Carrascal		04/12/11	s12	AJS	Prova Extra	5º	Ribeira Brava	9/abr		rp	
3,11	Afonso Jesus		02/06/11	s12	AJS	CR s14	5º	Ribeira Brava	19/jun		rp	
2,94	João Paulo Figueira		06/01/10	s14	GDE	CR s14	6º	Ribeira Brava	19/jun		rp	
2,90	Lourenço Lúcio		29/12/11	s12	AJS	CR s14	7º	Ribeira Brava	19/jun		rp	

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

Comprimento

Recordes Regionais: Abs - 7,41 / pc - 7,25														Sub23 - 7,41 / pc - 7,25		sub20 - 7,22 / pc - 7,03		sub18 - 6,94 / pc - 6,42		sub16 - 6,17 / pc - 5,75		sub14 - 5,78 / pc - 5,34	
Ranking até:				Sen: 5,00		sub20: 5,00		sub18: 4,75		sub16: 4,25		sub14: 3,50											
Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF									
7,23	1,4	Samuel Remédios		24/02/92	Sen	GDE	T Preparação	1º	Lisboa CAR	13/jul		7,52 pc/18	7,06 / 6,97										
7,02	-0,8	Guilherme Almeida		11/06/02	s23	AJS	CN P Combinadas	1º	Leiria	30/abr		rp	6,97pc										
6,97	-1,1	Carlos Prino		13/06/97	Sen	ADRAP	Prova Extra	1º	Pombal	4/jun		7,25 /20	6,72 / 6,40pc										
6,96	-0,1	Xavier Outeiro		08/08/03	s20	AJS	CR Absolutos Inv	1º	Ribeira Brava	15/jan		rp	6,90pc / 6,86										
6,78	1,1	Pedro Buaró		14/06/01	s23	GDE	CR Absolutos	1º	Ribeira Brava	11/jun		7,02 /21	6,73 / 6,72										
6,75	-0,1	Manuel Vieira		15/02/03	s20	ADRAP	CR s20	1º	Ribeira Brava	11/jun		6,78 /21	6,63 / 6,52pc										
6,69	-0,6	Ivo Figueira		24/12/02	s23	AJS	T Preparação	1º	Câmara de Lobos	18/mai		rp	6,56 / 6,55										
6,68	1,1	Omar Jesus		07/10/05	s18	AJS	CN s18	7º	Viana do Castelo	18/jun		rp	6,46 / 6,38										
6,64	-0,2	Francisco Cordoeiro		09/05/92	Sen	AJS	CR Absolutos Inv	2º	Ribeira Brava	15/jan		7,25 pc/13	6,63 / 6,53										
6,59	-1,4	André F. Oliveira		22/01/00	s23	ADRAP	C Portugal - Dec	2º	Leiria	25/jun		7,04 pc/20	6,54pc / 6,38pc										
6,41	1,2	Nelson Pinto		24/12/98	Sen	AJS	CN Universitários	11º	Beja	8/mai		6,54 /21											
6,39	-1,1	Diogo Martins		03/08/03	s20	AJS	CR Inverno s18-s20	1º	Ribeira Brava	8/jan		rp	6,16 / 5,87										
6,16	-0,1	Mílton Ferreira		24/09/98	Sen	CSM	CR Absolutos Inv	3º	Ribeira Brava	15/jan		rp	6,00 / 5,73										
6,13	1,0	Ulisses Tavares	CPV	18/10/92	Sen	ADRAP	CR P Comb Inv	1º	Ribeira Brava	10/dez		rp	5,91 / 5,79										
6,10	-1,6	Moisés Faria		13/03/02	s23	GDE	CR Absolutos Inv	4º	Ribeira Brava	15/jan		6,32 /21											
6,05	1,1	Francisco Palmeira		24/11/05	s18	AJS	CR Absolutos Inv	5º	Ribeira Brava	15/jan		rp	5,72 / 5,60										
5,77	-1,9	Fernando Nóbrega		03/04/04	s20	GDE	CR Inverno s18-s20	3º	Ribeira Brava	8/jan		5,87 /20	5,43										
5,76	-0,5	Guilherme Neves		03/01/01	s23	CSM	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	8/jan		rp	5,67 / 5,62										
5,68	-1,3	Tiago Afonso Martins		10/01/05	s18	CSM	CR Absolutos Inv	7º	Ribeira Brava	15/jan		5,69 /20	5,62										
5,67	0,2	Roberto Gomes		19/01/07	s16	ADRAP	CR s18	2º	Ribeira Brava	4/jun		rp	5,51 / 5,48										
5,58	pc	Gilberto Carvalho		14/01/93	Sen	ADRAP	C Portugal pc	Hp	Pombal	26/fev		5,80 /19	5,52pc / 5,48										
5,56	1,1	Bruno Pita		14/03/03	s20	GDE	CR P Comb Inv	1º	Ribeira Brava	10/dez		6,13 /21											
5,55	0,2	Lourenço A. Viveiros		16/06/06	s18	GDE	CR s18	3º	Ribeira Brava	4/jun		rp											
5,55	0,5	Artur Martins		25/01/05	s18	ADRAP	CR P Comb Inv	3º	Ribeira Brava	10/dez		5,78 /21	5,38 / 5,26										
5,44	1,7	Gonçalo Pacheco		17/02/78	V 40	CAFH	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	29/jan		5,48 /18	5,42										
5,30	0,4	Lucas Faria		19/12/05	s18	GDE	CR s18	4º	Ribeira Brava	4/jun		rp	5,01										
5,27	-0,6	Nélio Santos		13/02/05	s18	AJS	T Preparação	4º	Câmara de Lobos	18/mai		rp	5,25 / 5,14										
5,24	-0,6	Bruno Viveiros		08/05/98	Sen	CSM	T Natal	3º	Ribeira Brava	18/dez		5,54 /16	5,08 / 5,04										

RANKINGS 2022

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

5,21	0,6	Lucas R. Santos	13/07/07	s16	AJS	Triatlo Jovem Regional	2º	Ribeira Brava	17/dez	rp	5,14 / 4,97
5,15	-0,9	Gonçalo Mendonça	17/06/06	s18	CSM	CR s18	5º	Ribeira Brava	4/jun	5,30 /21	5,09 / 5,02
5,08	-1,0	Marco Santos	11/09/07	s16	AJS	T Verão	3º	Câmara de Lobos	2/jul	rp	5,05 s/Anem / 5,04
5,02	-0,6	Matias Freitas	16/01/08	s16	ADRAP	Triatlo Jovem Regional	1º	Ribeira Brava	17/dez	rp	4,70
5,00	0,4	Roque Tavares	16/08/90	Sen	ADRAP	CR Absolutos Inv	10º	Ribeira Brava	15/jan	rp	
4,97	0,8	Miguel Azevedo	31/10/03	s20	ADRAP	CR P Combinadas	3º	Ribeira Brava	2/abr	5,42 /19	
4,93	-0,4	Pedro A. Gouveia	04/04/08	s16	ADRAP	T Encerramento	6º	Câmara de Lobos	20/jul	rp	4,86 / 4,67
4,87	-0,4	Pedro M. Gonçalves	07/01/09	s14	CSM	Atleta Completo	1º	Ribeira Brava	2/abr	rp	4,82
4,51	0,0	João Tomás Santos	30/03/08	s16	ADRAP	Triatlo Jovem Regional	3º	Ribeira Brava	17/dez	rp	4,21
4,45	-0,4	Mateus Belo Jesus	07/08/09	s14	CSM	Triatlo Jovem Regional	4º	Ribeira Brava	17/dez	rp	3,93 / 3,92
4,43	-0,2	Nélio Serrão	30/04/07	s16	AJS	CR Inverno s14-s16	2º	Ribeira Brava	13/fev	rp	
4,21	0,0	Fábio Aguiar	15/09/09	s14	CSM	Triatlo Jovem Regional	5º	Ribeira Brava	17/dez	rp	3,79
4,20	0,4	Guilherme Henriques	07/06/09	s14	AJS	Atleta Completo	2º	Ribeira Brava	2/abr	rp	4,15 / 4,08
4,10	0,5	Rodrigo Silva	03/07/10	s14	AJS	Triatlo Jovem Regional	1º	Ribeira Brava	17/dez	rp	
3,89	0,2	Dinis A. Freitas	04/04/10	s14	ADRAP	Triatlo Jovem Regional	2º	Ribeira Brava	17/dez	rp	3,56
3,78	-0,9	Andree Abreu	11/03/10	s14	ADRAP	CR Inverno s14-s16	3º	Ribeira Brava	12/fev	rp	3,76 / 3,63
3,74	0,7	Jesús Abreu	11/03/10	s14	ADRAP	OJ Regional	3º	Ribeira Brava	30/abr	rp	3,70 / 3,68
3,60	-0,4	Luís H. Nunes	09/10/10	s14	GDE	CR s14	3º	Ribeira Brava	18/jun	rp	
3,50	-1,2	Gonçalo P. Silva	14/07/10	s14	CSM	CR Inverno s14-s16	5º	Ribeira Brava	12/fev	rp	

Atletas Veteranos:

5,44	1,7	Gonçalo Pacheco	17/02/78	V 40	CAFH	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	29/jan		
4,13	0,4	Tóni Fernandes	22/09/80	V 40	AAM-M	CR Inverno Vet	2º	Ribeira Brava	29/jan		
4,12	0,4	Horácio Alves	27/06/63	V 55	VIP-RC	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	29/jan		

Marcas em pista coberta:

6,97	pc	Guilherme Almeida	11/06/02	s23	AJS	C Portugal pc	Hp	Pombal	26/fev		
6,90	pc	Xavier Outeiro	08/08/03	s20	AJS	CN sub20 pc	3º	Braga	12/fev		
6,74	pc	Samuel Remédios	24/02/92	Sen	GDE	Meet Pombal pc	6º	Pombal	5/fev		
6,62	pc	Carlos Prino	13/06/97	Sen	ADRAP	CN 2ª div pc	5º	Pombal	19/fev		
6,54	pc	André F. Oliveira	22/01/00	s23	ADRAP	CN P Comb pc	4º	Braga	15/jan		
6,52	pc	Manuel Vieira	15/02/03	s20	ADRAP	CN P Comb pc	1º	Braga	15/jan		
5,96	pc	Omar Jesus	07/10/05	s18	AJS	CN sub18 pc	8º	Braga	5/fev		
5,58	pc	Gilberto Carvalho	14/01/93	Sen	ADRAP	C Portugal pc	Hp	Pombal	26/fev		

RANKINGS 2022

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

5,28 pc Roberto Gomes 19/01/07 s16 ADRAP Triatlo Jovem Nac 6º Pombal 12/mar

Triplo

Recordes Regionais: Abs - 15,53 / pc - 15,53 Sub23 - 15,39 / pc - 14,70 sub20 - 14,69 / pc - 14,50 sub18 - 14,36 / pc - 14,09 sub16 - 13,34

Ranking até: Sen: 11,00 sub20: 10,00 sub18: 10,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
15,53	pc	Oleksandr Lyashchenko		18/01/97	Sen	AJS	CN Clubes pc - apuram	1º	Braga	22/jan	RR Absoluto	rp	15,52 / 15,50pc	
14,52	1,8	João Alexandre		01/01/90	Sen	GDE	C Portugal	5º	Leiria	26/jun		15,59 /16	14,35 / 14,33	
14,14	pc	Ivo Figueira		24/12/02	s23	AJS	CN Esperanças pc	4º	Pombal	6/mar		rp	14,02 / 13,85	
13,70	-2,5	Xavier Outeiro		08/08/03	s20	AJS	CR Absolutos Inv	1º	Ribeira Brava	16/jan		13,83 /21	13,44 / 13,08pc	
13,55	0,7	Ulisses Tavares	CPV	18/10/92	Sen	ADRAP	CNC - apuramento	13º	Lisboa (U)	29/mai		rp	13,45 / 13,30	
13,23	pc	Carlos Prino		13/06/97	Sen	ADRAP	CN Clubes pc - apuram	17º	Pombal	22/jan		14,21 pc/20		
13,06	-0,7	Diogo Martins		03/08/03	s20	AJS	CR Inverno s18-s20	1º	Ribeira Brava	9/jan		rp		
12,85	1,3	Milton Ferreira		24/09/98	Sen	CSM	Prova Extra	3º	Ribeira Brava	15/mai		13,00 /18	12,68 / 12,55	
12,26	0,0	Nélio Santos		13/02/05	s18	AJS	CR s20	1º	Ribeira Brava	12/jun		rp	11,97 / 11,93	
12,16	0,2	Omar Jesus		07/10/05	s18	AJS	Prova Extra	3º	Ribeira Brava	30/abr		rp		
11,91	0,8	Guilherme Neves		03/01/01	s23	CSM	Prova Extra	3º	Ribeira Brava	12/fev		rp		
11,89	0,1	Fernando Nóbrega		03/04/04	s20	GDE	CR Absolutos Inv	3º	Ribeira Brava	16/jan		11,99 /21	11,86 / 11,55	
11,77	-1,7	Tiago Afonso Martins		10/01/05	s18	CSM	CR Inverno s18-s20	3º	Ribeira Brava	9/jan		rp		
11,40	-2,6	Artur Martins		25/01/05	s18	ADRAP	CR Inverno s18-s20	4º	Ribeira Brava	9/jan		rp	11,28 / 10,73	

Marcas em pista coberta:

15,53	pc	Oleksandr Lyashchenko		18/01/97	Sen	AJS	CN Clubes pc - apuram	1º	Braga	22/jan	RR Absoluto			
14,14	pc	Ivo Figueira		24/12/02	s23	AJS	CN Esperanças pc	4º	Pombal	6/mar				
13,23	pc	Carlos Prino		13/06/97	Sen	ADRAP	CN Clubes pc - apuram	17º	Pombal	22/jan				
13,08	pc	Xavier Outeiro		08/08/03	s20	AJS	CN sub20 pc	9º	Braga	13/fev				
12,65	pc	Ulisses Tavares	CPV	18/10/92	Sen	ADRAP	CN 2ª div pc	5º	Pombal	20/fev				

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

Quádruplo A - infantis

Infantis (18m -> E D E D ou 18m -> D E D E)

Recordes Regionais: sub14 - 13,65

Ranking até: 9,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
13,10	1,0	Pedro M. Gonçalves		07/01/09	s14	CSM	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	11/dez		rp	12,81 / 12,71	
11,63	0,3	Mateus Belo Jesus		07/08/09	s14	CSM	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	11/dez		rp	10,80 / 10,63	
11,35	2,0	Fábio Aguiar		15/09/09	s14	CSM	Prova Extra	3º	Ribeira Brava	11/dez		rp	10,42 / 10,40	
10,88	0,4	Guilherme Henriques		07/06/09	s14	AJS	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	23/abr		rp	10,88 / 10,86	11,16 (3,1)
10,34	-0,3	Miguel Oliveira		08/05/11	s12	CSM	CR s14	2º	Ribeira Brava	19/jun		rp		
10,31	0,4	Tiago M. Freitas		22/12/10	s14	AJS	Prova Extra	5º	Ribeira Brava	11/dez		rp		10,34 (4,0)
9,99	0,1	João Paulo Figueira		06/01/10	s14	GDE	CR s14	3º	Ribeira Brava	19/jun		rp		
9,87	1,0	Andree Abreu		11/03/10	s14	ADRAP	OJ Regional	4º	Ribeira Brava	7/mai		rp		
9,77	0,1	Jesús Abreu		11/03/10	s14	ADRAP	CR s14	4º	Ribeira Brava	19/jun		rp		
9,63	0,2	Carlos Abreu		28/10/10	s14	AJS	Prova Extra	6º	Ribeira Brava	11/dez		rp		
9,37	-0,4	Gonçalo P. Silva		14/07/10	s14	CSM	Prova Extra	5º	Ribeira Brava	9/jan		rp		
9,35	0,1	Kevin Sousa		12/07/09	s14	CSM	CR s14	5º	Ribeira Brava	19/jun		rp		
9,09	0,4	João Carrascal		04/12/11	s12	AJS	CR s14	6º	Ribeira Brava	19/jun		rp		

Marcas com vento irregular:

11,16	3,1	Guilherme Henriques		07/06/09	s14	AJS	Prova Extra	4º	Ribeira Brava	11/dez		rp		
10,34	4,0	Tiago M. Freitas		22/12/10	s14	AJS	Prova Extra	5º	Ribeira Brava	11/dez		rp		

Quádruplo B - iniciados

Iniciados (25m -> E E D D ou 25m -> D D E E)

Recordes Regionais: sub16 - 15,36

Ranking até: 9,50

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
13,98	0,0	Roberto Gomes		19/01/07	s16	ADRAP	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	12/jun		14,05 /21	13,42 / 13,10	
12,98	-2,2	Marco Santos		11/09/07	s16	AJS	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	12/jun		rp	12,97 / 12,91	
12,68	1,9	Pedro A. Gouveia		04/04/08	s16	ADRAP	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	11/dez		rp	12,64 / 12,62	
12,03	0,0	Matias Freitas		16/01/08	s16	ADRAP	OJ Regional	4º	Ribeira Brava	7/mai		rp	11,89 / 11,83	
9,88	1,1	João M. Rodrigues		07/09/08	s16	AJS	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	23/abr		rp		

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

Peso - 7,26k

7,26 kg

Recordes Regionais: Abs - 16,04 / pc - 15,84 Sub23 - 16,04 / pc - 15,21 sub20 - 15,48

Ranking até: Sen: 8,00 sub20: 7,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
13,65	André Gonçalves		14/04/86	V 35	ADRAP	CR Absolutos	1º	Funchal	11/jun		15,69 /11	12,87 / 12,70
13,41	Vítor Gouveia		05/04/00	s23	AJS	Prova Extra	1º	Funchal	18/jun		rp	13,38 / 13,19
13,40	pc Luís Miguel Silva		28/08/02	s23	AJS	CN Clubes pc - apuram	9º	Braga	22/jan		rp	12,30
12,72	Guilherme Almeida		11/06/02	s23	AJS	CN Esperanças	6º	Leiria	9/jul		rp	12,49 / 12,38pc
12,30	Francisco Lemos		20/08/02	s23	ADRAP	Prova Extra	1º	Maia	17/dez		? /	
11,06	pc André F. Oliveira		22/01/00	s23	ADRAP	C Portugal pc	Hp	Pombal	26/fev		rp	11,03 / 10,73pc
11,00	Gilberto Carvalho		14/01/93	Sen	ADRAP	C Portugal - Dec	5º	Leiria	25/jun		rp	10,99 / 10,93pc
10,89	Pedro Buaró		14/06/01	s23	GDE	CR P Combinadas	1º	Funchal	2/abr		rp	
10,51	Moisés Faria		13/03/02	s23	GDE	CN 1ª divisão	8º	Leiria	30/jul		11,88 /21	
10,38	pc Márcio Viveiros		03/04/03	s20	ADRAP	CN Esperanças pc	10º	Pombal	6/mar		10,73 /21	
10,37	Francisco A. Pereira		25/04/03	s20	GDE	CNC - apuramento	30º	Lisboa (U)	28/mai		10,45 /21	
9,88	Gonçalo Pacheco		17/02/78	V 40	CAFH	CR Inverno Vet	1º	Funchal	29/jan		rp	
9,66	Diogo Costa		24/12/94	Sen	CSM	CR Absolutos	3º	Funchal	11/jun		11,02 /18	
9,46	Miguel Azevedo		31/10/03	s20	ADRAP	CR Absolutos Inv	1º	Funchal	12/fev		rp	
9,05	Luís Carlos Silva		02/07/00	s23	ADRAP	CR Absolutos	4º	Funchal	11/jun		rp	8,05
8,57	Ulisses Tavares	CPV	18/10/92	Sen	ADRAP	CR P Comb Inv	1º	Funchal	10/dez		8,68 /16	

Atletas Veteranos:

12,56	pc André Gonçalves		14/04/86	V 35	ADRAP	CN Clubes pc - apuram	13º	Pombal	22/jan			
9,88	Gonçalo Pacheco		17/02/78	V 40	CAFH	CR Inverno Vet	1º	Funchal	29/jan			
7,03	Diogo Sousa		28/11/83	V 35	GDE	CR Inverno Vet	1º	Funchal	29/jan			
6,03	Énio Freitas		15/04/72	V 45	GDE	CR Inverno Vet	1º	Funchal	29/jan			

Marcas em pista coberta:

13,40	pc Luís Miguel Silva		28/08/02	s23	AJS	CN Clubes pc - apuram	9º	Braga	22/jan			
12,56	pc André Gonçalves		14/04/86	V 35	ADRAP	CN Clubes pc - apuram	13º	Pombal	22/jan			
12,38	pc Guilherme Almeida		11/06/02	s23	AJS	C Portugal pc	Hp	Pombal	26/fev			
12,28	pc Vítor Gouveia		05/04/00	s23	AJS	CN Esperanças pc	5º	Pombal	6/mar			
11,06	pc André F. Oliveira		22/01/00	s23	ADRAP	C Portugal pc	Hp	Pombal	26/fev			

RANKINGS 2022

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

10,93	pc	Gilberto Carvalho	14/01/93	Sen	ADRAP	C Portugal pc	Hp	Pombal	26/fev
10,38	pc	Márcio Viveiros	03/04/03	s20	ADRAP	CN Esperanças pc	10º	Pombal	6/mar

Peso - 6 k

6 kg (Juniões)

Recordes Regionais: sub20 - 17,02 / pc - 16,38 sub18 - 16,13

Ranking até: 7,00

Marca		Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
12,94	pc	Márcio Viveiros		03/04/03	s20	ADRAP	CN sub20 pc	6º	Braga	12/fev		13,21 /21	12,36 / 12,28
12,29		Miguel Azevedo		31/10/03	s20	ADRAP	CN sub20	7º	Vagos	16/jul		rp	12,12 / 12,00
11,92		Bruno Faria		29/10/03	s20	AJS	CR Inverno s18-s20	2º	Funchal	8/jan		12,11 /21	11,67 / 11,27
10,74	pc	Manuel Vieira		15/02/03	s20	ADRAP	CN P Comb pc	3º	Braga	15/jan		rp	10,61 / 10,01
8,35		Diogo Martins		03/08/03	s20	AJS	CR P Combinadas	3º	Funchal	2/abr		8,58 /21	
8,23		Bruno Pita		14/03/03	s20	GDE	CR P Comb Inv	2º	Funchal	10/dez		rp	
7,10		Luís Ribeiro		17/08/05	s18	GDE	CR s20	3º	Funchal	9/jun		rp	

Atletas Veteranos:

6,06		José G. Carvalho		13/02/65	V 55	ADRAP	CR Inverno Vet	1º	Funchal	29/jan			
------	--	------------------	--	----------	------	-------	----------------	----	---------	--------	--	--	--

Marcas em pista coberta:

12,94	pc	Márcio Viveiros		03/04/03	s20	ADRAP	CN sub20 pc	6º	Braga	12/fev			
10,74	pc	Manuel Vieira		15/02/03	s20	ADRAP	CN P Comb pc	3º	Braga	15/jan			

Peso - 5k

5 kg (Juvenis)

Recordes Regionais: sub18 - 17,50 / pc - 16,08 sub16 - 14,99

Ranking até: 7,00

Marca		Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
13,11	pc	Tiago Afonso Martins		10/01/05	s18	CSM	CN sub18 pc	5º	Braga	5/fev		13,28 /20	12,67 / 12,43
12,02		Nélio Serrão		30/04/07	s16	AJS	CR s18	1º	Funchal	4/jun		rp	12,01
10,60		Artur Martins		25/01/05	s18	ADRAP	CR P Comb Inv	1º	Funchal	10/dez		rp	7,96
10,57		Francisco Palmeira		24/11/05	s18	AJS	Atleta Completo Nac	4º	Maia	2/jul		rp	10,46 / 10,37
9,94		Omar Jesus		07/10/05	s18	AJS	CR P Comb Inv	3º	Funchal	10/dez		rp	9,82 / 9,57pc
9,12		Gonçalo Mendonça		17/06/06	s18	CSM	OJ Regional	1º	Funchal	7/mai		9,49 /20	8,74 / 8,69

RANKINGS 2022

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

8,88	Roberto Gomes	19/01/07	s16	ADRAP	CR P Comb Inv	4º	Funchal	10/dez	rp	8,47
8,73	Guilherme R Ferreira	22/01/08	s16	GDE	CR s18	2º	Funchal	4/jun	rp	
8,55	Marco Santos	11/09/07	s16	AJS	CR P Comb Inv	5º	Funchal	10/dez	rp	8,36
8,55	Lucas R. Santos	13/07/07	s16	AJS	Triatlo Jovem Regional	1º	Funchal	17/dez	rp	
7,91	Luís Ribeiro	17/08/05	s18	GDE	CR s18	3º	Funchal	4/jun	rp	
7,73	João Tomás Santos	30/03/08	s16	ADRAP	CR s18	4º	Funchal	4/jun	rp	
7,71	Manuel Rocha	28/08/07	s16	AJS	Prova Extra	2º	Funchal	11/jun	rp	7,43

Atletas Veteranos:

10,29	Petr Danich	08/06/53	V 65	CEOL	CR Inverno Vet	1º	Funchal	29/jan		
-------	-------------	----------	------	------	----------------	----	---------	--------	--	--

Marcas em pista coberta:

13,11	pc	Tiago Afonso Martins	10/01/05	s18	CSM	CN sub18 pc	5ª	Braga	5/fev	
10,51	pc	Francisco Palmeira	24/11/05	s18	AJS	Triatlo Jovem Nac	6º	Pombal	12/mar	
9,57	pc	Omar Jesus	07/10/05	s18	AJS	Triatlo Jovem Nac	12º	Pombal	12/mar	

Peso - 4k

4 kg (Iniciados)

Recordes Regionais: sub16 - 17,10 / pc - 12,78 sub14 - 12,10

Ranking até: 7,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
13,61	Nélio Serrão		30/04/07	s16	AJS	Prova Extra	1º	Funchal	10/dez		rp	13,60 / 13,50
10,81	Miguel A. Nóbrega		10/02/08	s16	CSM	Prova Extra	2º	Funchal	10/dez		rp	10,38 / 10,18
9,98	Manuel Rocha		28/08/07	s16	AJS	Prova Extra	3º	Funchal	10/dez		10,30 /21	9,00 / 8,72
9,04	João Tomás Santos		30/03/08	s16	ADRAP	Triatlo Jovem Regional	1º	Funchal	17/dez		rp	7,91
8,50	Marco Santos		11/09/07	s16	AJS	Atleta Completo	1º	Funchal	2/abr		rp	
8,49	Lucas R. Santos		13/07/07	s16	AJS	Atleta Completo	2º	Funchal	2/abr		9,09 /21	
8,48	João M. Rodrigues		07/09/08	s16	AJS	T Lançamentos	2º	Funchal	6/jul		rp	8,26 / 7,85
8,40	Roberto Gomes		19/01/07	s16	ADRAP	Atleta Completo	3º	Funchal	2/abr		9,07 /21	8,22pc / 7,44
8,22	Guilherme R Ferreira		22/01/08	s16	GDE	CR Iniciados	3º	Funchal	14/mai		rp	
7,88	Diogo Mendes		01/02/10	s14	GDE	CR Iniciados	4º	Funchal	14/mai		rp	
7,79	Matias Freitas		16/01/08	s16	ADRAP	Triatlo Jovem Regional	2º	Funchal	17/dez		rp	
7,64	Fábio Aguiar		15/09/09	s14	CSM	Triatlo Jovem Regional	3º	Funchal	17/dez		rp	
7,07	Bernardo Olim		26/01/08	s16	ADRAP	Triatlo Jovem Regional	4º	Funchal	17/dez		rp	

RANKINGS 2022

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

7,04 Leonardo Costa 25/02/08 s16 GDE Triatlo Jovem Regional 5º Funchal 17/dez rp

Atletas Veteranos:

8,09 Rui Antunes 15/05/45 V 75 GDE CR Veteranos 1º Funchal 11/jun

Marcas em pista coberta:

8,22 pc Roberto Gomes 19/01/07 s16 ADRAP Triatlo Jovem Nac 12º Pombal 12/mar

Peso - 3k

3 kg (Infantis)

Recordes Regionais: sub14 - 15,20 / pc - 9,34

Ranking até: 5,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
9,44	Cláudio Camacho		20/05/09	s14	AJS	Prova Extra	1º	Funchal	10/dez		rp	8,95 / 8,59
7,80	Fábio Aguiar		15/09/09	s14	CSM	OJ Regional	2º	Funchal	7/mai		rp	7,75 / 7,55
7,71	Gonçalo P. Silva		14/07/10	s14	CSM	OJ Regional	3º	Funchal	7/mai		rp	7,58 / 7,41
7,68	Dinis A. Freitas		04/04/10	s14	ADRAP	OJ Regional	4º	Funchal	7/mai		rp	7,35 / 6,81
5,76	Élton Rodrigues		07/08/10	s14	GDE	CR s14	3º	Funchal	18/jun		rp	
5,24	Tomás Pontes		10/09/10	s14	GDE	CR s14	4º	Funchal	18/jun		rp	
5,10	Martim Henriques		18/11/10	s14	AJS	CR s14	5º	Funchal	18/jun		rp	

Peso - 2k

2 kg (Infantis - prova regional em provas combinadas)

Recordes Regionais: sub14 - X

Ranking até: 6,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
10,67	Pedro M. Gonçalves		07/01/09	s14	CSM	Atleta Completo	1º	Funchal	2/abr		rp	
10,65	Dinis A. Freitas		04/04/10	s14	ADRAP	Triatlo Jovem Regional	1º	Funchal	17/dez		rp	9,02
8,34	Fábio Aguiar		15/09/09	s14	CSM	Atleta Completo	3º	Funchal	2/abr		8,94 /21	
8,27	Tiago Henriques		24/01/10	s14	AJS	Triatlo Jovem Regional	2º	Funchal	17/dez		rp	
7,84	Tiago M. Freitas		22/12/10	s14	AJS	Triatlo Jovem Regional	3º	Funchal	17/dez		rp	
7,62	Rodrigo Teixeira		28/06/10	s14	ADRAP	Triatlo Jovem Regional	4º	Funchal	17/dez		rp	
7,32	Rodrigo Silva		03/07/10	s14	AJS	Triatlo Jovem Regional	5º	Funchal	17/dez		rp	
7,19	Miguel Oliveira		08/05/11	s12	CSM	Triatlo Jovem Regional	6º	Funchal	17/dez		rp	

RANKINGS 2022

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

6,96	João R. Silva	01/01/11	s12	CSM	Triatlo Jovem Regional	7º	Funchal	17/dez	rp
6,93	Guilherme Henriques	07/06/09	s14	AJS	Atleta Completo	4º	Funchal	2/abr	rp
6,84	Mateus Belo Jesus	07/08/09	s14	CSM	Atleta Completo	5º	Funchal	2/abr	7,02 /21
6,64	Andree Abreu	11/03/10	s14	ADRAP	Atleta Completo	6º	Funchal	2/abr	rp
6,60	Miguel Brito	16/06/11	s12	AJS	Triatlo Jovem Regional	8º	Funchal	17/dez	rp
6,51	Carlos Abreu	28/10/10	s14	AJS	Triatlo Jovem Regional	9º	Funchal	17/dez	rp
6,31	João Carrascal	04/12/11	s12	AJS	Triatlo Jovem Regional	10º	Funchal	17/dez	rp

Disco - 2k

2 kg

Recordes Regionais: Abs - 51,68 Sub23 - 48,60 sub20 - 45,18 sub18 - 39,16

Ranking até: Sen: 20,00 sub20: 15,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
48,38	Jorge Grave		01/09/82	V 35	AJS	T Intern Lançam	5º	Leiria	7/ago		51,68 /19	47,87 / 47,29
41,00	Vítor Gouveia		05/04/00	s23	AJS	CR Absolutos	1º	Ribeira Brava	12/jun		rp	40,55 / 39,83
40,71	Guilherme Almeida		11/06/02	s23	AJS	CN Esperanças	4º	Leiria	10/jul		rp	37,08 / 36,98
36,99	Francisco A. Pereira		25/04/03	s20	GDE	CNC - apuramento	13º	Lisboa (U)	29/mai		38,25 /21	35,20 / 34,69
36,93	Roque Tavares		16/08/90	Sen	ADRAP	CR Lançamentos	1º	Ribeira Brava	12/fev		40,32 /17	35,93 / 35,74
34,83	André Gonçalves		14/04/86	V 35	ADRAP	CR Absolutos	2º	Ribeira Brava	12/jun		40,03 /07	34,33
34,70	André F. Oliveira		22/01/00	s23	ADRAP	CN P Combinadas	2º	Leiria	1/mai		rp	33,88 / 31,17
31,74	Tiago Fernandes		27/01/01	s23	ADRAP	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	5/fev		34,41 /21	30,62 / 24,31
31,10	Luís Miguel Silva		28/08/02	s23	AJS	CR Lançamentos	3º	Ribeira Brava	12/fev		35,53 /20	
29,08	Gilberto Carvalho		14/01/93	Sen	ADRAP	Prova Extra	2º	Guimarães	15/mai		rp	29,02 / 29,02
25,66	Pedro Buaró		14/06/01	s23	GDE	CR P Combinadas	1º	Ribeira Brava	3/abr		rp	
24,68	Diogo Costa		24/12/94	Sen	CSM	CR Absolutos	4º	Ribeira Brava	12/jun		31,14 /18	

RANKINGS 2022

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

Disco - 1,750 k

1,750 kg (Juniores)

Recordes Regionais: sub20 - 50,51 sub18 - 44,55

Ranking até: 17,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
39,41	Francisco A. Pereira		25/04/03	s20	GDE	T Lançamentos	1º	Almada	16/jun		39,69 /21	38,03 / 37,56
34,77	Bruno Faria		29/10/03	s20	AJS	CN Lançamentos	4º	Vagos	9/abr		38,29 /21	34,74 / 33,67
30,05	Márcio Viveiros		03/04/03	s20	ADRAP	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	5/fev		rp	29,36 / 28,91
29,37	Miguel Azevedo		31/10/03	s20	ADRAP	CR Lançamentos	2º	Ribeira Brava	12/fev		rp	28,96
28,45	Manuel Vieira		15/02/03	s20	ADRAP	CR P Combinadas	1º	Ribeira Brava	3/abr		rp	26,38
24,97	Miguel Azevedo		31/10/03	s20	ADRAP	CR P Combinadas	2º	Ribeira Brava	3/abr		rp	
19,32	Lucas Faria		19/12/05	s18	GDE	CR s20	3º	Ribeira Brava	12/jun		rp	
17,78	Diogo Martins		03/08/03	s20	AJS	CR P Combinadas	3º	Ribeira Brava	3/abr		rp	

Disco - 1,5 k

1,5 kg (Juvenis)

Recordes Regionais: sub18 - 51,85 sub16 - 46,94

Ranking até: 16,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
31,28	Nélio Serrão		30/04/07	s16	AJS	CR s18	1º	Ribeira Brava	5/jun		rp	25,23
28,46	Miguel A. Nóbrega		10/02/08	s16	CSM	CR s18	2º	Ribeira Brava	5/jun		rp	
23,05	Manuel Rocha		28/08/07	s16	AJS	CR s18	3º	Ribeira Brava	5/jun		rp	18,72
22,21	Guilherme R Ferreira		22/01/08	s16	GDE	CR s18	4º	Ribeira Brava	5/jun		rp	
22,16	Artur Martins		25/01/05	s18	ADRAP	CR P Combinadas	1º	Ribeira Brava	3/abr		rp	
21,79	Gonçalo Mendonça		17/06/06	s18	CSM	CR Lançamentos	2º	Ribeira Brava	12/fev		rp	15,84
20,94	Francisco Palmeira		24/11/05	s18	AJS	CR P Combinadas	2º	Ribeira Brava	3/abr		rp	
19,95	Omar Jesus		07/10/05	s18	AJS	CR P Combinadas	3º	Ribeira Brava	3/abr		rp	

RANKINGS 2022

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

Disco - 1k

1 kg (Iniciados)

Recordes Regionais: sub16 - 63,54 sub14 - 39,53

Ranking até: 14,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
43,93	Nélio Serrão		30/04/07	s16	AJS	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	11/dez		rp	41,48 / 40,97
39,52	Miguel A. Nóbrega		10/02/08	s16	CSM	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	11/dez		rp	37,86 / 36,16
29,84	Manuel Rocha		28/08/07	s16	AJS	Prova Extra	3º	Ribeira Brava	11/dez		rp	28,95 / 25,82
21,73	João M. Rodrigues		07/09/08	s16	AJS	Prova Extra	4º	Ribeira Brava	11/dez		rp	17,49
21,44	Cláudio Camacho		20/05/09	s14	AJS	CR Iniciados	4º	Ribeira Brava	15/mai		rp	
19,24	Guilherme R Ferreira		22/01/08	s16	GDE	CR Iniciados	5º	Ribeira Brava	15/mai		rp	
16,79	Matias Freitas		16/01/08	s16	ADRAP	OJ Regional	4º	Ribeira Brava	24/abr		rp	
15,54	Gonçalo P. Silva		14/07/10	s14	CSM	CR Iniciados	7º	Ribeira Brava	15/mai		rp	

Atletas Veteranos:

29,78	Petr Danich		08/06/53	V 65	CEOL	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	30/jan			
25,53	Rui Antunes		15/05/45	V 75	GDE	CR Veteranos	1º	Ribeira Brava	12/jun			

Disco - 750g

750 g (Infantis)

Recordes Regionais: sub14 - 52,64

Ranking até: 12,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
31,37	Cláudio Camacho		20/05/09	s14	AJS	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	11/dez		rp	29,27 / 25,59
23,80	Dinis A. Freitas		04/04/10	s14	ADRAP	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	11/dez		rp	16,07
22,36	Fábio Aguiar		15/09/09	s14	CSM	T Lançamentos	2º	Funchal	6/jul		rp	18,34
21,53	Gonçalo P. Silva		14/07/10	s14	CSM	OJ Regional	1º	Ribeira Brava	24/abr		rp	15,75
14,61	Andree Abreu		11/03/10	s14	ADRAP	CR s14	3º	Ribeira Brava	19/jun		rp	
13,60	Tomás Freitas		13/05/11	s12	AJS	CR s14	4º	Ribeira Brava	19/jun		rp	
12,25	Mateus Cruz		13/03/11	s12	CSM	CR s14	5º	Ribeira Brava	19/jun		rp	

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

Martelo - 7,26k

7,26 kg

Recordes Regionais: Abs - 70,42 Sub23 - 70,42 sub20 - 54,59

Ranking até: Sen: 20,00 sub20: 15,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
53,83	Diogo M. Freitas		10/08/02	s23	GDE	T Lançamentos	1º	Funchal	26/mai		56,06 /21	53,83 / 53,66
51,68	Bruno Faria		29/10/03	s20	AJS	CN 1ª divisão	4º	Leiria	31/jul		rp	50,81 / 50,46
51,33	Francisco A. Pereira		25/04/03	s20	GDE	CN Universitários	2º	Beja	8/mai		53,74 /21	50,21 / 49,99
48,12	Leandro Gonçalves		08/11/96	Sen	ADRAP	CNC - apuramento	11º	Lisboa (U)	29/mai		50,71 /21	47,54 / 43,96

Martelo - 6k

6 kg (Juniores)

Recordes Regionais: sub20 - 68,22 sub18 - 59,86

Ranking até: 18,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
60,88	Francisco A. Pereira		25/04/03	s20	GDE	T Lançamentos	1º	Funchal	6/jul		rp	57,63 / 57,49
55,99	Bruno Faria		29/10/03	s20	AJS	CR s20	1º	Funchal	9/jun		58,12 /21	55,33 / 55,14
19,11	Márcio Viveiros		03/04/03	s20	ADRAP	CR s20	2º	Funchal	9/jun		20,55 /19	

Martelo - 5k

5 kg (Juvenis)

Recordes Regionais: sub18 - 69,00 sub16 - 59,49

Ranking até: 15,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
20,69	João M. Rodrigues		07/09/08	s16	AJS	CR s18	1º	Funchal	4/jun		rp	
16,81	Miguel A. Nóbrega		10/02/08	s16	CSM	CR Lançamentos	1º	Funchal	5/fev		rp	
15,81	Luís Ribeiro		17/08/05	s18	GDE	CR s18	2º	Funchal	4/jun		rp	

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

Martelo - 4k

4 kg (Iniciados)

Recordes Regionais: sub16 - 70,56 sub14 - 50,09

Ranking até: 14,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
30,46	Miguel A. Nóbrega		10/02/08	s16	CSM	T Lançamentos	1º	Funchal	26/mai		rp	28,86 / 27,52
27,34	João M. Rodrigues		07/09/08	s16	AJS	Prova Extra	1º	Funchal	10/dez		rp	24,79 / 23,19
15,37	Cláudio Camacho		20/05/09	s14	AJS	CR Iniciados	3º	Funchal	14/mai		rp	
14,60	Diogo Mendes		01/02/10	s14	GDE	CR Iniciados	4º	Funchal	14/mai		rp	

Martelo - 3k

3 kg (Infantis)

Recordes Regionais: sub14 - 60,86

Ranking até: 12,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
20,40	Cláudio Camacho		20/05/09	s14	AJS	OJ Regional	1º	Funchal	7/mai		rp	19,89
19,10	Fábio Aguiar		15/09/09	s14	CSM	T Lançamentos	1º	Funchal	26/mai		rp	17,72 / 16,29
15,83	Gonçalo P. Silva		14/07/10	s14	CSM	OJ Regional	3º	Funchal	7/mai		rp	14,98
13,17	Martim Henriques		18/11/10	s14	AJS	CR s14	2º	Funchal	18/jun		rp	

Dardo - 800g

800 g

Recordes Regionais: Abs - 71,67 Sub23 - 68,41 sub20 - 60,50 sub18 - 56,52

Ranking até: Sen: 25,00 sub20: 20,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
58,74	Roque Tavares		16/08/90	Sen	ADRAP	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	7/mai		rp	55,82 / 55,80
51,85	Moisés Faria		13/03/02	s23	GDE	CNC - apuramento	10º	Lisboa (U)	28/mai		59,06 /20	32,97
51,05	Lucas Faria		19/12/05	s18	GDE	CN sub20	5º	Vagos	16/jul		rp	46,93 / 43,97
50,53	Oleksandr Lyashchenko		18/01/97	Sen	AJS	CNC - apuramento	11º	Guimarães	28/mai		? /	47,54
45,08	Miguel Azevedo		31/10/03	s20	ADRAP	CN sub20	10º	Vagos	16/jul		rp	44,71 / 44,28
43,28	Guilherme Almeida		11/06/02	s23	AJS	Noite Atlética	1º	Braga	6/jul		44,94 /21	
39,46	Pedro Buaró		14/06/01	s23	GDE	CR P Combinadas	1º	Ribeira Brava	3/abr		rp	
38,43	André F. Oliveira		22/01/00	s23	ADRAP	C Portugal - Dec	4º	Leiria	26/jun		? /	37,12 / 34,56
36,17	Gilberto Carvalho		14/01/93	Sen	ADRAP	Prova Extra	6º	Maia	24/jul		rp	35,84 / 34,01

RANKINGS 2022

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

34,54	Bruno Faria	29/10/03	s20	AJS	CR Lançamentos	3º	Ribeira Brava	5/fev	39,83 /21	
33,04	Tiago Fernandes	27/01/01	s23	ADRAP	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	23/abr	34,72 /19	31,89
29,63	João R. Pereira	20/12/04	s20	CSM	CR s20	3º	Ribeira Brava	11/jun	rp	
28,72	Francisco Palmeira	24/11/05	s18	AJS	CR s20	4º	Ribeira Brava	11/jun	rp	
27,70	João Vieira	02/08/76	V 45	CAFH	CR Absolutos	6º	Ribeira Brava	11/jun	rp	
27,59	Manuel Vieira	15/02/03	s20	ADRAP	CR P Combinadas	2º	Ribeira Brava	3/abr	29,93 /21	22,70
25,61	Igor Silva	29/10/00	s23	CSM	CR Absolutos	7º	Ribeira Brava	11/jun	29,01 /21	

Atletas Veteranos:

27,70	João Vieira	02/08/76	V 45	CAFH	CR Absolutos	6º	Ribeira Brava	11/jun	rp	
23,29	Diogo Sousa	28/11/83	V 35	GDE	CR Veteranos	1º	Ribeira Brava	11/jun	rp	
21,08	Décio Abreu	12/06/85	V 35	AJS	CR Veteranos	2º	Ribeira Brava	11/jun	rp	

Dardo - 700g

700 g (Juvenis)

Recordes Regionais: sub18 - 65,95 sub16 - 48,43

Ranking até: 18,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
51,97	Lucas Faria		19/12/05	s18	GDE	CN Lançamentos	3º	Vagos	9/abr		rp	49,27 / 46,12
29,04	Marco Santos		11/09/07	s16	AJS	CR s18	2º	Ribeira Brava	4/jun		rp	23,36
28,64	Francisco Palmeira		24/11/05	s18	AJS	Atleta Completo Nac	8º	Maia	3/jul		rp	27,17
24,44	Guilherme R Ferreira		22/01/08	s16	GDE	CR s18	3º	Ribeira Brava	4/jun		rp	
24,17	Artur Martins		25/01/05	s18	ADRAP	CR P Combinadas	2º	Ribeira Brava	3/abr		rp	
23,40	Omar Jesus		07/10/05	s18	AJS	CR P Combinadas	3º	Ribeira Brava	3/abr		rp	
20,96	Gonçalo Mendonça		17/06/06	s18	CSM	CR P Combinadas	4º	Ribeira Brava	3/abr		rp	
18,89	João Tomás Santos		30/03/08	s16	ADRAP	CR s18	4º	Ribeira Brava	4/jun		rp	

Atletas Veteranos:

27,39	Horácio Alves		27/06/63	V 55	VIP-RC	CR Veteranos	1º	Ribeira Brava	11/jun			
-------	---------------	--	----------	------	--------	--------------	----	---------------	--------	--	--	--

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

Dardo - 600g

600 g (Iniciados)

Recordes Regionais: sub16 - 51,50 sub14 - 26,81

Ranking até: 15,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
34,93	Marco Santos		11/09/07	s16	AJS	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	18/jun		rp	30,47 / 30,37
26,40	Miguel A. Nóbrega		10/02/08	s16	CSM	CR Iniciados	2º	Ribeira Brava	14/mai		rp	24,60 / 21,63
24,90	Guilherme R Ferreira		22/01/08	s16	GDE	CR Iniciados	3º	Ribeira Brava	14/mai		rp	24,25
24,22	Roberto Gomes		19/01/07	s16	ADRAP	Atleta Completo Nac	7º	Maia	2/jul		rp	22,37 / 17,35
23,27	Matias Freitas		16/01/08	s16	ADRAP	CR Iniciados	4º	Ribeira Brava	14/mai		rp	23,24 / 21,88
23,15	João Tomás Santos		30/03/08	s16	ADRAP	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	23/abr		rp	22,79 / 21,72
22,84	Fábio Aguiar		15/09/09	s14	CSM	CR Iniciados	5º	Ribeira Brava	14/mai		rp	
22,30	Marcos Faria		27/10/09	s14	GDE	CR Iniciados	6º	Ribeira Brava	14/mai		rp	
19,52	Nélio Serrão		30/04/07	s16	AJS	CR Inverno s14-s16	4º	Ribeira Brava	13/fev		19,73 /21	
18,01	Afonso Nóbrega		16/11/08	s16	AJS	Atleta Completo	4º	Ribeira Brava	2/abr		rp	17,20 / 15,70
17,26	Gonçalo P. Silva		14/07/10	s14	CSM	CR Iniciados	7º	Ribeira Brava	14/mai		rp	
16,72	Lucas R. Santos		13/07/07	s16	AJS	Atleta Completo	5º	Ribeira Brava	2/abr		rp	
16,28	Leonardo Costa		25/02/08	s16	GDE	Prova Extra	3º	Ribeira Brava	18/jun		rp	
16,26	Andree Abreu		11/03/10	s14	ADRAP	CR Iniciados	8º	Ribeira Brava	14/mai		rp	
15,83	Manuel Rocha		28/08/07	s16	AJS	CR Inverno s14-s16	5º	Ribeira Brava	13/fev		rp	

Dardo - 400g

400 g (Infantis)

Recordes Regionais: sub14 - 47,57

Ranking até: 12,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
26,26	Fábio Aguiar		15/09/09	s14	CSM	CR s14	1º	Ribeira Brava	18/jun		rp	24,35 / 23,13
25,53	Marcos Faria		27/10/09	s14	GDE	CR s14	2º	Ribeira Brava	18/jun		rp	21,55
22,90	Dinis A. Freitas		04/04/10	s14	ADRAP	CR s14	3º	Ribeira Brava	18/jun		rp	18,74 / 18,35
21,39	Gonçalo P. Silva		14/07/10	s14	CSM	CR Inverno s14-s16	2º	Ribeira Brava	13/fev		rp	18,79
20,87	Andree Abreu		11/03/10	s14	ADRAP	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	23/abr		rp	20,68
20,00	Jesús Abreu		11/03/10	s14	ADRAP	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	23/abr		rp	
17,05	Cláudio Camacho		20/05/09	s14	AJS	OJ Regional	3º	Ribeira Brava	30/abr		rp	15,10
14,36	Rodrigo Teixeira		28/06/10	s14	ADRAP	Prova Extra	3º	Ribeira Brava	10/dez		rp	

RANKINGS 2022

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

13,27	Tomás Freitas	13/05/11	s12	AJS	CR s14	5º	Ribeira Brava	18/jun	rp
12,94	Lucas Ferreira	14/09/11	s12	GDE	CR s14	6º	Ribeira Brava	18/jun	rp
12,71	Diogo Mendes	01/02/10	s14	GDE	CR s14	7º	Ribeira Brava	18/jun	rp
12,37	Mateus Cruz	13/03/11	s12	CSM	CR s14	8º	Ribeira Brava	18/jun	rp

Triatlo A - Juvenis

60m barr.(91cm), Peso (5k), Altura

Recordes Regionais: sub18 - 2047 p / pc - 1921 p

Ranking até: 1000 p

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
1 775 p	pc	Francisco Palmeira		24/11/05	s18	AJS	Triatlo Jovem Nac	6º	Pombal	12/mar		rp		
		Parciais:												
1 449 p	-1,0	Gonçalo Mendonça		17/06/06	s18	CSM	Triatlo Jovem Reg	1º	Fx / R. Brava	17/dez		rp		
		Parciais:												
1 341 p	-1,0	Marco Santos		11/09/07	s16	AJS	Triatlo Jovem Reg	2º	Fx / R. Brava	17/dez		rp		
		Parciais:												

Marcas em pista coberta:

1 775 p	pc	Francisco Palmeira		24/11/05	s18	AJS	Triatlo Jovem Nac	6º	Pombal	12/mar		rp		
		Parciais:												

Triatlo B - Juvenis

Peso (5k), 60m, Comprimento

Recordes Regionais: sub18 - 1 854 p / pc - 1 854 p

Ranking até: 1000 p

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
1 561 p	-0,3	Roberto Gomes		19/01/07	s16	ADRAP	Triatlo Jovem Reg	1º	Fx / R. Brava	17/dez		rp		
		Parciais:												
1 465 p	-0,2	Lucas R. Santos		13/07/07	s16	AJS	Triatlo Jovem Reg	2º	Fx / R. Brava	17/dez		rp		
		Parciais:												
1 076 p	pc	Omar Jesus		07/10/05	s18	AJS	Triatlo Jovem Nac	18º	Pombal	12/mar		1709 p /21		
		Parciais:												

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

Marcas em pista coberta:

1 076 p pc Omar Jesus 07/10/05 s18 AJS Triatlo Jovem Nac 18º Pombal 12/mar
 Parciais: 9,57 . 7,81 . X

Triatlo - Iniciados

60m barr.(84cm), Comprimento, Peso (4k)

Recordes Regionais: sub16 - 1780 / pc - 1746

Ranking até: 600 p

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
1 423 p	pc	Roberto Gomes		19/01/07	s16	ADRAP	Triatlo Jovem Nac	6º	Pombal	12/mar		rp		
	Parciais:	9,66 . 5,28 . 8,22												
1 056 p	-0,8	Matias Freitas		16/01/08	s16	ADRAP	Triatlo Jovem Reg	1º	Fx / R. Brava	17/dez		rp		
	Parciais:	11,34 (-1,1) . 5,02 (-0,6) . 7,79												
891 p	-0,7	João Tomás Santos		30/03/08	s16	ADRAP	Triatlo Jovem Reg	2º	Fx / R. Brava	17/dez		rp		
	Parciais:	12,48 (-1,5) . 4,51 (0,0) . 9,04												
873 p	-0,7	Fábio Aguiar		15/09/09	s14	CSM	Triatlo Jovem Reg	3º	Fx / R. Brava	17/dez		rp		
	Parciais:	11,54 (-1,5) . 4,21 (0,0) . 7,64												
817 p	-0,9	Mateus Belo Jesus		07/08/09	s14	CSM	Triatlo Jovem Reg	4º	Fx / R. Brava	17/dez		rp		
	Parciais:	11,49 (-1,5) . 4,45 (-0,4) . 5,86												
774 p	-1,2	Leonardo Costa		25/02/08	s16	GDE	Triatlo Jovem Reg	5º	Fx / R. Brava	17/dez		rp		
	Parciais:	11,98 (-1,5) . 4,18 (-0,9) . 7,04												
692 p	-1,0	Bernardo Olim		26/01/08	s16	ADRAP	Triatlo Jovem Reg	6º	Fx / R. Brava	17/dez		rp		
	Parciais:	11,96 (-1,1) . 3,63 (-0,9) . 7,07												
669 p	-1,0	Afonso Nóbrega		16/11/08	s16	AJS	Triatlo Jovem Reg	7º	Fx / R. Brava	17/dez		rp		
	Parciais:	12,80 (-1,1) . 4,17 (-0,9) . 6,83												
622 p	0,0	Pedro A. Gouveia		04/04/08	s16	ADRAP	Triatlo Jovem Reg	8º	Fx / R. Brava	17/dez		rp		
	Parciais:	0 . 4,86 (0,0) . 6,30												

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

Triatlo - Infantis

Triatlo Regional: 50m barr.(65cm), Peso (2k), Comprimento

Recordes Regionais: sub14 - 1242 p / pc - 1115 p

Ranking até: 300 p

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
884 p	-0,2	Dinis A. Freitas		04/04/10	s14	ADRAP	Triatlo Jovem Reg	1º	Fx / R. Brava	17/dez		rp		
	Parciais:	9,36 (-0,7) . 10,65 . 3,89 (0,2)												
694 p		Rodrigo Silva		03/07/10	s14	AJS	Triatlo Jovem Reg	2º	Fx / R. Brava	17/dez		rp		
	Parciais:	9,53 (-0,4) . 7,32 . 4,10 (0,5)												
608 p		Tiago Henriques		24/01/10	s14	AJS	Triatlo Jovem Reg	3º	Fx / R. Brava	17/dez		rp		
	Parciais:	9,83 (-0,4) . 8,27 . 3,46 (0,3)												
579 p		Rodrigo Teixeira		28/06/10	s14	ADRAP	Triatlo Jovem Reg	4º	Fx / R. Brava	17/dez		rp		
	Parciais:	9,77 (-0,7) . 7,62 . 3,47 (0,4)												
562 p		Carlos Abreu		28/10/10	s14	AJS	Triatlo Jovem Reg	5º	Fx / R. Brava	17/dez		rp		
	Parciais:	9,36 (-0,7) . 6,51 . 3,34 (0,3)												
537 p		Miguel Oliveira		08/05/11	s12	CSM	Triatlo Jovem Reg	6º	Fx / R. Brava	17/dez		rp		
	Parciais:	9,81 (-0,4) . 7,19 . 3,39 (0,4)												
474 p		Tiago M. Freitas		22/12/10	s14	AJS	Triatlo Jovem Reg	7º	Fx / R. Brava	17/dez		rp		
	Parciais:	10,43 (-0,7) . 7,84 . 3,25 (0,1)												
304 p		Miguel Brito		16/06/11	s12	AJS	Triatlo Jovem Reg	8º	Fx / R. Brava	17/dez		rp		
	Parciais:	11,46 (-0,7) . 6,60 . 3,22 (0,2)												

Decatlo

100m, Comprimento, Peso, Altura, 400m / 110m barr., Disco, Vara, Dardo, 1500m

Recordes Regionais: Abs - 7472 p Sub23 - 6263 p sub20 - 6234 p

Ranking até: Sen: 2500p sub20: 2000p

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
5 889 p	-0,8	André F. Oliveira		22/01/00	s23	ADRAP	C Portugal - Dec	4º	Leiria	26/jun		rp	5827p	
	Parciais:	11,39 (0,1) . 6,59 (-1,4) . 11,03 . 1,72 . 52,66 / 16,22 (-1,2) . 31,17 . 3,60 . 38,43 . 5 16,74												
5 305 p	-1,6	Pedro Buaró		14/06/01	s23	GDE	CR P Combinadas	1º	Fx / R. Brava	3/abr		rp		
	Parciais:	12,36 (-4,2) . 6,70 (-0,7) . 10,89 . 1,91 . 59,67 / 16,11 (0,0) . 25,66 . 4,50 . 39,46 . 0												
4 662 p	-0,4	Gilberto Carvalho		14/01/93	Sen	ADRAP	C Portugal - Dec	7º	Leiria	26/jun		? /		
	Parciais:	12,75 (0,1) . 5,48 (0,0) . 11,00 . 1,57 . 57,65 / 19,03 (-1,2) . 27,43 . 3,60 . 34,01 . 5 14,11												

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

2 970 p -2,3 Ivo Figueira 24/12/02 s23 AJS CR P Combinadas 2º Fx / R. Brava 3/abr rp
 Parciais: 12,62 (-4,2) . 5,94 (-2,9) . 7,55 . 1,70 . 55,79 / 0 . 15,43 . 0 . 24,51 . 0

Decatlo - juniores

100m, Comprimento, Peso (6), Altura, 400m / 110m barr.(1), Disco (1,75), Vara, Dardo (800), 1500m

Recordes Regionais: sub20 - 6331 p

Ranking até: 2500p

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
5 425 p	-0,6	Manuel Vieira		15/02/03	s20	ADRAP	CN P Combinadas	2º	Leiria	1/mai		5811 p /21	4868p	
Parciais: 11,36 (-0,6) . 6,63 (-0,7) . 10,01 . 1,89 . 52,33 / 18,22 (-0,5) . 26,38 . 3,70 . 22,70 . 5 32,84														
3 666 p	0,2	Miguel Azevedo		31/10/03	s20	ADRAP	CR P Combinadas	2º	Fx / R. Brava	3/abr		rp		
Parciais: 12,05 (-0,2) . 4,97 (0,8) . 11,35 . 1,52 . 58,40 / 18,88 (0,0) . 24,97 . 0 . 36,94 . 0														
2 882 p	-0,1	Diogo Martins		03/08/03	s20	AJS	CR P Combinadas	3º	Fx / R. Brava	3/abr		rp		
Parciais: 12,56 (-0,2) . 5,87 (-0,1) . 8,35 . 1,64 . 63,70 / 21,46 (0,0) . 17,78 . 0 . 17,27 . 0														

Decatlo - juvenis

100m, Comprimento, Peso (5), Altura, 400m / 110m barr.(91), Disco (1,5), Vara, Dardo (700), 1500m

Recordes Regionais: sub18 - 5033p

Ranking até: 2500p

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
3 807 p	-0,2	Francisco Palmeira		24/11/05	s18	AJS	CR P Combinadas	1º	Fx / R. Brava	3/abr		rp		
Parciais: 12,12 (-1,9) . 5,28 (-0,7) . 10,46 . 1,61 . 58,70 / 15,86 (2,0) . 20,94 . 0 . 27,17 . 0														
3 194 p	0,0	Artur Martins		25/01/05	s18	ADRAP	CR P Combinadas	2º	Fx / R. Brava	3/abr		rp		
Parciais: 12,55 (-1,9) . 5,03 (0,0) . 7,96 . 1,58 . 58,48 / 18,81 (2,0) . 22,16 . 0 . 24,17 . 0														
3 172 p	-0,1	Omar Jesus		07/10/05	s18	AJS	CR P Combinadas	3º	Fx / R. Brava	3/abr		rp		
Parciais: 12,24 (-1,9) . 5,90 (-0,4) . 9,82 . 1,61 . 71,62 / 18,58 (2,0) . 19,95 . 0 . 23,40 . 0														
2 476 p	0,0	Gonçalo Mendonça		17/06/06	s18	CSM	CR P Combinadas	4º	Fx / R. Brava	3/abr		rp		
Parciais: 13,67 (-1,9) . 5,02 (-0,1) . 8,74 . 1,52 . 64,48 / 21,01 (2,0) . 15,84 . 0 . 20,96 . 0														

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

Octatlo - A - juvenis

100m, Comprimento, Peso (5), 300m / 110m barr.(91), Altura, Dardo (700), 1000m

Recordes Regionais: sub18 - 5444p

Ranking até: 2500p

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
4 377 p	0,3	Francisco Palmeira		24/11/05	s18	AJS	Atleta Completo Nac	6º	Maia	3/jul		rp		
Parciais:		11,80 (0,8) . 5,49 (0,8) . 10,59 . 37,78 / 15,66 (-0,6) . 1,54 . 28,64 . 3 17,65												

Heptatlo - Iniciados

80m, Comprimento, Dardo (600g) / 100m barr.(84cm), Peso (4k), Altura, 1000m

Recordes Regionais: sub16 - 3550

Ranking até: 1500 p

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
3 202 p	0,5	Roberto Gomes		19/01/07	s16	ADRAP	Atleta Completo Nac	7º	Maia	3/jul		rp	2 830p	
Parciais:		9,79 (2,6) . 5,35 (0,1) . 24,22 / 15,73 (-1,3) . 7,44 . 1,51 . 3 16,79												
2 782 p	-0,5	Lucas R. Santos		13/07/07	s16	AJS	Atleta Completo	2º	Fx / R. Brava	3/abr		rp		
Parciais:		10,26 (-0,8) . 4,97 (-1,1) . 16,72 / 17,88 (0,4) . 8,49 . 1,40 . 3 06,33												
2 646 p	-0,1	Marco Santos		11/09/07	s16	AJS	Atleta Completo	3º	Fx / R. Brava	3/abr		rp		
Parciais:		10,99 (-0,8) . 4,89 (0,0) . 24,23 / 17,17 (0,4) . 8,50 . 1,48 . 3 29,15												
1 758 p	-0,5	Matias Freitas		16/01/08	s16	ADRAP	Atleta Completo	4º	Fx / R. Brava	3/abr		rp		
Parciais:		11,13 (-0,8) . 4,19 (-1,0) . 21,20 / 21,21 (0,4) . 6,55 . 1,44 . 4 05,22												

Pentatlo - Infantis

Pentatlo Regional: 60m, Comprimento / 50m barr.(65cm), Peso (2k), 1000m

Recordes Regionais: sub14 - 2262 p

Ranking até: 500p

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
2 000 p	-0,4	Pedro M. Gonçalves		07/01/09	s14	CSM	Atleta Completo	1º	Fx / R. Brava	3/abr		rp		
Parciais:		8,35 (-1,6) . 4,87 (-0,4) / 9,21 (0,8) . 10,67 . 3 23,00												
1 233 p	-0,1	Guilherme Henriques		07/06/09	s14	AJS	Atleta Completo	2º	Fx / R. Brava	3/abr		rp		
Parciais:		9,32 (-1,6) . 4,20 (0,4) / 9,46 (0,8) . 6,93 . 3 44,46												
1 181 p	0,0	Mateus Belo Jesus		07/08/09	s14	CSM	Atleta Completo	3º	Fx / R. Brava	3/abr		rp		
Parciais:		9,25 (-0,6) . 3,93 (-0,1) / 9,37 (0,8) . 6,84 . 3 49,39												

RANKINGS 2022

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

1 124 p	0,0	Fábio Aguiar	15/09/09	s14	CSM	Atleta Completo	4º	Fx / R. Brava	3/abr	rp
	Parciais:	9,69 (-0,6) . 3,79 (-0,2) / 10,03 (0,8) . 8,34 . 3 40,26								
942 p	-0,3	Andree Abreu	11/03/10	s14	ADRAP	Atleta Completo	5º	Fx / R. Brava	3/abr	rp
	Parciais:	9,66 (-1,6) . 3,63 (-0,1) / 10,51 (0,8) . 6,64 . 3 40,90								
844 p	-0,6	Jesús Abreu	11/03/10	s14	ADRAP	Atleta Completo	6º	Fx / R. Brava	3/abr	rp
	Parciais:	9,68 (-1,6) . 3,68 (-0,1) / 10,50 (0,8) . 5,75 . 3 48,72								
800 p	-0,3	Dinis A. Freitas	04/04/10	s14	ADRAP	Atleta Completo	7º	Fx / R. Brava	3/abr	rp
	Parciais:	9,54 (-1,6) . 3,56 (-0,2) / 11,93 (0,8) . 9,02 . 4 11,42								

Heptatlo

60m, Comprimento, Peso, Altura / 60m barr., Vara, 1000m

Recordes Regionais: Abs - 5277 p / pc - 5277 p Sub23 - 5277 p / pc - 5277 p sub20 - 4869 p / pc - 4869 p

Ranking até: Sen: 2000 p sub20:

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
5 277 p	pc	Guilherme Almeida		11/06/02	s23	AJS	C Portugal pc	2º	Pombal	27/fev	RR s23/Abs	rp		
	Parciais:	7,13 . 6,97 . 12,38 . 1,90 / 8,45 . 3,85 . 2 42,83												
4 501 p	pc	André F. Oliveira		22/01/00	s23	ADRAP	C Portugal pc	4º	Pombal	27/fev		? /	4387p	
	Parciais:	7,33 . 6,38 . 11,06 . 1,72 / 8,87 . 3,55 . 2 58,20												
3 841 p	pc	Gilberto Carvalho		14/01/93	Sen	ADRAP	C Portugal pc	5º	Pombal	27/fev		rp		
	Parciais:	8,21 . 5,58 . 10,93 . 1,60 / 10,21 . 4,25 . 3 01,78												
3 243 p	-0,3	Ulisses Tavares	CPV	18/10/92	Sen	ADRAP	CR P Comb Inv	1º	Fx / R. Brava	11/dez		3371 p /19		
	Parciais:	7,40 (0,1) . 6,13 (1,0) . 8,57 . 1,60 / 10,19 (-1,9) . 2,32 . 3 42,38												
2 014 p	-0,5	Pedro A. Freitas		08/02/96	Sen	GDE	CR P Comb Inv	2º	Fx / R. Brava	11/dez		2158 p /21		
	Parciais:	8,07 (0,1) . 4,96 (0,2) . 7,19 . 1,30 / 12,23 (-1,9) . 0 . 3 39,14												

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

Heptatlo - juniores

60m, Comprimento, Peso (6), Altura / 60m barr.(1), Vara, 1000m

Recordes Regionais: sub20 - 4951 p / pc - 4951 p

Ranking até: 1750p

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
4 555 p	pc	Manuel Vieira		15/02/03	s20	ADRAP	CN P Comb pc	1º	Braga	16/jan		rp		
Parciais:		7,38 . 6,52 . 10,74 . 1,80 / 9,09 . 3,60 . 2 55,50												
3 240 p	-0,5	Miguel Azevedo		31/10/03	s20	ADRAP	CR P Comb Inv	1º	Fx / R. Brava	11/dez		rp		
Parciais:		7,58 (0,1) . 4,97 (0,2) . 12,00 . 1,57 / 10,56 (-1,9) . 2,92 . 3 36,58												

Heptatlo - juvenis

60m, Comprimento, Peso (5), Altura / 60m barr.(91), Vara, 1000m

Recordes Regionais: sub18 - 4520 / pc - 4314 sub16 - 3997

Ranking até: 10º

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
3 588 p	-0,4	Omar Jesus		07/10/05	s18	AJS	CR P Comb Inv	1º	Fx / R. Brava	11/dez		rp		
Parciais:		7,65 (-0,2) . 6,46 (0,1) . 9,94 . 1,66 / 9,63 (-1,1) . 2,82 . 3 41,74												
3 562 p	-0,3	Artur Martins		25/01/05	s18	ADRAP	CR P Comb Inv	2º	Fx / R. Brava	11/dez		rp		
Parciais:		7,73 (-0,2) . 5,55 (0,5) . 10,60 . 1,39 / 10,17 (-1,1) . 3,62 . 3 09,39												
3 520 p	-0,2	Francisco Palmeira		24/11/05	s18	AJS	CR P Comb Inv	3º	Fx / R. Brava	11/dez		rp		
Parciais:		7,61 (-0,2) . 5,60 (0,8) . 10,37 . 1,57 / 8,68 (-1,1) . 0 . 3 09,59												
3 024 p	-0,4	Roberto Gomes		19/01/07	s16	ADRAP	CR P Comb Inv	4º	Fx / R. Brava	11/dez		rp		
Parciais:		7,58 (-0,2) . 5,45 (0,2) . 8,88 . 1,48 / 9,47 (-1,1) . 0 . 3 26,68												
2 717 p	-0,3	Gonçalo Mendonça		17/06/06	s18	CSM	CR P Comb Inv	5º	Fx / R. Brava	11/dez		rp		
Parciais:		8,34 (-0,2) . 5,09 (0,5) . 8,49 . 1,60 / 10,61 (-1,1) . 0 . 3 10,98												
1 879 p	0,1	Marco Santos		11/09/07	s16	AJS	CR P Comb Inv	6º	Fx / R. Brava	11/dez		rp		
Parciais:		8,51 (-0,2) . 4,72 (0,5) . 8,55 . 1,51 / 0 . 0 . 3 38,99												

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

4 x 60 m

Infantis

Recordes Regionais: sub14 - 32,00

Ranking até:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
35,65	Marítimo		01/01/09	s14	CSM	OJ Regional	1º	Ribeira Brava	30/abr		34,80 /01	
Constituição:		Mateus Belo Jesus 09, Fábio Aguiar 09, Gonçalo P Silva 10, Pedro M Gonçalves 09										
37,70	Marítimo		01/01/09	s14	CSM	CR Estafetas	1º	Ribeira Brava	9/abr		34,80 /01	
Constituição:		Fábio Aguiar 09, Mateus Cruz 11, Gonçalo P Silva 10, Mateus Belo Jesus 09										
41,11	Estreito		01/01/10	s14	GDE						34,88 /12	
Constituição:		Luís H. Nunes 10, João Pedro Gonçalves 10, João Paulo Figueira 10, Lucas Ferreira 11										
41,37	Jardim da Serra		01/01/09	s16	AJS						36,38 /12	
Constituição:		João Carrascal 11, Guilherme Henriques 09, Lourenço Lúcio 11, Afonso Jesus 11										

4 x 80 m

Iniciados

Recordes Regionais: sub16 - 37,25

Ranking até: 52,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
40,72	Água de Pena		01/01/07	s16	ADRAP	OJ Regional	1º	Ribeira Brava	30/abr		40,18 /04	42,93
Constituição:		Pedro A. Gouveia 08, João Tomás Santos 08, Matias Freitas 08, Roberto Gomes 07										
43,70	Jardim da Serra		01/01/07	s16	AJS	CR Inverno s14-s16	2º	Ribeira Brava	13/fev		41,15 /20	
Constituição:		Afonso Nóbrega 08, Marco Santos 07, Guilherme Henriques 09, Lucas R. Santos 07										
44,20	Jardim da Serra		01/01/07	s16	AJS	OJ Regional	2º	Ribeira Brava	30/abr		41,15 /20	
Constituição:		Óscar Góis 08, Marco Santos 07, Afonso Nóbrega 08, Lucas R. Santos 07										
46,31	Jardim da Serra		01/01/07	s16	AJS	CR Estafetas	1º	Ribeira Brava	9/abr		41,15 /20	
Constituição:		Afonso Nóbrega 08, Marco Santos 07, Guilherme Henriques 09, João M Rodrigues 08										
47,73	Marítimo		01/01/08	s16	CSM	CR Inverno s14-s16	3º	Ribeira Brava	13/fev		42,20 /14	
Constituição:		Mateus Belo Jesús 09, Gonçalo P. Silva 10, Fábio Aguiar 09, Miguel A. Nóbrega 08										

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

4 x 100 m

Recordes Regionais: Abs - 42,01 Sub23 - 43,09 sub20 - 43,09 sub18 - 44,04 sub16 - 48"5

Ranking até: Sen: 50,00 sub20: 52,00 sub18: 54,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
42,87	Estreito		01/01/93	Sen	GDE	CN 1ª divisão	4º	Leiria	30/jul		42,01 /98	
Constituição: Bruno Pita 03, Micael Franco 95, Samuel Remédios 92, Rodrigo Rito 00												
43,04	Água de Pena		01/01/92	Sen	ADRAP	CNC - apuramento	5º	Lisboa (U)	28/mai		rp	
Constituição: Miguel Tapadas 98, Ulisses Tavares 92, Carlos Prino 97, Manuel Vieira 03												
43,10	Estreito		01/01/93	Sen	GDE	CNC - apuramento	6º	Lisboa (U)	28/mai		42,01 /98	
Constituição: Lourenço A Viveiros 06, Micael Franco 95, Bruno Pita 03, Rodrigo Rito 00												
43,66	Jardim da Serra		01/01/99	Sen	AJS	CNC - apuramento	8º	Guimarães	28/mai		42,50 /15	
Constituição: Francisco Palmeira 05, Delvis Santos 99, Xavier Outeiro 03, Ivo Figueira 02												
45,07	Água de Pena		01/01/92	Sen	ADRAP	CR Absolutos	1º	Ribeira Brava	11/jun		43,41 /19	
Constituição: Miguel Azevedo 03, Ulisses Tavares 92, Manuel Vieira 03, Artur Martins 05												
45,41	Jardim da Serra - sub23		01/01/02	s23	AJS	CR Absolutos	2º	Ribeira Brava	11/jun		45,13 /09	
Constituição: Tiago Freitas 02, Omar Jesus 05, Francisco Palmeira 05, Ivo Figueira 02												
46,06	Jardim da Serra - juniores		01/01/03	s20	AJS	CR Estafetas	1º	Ribeira Brava	23/abr		45,13 /09	
Constituição: Pedro Chaves 05, Francisco Palmeira 05, Diogo Martins 03, Omar Jesus 05												
46,13	Água de Pena - juniores		01/01/03	s20	ADRAP	CR Estafetas	2º	Ribeira Brava	23/abr		45,17 /08	
Constituição: Miguel Azevedo 03, Manuel Vieira 03, Artur Martins 05, Tomás Rosário 04												
46,58	Jardim da Serra		01/01/92	Sen	AJS	CN 1ª divisão	7º	Leiria	30/jul		42,50 /15	
Constituição: Francisco Palmeira 05, Xavier Outeiro 03, Francisco Cordoeiro 92, Delvis Santos 99												
49,18	Jardim da Serra - juvenis		01/01/05	s18	AJS	CR Estafetas	1º	Ribeira Brava	9/abr		47,17 /08	
Constituição: Marco Santos 07, Omar Jesus 05, Francisco Palmeira 05, Nélío Santos 05												
49,43	Água de Pena - juvenis		01/01/05	s18	ADRAP	CR Estafetas	2º	Ribeira Brava	9/abr		46,85 /11	
Constituição: Roberto Gomes 07, Matias Freitas 08, Pedro A. Gouveia 08, Artur Martins 05												
51,11	Marítimo - juniores		01/01/03	s20	CSM	CR Estafetas	3º	Ribeira Brava	9/abr		43,09 /03	
Constituição: Gonçalo Mendonça 06, Richard Andrade 03, Tiago Afonso Martins 05, Afonso D. Fernandes 05												
Atletas Veteranos:												
57,57	CA Funchal - V35		01/01/79	Vet	CAFH	CR Veteranos	1º	Ribeira Brava	11/jun		53,09 /19	
Constituição: João Vieira 76, António Mendonça 73, António Jardim 86, Duarte Xavier 80												

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

62,14 Estreito - V 50 01/01/67 Vet GDE CR Inverno Vet 1º Ribeira Brava 29/jan
 Constituição: Énio Freitas 72, Pedro Silva 87, Paulo M Gonçalves 67, Lourenço Barcelos 77

4 x 400 m

Recordes Regionais: Abs - 3 16,00 / pc - 3 20,16 Sub23 - 3 16,00 / pc - 3 23,71 sub20 - 3 21,10 / pc - 3 28,21 sub18 - 3 26,34

Ranking até: Sen: 4 10,0 sub20: 4 20,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
3 22,14	pc Jardim da Serra		01/01/97	Sen	AJS	CN 1ª div pc	3º	Pombal	20/fev		3 21,12 /18	
	Constituição: Delvis Santos 99, Xavier Outeiro 03, Paulo Neto 97, Bernardo Pereira 97											
3 22,84	Jardim da Serra		01/01/91	Sen	AJS	CNC - apuramento	3º	Guimarães	29/mai		3 21,12 /18	
	Constituição: Roberto Faria 91, Xavier Outeiro 03, Eduardo Pestana 02, Bernardo Pereira 97											
3 23,23	pc Água de Pena		01/01/95	Sen	ADRAP	CN 2ª div pc	1º s	Pombal	20/fev		rp	
	Constituição: André Oliveira 00, Manuel Vieira 03, Rafael Jorge 97, Diogo Mestre 95											
3 24,84	pc Jardim da Serra		01/01/92	Sen	AJS	CN Clubes pc - apuram	5º	Braga	22/jan		3 21,12 /18	
	Constituição: Paulo Neto 97, Xavier Outeiro 03, Francisco Cordoeiro 92, Bernardo Pereira 97											
3 25,29	Estreito		01/01/92	Sen	GDE	CN 1ª divisão	5º	Leiria	31/jul		3 16,42 /98	3 31,88
	Constituição: Edgar Remédios 94, Davide Teixeira 92, Miguel Mascarenhas 98, Micael Franco 95											
3 26,28	Jardim da Serra		01/01/91	Sen	AJS	CN 1ª divisão	6º	Leiria	31/jul		3 21,12 /18	
	Constituição: Roberto Faria 91, Francisco Cordoeiro 92, Wilson Conniott 93, Bernardo Pereira 97											
3 26,33	Água de Pena		01/01/96	Sen	ADRAP	CNC - apuramento	8º	Lisboa (U)	29/mai		rp	
	Constituição: Carlos Prino 97, Pedro Martins 96, André Oliveira 00, Manuel Vieira 03											
3 26,76	Água de Pena		01/01/96	Sen	ADRAP	CN 1ª divisão	8º	Leiria	31/jul		rp	
	Constituição: Guilherme Omelas 02, Samuel Rios 01, Pedro Martins 96, Rafael Jorge 97											
3 30,71	pc Água de Pena		01/01/95	Sen	ADRAP	CN Clubes pc - apuram	12º	Pombal	22/jan		3 27,63 /13	
	Constituição: André Oliveira 00, Rafael Jorge 97, Tomás Rosário 04, Diogo Mestre 95											
3 37,09	Água de Pena		01/01/91	Sen	ADRAP	CR Absolutos	1º	Ribeira Brava	12/jun		3 27,63 /13	
	Constituição: Guilherme Omelas 02, Ibrahim Gama 01, Bruno Moniz 91, Tomás Rosário 04											
3 45,56	Jardim da Serra		01/01/92	Sen	AJS	CR Absolutos Inv	1º	Ribeira Brava	16/jan		3 21,12 /18	
	Constituição: Paulo Neto 97, Francisco Cordoeiro 92, Francisco Nóbrega 03, Francisco Palmeira 05											
3 50,04	Jardim da Serra		01/01/91	Sen	AJS	CR Absolutos	2º	Ribeira Brava	12/jun		3 21,12 /18	
	Constituição: Roberto Faria 91, Paulo Macedo 93, Tiago Freitas 02, Eduardo Pestana 02											

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

3 50,34	Água de Pena - Juniores	01/01/03	s20	ADRAP	CR Estafetas	1º	Ribeira Brava	9/abr	3 34,27	pc/11
Constituição:		Miguel Azevedo 03, Manuel Vieira 03, Artur Martins 05, Tomás Rosário 04								
4 08,24	CA Funchal - veteranos	01/01/86	Vet	M 35	CR Absolutos Inv	2º	Ribeira Brava	16/jan	4 06,89	/19
Constituição:		João Vieira 76, Luís Barros 79, Duarte Xavier 80, Élvio Silva 86								
4 09,33	Marítimo	01/01/98	Sen	CSM	CR Absolutos Inv	3º	Ribeira Brava	16/jan	3 16,00	/03
Constituição:		Gonçalo Mendonça 06, Milton Ferreira 98, Bruno Viveiros 98, Richard Andrade 03								

Equipas de Veteranos:

4 15,46	CAFH - veteranos	01/01/80	Vet	CAFH	CR Inverno Vet	1º	Ribeira Brava	30/jan	rp	/
Constituição:		João Vieira 76, Raúl Goulart 76, Duarte Xavier 80, António Mendonça 73								
4 20,32	Estreito - veteranos	01/01/87	Vet	GDE	CR Inverno Vet	2º	Ribeira Brava	30/jan	rp	/
Constituição:		Énio Freitas 72, Pedro Silva 87, Paulo M Gonçalves 67, Lourenço Barcelos 77								
4 53,05	VIP-RC - veteranos	01/01/86	Vet	VIP-RC	CR Inverno Vet	3º	Ribeira Brava	30/jan	rp	/
Constituição:		Diogo Andrade 86, Hodório Pereira 60, Gabriel de Freitas 64, Rui Castro 57								
5 18,70	ADC - veteranos	01/01/80	Vet	ADC	CR Inverno Vet	4º	Ribeira Brava	30/jan	rp	/
Constituição:		Francisco Sampaio 72, E. Miguel Gouveia 71, Dinarte M Rodrigues 77, Marco Brasil 80								

Marcas em pista coberta:

3 24,84	pc	Jardim da Serra	01/01/92	Sen	AJS	CN Clubes pc - apuram	5º	Braga	22/jan
Constituição:		Paulo Neto 97, Xavier Outeiro 03, Francisco Cordoeiro 92, Bernardo Pereira 97							
3 30,71	pc	Água de Pena	01/01/92	Sen	ADRAP	CN Clubes pc - apuram	12º	Pombal	22/jan
Constituição:		André Oliveira 00, Rafael Jorge 97, Tomás Rosário 04, Diogo Mestre 95							

Estafeta Sueca (Medley)

(100m, 200m, 300m, 400m)

Recordes Regionais: Abs - 1 56,82 Sub23 - 2 06,81 sub20 - 2 06,81 sub18 - 2 07,70 sub16 - 2 40,74

Ranking até: Sen: 2 40,0 sub20: 2 40,0 sub18: 2 50,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
2 06,45	Água de Pena - sub23		01/01/02	s23	ADRAP	CR Estafetas	1º	Ribeira Brava	23/abr		rp	
Constituição:		Guilheme Omelas 02, Artur Martins 05, Tomás Rosário 04, Manuel Vieira 03										
2 08,86	Jardim da Serra		01/01/91	Sen	AJS	CR Estafetas	2º	Ribeira Brava	23/abr		1 56,82	/16
Constituição:		Diogo Martins 03, Roberto Faria 91, Décio Abreu 85, Eduardo Pestana 02										
2 10,55	Estreito - sub23		01/01/01	s23	GDE	CR Estafetas	3º	Ribeira Brava	23/abr		2 04,25	/16
Constituição:		Bruno Pita 03, Fernando Nóbrega 04, Rodrigo Barros 01, Pedro Monteiro 04										

RANKINGS 2022

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

2 19,58	Jardim da Serra - juvenis	01/01/05	s18	AJS	CR Estafetas	1º	Ribeira Brava	23/abr	2 09,50 /12
Constituição:		Omar Jesus 05, Lucas R. Santos 07, Francisco Palmeira 05, Pedro Chaves 05							
2 25,35	Marítimo	01/01/98	Sen	CSM	CR Estafetas	4º	Ribeira Brava	23/abr	2 14,40 /16
Constituição:		Bruno Viveiros 98, Tiago Afonso Martins 05, Gonçalo Mendonça 06, Richard Andrade 03							
2 25,75	CA Funchal	01/01/80	Vet	CAFH	CR Estafetas	5º	Ribeira Brava	23/abr	rp
Constituição:		Duarte Xavier 80, Nuno Silva 76, Raul Goulart 76, João Vieira 76							
2 36,98	Água de Pena - iniciados	01/01/07	s16	ADRAP	CR Estafetas	2º	Ribeira Brava	23/abr	rp /
Constituição:		Pedro A. Gouveia 08, Bernardo Nóia 08, Roberto Gomes 07, Diogo Mendonça 08							
2 45,75	Jardim da Serra - juvenis	01/01/06	s18	AJS	CR Estafetas	3º	Ribeira Brava	23/abr	2 09,50 /12
Constituição:		João M. Rodrigues 08, Marco Santos 07, Afonso Nóbrega 08, Pedro T. Pestana 06							

Estafeta Olímpica

(100m, 200m, 400m, 800m)

Recordes Regionais: Abs - 3 21,7 Sub23 - 3 26,4 sub20 - 4 01,67

Ranking até:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
3 29,14	Jardim da Serra		01/01/91	Sen	AJS	CR Estafetas	1º	Ribeira Brava	9/abr		3 24,05 /16	
Constituição:		Roberto Faria 91, Tiago Freitas 02, Francisco Palmeira 05, Eduardo Pestana 02										
3 35,23	Água de Pena		01/01/92	Sen	ADRAP	CR Estafetas	2º	Ribeira Brava	9/abr		3 28,75 /17	
Constituição:		Miguel Azevedo 03, Ulisses Tavares 92, Manuel Vieira 03, Tomás Rosário 04										
3 43,72	Estreito		01/01/89	Sen	GDE	CR Estafetas	3º	Ribeira Brava	9/abr		3 21,7 /18	
Constituição:		Femando Nóbrega 04, Lourenço A. Viveiros 06, Rodrigo Baros 01, Humberto Pires 89										
4 01,88	CA Funchal - veteranos		01/01/86	Vet	CAFH	CR Estafetas	4º	Ribeira Brava	9/abr		3 59,32 /17	
Constituição:		João Vieira 76, Emídio Rodrigues 65, Énio Silva 87, Élvio Silva 86										
4 02,19	Marítimo		01/01/98	Sen	CSM	CR Estafetas	5º	Ribeira Brava	9/abr		3 37,0 /72	
Constituição:		Bruno Viveiros 98, Guilherme Neves 01, Gonçalo Mendonça 06, José Luís Gomes 03										

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

4 x 1.500 m

Recordes Regionais: Abs - 16 31,67 sub18 - 21 23,99

Ranking até: 21 00,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
17 42,86	Jardim da Serra			Sen	AJS	CR Estafetas	1º	Ribeira Brava	23/abr		17 24,22	/15
Constituição:	Paulo Macedo 93, Roberto Faria 91, Décio Abreu 85, Eduardo Pestana 02											
19 32,71	Rodoeste			Sen	R-TRM	CR Estafetas	2º	Ribeira Brava	23/abr		rp	
Constituição:	Sérgio A. Jesus 79, José T. Correia 68, Amândio Correia 69, Fabiano Abreu 98											
19 33,40	CA Funchal - veteranos			Vet	CAFH	CR Estafetas	3º	Ribeira Brava	23/abr		19 02,69	/17
Constituição:	Alexandre Veríssimo 84, Miguel Gonçalves 81, Énio Silva 87, Miguel Passos 75											
19 43,16	Corticeiras			Sen	GDC	CR Estafetas	4º	Ribeira Brava	23/abr		19 40,72	/17
Constituição:	Paulo Fernandes 75, Livramento Santos 79, Ricardo Quaresma 73, Pedro de Sousa 96											
20 09,12	Estreito			Sen	GDE	CR Estafetas	5º	Ribeira Brava	23/abr		16 31,67	/18
Constituição:	Lourenço Barcelos 77, Pedro Silva 87, Luís Neves 06, Pedro Monteiro 04											
21 17,97	Mc Donald's			Sen	MCDON	CR Estafetas	6º	Ribeira Brava	23/abr		19 51,39	/16
Constituição:	Fábio Conceição 87, Filipe Faria 73, Rogério Nunes 59, Maurício Santos 81											
22 49,04	CA Funchal			Sen	CAFH	CR Estafetas	7º	Ribeira Brava	23/abr		17 33,48	/11
Constituição:	Raúl Goulart 76, Nuno B. Margarido 04, Fernando Silvino 04, Gonçalo Margarido 06											