

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

60 m

Recordes Regionais: Abs - 6,77 / pc - 6,77														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: 9,00		sub14: 9,75	
Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF									
6,77	pc	Delvis Santos		27/06/99	Sen	AJS	C Portugal pc	2º	Pombal	18/fev	RR Abs pc	6,73 pc/21	6,83pc / 6,84pc										
6,97	pc	Rodrigo Rito		30/08/00	Sen	GDE	C Portugal pc	4º e	Pombal	18/fev		6,97 pc/22	7,02pc / 7,02pc										
7,05	pc	Xavier Outeiro		08/08/03	s23	AJS	Meet M.Pereira	2º s	Lisboa CAR	7/jan		rp	7,08pc										
7,05	pc	Guilherme Almeida		11/06/02	s23	AJS	CN P Comb PC	1º	Braga	21/jan		rp											
7,11	pc	Edgar Remédios		05/05/94	Sen	GDE	Meet Pombal pc	2º s	Pombal	4/fev		rp											
7,12	pc	Miguel Tapadas		23/04/98	Sen	ADRAP	CN 2ª div pc	2º	Pombal	11/fev		7,03 pc/22	7,13pc / 7,17pc										
7,33	-0,5	Lourenço A. Viveiros		16/06/06	s18	GDE	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	18/fev		7,09 /22											
7,39	-0,2	Guilherme Ornelas		12/03/02	s23	ADRAP	CR Absolutos Inverno	1º e	Ribeira Brava	14/jan		rp	7,39 / 7,44	7,20 (2,5)									
7,59	pc	Francisco Palmeira		24/11/05	s20	AJS	Prova Extra	5º s	Pombal	11/fev		7,48 /21	7,60 / 7,65										
7,60	pc	Omar Jesus		07/10/05	s20	AJS	Prova Extra	3º s	Pombal	11/fev		7,58 /21											
7,61	-2,4	Roberto Gomes		19/01/07	s18	ADRAP	CR Inverno s18/s20	1º	Ribeira Brava	7/jan		7,58 /22	7,68 / 7,71	7,45 (2,6)									
7,63	-0,5	Rodrigo Barros		31/08/01	s23	GDE	CR Absolutos Inverno	2º	Ribeira Brava	14/jan		7,61 /18	7,77										
7,75	-0,2	José Fernandes		06/01/93	Sen	AJS	CR Absolutos Inverno	2º e	Ribeira Brava	14/jan		7,40 /18	7,81										
7,82	-0,2	Lucas R. Santos		13/07/07	s18	AJS	CR Absolutos Inverno	3º e	Ribeira Brava	14/jan		7,72 /22	7,91 / 7,97										
7,84	-2,4	Pedro Chaves		09/09/05	s20	AJS	CR Inverno s18/s20	3º	Ribeira Brava	7/jan		rp	7,84 / 7,85										
7,85	-2,4	Artur Martins		25/01/05	s20	ADRAP	CR Inverno s18/s20	4º	Ribeira Brava	7/jan		7,66 /21	7,85										
7,96	-0,2	André R. Pereira		21/10/05	s20	AAM-M	CR Absolutos Inverno	4º e	Ribeira Brava	14/jan		rp	8,02 / 8,06										
7,98	-1,9	João Tomás Santos		30/03/08	s16	ADRAP	CR Inverno s14/s16	1º	Ribeira Brava	11/fev		rp	8,07										
8,00	-0,8	Carlos Magno Silva		12/01/08	s16	GDE	CR Inverno s14/s16	1º e	Ribeira Brava	11/fev		rp /	8,15 / 8,20										
8,04	-1,9	Pedro A. Gouveia		04/04/08	s16	ADRAP	CR Inverno s14/s16	2º	Ribeira Brava	11/fev		rp	8,05 / 8,36										
8,23	-1,6	Pedro M. Gonçalves		07/01/09	s16	CSM	CR Inverno s14/s16	2º e	Ribeira Brava	11/fev		8,21 /22	8,42										
8,33	1,0	Mateus Belo Jesus		07/08/09	s16	CSM	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	4/fev		rp	8,43 / 8,56	8,24 (2,6)									
8,38	-2,4	Henrique Serrão		21/12/06	s18	GDE	CR Inverno s18/s20	7º	Ribeira Brava	7/jan		7,83 /0?	8,50										
8,51	-0,8	Bernardo Olim		26/01/08	s16	ADRAP	CR Inverno s14/s16	3º e	Ribeira Brava	11/fev		rp	8,85										
8,61	-1,9	Rodrigo Magalhães		04/07/08	s16	ADRAP	CR Inverno s14/s16	5º	Ribeira Brava	11/fev		rp /	8,87										
8,82	-1,2	Dinis A. Freitas		04/04/10	s14	ADRAP	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	14/jan		rp											
9,00	-0,8	Quévin Oliveira		03/11/08	s16	AJS	CR Inverno s14/s16	4º e	Ribeira Brava	11/fev		rp /											
9,15	-2,1	Rodrigo Silva		03/07/10	s14	AJS	CR Inverno s14/s16	1º	Ribeira Brava	11/fev		rp /	9,21										

RANKINGS 2023

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

9,19	0,3	Rafael Silva	20/04/10	s14	CDEPC	CR Inverno s14/s16	1º e	Ribeira Brava	11/fev	rp /	9,40
9,27	-1,6	Luís H. Nunes	09/10/10	s14	GDE	CR Inverno s14/s16	2º e	Ribeira Brava	11/fev	rp	
9,29	-1,6	Rodrigo Teixeira	28/06/10	s14	ADRAP	CR Inverno s14/s16	3º e	Ribeira Brava	11/fev	9,28 /22	9,34
9,32	-1,2	Tiago Henriques	24/01/10	s14	AJS	Prova Extra	3º	Ribeira Brava	14/jan	rp /	
9,38	0,3	Andree Abreu	11/03/10	s14	ADRAP	CR Inverno s14/s16	2º e	Ribeira Brava	11/fev	rp	9,63 / 9,66
9,40	-1,2	Carlos Abreu	28/10/10	s14	AJS	Prova Extra	4º	Ribeira Brava	14/jan	rp	
9,46	-1,6	João Carlos Abreu	31/07/11	s14	CSM	CR Inverno s14/s16	4º e	Ribeira Brava	11/fev	rp /	9,74 / 9,80
9,57	-1,6	Miguel Brito	16/06/11	s14	AJS	CR Inverno s14/s16	5º e	Ribeira Brava	11/fev	rp /	9,98
9,61	-2,1	Lucas Freitas	28/02/10	s14	ADRAP	CR Inverno s14/s16	5º	Ribeira Brava	11/fev	rp /	9,76
9,74	-1,2	Jesús Abreu	11/03/10	s14	ADRAP	Prova Extra	6º	Ribeira Brava	14/jan	9,68 /22	

Melhores veteranos:

8,03	-0,8	João Vieira	02/08/76	V 45	CAFH	CR Absolutos Inverno	5º e	Ribeira Brava	14/jan		
------	------	-------------	----------	------	------	----------------------	------	---------------	--------	--	--

Marcas em pista coberta:

6,77	pc	Delvis Santos	27/06/99	Sen	AJS	C Portugal pc	2º	Pombal	18/fev	RR Abs pc	
6,97	pc	Rodrigo Rito	30/08/00	Sen	GDE	C Portugal pc	4º e	Pombal	18/fev		
7,05	pc	Xavier Outeiro	08/08/03	s23	AJS	Meet M.Pereira	2º s	Lisboa CAR	7/jan		
7,05	pc	Guilherme Almeida	11/06/02	s23	AJS	CN P Comb PC	1º	Braga	21/jan		
7,11	pc	Edgar Remédios	05/05/94	Sen	GDE	Meet Pombal pc	2º s	Pombal	4/fev		
7,12	pc	Miguel Tapadas	23/04/98	Sen	ADRAP	CN 2ª div pc	2º	Pombal	11/fev		
7,59	pc	Francisco Palmeira	24/11/05	s20	AJS	Prova Extra	5º s	Pombal	11/fev		
7,60	pc	Omar Jesus	07/10/05	s20	AJS	Prova Extra	3º s	Pombal	11/fev		

Marcas com Vento Favorável Irregular:

7,20	2,5	Guilherme Ornelas	12/03/02	s23	ADRAP	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	4/fev		
7,45	2,6	Roberto Gomes	19/01/07	s18	ADRAP	T. Preparação	1º	Ribeira Brava	28/jan		
7,49	2,5	Omar Jesus	07/10/05	s20	AJS	Prova Extra	3ª	Ribeira Brava	4/fev		
7,93	2,5	João Vieira	02/08/76	V 45	CAFH	CR Veteranos Inverno	1º s	Ribeira Brava	28/jan		
8,00	2,5	Pedro Silva	14/01/87	V 35	GDE	CR Veteranos Inverno	2º s	Ribeira Brava	28/jan		
8,13	2,5	Guilherme Nóbrega	01/12/06	s18	CSM	Prova Extra	4º	Ribeira Brava	4/fev		
8,24	2,6	Mateus Belo Jesus	07/08/09	s16	CSM	T. Preparação	2º	Ribeira Brava	28/jan		

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

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
-------	-------	--------	-----	----	---------	-------	------------	----	-------	------	-----	--------------	---------------	-------

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
-------	-------	--------	-----	----	---------	-------	------------	----	-------	------	-----	--------------	---------------	-------

150 m

Recordes Regionais: sub14 - 18,79

Ranking até: 26,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
21,97	-1,5	Bernardo Silva		18/02/10	s14	nf	CR Escolares	1º s	Ribeira Brava	4/mar	EBSPSOL	rp /		
22,47	0,7	Tiago Henriques		24/01/10	s14	AJS	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	4/fev		rp /		
22,60	-3,1	Martim Perneta		07/03/11	s14	nf	CR Escolares	1º s	Ribeira Brava	4/mar	EHBG	rp /		
22,66	-1,5	Tomás Inácio		14/07/11	s14	nf	CR Escolares	2º s	Ribeira Brava	4/mar	EBSPSOL	rp /		
22,78	-1,5	Rodrigo Teixeira		28/06/10	s14	ADRAP	CR Escolares	3º s	Ribeira Brava	4/mar		rp /		
23,05	0,7	Carlos Abreu		28/10/10	s14	AJS	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	4/fev		rp		
23,48	-3,1	João Carlos Abreu		31/07/11	s14	CSM	CR Escolares	2º s	Ribeira Brava	4/mar		rp /		
23,97	-3,1	Lucas Freitas		28/02/10	s14	ADRAP	CR Escolares	3º s	Ribeira Brava	4/mar		rp /		
25,37	-1,5	João Gomes		01/10/11	s14	nf	CR Escolares	4º s	Ribeira Brava	4/mar	EHBG	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
21,48	pc	Delvis Santos		27/06/99	Sen	AJS	C Portugal pc	1º	Pombal	19/fev		20,74 /21		
23,46	-0,6	Guilherme Ornelas		12/03/02	s23	ADRAP	CR Absolutos Inverno	1º	Ribeira Brava	15/jan		23,01 /22		

RANKINGS 2023

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

24,62	-0,3	Pedro Chaves	09/09/05	s20	AJS	CR Inverno s18/s20	1º	Ribeira Brava	8/jan	rp	
24,90	-0,3	Lucas R. Santos	13/07/07	s18	AJS	CR Inverno s18/s20	2º	Ribeira Brava	8/jan	rp /	
25,19	-0,3	Artur Martins	25/01/05	s20	ADRAP	CR Inverno s18/s20	3º	Ribeira Brava	8/jan	24,79 /22	
25,39	0,9	Roberto Gomes	19/01/07	s18	ADRAP	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	12/fev	rp	
25,73	-0,6	Pedro Silva	14/01/87	V 35	GDE	CR Absolutos Inverno	2º	Ribeira Brava	15/jan	rp	26,04

Melhores veteranos:

25,73	-0,6	Pedro Silva	14/01/87	V 35	GDE	CR Absolutos Inverno	2º	Ribeira Brava	15/jan		
26,15	1,9	João Vieira	02/08/76	V 45	CAFH	CR Veteranos Inverno	1º	Ribeira Brava	29/jan		
28,44	1,9	Énio Freitas	15/04/72	V 50	GDE	CR Veteranos Inverno	1º	Ribeira Brava	29/jan		
29,05	1,9	Horácio Alves	27/06/63	V 55	VIP-RC	CR Veteranos Inverno	1º	Ribeira Brava	29/jan		
29,44	1,5	Tóni Fernandes	22/09/80	V 40	AAM-M	CR Veteranos Inverno	1º	Ribeira Brava	29/jan		
31,49	1,1	Rui Castro	25/08/57	V 65	VIP-RC	CR Veteranos Inverno	1º	Ribeira Brava	29/jan		
32,80	1,1	Raúl Mendes	13/10/61	V 60	AAM-M	CR Veteranos Inverno	1º	Ribeira Brava	29/jan		

Marcas em pista coberta:

21,48	pc	Delvis Santos	27/06/99	Sen	AJS	C Portugal pc	1º	Pombal	19/fev		
-------	----	---------------	----------	-----	-----	---------------	----	--------	--------	--	--

250 m

Recordes Regionais: sub16 - 30,35

Ranking até: 41,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
35,50	Bernardo Olim		26/01/08	s16	ADRAP	CR Escolares	1º	Ribeira Brava	4/mar		rp /	
36,83	Mateus Belo Jesus		07/08/09	s16	CSM	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	7/jan		rp /	38,25
37,65	Ricardo Ferreira		21/05/08	s16	nf	CR Escolares	2º	Ribeira Brava	4/mar	ESV	rp /	
38,12	Leonardo Figueira		07/04/08	s16	nf	CR Escolares	3º	Ribeira Brava	4/mar	ESTREITO	rp /	
38,75	Afonso Nóbrega		16/11/08	s16	AJS	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	4/fev		rp /	
39,12	Rodrigo Magalhães		04/07/08	s16	ADRAP	CR Escolares	4º	Ribeira Brava	4/mar		rp /	
39,75	Guilherme Henriques		07/06/09	s16	AJS	Prova Extra	3º	Ribeira Brava	4/fev		rp /	
40,41	Fábio Aguiar		15/09/09	s16	CSM	Prova Extra	4º	Ribeira Brava	4/fev		rp /	
40,97	Daniel Gonçalves		26/03/08	s16	nf	CR Escolares	5º	Ribeira Brava	4/mar	ESTREITO	rp /	

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

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
38,28	Pedro Chaves		09/09/05	s20	AJS	CR Inverno s18/s20	1º	Ribeira Brava	7/jan		38,07 /22	
38,78	Lucas R. Santos		13/07/07	s18	AJS	CR Inverno s18/s20	2º	Ribeira Brava	7/jan		38,41 /22	
40,83	Roberto Gomes		19/01/07	s18	ADRAP	CR Inverno s18/s20	3º	Ribeira Brava	7/jan		rp	
42,45	André R. Pereira		21/10/05	s20	AAM-M	CR Inverno s18/s20	4º	Ribeira Brava	7/jan		rp /	
45,00	Guilherme Nóbrega		01/12/06	s18	CSM	CR Inverno s18/s20	5º	Ribeira Brava	7/jan		rp /	
46,64	Mateus Belo Jesus		07/08/09	s16	CSM	T. Preparação	1º	Ribeira Brava	28/jan		rp /	

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
48,07	pc Rafael Jorge		01/03/97	Sen	ADRAP	C Portugal pc	3º	Pombal	18/fev		47,73 /21	48,31pc / 48,36pc
48,57	pc Bernardo Pereira		26/01/97	Sen	AJS	CN 1ª div pc	3º	Pombal	11/fev		47,57 /22	48,83pc / 48,90pc
51,26	pc Edgar Remédios		05/05/94	Sen	GDE	Meet Pombal pc	4º s	Pombal	4/fev		49,42 /15	51,49pc
52,91	Guilherme Ornelas		12/03/02	s23	ADRAP	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	4/fev		51,99 /22	53,25 / 54,17
53,18	Lucas R. Santos		13/07/07	s18	AJS	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	4/fev		rp /	54,24 / 54,70
53,32	Pedro Chaves		09/09/05	s20	AJS	CR Absolutos Inverno	2º	Ribeira Brava	14/jan		rp	53,92
53,78	Roberto Faria		19/12/91	Sen	AJS	CR Absolutos Inverno	3º	Ribeira Brava	14/jan		50,64 /16	54,32
53,80	Francisco Palmeira		24/11/05	s20	AJS	Prova Extra	3º	Ribeira Brava	4/fev		rp	
56,13	João Vieira		02/08/76	V 45	CAFH	CR Veteranos Inverno	1º	Ribeira Brava	28/jan		55,04 /19	57,55
61,12	Gonçalo Mendonça		17/06/06	s18	CSM	CR Absolutos Inverno	6º	Ribeira Brava	14/jan		rp /	

Melhores veteranos:

56,13	João Vieira		02/08/76	V 45	CAFH	CR Veteranos Inverno	1º	Ribeira Brava	28/jan			
59,35	Pedro Silva		14/01/87	V 35	GDE	CR Veteranos Inverno	1º s	Ribeira Brava	28/jan			
67,62	Tóni Fernandes		22/09/80	V 40	AAM-M	CR Absolutos Inverno	5º s	Ribeira Brava	14/jan			
70,13	Rui Castro		25/08/57	V 65	VIP-RC	CR Veteranos Inverno	2º s	Ribeira Brava	28/jan			
73,33	Nelson Rosário		16/09/70	V 50	SCM-M	CR Veteranos Inverno	2º s	Ribeira Brava	28/jan			

RANKINGS 2023

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

75,18 Raúl Mendes 13/10/61 V 60 AAM-M CR Veteranos Inverno 3º s Ribeira Brava 28/jan

Marcas em pista coberta:

48,07 pc Rafael Jorge 01/03/97 Sen ADRAP C Portugal pc 3º Pombal 18/fev
 48,57 pc Bernardo Pereira 26/01/97 Sen AJS CN 1ª div pc 3º Pombal 11/fev
 51,26 pc Edgar Remédios 05/05/94 Sen GDE Meet Pombal pc 4º s Pombal 4/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
-------	--------	-----	----	---------	-------	------------	----	-------	------	-----	--------------	---------------

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

600 m

Recordes Regionais: sub14 - 1 36,20

Ranking até: 2 25,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
1 48,06	Matias Brites		20/10/10	s14	ADRAP	CR Inverno s14/s16	1º	Ribeira Brava	11/fev		rp	
1 55,19	Jesús Abreu		11/03/10	s14	ADRAP	CR Inverno s14/s16	2º	Ribeira Brava	11/fev		rp	
2 02,64	João Carlos Abreu		31/07/11	s14	CSM	CR Inverno s14/s16	3º	Ribeira Brava	11/fev		rp	/
2 07,25	Rafael Rio		28/12/10	s14	ADRAP	CR Inverno s14/s16	4º	Ribeira Brava	11/fev		rp	/
2 10,92	João Carrascal		04/12/11	s14	AJS	CR Inverno s14/s16	5º	Ribeira Brava	11/fev		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 53,58	pc Eduardo Pestana		06/08/02	s23	AJS	CN 1ª div pc	5º	Pombal	12/fev		rp	1 54,88pc / 1 56,73
1 54,44	Pedro Monteiro		03/02/04	s20	ADRAP	Meet M.Pereira	3º s	Lisboa (N)	7/jan		rp	2 02,48pc
1 55,33	pc Davide Teixeira		22/11/92	Sen	GDE	Meet Pombal pc	5º s	Pombal	4/fev		1 53,77 /20	
1 58,26	Tomás Rosário		02/01/04	s20	ADRAP	CR Absolutos Inverno	2º	Ribeira Brava	15/jan		1 57,07 /22	1 59,40pc / 2 00,70pc
1 58,49	pc Wilson Conniott		05/11/93	Sen	AJS	CN Clubes PC - Apur	18º	Braga	28/jan		1 51,30 /18	2 03,49pc
2 10,42	Humberto Pires		21/04/89	Sen	GDE	CR Absolutos Inverno	3º	Ribeira Brava	15/jan		2 01,79 /19	
2 16,23	Hélvio Nascimento		25/03/02	s23	ADRAP	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	12/fev		2 13,52 /21	
2 17,09	Lourenço Barcelos		10/08/77	V 45	IND-M	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	8/jan		2 16,82 /22	2 18,92 / 2 19,89
2 17,34	Élvio Silva		26/09/86	V 35	CAFH	CR Absolutos Inverno	4º	Ribeira Brava	15/jan		2 14,73 /18	
2 18,21	Élvio Henriques		09/08/73	V 45	CKC	CR Veteranos Inverno	1º	Ribeira Brava	29/jan		2 11,88 /20	
2 21,63	Tiago E. Gouveia		02/05/05	s20	GDE	CR Absolutos Inverno	6º	Ribeira Brava	15/jan		rp	2 24,98
2 27,61	Pedro M. Gonçalves		07/01/09	s16	CSM	CR Inverno s14/s16	1º	Ribeira Brava	11/fev		rp	/
2 29,69	Bernardo Olim		26/01/08	s16	ADRAP	CR Inverno s14/s16	2º	Ribeira Brava	11/fev		rp	
2 31,62	Óscar Góis		13/07/08	s16	AJS	CR Inverno s14/s16	3º	Ribeira Brava	11/fev		rp	
2 35,13	Carlos Magno Silva		12/01/08	s16	GDE	CR Inverno s14/s16	4º	Ribeira Brava	11/fev		rp	/
2 37,30	Diogo Mendonça		30/12/08	s16	ADRAP	CR Inverno s14/s16	5º	Ribeira Brava	11/fev		2 31,29 /22	
2 44,68	Mateus Belo Jesus		07/08/09	s16	CSM	CR Inverno s14/s16	6º	Ribeira Brava	11/fev		rp	/

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

Melhores veteranos:

2 17,09	Lourenço Barcelos	10/08/77	V 45	IND-M	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	8/jan
2 17,34	Élvio Silva	26/09/86	V 35	CAFH	CR Absolutos Inverno	4º	Ribeira Brava	15/jan
2 25,98	Luís Barros	07/10/79	V 40	CAFH	CR Veteranos Inverno	1º	Ribeira Brava	29/jan
2 32,09	Carlos Fernandes	14/01/69	V 50	CKC	CR Veteranos Inverno	1º	Ribeira Brava	29/jan
2 36,11	Miguel A. Ferreira	26/02/66	V 55	CSM	CR Veteranos Inverno	1º	Ribeira Brava	29/jan
2 40,08	Raúl Mendes	13/10/61	V 60	AAM-M	CR Veteranos Inverno	1º	Ribeira Brava	29/jan

Marcas em pista coberta:

1 53,58	pc	Eduardo Pestana	06/08/02	s23	AJS	CN 1ª div pc	5º	Pombal	12/fev
1 55,33	pc	Davide Teixeira	22/11/92	Sen	GDE	Meet Pombal pc	5º s	Pombal	4/fev
1 58,49	pc	Wilson Conniott	05/11/93	Sen	AJS	CN Clubes PC - Apur	18º	Braga	28/jan
1 59,40	pc	Tomás Rosário	02/01/04	s20	ADRAP	CN Clubes PC - Apur	20º	Pombal	28/jan
2 02,48	pc	Pedro Monteiro	03/02/04	s20	ADRAP	CN Sub-20 pc	6º s	Pombal	26/fev

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 49,78	Bernardo Teixeira		11/07/06	s18	CFA-M	Km Jovem Reg	1º	Ribeira Brava	18/fev		2 48,45 /22	
2 50,35	pc	Guilherme Almeida	11/06/02	s23	AJS	CN P Comb PC	1º	Braga	22/jan		2 42,83 pc/22	
2 51,86	Lucas R. Santos		13/07/07	s18	AJS	Km Jovem Reg	2º	Ribeira Brava	18/fev		rp	
2 57,86	Afonso Nóbrega		16/11/08	s16	AJS	Km Jovem Reg	1º	Ribeira Brava	18/fev		rp	
3 02,37	Gonçalo Mendonça		17/06/06	s18	CSM	Km Jovem Reg	3º	Ribeira Brava	18/fev		2 59,44 /22	
3 02,48	Dino Freitas		25/03/08	s16	CFA-M	Km Jovem Reg	2º	Ribeira Brava	18/fev		3 02,16 /22	
3 04,31	André D. Silva		10/02/08	s16	CFA-M	Km Jovem Reg	3º	Ribeira Brava	18/fev		rp	
3 09,09	Abel Kerekes	HUN	01/01/07	s18	CFA-M	Km Jovem Reg	4º	Ribeira Brava	18/fev		rp	
3 14,77	Óscar Góis		13/07/08	s16	AJS	Km Jovem Reg	4º	Ribeira Brava	18/fev		rp	
3 15,58	Afonso Martins		11/07/07	s18	ADRAP	Km Jovem Reg	5º	Ribeira Brava	18/fev		rp /	
3 19,74	Matias Brites		20/10/10	s14	ADRAP	Km Jovem Reg	1º	Ribeira Brava	18/fev		rp /	3 20,89 / 3 27,34
3 20,50	Bernardo Olim		26/01/08	s16	ADRAP	Km Jovem Reg	5º	Ribeira Brava	18/fev		rp /	
3 21,80	Guilherme Nunes		10/12/09	s16	CFA-M	Km Jovem Reg	6º	Ribeira Brava	18/fev		rp	

RANKINGS 2023

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

3 21,81	Jesus Gouveia	24/12/08	s16	ADRAP	Km Jovem Reg	7º	Ribeira Brava	18/fev	rp	/	
3 22,49	Diogo Mendonça	30/12/08	s16	ADRAP	Km Jovem Reg	8º	Ribeira Brava	18/fev	rp	/	
3 28,05	Fábio Aguiar	15/09/09	s16	CSM	Km Jovem Reg	9º	Ribeira Brava	18/fev	rp		
3 29,38	Jesús Abreu	11/03/10	s14	ADRAP	Km Jovem Reg	2º	Ribeira Brava	18/fev	rp		3 32,12
3 29,63	Dinis A. Freitas	04/04/10	s14	ADRAP	Km Jovem Reg	3º	Ribeira Brava	18/fev	rp	/	
3 29,63	Andree Abreu	11/03/10	s14	ADRAP	Km Jovem Reg	4º	Ribeira Brava	18/fev	rp		3 31,92 / 3 40,25
3 33,50	Tiago Henriques	24/01/10	s14	AJS	Km Jovem Reg	5º	Ribeira Brava	18/fev	rp	/	
3 40,70	Carlos Abreu	28/10/10	s14	AJS	Km Jovem Reg	6º	Ribeira Brava	18/fev	rp	/	
3 42,88	Guilherme R. Pita	10/06/11	s14	CFA-M	Km Jovem Reg	7º	Ribeira Brava	18/fev	rp	/	
3 44,50	João Carrascal	04/12/11	s14	AJS	CR Inverno s14/s16	3º	Ribeira Brava	12/fev	rp		
3 44,51	Rafael Rio	28/12/10	s14	ADRAP	CR Inverno s14/s16	4º	Ribeira Brava	12/fev	rp	/	
3 52,84	Francisco Antunes	24/04/13	s12	LCM-M	Km Jovem Reg	1º	Ribeira Brava	18/fev	rp	/	
3 53,97	Leonardo F. Alves	10/11/13	s12	CFA-M	Km Jovem Reg	2º	Ribeira Brava	18/fev	rp	/	
3 54,00	Ari Santos	FRA 18/04/12	s12	ADRAP	Km Jovem Reg	3º	Ribeira Brava	18/fev	rp		

Marcas em pista coberta:

2 50,35	pc	Guilherme Almeida	11/06/02	s23	AJS	CN P Comb PC	1º	Braga	22/jan
---------	----	-------------------	----------	-----	-----	--------------	----	-------	--------

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 47,99	pc	Hugo Rocha	27/06/97	Sen	GDE	Meet Moniz Pereira	3º	Pombal	22/jan		3 42,88 /21	
3 50,27	pc	Eduardo Pestana	06/08/02	s23	AJS	CN Clubes PC - Apur	2º	Braga	28/jan		rp	3 51,15pc / 3 52,32
3 55,83	pc	Miguel Mascarenhas	25/07/98	Sen	GDE	CN Clubes PC - Apur	8º	Pombal	28/jan		3 48,44 pc/20	
4 02,62	pc	Pedro Monteiro	03/02/04	s20	ADRAP	CN Clubes PC - Apur	13º	Pombal	28/jan		4 02,26 /22	4 09,20pc
4 05,87		Pedro Prioste	17/04/01	s23	LCM-M	CR Absolutos Inverno	2º	Ribeira Brava	14/jan		rp	
4 10,60		Bruno Moniz	08/10/91	Sen	ADRAP	CR Absolutos Inverno	3º	Ribeira Brava	14/jan		3 52,38 /15	
4 12,50		Décio Abreu	12/06/85	V 35	AJS	CR Absolutos Inverno	4º	Ribeira Brava	14/jan		rp	
4 13,31		Paulo C. Gonçalves	23/08/97	Sen	GDE	CR Absolutos Inverno	5º	Ribeira Brava	14/jan		4 11,02 /18	
4 13,67		Paulo Macedo	09/03/93	Sen	AJS	CR Absolutos Inverno	6º	Ribeira Brava	14/jan		4 05,07 /18	
4 20,70		Humberto Pires	21/04/89	Sen	GDE	CR Absolutos Inverno	7º	Ribeira Brava	14/jan		4 12,39 /17	

RANKINGS 2023

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

4 21,91	Sérgio Rodrigues	19/04/00	Sen	CAFH	CR Absolutos Inverno	8º	Ribeira Brava	14/jan	rp	/	
4 32,42	Tomás Rosário	02/01/04	s20	ADRAP	CR Inverno s18/s20	1º	Ribeira Brava	7/jan	4 12,12	/22	
4 44,49	Lourenço Barcelos	10/08/77	V 45	IND-M	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	4/fev	rp		4 45,73 / 4 48,66
4 46,12	Afonso Nóbrega	16/11/08	s16	AJS	CR Inverno s14/s16	1º	Ribeira Brava	12/fev	rp		4 59,42
4 46,15	Pedro M. Gonçalves	07/01/09	s16	CSM	CR Inverno s14/s16	2º	Ribeira Brava	12/fev	rp	/	
4 46,76	Hélvio Nascimento	25/03/02	s23	ADRAP	CR Absolutos Inverno	10º	Ribeira Brava	14/jan	4 38,22	/22	4 49,86
4 47,70	José Garcia	14/03/04	s20	GDE	CR Inverno s18/s20	2º	Ribeira Brava	7/jan	0,00	/0	
4 47,80	Élvio Henriques	09/08/73	V 45	CKC	CR Veteranos Inverno	1º	Ribeira Brava	28/jan	rp		
4 59,49	Adelino Camacho	11/05/68	V 50	VIP-RC	CR Veteranos Inverno	4º	Ribeira Brava	28/jan	4 36,32	/13	
5 09,07	Diogo Mendonça	30/12/08	s16	ADRAP	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	14/jan	rp		5 29,43
5 11,18	Óscar Góis	13/07/08	s16	AJS	Prova Extra	3º	Ribeira Brava	14/jan	5 08,37	/22	5 13,68
5 44,35	Fábio Aguiar	15/09/09	s16	CSM	Prova Extra	4º	Ribeira Brava	14/jan	rp	/	

Melhores veteranos:

4 12,50	Décio Abreu	12/06/85	V 35	AJS	CR Absolutos Inverno	4º	Ribeira Brava	14/jan			
4 45,73	Lourenço Barcelos	10/08/77	V 45	IND-M	CR Absolutos Inverno	9º	Ribeira Brava	14/jan			
4 59,49	Adelino Camacho	11/05/68	V 50	VIP-RC	CR Veteranos Inverno	1º	Ribeira Brava	28/jan			
5 04,14	Mário Baroca	15/05/80	V 40	CFA-M	CR Veteranos Inverno	1º	Ribeira Brava	28/jan			
5 07,27	Raúl Mendes	13/10/61	V 60	AAM-M	CR Veteranos Inverno	1º	Ribeira Brava	28/jan			
5 17,48	Emídio Rodrigues	16/02/65	V 55	CAFH	CR Veteranos Inverno	1º	Ribeira Brava	28/jan			

Marcas em pista coberta:

3 47,99	pc	Hugo Rocha	27/06/97	Sen	GDE	Meet Moniz Pereira	3º	Pombal	22/jan		
3 50,27	pc	Eduardo Pestana	06/08/02	s23	AJS	CN Clubes PC - Apur	2º	Braga	28/jan		
3 55,83	pc	Miguel Mascarenhas	25/07/98	Sen	GDE	CN Clubes PC - Apur	8º	Pombal	28/jan		
4 02,62	pc	Pedro Monteiro	03/02/04	s20	ADRAP	CN Clubes PC - Apur	13º	Pombal	28/jan		
4 48,95	pc	Lourenço Barcelos	10/08/77	V 45	IND-M	CN Masters pc	8º s	Braga	25/fev		

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

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

3.000 m

Recordes Regionais: Abs - 8 02,08 / pc - 8 02,08 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 02,08	pc Hugo Rocha		27/06/97	Sen	GDE	C Portugal pc	2º	Pombal	19/fev	RR Absoluto	rp	8 08,04pc
8 24,56	pc Ricardo J. Pereira		12/08/90	Sen	AJS	CN Clubes PC - Apur	6º	Braga	28/jan		8 11,94 /15	8 28,49pc
8 39,63	Edwin Nunes		01/05/89	Sen	GDE	CR Absolutos Inverno	1º	Ribeira Brava	15/jan		rp	
8 46,17	pc Pedro Monteiro		03/02/04	s20	ADRAP	CN 2ª div - pc	4º	Pombal	12/fev		rp	
8 52,95	Paulo Macedo		09/03/93	Sen	AJS	CR Absolutos Inverno	2º	Ribeira Brava	15/jan		8 40,44 /16	
8 58,51	Bruno Moniz		08/10/91	Sen	ADRAP	CR Absolutos Inverno	3º	Ribeira Brava	15/jan		8 19,57 pc/18	
9 02,97	Pedro Prioste		17/04/01	s23	LCM-M	CR Absolutos Inverno	4º	Ribeira Brava	15/jan		rp	
9 11,51	Décio Abreu		12/06/85	V 35	AJS	CR Absolutos Inverno	5º	Ribeira Brava	15/jan		9 04,67 /21	
9 21,34	Sérgio Rodrigues		19/04/00	Sen	CAFH	CR Absolutos Inverno	6º	Ribeira Brava	15/jan		rp /	
9 32,30	Paulo C. Gonçalves		23/08/97	Sen	GDE	CR Absolutos Inverno	7º	Ribeira Brava	15/jan		9 10,55 /20	
9 36,92	Diego Cisneros		04/01/01	s23	CFA-M	CR Absolutos Inverno	8º	Ribeira Brava	15/jan		rp	
9 49,39	Bernardo Teixeira		11/07/06	s18	CFA-M	CR Absolutos Inverno	9º	Ribeira Brava	15/jan		9 44,03 /22	
9 51,33	Sérgio A. Jesus		02/10/79	V 40	R-TRM	CR Veteranos Inverno	1º	Ribeira Brava	29/jan		rp /	
9 59,47	Vítor Faria		28/05/05	s20	CFCARV	CR Absolutos Inverno	10º	Ribeira Brava	15/jan		rp /	
10 00,90	Miguel Gonçalves		24/08/81	V 40	CAFH	CR Veteranos Inverno	2º	Ribeira Brava	29/jan		9 38,49 /13	
10 05,10	José Garcia		14/03/04	s20	GDE	CR Absolutos Inverno	11º	Ribeira Brava	15/jan		rp /	
10 12,14	Telmo Pão		06/08/85	V 35	CEE-M	CR Veteranos Inverno	1º	Ribeira Brava	29/jan		rp /	
10 19,20	Élvio Henriques		09/08/73	V 45	CKC	CR Veteranos Inverno	1º	Ribeira Brava	29/jan		10 15,93 /22	
10 19,66	Lourenço Barcelos		10/08/77	V 45	IND-M	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	11/fev		10 19,10 /22	
10 23,77	Hélvio Nascimento		25/03/02	s23	ADRAP	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	11/fev		10 12,25 /22	10 25,73
10 29,76	Miguel Passos		25/12/75	V 45	CAFH	CR Absolutos Inverno	13º	Ribeira Brava	15/jan		rp /	
11 04,80	Abel Kerekes	HUN	01/01/07	s18	CFA-M	CR Absolutos Inverno	15º	Ribeira Brava	15/jan		rp /	

Melhores veteranos:

9 11,51	Décio Abreu		12/06/85	V 35	AJS	CR Absolutos Inverno	5º	Ribeira Brava	15/jan			
9 51,33	Sérgio A. Jesus		02/10/79	V 40	R-TRM	CR Veteranos Inverno	1º	Ribeira Brava	29/jan			
10 19,20	Élvio Henriques		09/08/73	V 45	CKC	CR Veteranos Inverno	1º	Ribeira Brava	29/jan			
10 35,88	Adelino Camacho		11/05/68	V 50	VIP-RC	CR Veteranos Inverno	1º	Ribeira Brava	29/jan			
11 11,57	Jorge Policarpo		23/04/65	V 55	VIP-RC	CR Veteranos Inverno	1º	Ribeira Brava	29/jan			

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

11 29,87 Raúl Mendes 13/10/61 V 60 AAM-M CR Absolutos Inverno 16º Ribeira Brava 15/jan

Marcas em pista coberta:

8 02,08 pc Hugo Rocha 27/06/97 Sen GDE C Portugal pc 2º Pombal 19/fev RR Abs pc
 8 24,56 pc Ricardo J. Pereira 12/08/90 Sen AJS CN Clubes PC - Apur 6º Braga 28/jan
 8 46,17 pc Pedro Monteiro 03/02/04 s20 ADRAP CN 2ª div - pc 4º Pombal 12/fev

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
-------	--------	-----	----	---------	-------	------------	----	-------	------	-----	--------------	---------------

10.000 m

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

Ranking até: Sen: 40 00,0 sub20:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
31 12,78	Paulo Macedo		09/03/93	Sen	AJS	CR 10.000m	1º	Ribeira Brava	4/mar		30 56,72	/18
32 03,94	Edwin Nunes		01/05/89	Sen	GDE	CR 10.000m	2º	Ribeira Brava	4/mar		31 29,37	/18
33 12,11	Amândio Correia		15/12/69	V 50	R-TRM	CR 10.000m	4º	Ribeira Brava	4/mar		rp	
34 02,96	Hélder Santos		07/03/96	Sen	GDE	CR 10.000m	5º	Ribeira Brava	4/mar		rp	/
34 08,54	Décio Abreu		12/06/85	V 35	AJS	CR 10.000m	6º	Ribeira Brava	4/mar		rp	
34 20,61	Sérgio A. Jesus		02/10/79	V 40	R-TRM	CR 10.000m	7º	Ribeira Brava	4/mar		rp	
34 37,36	Élvio Silva		26/09/86	V 35	CAFH	CR 10.000m	8º	Ribeira Brava	4/mar		rp	
35 31,58	Pedro de Sousa		04/06/96	Sen	GDC-M	CR 10.000m	9º	Ribeira Brava	4/mar		rp	/
35 47,31	Sérgio Rodrigues		19/04/00	Sen	CAFH	CR 10.000m	10º	Ribeira Brava	4/mar		rp	/
36 26,11	Tomás Rosário		02/01/04	s20	ADRAP	CR 10.000m	11º	Ribeira Brava	4/mar		rp	
36 27,19	Miguel Passos		25/12/75	V 45	CAFH	CR 10.000m	12º	Ribeira Brava	4/mar		36 23,88	/18
36 27,34	António Jardim		01/11/86	V 35	CAFH	CR 10.000m	13º	Ribeira Brava	4/mar		36 07,53	/16
36 27,89	Énio Silva		31/03/87	V 35	CAFH	CR 10.000m	14º	Ribeira Brava	4/mar		35 38,68	/19
37 10,18	Nélson Afonso		01/11/90	Sen	CNSV	CR 10.000m	15º	Ribeira Brava	4/mar		rp	
37 22,65	Vítor Rodrigues		06/07/75	V 45	ADCAM	CR 10.000m	16º	Ribeira Brava	4/mar		36 14,10	/16
37 47,77	Raul Goulart		11/03/76	V 45	CAFH	CR 10.000m	18º	Ribeira Brava	4/mar		37 40,77	/20

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

38 26,94	Paulo Fernandes	28/07/75	V 45	GDC-M	CR 10.000m	19º	Ribeira Brava	4/mar	rp	
38 48,61	Bernardo Jfernandes	06/11/84	V 35	GDC-M	CR 10.000m	20º	Ribeira Brava	4/mar	rp	/
38 58,98	Adelino Camacho	11/05/68	V 50	VIP-RC	CR 10.000m	21º	Ribeira Brava	4/mar	35 45,10	/13
39 02,36	Mário Freitas	28/06/75	V 45	CMOF	CR 10.000m	22º	Ribeira Brava	4/mar	rp	/
39 04,14	Luciano A. Jardim	21/03/86	V 35	JAC	CR 10.000m	23º	Ribeira Brava	4/mar	rp	
39 05,45	José Rui Rodrigues	21/04/72	V 50	CNSV	CR 10.000m	24º	Ribeira Brava	4/mar	rp	
39 17,47	Carlos Perestrelo	22/09/83	V 35	APCTT	CR 10.000m	25º	Ribeira Brava	4/mar	rp	/
39 50,07	Luís Barros	07/10/79	V 40	CAFH	CR 10.000m	26º	Ribeira Brava	4/mar	36 52,91	/13
39 58,41	Sérgio Gonçalves	12/10/73	V 45	ADC	CR 10.000m	27º	Ribeira Brava	4/mar	rp	/

Outros atletas veteranos:

40 14,00	Eugénio Pinto	16/02/68	V 55	VIP-RC	CR 10.000m	28º	Ribeira Brava	4/mar	rp	/
41 29,58	Raúl Mendes	13/10/61	V 60	AAM-M	CR 10.000m	38º	Ribeira Brava	4/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 11,28	Ivan Nunes		26/03/84	V 35	VIP-RC	MM Funchal	1º	Funchal	22/jan	chip: 1 11,28	1 10,59 /22	
1 14,33	Sérgio A. Jesus		02/10/79	V 40	R-TRM	MM Funchal	3º	Funchal	22/jan	chip: 1 14,32	rp	
1 16,31	Paulo C. Gonçalves		23/08/97	Sen	GDE	MM Funchal	4º	Funchal	22/jan	chip: 1 16,31	rp	
1 17,41	Daniel Costa		20/03/77	V 45	CKC	MM Funchal	7º	Funchal	22/jan	chip: 1 17,38	1 16,12 /20	
1 17,50	Miguel Gonçalves		24/08/81	V 40	CAFH	MM Funchal	8º	Funchal	22/jan	chip: 1 17,50	1 16,05 /17	
1 17,58	Sérgio Rodrigues		19/04/00	Sen	CAFH	MM Funchal	9º	Funchal	22/jan	chip: 1 17,56	rp	
1 18,56	Pedro de Sousa		04/06/96	Sen	GDC-M	MM Funchal	11º	Funchal	22/jan	chip: 1 18,56	rp	
1 19,26	Fábio Vaz Gonçalves		05/03/83	V 35	CFA-M	MM Funchal	12º	Funchal	22/jan	chip: 1 19,26	rp	
1 19,37	Énio Silva		31/03/87	V 35	CAFH	MM Funchal	13º	Funchal	22/jan	chip: 1 19,35	1 19,04 /18	
1 19,38	Ricardo Rosa		13/05/89	Sen	LCM-M	MM Funchal	14º	Funchal	22/jan	chip: 1 19,36	rp	
1 19,42	Afonso S. Gouveia		10/10/00	Sen	ADCAM	MM Funchal	15º	Funchal	22/jan	chip: 1 19:42	rp /	
1 21,19	Vítor Rodrigues		06/07/75	V 45	ADCAM	MM Funchal	22º	Funchal	22/jan	chip: 1 21,16	1 21,15 /20	
1 21,46	Bruno Freitas		06/03/93	Sen	LCM-M	MM Funchal	23º	Funchal	22/jan	chip: 1 21,46	1 20,51 /14	
1 21,59	David Jardim		08/12/97	Sen	AAM-M	MM Funchal	24º	Funchal	22/jan	chip: 1 21,56	rp /	

RANKINGS 2023

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

1 23,31	José Luís Gomes	17/02/03	s23	VIP-RC	MM Funchal	26º	Funchal	22/jan	chip: 1 23,31	rp /
1 24,02	Nélson Afonso	01/11/90	Sen	CNSV	MM Funchal	28º	Funchal	22/jan	chip: 1 24,01	rp /
1 24,06	Alberto Jardim	23/03/75	V 45	GDC-M	MM Funchal	29º	Funchal	22/jan	chip: 1 24,04	1 19,59 /17
1 25,24	Ricardo Quaresma	14/06/73	V 45	GDC-M	MM Funchal	30º	Funchal	22/jan	chip: 1 25,22	rp /
1 26,28	Bernardo Jfernandes	06/11/84	V 35	GDC-M	MM Funchal	35º	Funchal	22/jan	chip: 1 26,25	rp /
1 27,26	José Rui Rodrigues	21/04/72	V 50	CNSV	MM Funchal	41º	Funchal	22/jan	chip: 1 27,23	rp
1 27,40	Livramento Santos	22/01/79	V 40	GDC-M	MM Funchal	42º	Funchal	22/jan	chip: 1 27,37	1 26,02 /22
1 28,49	Raúl Mendes	13/10/61	V 60	AAM-M	MM Funchal	43º	Funchal	22/jan	chip: 1 28,46	1 20,05 /09
1 29,08	Fábio Sousa	25/03/87	V 35	ARCA-M	MM Funchal	45º	Funchal	22/jan	chip: 1 29,03	rp /
1 29,11	Emídio Rodrigues	16/02/65	V 55	CAFH	MM Funchal	46º	Funchal	22/jan	chip: 1 29,09	1 19,18 /17
1 29,41	Emanuel Soares	04/06/81	V 40	JAC	MM Funchal	49º	Funchal	22/jan	chip: 1 29,26	rp /

Outros atletas veteranos:

1 43,24	Poncin Patrick	FRA	24/06/55	V 65	CMOF	MM Funchal	145º	Funchal	22/jan	chip: 1 43,12
1 55,07	António Lima		11/08/53	V 65	ADRAP	MM Funchal	261º	Funchal	22/jan	chip: 1 54,49
2 10,09	João C. Afonso		22/12/50	V 70	IND-M	MM Funchal	361º	Funchal	22/jan	chip: 2 09,42

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 43,41	Amândio Correia		15/12/69	V 50	R-TRM	EMAMC	14º	Funchal	22/jan	chip: 2 43,41	rp /	
2 45,40	Élvio Silva		26/09/86	V 35	CAFH	Maratona do Funchal	4º	Funchal	22/jan	chip: 2 45,40	2 40,46 /18	
2 56,24	Fábio Conceição		16/11/87	V 35	MCDON	Maratona do Funchal	6º	Funchal	22/jan	chip: 2 56,16	rp /	
2 58,44	Mário Freitas		28/06/75	V 45	CMOF	EMAMC	44º	Funchal	22/jan	chip: 2 58,44	2 57,41 /19	
3 02,46	Jorge Policarpo		23/04/65	V 55	VIP-RC	EMAMC	56º	Funchal	22/jan	chip: 3 02,40	2 58,26 /21	
3 15,30	Daniel Gomes		09/12/81	V 40	GDC-M	Maratona do Funchal	18º	Funchal	22/jan	chip: 3 15,27	rp /	
3 16,06	Mário dos Ramos		24/09/77	V 45	CDES	Maratona do Funchal	20º	Funchal	22/jan	chip: 3 15,56	rp	
3 17,50	Hélder Gouveia		19/06/77	V 45	CDI-M	Maratona do Funchal	24º	Funchal	22/jan	chip: 3 17,43	rp	
3 20,27	Carlos Perestrelo		22/09/83	V 35	APCTT	Maratona do Funchal	26º	Funchal	22/jan	chip: 3 20,21	rp /	
3 24,16	Mário Francisco		17/11/77	V 45	GDC-M	Maratona do Funchal	31º	Funchal	22/jan	chip: 3 24,06	rp /	
3 30,04	Dinarte M Rodrigues		26/02/77	V 45	ADC	Maratona do Funchal	46º	Funchal	22/jan	chip: 3 29,37	rp /	

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

Outros atletas veteranos:

3 36,13	João Manuel Sousa	18/12/62	V 60	CDES	Maratona do Funchal	56º	Funchal	22/jan
---------	-------------------	----------	------	------	---------------------	-----	---------	--------

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

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
8,99	1,3	Carlos Abreu		28/10/10	s14	AJS	CR Inverno s14/s16	1º	Ribeira Brava	12/fev		rp	9,07	
9,45	1,3	Rodrigo Teixeira		28/06/10	s14	ADRAP	CR Inverno s14/s16	2º	Ribeira Brava	12/fev		rp	9,52	
9,50	1,3	Tiago Henriques		24/01/10	s14	AJS	CR Inverno s14/s16	3º	Ribeira Brava	12/fev		rp	9,51	
9,61	1,3	Lucas Freitas		28/02/10	s14	ADRAP	CR Inverno s14/s16	4º	Ribeira Brava	12/fev		rp /	9,62	
9,62	0,7	Miguel Oliveira		08/05/11	s14	CSM	CR Inverno s14/s16	3º e	Ribeira Brava	12/fev		rp	9,84	
9,81	0,7	João Carlos Abreu		31/07/11	s14	CSM	CR Inverno s14/s16	4º e	Ribeira Brava	12/fev		rp /	10,41	
9,90	1,3	Miguel Brito		16/06/11	s14	AJS	CR Inverno s14/s16	6º	Ribeira Brava	12/fev		rp	10,47	
10,64	1,3	João Paulo Figueira		06/01/10	s14	GDE	CR Inverno s14/s16	8º	Ribeira Brava	12/fev		rp	10,72	
11,07	0,9	Luís H. Nunes		09/10/10	s14	GDE	CR Inverno s14/s16	4º e	Ribeira Brava	12/fev		rp		

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
-------	-------	--------	-----	----	---------	-------	------------	----	-------	------	-----	--------------	---------------	-------

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
10,56	1,2	Carlos Magno Silva		12/01/08	s16	GDE	CR Inverno s14/s16	1º	Ribeira Brava	12/fev		rp /		
10,84	1,2	Fábio Aguiar		15/09/09	s16	CSM	CR Inverno s14/s16	2º	Ribeira Brava	12/fev		rp	11,71	
11,42	1,0	Mateus Belo Jesus		07/08/09	s16	CSM	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	15/jan		rp		
11,94	1,2	Bernardo Olim		26/01/08	s16	ADRAP	CR Inverno s14/s16	3º	Ribeira Brava	12/fev		rp		
11,96	1,2	Guilherme Henriques		07/06/09	s16	AJS	CR Inverno s14/s16	4º	Ribeira Brava	12/fev		rp /		
12,00	1,2	Rodrigo Magalhães		04/07/08	s16	ADRAP	CR Inverno s14/s16	5º	Ribeira Brava	12/fev		rp /		
13,12	1,2	Afonso Nóbrega		16/11/08	s16	AJS	CR Inverno s14/s16	6º	Ribeira Brava	12/fev		12,80 /22		

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

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
9,30	1,2	Roberto Gomes		19/01/07	s18	ADRAP	CR Inverno s18/s20	1º	Ribeira Brava	8/jan		rp	9,60	
9,78	1,2	Gonçalo Mendonça		17/06/06	s18	CSM	CR Inverno s18/s20	2º	Ribeira Brava	8/jan		rp		

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
8,68	1,5	Francisco Palmeira		24/11/05	s20	AJS	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	4/fev		rp	8,78pc / 8,88pc	
10,37	1,2	Nélio Santos		13/02/05	s20	AJS	CR Inverno s18/s20	2º	Ribeira Brava	8/jan		rp /		

Marcas em pista coberta:

8,78 pc Francisco Palmeira 24/11/05 s20 AJS CN Sub-20 pc 3º e Pombal 26/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
8,26	pc	Guilherme Almeida		11/06/02	s23	AJS	CN 1ª div pc	4º	Pombal	12/fev		rp	8,35pc / 8,39pc	
8,39	pc	Martim Faustino		26/05/00	Sen	GDE	Meet M.Pereira	2º s	Lisboa CAR	7/jan		rp	8,50pc	
8,64	1,5	Ulisses Tavares	CPV	18/10/92	Sen	ADRAP	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	4/fev		rp	8,85pc / 8,93	
8,70	pc	Carlos Prino		13/06/97	Sen	ADRAP	CN 2ª div - pc	3º	Pombal	12/fev		8,61 pc/17	8,81pc / 8,82pc	
8,84	pc	Miguel Moreira		21/11/01	s23	GDE	Prova Extra	2º	Braga	15/jan		rp	8,84pc / 8,97pc	
9,08	1,2	Francisco Palmeira		24/11/05	s20	AJS	CR Absolutos Inverno	2º	Ribeira Brava	15/jan		rp /	9,21pc	
9,87	pc	Gilberto Carvalho		14/01/93	Sen	GDE	T. Preparação pc	3º	Braga	21/jan		9,70 pc/20		
12,07	1,2	Pedro A. Freitas		08/02/96	Sen	GDE	CR Absolutos Inverno	3º	Ribeira Brava	15/jan		rp		

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

Marcas em pista coberta:

8,26	pc	Guilherme Almeida		11/06/02	s23	AJS	CN 1ª div pc	4º	Pombal	12/fev
8,39	pc	Martim Faustino		26/05/00	Sen	GDE	Meet M.Pereira	2º s	Lisboa CAR	7/jan
8,70	pc	Carlos Prino		13/06/97	Sen	ADRAP	CN 2ª div - pc	3º	Pombal	12/fev
8,84	pc	Miguel Moreira		21/11/01	s23	GDE	Prova Extra	2º	Braga	15/jan
8,85	pc	Ulisses Tavares	CPV	18/10/92	Sen	ADRAP	Prova Extra	2º	Pombal	11/fev
9,21	pc	Francisco Palmeira		24/11/05	s20	AJS	CN Clubes PC - Apur	18º	Pombal	28/jan
9,87	pc	Gilberto Carvalho		14/01/93	Sen	GDE	T. Preparação pc	3º	Braga	21/jan

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
-------	-------	--------	-----	----	---------	-------	------------	----	-------	------	-----	--------------	---------------	-------

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
-------	-------	--------	-----	----	---------	-------	------------	----	-------	------	-----	--------------	---------------	-------

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
-------	-------	--------	-----	----	---------	-------	------------	----	-------	------	-----	--------------	---------------	-------

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
-------	-------	--------	-----	----	---------	-------	------------	----	-------	------	-----	--------------	---------------	-------

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

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
-------	--------	-----	----	---------	-------	------------	----	-------	------	-----	--------------	---------------

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
-------	--------	-----	----	---------	-------	------------	----	-------	------	-----	--------------	---------------

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

Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
--------	-----	----	---------	-------	------------	----	-------	------	-----	--------------	---------------

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
-------	--------	-----	----	---------	-------	------------	----	-------	------	-----	--------------	---------------

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
-------	--------	-----	----	---------	-------	------------	----	-------	------	-----	--------------	---------------

3.000 m obstáculos

0,91m

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

RANKINGS 2023

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	CI	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
-------	--------	-----	----	---------	-------	------------	----	-------	------	-----	--------------	---------------

2.000 m marcha

em pista

Recordes Regionais:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	CI	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
16 28,46	Dinis A. Freitas		04/04/10	s14	ADRAP	CR Inverno s14/s16	1º	Ribeira Brava	11/fev		0,00	/0

3.000 m marcha

em pista

Recordes Regionais:

sub16 - 14 25,31 sub14 - 17 18,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	CI	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
-------	--------	-----	----	---------	-------	------------	----	-------	------	-----	--------------	---------------

4.000 m marcha

em pista (Iniciadas)

Recordes Regionais:

sub16 - 19 34,85

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	CI	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
22 16,27	Afonso Nóbrega		16/11/08	s16	AJS	CR Inverno s14/s16	1º	Ribeira Brava	11/fev		rp	
25 58,62	Jesus Gouveia		24/12/08	s16	ADRAP	CR Inverno s14/s16	2º	Ribeira Brava	11/fev		rp	
35 25,25	Quévin Oliveira		03/11/08	s16	AJS	CR Inverno s14/s16	3º	Ribeira Brava	11/fev		0,00	/0

5.000 m marcha

em pista

Recordes Regionais: Abs - 21 00,26 / pc - 21 00,26 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

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	CI	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
21 00,26	pc Hélder Santos		07/03/96	Sen	GDE	C Portugal pc	3º	Pombal	18/fev	RR Absoluto	rp	/
22 05,34	pc Manuel Marques		04/09/78	V 40	AJS	C Portugal pc	5º	Pombal	18/fev		21 16,46	pc/22 22 09,19pc / 22 24,01pc
23 24,12	pc João Afonso Olim		14/10/00	Sen	ADRAP	CN 2ª div - pc	1º	Pombal	11/fev		23 05,01	/22 23 43,53pc / 24 03,29
24 15,97	pc Luís Gil		06/04/75	V 45	GDE	Prova Extra	2º	Braga	14/jan		21 14,65	/11

RANKINGS 2023

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

27 08,96 Afonso Nóbrega 16/11/08 s16 AJS Prova Extra 1º Ribeira Brava 7/jan rp

Marcas em pista coberta:

21 00,26 pc Hélder Santos 07/03/96 Sen GDE C Portugal pc 3º Pombal 18/fev RR Abs pc
 22 09,19 pc Manuel Marques 04/09/78 V 40 AJS CN 1ª div - pc 3º Pombal 11/fev
 23 24,12 pc João Afonso Olim 14/10/00 Sen ADRAP CN 2ª div - pc 1º Pombal 11/fev
 24 15,97 pc Luís Gil 06/04/75 V 45 GDE Prova Extra 2º Braga 14/jan

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
-------	--------	-----	----	---------	-------	------------	----	-------	------	-----	--------------	---------------

15 km marcha

pista / estrada

Recordes Regionais:

Ranking até: Sen: sub20:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
1 14'47	João Afonso Olim		14/10/00	Sen	ADRAP	Prova Extra	2º	Porto de Mós	15/jan		rp /	

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 42'55	Manuel Marques		04/09/78	V 40	AJS	CN Marcha Estrada	2º	Porto de Mós	15/jan	TP	? /0	

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
3 05'51	Manuel Marques		04/09/78	V 40	AJS	CN Marcha Estrada	3º	Porto de Mós	15/jan		2 52'01 /22	

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

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: 1,14

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
2,07	pc Nelson Pinto		24/12/98	Sen	AJS	C Portugal pc	2º	Pombal	19/fev		2,13 pc/21	2,05pc / 2,05pc
1,91	pc Guilherme Almeida		11/06/02	s23	AJS	CN P Comb PC	1º	Braga	21/jan		1,92 /21	
1,88	pc Tiago Martins		05/03/97	Sen	ADRAP	CN Clubes PC - Apur	8º	Pombal	28/jan		1,94 /19	1,84pc / 1,78pc
1,69	Omar Jesus		07/10/05	s20	AJS	CR Inverno s18/s20	1º	Ribeira Brava	8/jan		rp	
1,63	Gonçalo Mendonça		17/06/06	s18	CSM	CR Inverno s18/s20	2º	Ribeira Brava	8/jan		rp	1,62
1,58	Pedro A. Freitas		08/02/96	Sen	GDE	CR Absolutos Inverno	2º	Ribeira Brava	15/jan		rp	
1,58	Ivo Figueira		24/12/02	s23	AJS	CR Absolutos Inverno	3º	Ribeira Brava	15/jan		1,70 /22	
1,58	pc Gonçalo Pacheco		17/02/78	V 40	CAFH	T Braga Anjos	5º	Braga	22/jan		1,87 /06	1,50pc
1,58	pc Gilberto Carvalho		14/01/93	Sen	GDE	T Braga Anjos	6º	Braga	22/jan		1,68 pc/21	
1,55	Miguel A. Nóbrega		10/02/08	s16	CSM	CR Inverno s14/s16	1º	Ribeira Brava	11/fev		rp	
1,52	Matias Freitas		16/01/08	s16	ADRAP	CR Inverno s14/s16	2º	Ribeira Brava	11/fev		rp	
1,46	André R. Pereira		21/10/05	s20	AAM-M	CR Absolutos Inverno	4º	Ribeira Brava	15/jan		rp	
1,40	Fábio Aguiar		15/09/09	s16	CSM	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	14/jan		rp	1,40 / 1,40
1,40	Rodrigo Magalhães		04/07/08	s16	ADRAP	CR Inverno s14/s16	3º	Ribeira Brava	11/fev		rp	
1,34	Rodrigo Silva		03/07/10	s14	AJS	CR Inverno s14/s16	1º	Ribeira Brava	12/fev		rp	
1,26	Lucas Freitas		28/02/10	s14	ADRAP	CR Inverno s14/s16	2º	Ribeira Brava	12/fev		rp	
1,26	Tiago Henriques		24/01/10	s14	AJS	CR Inverno s14/s16	3º	Ribeira Brava	12/fev		rp	
1,22	Miguel Oliveira		08/05/11	s14	CSM	CR Inverno s14/s16	4º	Ribeira Brava	12/fev		rp	
1,18	Jesús Abreu		11/03/10	s14	ADRAP	CR Inverno s14/s16	5º	Ribeira Brava	12/fev		rp	
1,14	Sérgio A. Pestana		13/11/10	s14	GDE	CR Inverno s14/s16	6º	Ribeira Brava	12/fev		rp	
1,14	João Paulo Figueira		06/01/10	s14	GDE	CR Inverno s14/s16	7º	Ribeira Brava	12/fev		rp	
1,14	Gonçalo P. Silva		14/07/10	s14	CSM	CR Inverno s14/s16	8º	Ribeira Brava	12/fev		rp	

Atletas Veteranos:

1,58	pc Gonçalo Pacheco		17/02/78	V 40	CAFH	T Braga Anjos	5º	Braga	22/jan			
1,32	Horácio Alves		27/06/63	V 55	VIP-RC	CR Veteranos Inverno	1º	Ribeira Brava	29/jan			

Marcas em pista coberta:

2,07	pc Nelson Pinto		24/12/98	Sen	AJS	C Portugal pc	2º	Pombal	19/fev			
------	-----------------	--	----------	-----	-----	---------------	----	--------	--------	--	--	--

RANKINGS 2023

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

1,91	pc	Guilherme Almeida	11/06/02	s23	AJS	CN P Comb PC	1º	Braga	21/jan
1,88	pc	Tiago Martins	05/03/97	Sen	ADRAP	CN Clubes PC - Apur	8º	Pombal	28/jan
1,58	pc	Gonçalo Pacheco	17/02/78	V 40	CAFH	T Braga Anjos	5º	Braga	22/jan
1,58	pc	Gilberto Carvalho	14/01/93	Sen	GDE	T Braga Anjos	6º	Braga	22/jan

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
4,30	pc	Guilherme Almeida	11/06/02	s23	AJS	CN P Comb PC	2º	Braga	22/jan		rp	4,30pc / 4,18pc
4,20	pc	Gilberto Carvalho	14/01/93	Sen	GDE	II Noite Atlética	1º	Braga	15/fev		4,40 /19	4,00pc / 4,00pc
4,10		Artur Martins	25/01/05	s20	ADRAP	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	18/fev		rp	3,97pc / 3,80
3,60		Gonçalo Pacheco	17/02/78	V 40	CAFH	Meet Masters	1º	Ribeira Brava	28/jan		4,60 /05	3,40 / 3,00pc
3,10		Omar Jesus	07/10/05	s20	AJS	CR Inverno s18/s20	2º	Ribeira Brava	7/jan		rp	2,65
2,55		Matias Freitas	16/01/08	s16	ADRAP	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	18/fev		rp	
2,40		Fábio Aguiar	15/09/09	s16	CSM	T. Preparação	1º	Ribeira Brava	28/jan		rp	2,30

Marcas em pista coberta:

4,30	pc	Guilherme Almeida	11/06/02	s23	AJS	CN P Comb PC	2º	Braga	22/jan
4,20	pc	Gilberto Carvalho	14/01/93	Sen	GDE	II Noite Atlética	1º	Braga	15/fev
3,97	pc	Artur Martins	25/01/05	s20	ADRAP	CN Sub-20 pc	5º	Pombal	25/fev
3,00	pc	Gonçalo Pacheco	17/02/78	V 45	CAFH	CN Master pc	2º	Braga	25/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
-------	--------	-----	----	---------	-------	------------	----	-------	------	-----	--------------	---------------

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

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
6,94	pc	Carlos Prino		13/06/97	Sen	ADRAP	CN Clubes PC - Apur	5º	Pombal	28/jan		7,25 /20	6,80pc / 6,79pc	
6,68	pc	Xavier Outeiro		08/08/03	s23	AJS	CN 1ª div - pc	8º	Pombal	11/fev		6,96 /22	6,57pc / 6,50pc	
6,56	pc	Omar Jesus		07/10/05	s20	AJS	CN Clubes PC - Apur	16º	Pombal	28/jan		6,68 /22	6,52 / 6,47	
6,43	pc	Guilherme Almeida		11/06/02	s23	AJS	Prova Extra	2º	Braga	14/jan		7,02 /22		
5,92	1,2	Ulisses Tavares	CPV	18/10/92	Sen	ADRAP	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	7/jan		6,13 /22		
5,72	0,2	Bruno Pita		14/03/03	s23	GDE	CR Absolutos Inverno	2º	Ribeira Brava	14/jan		6,13 /21		
5,68	0,5	Mílton Ferreira		24/09/98	Sen	CSM	CR Absolutos Inverno	3º	Ribeira Brava	14/jan		6,16 /22		
5,61	0,3	Roberto Gomes		19/01/07	s18	ADRAP	CR Absolutos Inverno	4º	Ribeira Brava	14/jan		5,67 /22	5,58	
5,31	0,1	Pedro A. Gouveia		04/04/08	s16	ADRAP	CR Inverno s14/s16	1º	Ribeira Brava	12/fev		rp	5,14	
5,25	-1,1	Marco Santos		11/09/07	s18	AJS	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	4/fev		rp		
5,23	0,5	Bruno Viveiros		08/05/98	Sen	CSM	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	7/jan		5,54 /16	5,09 / 5,03	
5,20	-0,5	Nélio Santos		13/02/05	s20	AJS	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	4/fev		5,27 /22		
5,17	pc	Gilberto Carvalho		14/01/93	Sen	GDE	T Preparação	12º	Braga	21/jan		5,80 /19		
5,09	pc	Gonçalo Pacheco		17/02/78	V 45	CAFH	CN Masters pc	4º	Braga	25/fev		? /		
4,96	0,6	Matias Freitas		16/01/08	s16	ADRAP	CR Inverno s14/s16	2º	Ribeira Brava	12/fev		5,02 /22		
4,64	-0,1	Mateus Belo Jesus		07/08/09	s16	CSM	CR Inverno s14/s16	3º	Ribeira Brava	12/fev		rp		
4,33	1,8	Fábio Aguiar		15/09/09	s16	CSM	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	7/jan		rp		
4,18	0,9	Matias Brites		20/10/10	s14	ADRAP	CR Inverno s14/s16	1º	Ribeira Brava	11/fev		rp		
4,16	0,4	Miguel Oliveira		08/05/11	s14	CSM	CR Inverno s14/s16	2º	Ribeira Brava	11/fev		rp	3,66	
4,12	0,3	Rodrigo Silva		03/07/10	s14	AJS	CR Inverno s14/s16	3º	Ribeira Brava	11/fev		rp		
4,11	0,8	Carlos Abreu		28/10/10	s14	AJS	CR Inverno s14/s16	4º	Ribeira Brava	11/fev		rp	3,87	
4,10	0,0	Rafael Silva		20/04/10	s14	CDEPC	CR Inverno s14/s16	5º	Ribeira Brava	11/fev		rp		
4,08	0,5	Rodrigo Teixeira		28/06/10	s14	ADRAP	CR Inverno s14/s16	6º	Ribeira Brava	11/fev		rp		
3,72	0,6	Miguel Brito		16/06/11	s14	AJS	CR Inverno s14/s16	7º	Ribeira Brava	11/fev		rp		
3,51	0,8	João Paulo Figueira		06/01/10	s14	GDE	CR Inverno s14/s16	8º	Ribeira Brava	11/fev		rp		
3,50	0,0	João Carlos Abreu		31/07/11	s14	CSM	Prova Extra	4º	Ribeira Brava	7/jan		rp		

Melhores veteranos:

5,09 pc Gonçalo Pacheco 17/02/78 V 45 CAFH CN Masters pc 4º Braga 25/fev

RANKINGS 2023

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

4,39	-1,5	Tóni Fernandes	22/09/80	V 40	AAM-M	CR Veteranos Inverno	5º	Ribeira Brava	28/jan
4,06	0,0	Horácio Alves	27/06/63	V 55	VIP-RC	CR Veteranos Inverno	6º	Ribeira Brava	28/jan
3,46	-2,3	Adérito Gouveia	19/10/72	V 50	SCM-M	CR Veteranos Inverno	9º	Ribeira Brava	28/jan

Marcas em pista coberta:

6,94	pc	Carlos Prino	13/06/97	Sen	ADRAP	CN Clubes PC - Apur	5º	Pombal	28/jan
6,68	pc	Xavier Outeiro	08/08/03	s23	AJS	CN 1ª div - pc	8º	Pombal	11/fev
6,56	pc	Omar Jesus	07/10/05	s20	AJS	CN Clubes PC - Apur	16º	Pombal	28/jan
6,43	pc	Guilherme Almeida	11/06/02	s23	AJS	Prova Extra	2º	Braga	14/jan
5,17	pc	Gilberto Carvalho	14/01/93	Sen	GDE	T Preparação	12º	Braga	21/jan
5,09	pc	Gonçalo Pacheco	17/02/78	V 45	CAFH	CN Masters pc	4º	Braga	25/fev

Triplo

Recordes Regionais: Abs - 15,54 / pc - 15,54 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
15,54	pc	Oleksandr Lyashchenko		18/01/97	Sen	AJS	CN 1ª div pc	3º	Pombal	12/fev	RR Absoluto	rp	14,90pc	
13,71	0,0	Ivo Figueira		24/12/02	s23	AJS	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	18/fev		14,14 pc/22	13,37pc / 13,22	
13,03	pc	Ulisses Tavares	CPV	18/10/92	Sen	ADRAP	CN Clubes PC - Apur	16º	Pombal	28/jan		13,55 /22	13,02pc / 12,93	
12,14	0,0	Nélio Santos		13/02/05	s20	AJS	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	11/fev		12,26 /22	11,91 / 11,90	
11,82	1,0	Milton Ferreira		24/09/98	Sen	CSM	CR Absolutos Inverno	4º	Ribeira Brava	15/jan		13,00 /18		
10,91	1,2	Artur Martins		25/01/05	s20	ADRAP	CR Absolutos Inverno	5º	Ribeira Brava	15/jan		11,40 /22		
10,83	0,7	Lucas Faria		19/12/05	s20	GDE	CR Inverno s18/s20	2º	Ribeira Brava	8/jan		rp		

Atletas Veteranos:

10,50	pc	Gonçalo Pacheco		17/02/78	V 45	CAFH	CN Masters pc	4º	Braga	26/fev		rp		
-------	----	-----------------	--	----------	------	------	---------------	----	-------	--------	--	----	--	--

Marcas em pista coberta:

15,54	pc	Oleksandr Lyashchenko		18/01/97	Sen	AJS	CN 1ª div pc	3º	Pombal	12/fev	RR Abs pc			
13,37	pc	Ivo Figueira		24/12/02	s23	AJS	CN Esperanças pc	6º	Pombal	5/mar				
13,03	pc	Ulisses Tavares	CPV	18/10/92	Sen	ADRAP	CN Clubes PC - Apur	16º	Pombal	28/jan				

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

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
10,60	-0,7	Miguel Oliveira		08/05/11	s14	CSM	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	8/jan		rp		
8,46	-0,6	João R. Silva		01/01/11	s14	CSM	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	8/jan		rp		

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
13,11	pc	André Gonçalves		14/04/86	V 35	ADRAP	CN 2ª div - pc	3º	Pombal	12/fev		15,69 /11	12,90
12,98	pc	Francisco Lemos		20/08/02	s23	ADRAP	CN Clubes PC - Apur	12º	Pombal	28/jan		13,07 pc/22	12,93pc
12,68	pc	Vítor Gouveia		05/04/00	Sen	AJS	CN 1ª div pc	8º	Pombal	12/fev		13,41 /22	12,63pc / 12,26
11,92	pc	Guilherme Almeida		11/06/02	s23	AJS	CN P Comb PC	1º	Braga	21/jan		12,72 /22	
11,46	pc	Francisco A. Pereira		25/04/03	s23	GDE	Meet M.Pereira	6º	Lisboa CAR	7/jan		rp	11,20pc / 10,72pc
10,67		Miguel Azevedo		31/10/03	s23	ADRAP	CR Absolutos Inverno	2º	Funchal	14/jan		rp	
10,63	pc	Gilberto Carvalho		14/01/93	Sen	GDE	II Noite Atlética	4º	Braga	15/fev		11,00 /22	
9,99		Roque Tavares		16/08/90	Sen	ADRAP	CR Absolutos Inverno	3º	Funchal	14/jan		10,45 /19	
9,42		Diogo Costa		24/12/94	Sen	CSM	CR Absolutos Inverno	4º	Funchal	14/jan		11,02 /18	
9,26		Gonçalo Pacheco		17/02/78	V 40	CAFH	CR Veteranos Inverno	1º	Funchal	28/jan		9,88 /22	
8,01		Tóni Fernandes		22/09/80	V 40	AAM-M	CR Veteranos Inverno	2º	Funchal	28/jan		rp	

Atletas Veteranos:

9,26		Gonçalo Pacheco		17/02/78	V 40	CAFH	CR Veteranos Inverno	1º	Funchal	28/jan			
8,01		Tóni Fernandes		22/09/80	V 40	AAM-M	CR Veteranos Inverno	2º	Funchal	28/jan			
6,23		Diogo Sousa		28/11/83	V 35	GDE	CR Absolutos Inverno	6º	Funchal	14/jan			

Marcas em pista coberta:

13,11	pc	André Gonçalves		14/04/86	V 35	ADRAP	CN 2ª div - pc	3º	Pombal	12/fev			
12,98	pc	Francisco Lemos		20/08/02	s23	ADRAP	CN Clubes PC - Apur	12º	Pombal	28/jan			
12,68	pc	Vítor Gouveia		05/04/00	Sen	AJS	CN 1ª div pc	8º	Pombal	12/fev			
11,92	pc	Guilherme Almeida		11/06/02	s23	AJS	CN P Comb PC	1º	Braga	21/jan			

RANKINGS 2023

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

11,46	pc	Francisco A. Pereira	25/04/03	s23	GDE	Meet M.Pereira	6º	Lisboa CAR	7/jan
10,63	pc	Gilberto Carvalho	14/01/93	Sen	GDE	II Noite Atlética	4º	Braga	15/fev

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
8,68	Afonso Dantas		12/08/04	s20	GDE	Prova Extra	1º	Funchal	4/fev		rp	
Atletas Veteranos:												
6,19	José G. Carvalho		13/02/65	V 55	ADRAP	CR Veteranos Inverno	1º	Funchal	28/jan			
5,37	João P. Gomes		24/05/69	V 50	AAM-M	CR Veteranos Inverno	1º	Funchal	28/jan		rp	

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
12,78	Nélio Serrão		30/04/07	s18	AJS	Prova Extra	1º	Funchal	11/fev		rp	12,60 / 12,46
9,67	Gonçalo Mendonça		17/06/06	s18	CSM	CR Inverno s18/s20	2º	Funchal	7/jan		rp	
9,00	Manuel Rocha		28/08/07	s18	AJS	Prova Extra	2º	Funchal	11/fev		rp	8,70 / 8,61
8,12	Lourenço A. Viveiros		16/06/06	s18	GDE	CR Inverno s18/s20	4º	Funchal	7/jan		8,39 /21	
Atletas Veteranos:												
8,56	Petr Danich		08/06/53	V 65	CEOL	CR Veteranos Inverno	1º	Funchal	28/jan			
Marcas em pista coberta:												
12,60	pc	Nélio Serrão	30/04/07	s18	AJS	CN sub18 pc	5º	Braga	4/fev			

RANKINGS 2023

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

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
11,73	Miguel A. Nóbrega		10/02/08	s16	CSM	Prova Extra	1º	Funchal	18/fev		rp	11,36 / 11,33
10,37	Guilherme R Ferreira		22/01/08	s16	GDE	CR Inverno s14/s16	2º	Funchal	11/fev		rp	
9,17	Cláudio Camacho		20/05/09	s16	AJS	T Preparação	1º	Funchal	28/jan		rp	9,12 / 8,74
9,09	João M. Rodrigues		07/09/08	s16	AJS	Prova Extra	2º	Funchal	14/jan		rp	9,03 / 8,92
9,07	João Tomás Santos		30/03/08	s16	ADRAP	CR Inverno s14/s16	3º	Funchal	11/fev		rp	

Peso - 3k

3 kg (Infantis)

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

Ranking até: 6,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
9,00	Dinis A. Freitas		04/04/10	s14	ADRAP	CR Inverno s14/s16	1º	Funchal	11/fev		rp	
8,92	Gonçalo P. Silva		14/07/10	s14	CSM	CR Inverno s14/s16	2º	Funchal	11/fev		rp	
7,83	Tiago Henriques		24/01/10	s14	AJS	CR Inverno s14/s16	3º	Funchal	11/fev		rp	
6,84	Élton Rodrigues		07/08/10	s14	GDE	CR Inverno s14/s16	4º	Funchal	11/fev		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
35,09	Francisco A. Pereira		25/04/03	s23	GDE	Prova extra	1º	Lisboa CAR	15/jan		38,25 /21	34,97
21,44	Diogo Costa		24/12/94	Sen	CSM	CR Lançamentos	2º	Ribeira Brava	18/fev		31,14 /18	

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

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
20,42	Afonso Dantas		12/08/04	s20	GDE	CR Lançamentos	1º	Ribeira Brava	18/fev		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
34,11	Miguel A. Nóbrega		10/02/08	s16	CSM	CN Lançamentos	4º	Vagos	26/fev		rp	32,96 / 31,82
33,27	Nélio Serrão		30/04/07	s18	AJS	CR Lançamentos	1º	Ribeira Brava	18/fev		rp	32,91 / 32,21
26,17	Manuel Rocha		28/08/07	s18	AJS	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	11/fev		rp	23,80 / 23,43
22,98	Guilherme R Ferreira		22/01/08	s16	GDE	CR Lançamentos	4º	Ribeira Brava	18/fev		rp	
19,14	Cláudio Camacho		20/05/09	s16	AJS	CR Lançamentos	5º	Ribeira Brava	18/fev		rp	

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
33,69	Miguel A. Nóbrega		10/02/08	s16	CSM	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	14/jan		39,52 /22	
25,42	Cláudio Camacho		20/05/09	s16	AJS	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	14/jan		rp	

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
22,62	Dinis A. Freitas		04/04/10	s14	ADRAP	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	14/jan		23,80 /22	

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

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
56,65	Francisco A. Pereira		25/04/03	s23	GDE	Prova Extra	1º	Funchal	18/fev		rp	51,63 / 50,33
31,31	Tiago Fernandes		27/01/01	s23	ADRAP	CR Lançamentos	2º	Funchal	4/fev		38,09 /21	
29,99	Roque Tavares		16/08/90	Sen	ADRAP	CR Lançamentos	3º	Funchal	4/fev		37,72 /18	

Atletas Veteranos:

16,97	Tóni Fernandes		22/09/80	V 40	AAM-M	Meet Masters	1º	Funchal	28/jan			
13,59	Diogo Sousa		28/11/83	V 35	GDE	CR Lançamentos	4º	Funchal	28/jan			

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
18,03	Afonso Dantas		12/08/04	s20	GDE	CR Lançamentos	1º	Funchal	4/fev		rp	

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
21,58	João M. Rodrigues		07/09/08	s16	AJS	CR Lançamentos	1º	Funchal	4/fev		rp	
18,52	Guilherme R Ferreira		22/01/08	s16	GDE	CR Lançamentos	2º	Funchal	4/fev		rp	

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
29,01	João M. Rodrigues		07/09/08	s16	AJS	Prova Extra	1º	Funchal	14/jan		rp	27,97

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

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
53,23	Roque Tavares		16/08/90	Sen	ADRAP	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	7/jan		58,74 /22	47,89
43,37	Nicolau Ferreira		18/09/00	Sen	CSM	CR Lançamentos	2º	Ribeira Brava	4/fev		47,45 /18	
42,84	Lucas Faria		19/12/05	s20	GDE	CR Lançamentos	3º	Ribeira Brava	4/fev		rp	
39,17	Miguel Azevedo		31/10/03	s23	ADRAP	CR Lançamentos	4º	Ribeira Brava	4/fev		45,08 /22	
38,73	Gonçalo Pacheco		17/02/78	V 40	CAFH	CR Veteranos Inverno	1º	Ribeira Brava	28/jan		50,78 /05	
33,13	Tiago Fernandes		27/01/01	s23	ADRAP	CR Lançamentos	5º	Ribeira Brava	4/fev		34,72 /19	
28,33	Francisco A. Pereira		25/04/03	s23	GDE	CR Lançamentos	6º	Ribeira Brava	4/fev		28,97 /19	

Atletas Veteranos:

38,73	Gonçalo Pacheco		17/02/78	V 40	CAFH	CR Veteranos Inverno	1º	Ribeira Brava	28/jan		rp	
21,38	Diogo Sousa		28/11/83	V 35	GDE	CR Lançamentos	7º	Ribeira Brava	4/fev		23,29 /22	

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
32,01	Marco Santos		11/09/07	s18	AJS	CR Lançamentos	1º	Ribeira Brava	4/fev		rp	31,68 / 28,90
26,90	Matias Freitas		16/01/08	s16	ADRAP	CR Lançamentos	2º	Ribeira Brava	4/fev		rp	
26,51	Gonçalo Mendonça		17/06/06	s18	CSM	CR Lançamentos	3º	Ribeira Brava	4/fev		rp	
25,64	Henrique Serrão		21/12/06	s18	GDE	CR Lançamentos	4º	Ribeira Brava	4/fev		rp	
25,62	Gonçalo Quartilho		30/06/07	s18	nf	CR Escolares	1º	Ribeira Brava	4/mar	EBSPSOL	rp	
24,18	Miguel A. Nóbrega		10/02/08	s16	CSM	CR Lançamentos	5º	Ribeira Brava	4/fev		rp	
23,58	Roberto Gomes		19/01/07	s18	ADRAP	CR Lançamentos	6º	Ribeira Brava	4/fev		rp	
22,83	Guilherme R Ferreira		22/01/08	s16	GDE	CR Lançamentos	7º	Ribeira Brava	4/fev		24,44 /22	
21,35	Afonso Nóbrega		16/11/08	s16	AJS	CR Lançamentos	8º	Ribeira Brava	4/fev		rp	
21,20	Marcos Faria		27/10/09	s16	GDE	CR Lançamentos	9º	Ribeira Brava	4/fev		rp	
19,71	Etnan Ospina		17/05/07	s18	nf	CR Escolares	2º	Ribeira Brava	4/mar	EBSPSOL	rp	
19,68	David Pita		14/04/07	s18	nf	CR Escolares	3º	Ribeira Brava	4/mar	EBSPSOL	rp	

RANKINGS 2023

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

18,18	Fábio Aguiar	15/09/09	s16	CSM	CR Lançamentos	10º	Ribeira Brava	4/fev	rp
Atletas Veteranos:									
26,33	Horácio Alves	27/06/63	V 55	VIP-RC	CR Veteranos Inverno	3º	Ribeira Brava	28/jan	

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
29,19	Matias Freitas		16/01/08	s16	ADRAP	CR Inverno s14/s16	1º	Ribeira Brava	12/fev		rp	
28,74	Miguel A. Nóbrega		10/02/08	s16	CSM	CR Inverno s14/s16	2º	Ribeira Brava	12/fev		rp	
25,19	João Tomás Santos		30/03/08	s16	ADRAP	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	7/jan		rp	22,21
22,67	Fábio Aguiar		15/09/09	s16	CSM	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	7/jan		22,84 /22	
19,83	João M. Rodrigues		07/09/08	s16	AJS	CR Inverno s14/s16	4º	Ribeira Brava	12/fev		rp	
19,45	Ricardo Ferreira		21/05/08	s16	nf	CR Escolares	1ª	Ribeira Brava	4/mar	ESV	rp	
18,37	Cláudio Camacho		20/05/09	s16	AJS	CR Inverno s14/s16	5º	Ribeira Brava	12/fev		rp	
17,12	Quévin Oliveira		03/11/08	s16	AJS	CR Inverno s14/s16	6º	Ribeira Brava	12/fev		rp	

Atletas Veteranos:

21,10	Petr Danich		08/06/53	V 65	CEOL	CR Veteranos Inverno	4º	Ribeira Brava	28/jan			
-------	-------------	--	----------	------	------	----------------------	----	---------------	--------	--	--	--

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
26,00	Dinis A. Freitas		04/04/10	s14	ADRAP	CR Inverno s14/s16	1º	Ribeira Brava	12/fev		rp	
21,84	Gonçalo P. Silva		14/07/10	s14	CSM	CR Inverno s14/s16	2º	Ribeira Brava	12/fev		rp	
19,10	Andree Abreu		11/03/10	s14	ADRAP	CR Inverno s14/s16	3º	Ribeira Brava	12/fev		20,87 /22	
14,08	Pedro Miguel Vieira		06/06/10	s14	ADRAP	CR Inverno s14/s16	4º	Ribeira Brava	12/fev		rp	
13,87	Sérgio A. Pestana		13/11/10	s14	GDE	CR Inverno s14/s16	5º	Ribeira Brava	12/fev		rp	

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

Heptatlo

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

Recordes Regionais: Abs - 5282 p / pc - 5282 p Sub23 - 5282 p / pc - 5282 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
5 282 p	pc	Guilherme Almeida		11/06/02	s23	AJS	CN P Comb s23	1º	Braga	22/jan	RR Abs pc	rp		
Parciais:		7,05 . 6,65 . 11,92 . 1,91 / 8,35 . 4,30 . 2 50,35												

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
41,31	Água de Pena		01/01/08	s16	ADRAP	CR Inverno s14/s16	1º	Ribeira Brava	12/fev		40,18 /04	
Constituição:		João Tomás Santos 08, Rodrigo Magalhães 08, Pedro A. Gouveia 08, Bernardo Olim 08										
42,17	Marítimo		01/01/08	s16	CSM	CR Inverno s14/s16	2º	Ribeira Brava	12/fev		rp	
Constituição:		Mateus Belo Jesus 09, Miguel A. Nóbrega 08, Fábio Aguiar 09, Pedro M. Gonçalves 09										
47,19	Jardim da Serra		01/01/08	s16	AJS	CR Inverno s14/s16	3º	Ribeira Brava	12/fev		41,15 /20	
Constituição:		Henrique M. Abreu 10, Carlos Abreu 10, Rodrigo Silva 10, Quévin Oliveira 08										

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 24,51	pc Jardim da Serra		01/01/97	Sen	AJS	CN 1ª div pc	3º	Pombal	12/fev		3 21,12 /18	
Constituição:		Delvis Santos 99, Wilson Conniett 93, Guilherme Almeida 02, Bernardo Pereira 97										
3 27,10	pc Água de Pena		01/01/97	Sen	ADRAP	CN 2ª div pc	1º	Pombal	12/fev		3 23,23 pc/22	
Constituição:		Carlos Prino 97, Guilherme Omelas 02, Tomás Rosário 04, Rafael Jorge 97										
3 29,12	pc Jardim da Serra		01/01/97	Sen	AJS	CN Clubes PC - Apur	8º	Braga	28/jan		3 21,12 /18	
Constituição:		Francisco Palmeira 05, Xavier Outeiro 03, Pedro Chaves 05, Bernardo Pereira 97										
3 35,59	pc Água de Pena		01/01/97	Sen	ADRAP	CN Clubes PC - Apur	14º	Pombal	28/jan		3 23,23 pc/22	
Constituição:		Rafael Jorge 97, Carlos Prino 97, Tomás Rosário 04, Tiago Martins 97										

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 5/março

3 36,97	Jardim da Serra	01/01/91	Sen	AJS	CR Absolutos Inverno	1º	Ribeira Brava	15/jan	3 21,12 /18
Constituição:		Roberto Faria 91, Lucas R. Santos 07, Pedro Chaves 05, Francisco Palmeira 05							
3 47,46	Jardim da Serra - juniores	01/01/05	s20	AJS	CR Inverno s18/s20	1º	Ribeira Brava	8/jan	3 32,12 /10
Constituição:		Pedro Chaves 05, Marco Santos 07, Francisco Palmeira 05, Lucas R. Santos 07							
3 53,12	Estreito	01/01/90	Sen	GDE	CR Absolutos Inverno	2º	Ribeira Brava	15/jan	3 16,42 /98
Constituição:		Rodrigo Baros 01, Pedro Silva 87, Humberto Pires 89, Paulo C. Gonçalves 97							
3 59,21	CA Funchal		Sen	CAFH	CR Absolutos Inverno	3º	Ribeira Brava	15/jan	3 35,07 /09
Constituição:		João Vieira 76, António Jardim 86, Élvio Silva 86, Sérgio Rodrigues 00							
4 06,80	Marítimo	01/01/98	Sen	CSM	CR Absolutos Inverno	4º	Ribeira Brava	15/jan	3 16,00 /03
Constituição:		Guilherme Nóbrega 06, Gonçalo Mendonça 06, Bruno Viveiros 98, Milton Ferreira 98							
Equipas de Veteranos:									
4 12,30	CAFH - veteranos	01/01/86	Vet	CAFH	CR Veteranos Inverno	1º	Ribeira Brava	29/jan	rp
Constituição:		João Vieira 76, Miguel Passos 75, António Jardim 86, Miguel Gonçalves 81							
5 09,03	A Alegria Madeira	01/01/82	Vet	AAM-M	CR Veteranos Inverno	2º	Ribeira Brava	29/jan	0,00 /0
Constituição:		Tóni Fernandes 80, Arsénio Omelas 82, Paulo M. Gonçalves 67, Duarte Bettencourt 69							
Marcas em pista coberta:									
3 24,51	pc Jardim da Serra	01/01/97	Sen	AJS	CN 1ª div pc	3º	Pombal	12/fev	
Constituição:		Delvis Santos 99, Wilson Conniott 93, Guilherme Almeida 02, Bernardo Pereira 97							
3 27,10	pc Água de Pena	01/01/97	Sen	ADRAP	CN 2ª div pc	1º	Pombal	12/fev	
Constituição:		Carlos Prino 97, Guilherme Omelas 02, Tomás Rosário 04, Rafael Jorge 97							
3 29,12	pc Jardim da Serra	01/01/97	Sen	AJS	CN Clubes PC - Apur	8º	Braga	28/jan	
Constituição:		Francisco Palmeira 05, Xavier Outeiro 03, Pedro Chaves 05, Bernardo Pereira 97							
3 35,59	pc Água de Pena	01/01/97	Sen	ADRAP	CN Clubes PC - Apur	14º	Pombal	28/jan	
Constituição:		Rafael Jorge 97, Carlos Prino 97, Tomás Rosário 04, Tiago Martins 97							