



# Associação de Atletismo da Região Autónoma da Madeira

## Lista dos Melhores de Sempre

### MASCULINOS

### INICIADOS

até 31-dez-2017

Marca	Vento	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
<b>60 m</b>									
prova de outros programas nacionais									
7,53	-0,4	Bruno Pita		14/03/03	Inic	GDE		Ribeira Brava	25-11-2017
7,69	1,2	João Duarte		12/03/99	Inic	ACDSJ		Ribeira Brava	14-12-2013
7,73	-1,8	João Pedro Sousa		10/01/96	Inic	ACDSJ		Ribeira Brava	27-11-2010
7,73	0,2	Diogo Gonçalves		13/03/01	Inic	AJS		Ribeira Brava	17-12-2016
7,74	1,9	Tiago Camacho		31/03/03	Inic	CSM		Ribeira Brava	06-01-2017
7,75	pc	João Ramos		14/01/86	Inic	GDE		Braga	27-01-2001
7,76	1,8	Filipe Gonçalves		14/04/95	Inic	ACDSJ		Machico	19-12-2010
7,79	pc	Bruno Santos		02/04/85	Inic	ADRAP		Braga	09-01-2000
7,84	1,8	Fernando Brito		14/02/96	Inic	CSM		Machico	19-12-2010
7,84	-3,0	José Mário Mendes		01/09/97	Inic	ACDSJ		Ribeira Brava	15-12-2012
Tempos manuais:									
7"6		Horácio Camacho		14/01/59	Inic	CSM		Funchal	02-02-1973
7"6		Francisco Gonçalves		14/05/81	Inic	CSM		Funchal	12-12-1995

<b>80 m</b>									
prova dos programas nacionais de ar livre									
9,46	0,9	Bruno Pita		14/03/03	Inic	GDE		Braga	03-06-2017
9,72	0,4	João Pedro Sousa		10/01/96	Inic	ACDSJ		Leiria	04-06-2011
9,73	0,8	João Ramos		14/01/86	Inic	GDE		Funchal	01-04-2000
9,75	-1,5	João Duarte		12/03/99	Inic	ACDSJ		Ribeira Brava	13-07-2014
9,82	1,4	Diogo Gonçalves		13/03/01	Inic	AJS		Ribeira Brava	02-07-2016
9,89	0,8	Bruno Santos		02/04/85	Inic	ADRAP		Funchal	01-04-2000
9,92	-0,1	Paulo Ornelas		31/05/93	Inic	GDE		Ribeira Brava	23-07-2008
9,94	1,7	Tiago Camacho		31/03/03	Inic	CSM		Ribeira Brava	15-07-2017
9,97	0,3	Bruno Rodrigues		22/12/84	Inic	CDB		Funchal	20-03-1999
9,97	2,0	José Mário Mendes		01/09/97	Inic	ACDSJ		Ribeira Brava	28-04-2012
Tempos manuais:									
9"3		Adriano Gonçalves		12/04/61	Inic	CSM		Funchal	05-06-1976
9"4		Duarte Vieira		1976	Inic	CDN		Funchal	20-04-1991
9"7		António Brazão		23/12/59	Inic	CDN		Funchal	27-04-1974
9"7		Ricardo Freitas		03/03/59	Inic	CDN		Funchal	27-04-1974
9"7		João Raimundo		23/01/64	Inic	CSM		Braga	15-07-1979



## Associação de Atletismo da Região Autónoma da Madeira

### Lista dos Melhores de Sempre

#### MASCULINOS

#### INICIADOS

até 31-dez-2017

Marca	Vento	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
<b>250 m</b>									
prova dos programas nacionais de ar livre									
30,54		João Duarte		12/03/99	Inic	ACDSJ		Ribeira Brava	12-07-2014
31,48		Bruno Pita		14/03/03	Inic	GDE		Ribeira Brava	10-06-2017
31,78		Paulo Ornelas		31/05/93	Inic	GDE		Machico	24-11-2007
31,96		Roberto Nóbrega		31/05/92	Inic	CAM		Machico	30-06-2007
32,05		Tiago Camacho		31/03/03	Inic	CSM		Ribeira Brava	16-12-2017
32,23		José Mário Mendes		01/09/97	Inic	ACDSJ		Ribeira Brava	16-12-2012
32,25		Pedro Abreu		11/06/96	Inic	ADRAP		Ribeira Brava	21-05-2011
32,30		Marco França		02/02/93	Inic	GDE		Machico	24-11-2007
32,35		João Pedro Silva		11/12/01	Inic	GDE		Ribeira Brava	10-12-2016
32,54		David Câmara		21/03/95	Inic	ADRAP		Ribeira Brava	27-11-2010
<b>800 m</b>									
prova dos programas nacionais de ar livre									
2 02,7		Edmundo Correia		18/08/63	Inic	CDN		Funchal	17-06-1978
2 04,4		Hugo Silva		04/01/91	Inic	CSM		Machico	04-05-2006
2 07,3		Marco Rebelo		18/03/73	Inic	CSM		Lisboa (N)	08-05-1988
2 07,52		Gilberto Andrade		20/03/79	Inic	ACDSJ		Lisboa (N)	09-05-1993
2 09,0		Emanuel Viveiros		05/06/60	Inic	CDN		Funchal	27-07-1975
2 09,44		Hermano Gouveia		21/03/81	Inic	UDST		Lisboa (U)	12-05-1996
2 09,5		José Avelino Sousa		1971	Inic	SCS		Lisboa (N)	11-05-1986
2 10,26		Fábio Fernandes		16/08/95	Inic	GDE		Machico	16-05-2010
2 10,5		Manuel Fernandes		16/03/92	Inic	ADCSP		Machico	21-04-2007
2 10,67		Roberto Araújo		11/03/88	Inic	GDE		Angra Heroísmo	08-06-2003
<b>1 000 m</b>									
prova de outros programas nacionais									
2 43,96		Fábio Fernandes		16/08/95	Inic	ACDSJ		Lisboa (U)	22-05-2010
2 44,9		Manuel Fernandes		16/03/92	Inic	ADCSP		Machico	28-04-2007
2 45,48		Hugo Silva		04/01/91	Inic	CSM		Covilhã	14-05-2006
2 47,4		Marco Rebelo		18/03/73	Inic	CSM		Lisboa (N)	13-05-1988
2 47,6		António Nascimento		12/07/75	Inic	CSM		Funchal	27-05-1990
2 47,9		Marcelo Carvalho		14/01/86	Inic	ADRAP		Funchal	26-06-2001
2 51,04		Pedro Velosa		24/09/99	Inic	CFA		Ribeira Brava	10-05-2014
2 51,40		Renato Gonçalves		17/06/85	Inic	GDE		Funchal	02-06-2000
2 51,5		Gilberto Andrade		20/03/79	Inf	ACDSJ		VR Stº António	17-05-1992
2 53,1		Bruno Diogo		1974	Inic	GRCC		Lisboa (N)	12-03-1989



# Associação de Atletismo da Região Autónoma da Madeira

## Lista dos Melhores de Sempre

### MASCULINOS

### INICIADOS

até 31-dez-2017

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

#### 1 500 m

prova dos programas nacionais de ar livre

4 15,02		Manuel Fernandes	16/03/92	Inic	ADCSP			Ajaccio	23-05-2007
4 18,1		Edmundo Correia	18/08/63	Inic	CDN			Funchal	27-05-1978
4 20,83		Fábio Fernandes	16/08/95	Inic	GDE			Machico	15-05-2010
4 23,69		Marcelo Carvalho	14/01/86	Inic	ADRAP			Leiria	19-05-2001
4 24,4		Emanuel Viveiros	05/06/60	Inic	CDN			Funchal	30-03-1975
4 24,4		Francisco Viveiros	15/11/61	Inic	CDN			Funchal	14-05-1976
4 24,7		Marco Rebelo	18/03/73	Inic	CSM			Lisboa (N)	08-05-1988
4 25,7		Fernando Correia	26/06/64	Inic	DP			Funchal	28-04-1979
4 27,7		David Soares	27/04/57	Inic	CDN			Funchal	11-03-1972
4 29,62		Gilberto Andrade	20/03/79	Inic	ACDSJ			Funchal	26-03-1994

#### 1 500 m obstáculos

0,76 m - 13x obstáculos (sem vala de água)

prova dos programas nacionais de ar livre

4 25,94		Fábio Fernandes	16/08/95	Inic	ACDSJ			Leiria	05-06-2010
4 42,24		Manuel Fernandes	16/03/92	Inic	ADCSP			Machico	10-03-2007
4 55,46		Samuel Ribeiro	16/07/02	Inic	ADRAP			Ribeira Brava	11-06-2017
4 56,56		Pedro Abreu	11/06/96	Inic	ADRAP			Leiria	04-06-2011
4 57,06		Hugo A. Sousa	22/05/00	Inic	CSM			Ribeira Brava	03-05-2015
4 57,1		Marco Rebelo	18/03/73	Inic	CSM			Funchal	20-05-1988
4 57,83		Valentim Fernandes	14/02/95	Inic	AJS			Ribeira Brava	01-05-2010
4 59,52		J. Agostinho Fernandes	31/01/97	Inic	AJS			Fátima	02-06-2012
4 59,60		J. Carlos Abreu	24/02/00	Inic	ACDSJ			Ribeira Brava	03-05-2015
5 01,38		J. Bernardo Freitas	06/01/98	Inic	ADRAP			Ribeira Brava	27-04-2013

#### 60 m barreiras - 0,84 m (iniciados)

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

prova de outros programas nacionais

9,00	-0,8	Bruno Pita	14/03/03	Inic	GDE	5b-13+8m	Ribeira Brava	25-02-2017	
9,13	1,2	João Pedro Sousa	10/01/96	Inic	ACDSJ	5b-13+8m	Ribeira Brava	27-11-2010	
9,19	1,5	Diogo Gonçalves	13/03/01	Inic	AJS	5b-13+8m	Ribeira Brava	17-12-2016	
9,27	pc	António Ornelas	03/01/89	Inic	ADRAP	5b-13+8,5m	Braga	31-01-2004	
9,27	1,2	Samuel Oliveira	02/03/95	Inic	CSM	5b-13+8m	Ribeira Brava	27-11-2010	
9,35	-0,2	João Duarte	12/03/99	Inic	ACDSJ	5b-13+8m	Ribeira Brava	12-01-2014	
9,43	pc	Rodrigo Ramos	02/07/98	Inic	CSM	5b-13+8,5m	Alpiarça	23-02-2013	
9,46	1,5	João Pedro Buaró	14/06/01	Inic	ACDSJ	5b-13+8m	Ribeira Brava	17-12-2016	
9,57	pc	João Frias	09/01/91	Inic	CAM	5b-13+8,5m	Braga	11-02-2006	
9,60	pc	Belarmino Silva	03/05/94	Inic	ADRAP	5b-13+8,5m	Alpiarça	07-02-2009	
Tempos manuais:									
8"8	1,0	João Duarte	12/03/99	Inic	ACDSJ	5b-13+8m	Ribeira Brava	15-12-2013	



## Associação de Atletismo da Região Autónoma da Madeira

### Lista dos Melhores de Sempre

#### MASCULINOS

#### INICIADOS

até 31-dez-2017

Marca	Vento	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
<b>100 m barreiras - iniciados</b>									
10b / 0,84m - 13 + 8,5 m					prova dos programas nacionais de ar livre				
14,67	-1,4	João Duarte		12/03/99	Inic	ACDSJ		Ribeira Brava	12-07-2014
15,11	1,9	João Pedro Sousa		10/01/96	Inic	ACDSJ		Ribeira Brava	21-05-2011
15,14	0,1	Tito Fernandes		02/06/99	Inic	ADRAP		Ribeira Brava	04-05-2014
15,20	1,7	José Mário Mendes		01/09/97	Inic	ACDSJ		Fátima	03-06-2012
15,32	-1,9	Bruno Pita		14/03/03	Inic	GDE		Ribeira Brava	25-06-2017
15,46	1,1	Diogo Gonçalves		13/03/01	Inic	AJS		Ribeira Brava	24-04-2016
15,56	1,7	Éder Pires	CPV	01/11/90	Inic	CIA		Óbidos	23-04-2005
15,57	0,8	João Frias		09/01/91	Inic	CAM		Almada	22-04-2006
15,57	1,9	J. Tiago Henriques		05/07/96	Inic	CSM		Ribeira Brava	21-05-2011
15,70	1,2	Rodrigo Ramos		02/07/98	Inic	CSM		Ribeira Brava	21-04-2013
15,70	1,3	João Pedro Buaró		14/06/01	Inic	ACDSJ		Ribeira Brava	29-05-2016

#### 250 m barreiras

6b / 0,76m - 35 + 35m					prova dos programas nacionais de ar livre				
34,44		João Duarte		12/03/99	Inic	ACDSJ		Ribeira Brava	13-07-2014
35,25		Bruno Pita		14/03/03	Inic	GDE		Ribeira Brava	11-06-2017
35,71		Paulo Ornelas		31/05/93	Inic	GDE		Machico	06-07-2008
36,26		David Câmara		21/03/95	Inic	ADRAP		Machico	09-05-2010
37,16		Tito Fernandes		02/06/99	Inic	ADRAP		Ribeira Brava	13-07-2014
37,94		Tomás Pereira		20/03/97	Inic	GDE		Ribeira Brava	01-05-2011
38,04		Samuel Oliveira		02/03/95	Inic	CSM		Machico	09-05-2010
38,07		Diogo Gonçalves		13/03/01	Inic	AJS		Ribeira Brava	10-07-2016
38,26		Marco Nunes		23/01/92	Inic	GDE		Machico	01-07-2007
38,34		Rodrigo Ramos		02/07/98	Inic	CSM		Ribeira Brava	05-05-2013
Tempos manuais:									
38"1		Belarmino Silva		03/05/94	Inic	ADRAP		Machico	24-01-2009

#### 4 000 m Marcha

em pista					prova dos programas nacionais de ar livre				
19 34,85		Diogo E. Fernandes		01/04/01	Inic	AJS		Ribeira Brava	10-12-2016
22 26,73		Carlos Xavier Sousa		20/10/96	Inic	ACDSJ		Machico	18-12-2011
23 17,78		Leonel Gomes		23/05/89	Inic	UDS		Elvas	15-05-2004
24 10,65		João F. Rodrigues		22/07/93	Inic	AJS		Machico	05-07-2008
24 49,6		Angelo Nunes		03/07/85	Inic	GDE		Aveiro	08-05-1999
25 16,3		Francisco Costa		1980	Inic	GDE		Lisboa (U)	13-05-1995
25 25,21		Rafael A. Sousa		14/04/99	Inic	CSM		Ribeira Brava	12-07-2014
25 32,85		Marco Filipe Sá		15/09/97	Inic	AJS		Fátima	02-06-2012
25 45,2		Dinarte Gomes		11/05/91	Inic	AJS		Machico	29-04-2006
25 56,3		Daniel Neves		20/10/82	Inic	GDE		Lisboa (U)	03-05-1997



## Associação de Atletismo da Região Autónoma da Madeira

### Lista dos Melhores de Sempre

#### MASCULINOS

#### INICIADOS

até 31-dez-2017

Marca	Vento	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
<b>Salto em Altura</b>									
prova dos programas nacionais de ar livre									
1,77		João Pedro Buaró		14/06/01	Inic	GDE		Ribeira Brava	10-12-2016
1,72		Pedro Vasconcelos		17/01/89	Inic	ADRAP		Melgaço	25-04-2004
1,70		Nuno Freitas		1982	Inic	CSM		Funchal	11-05-1997
1,70		Éder Pires	CPV	01/11/90	Inic	CIA		Lagos	14-05-2005
1,70		Tito Fernandes		02/06/99	Inic	ADRAP		Ribeira Brava	10-05-2014
1,68		Ricardo Afonso		05/11/94	Inic	ADRPD		Machico	13-04-2008
1,68		<b>Manuel Vieira</b>		<b>15/02/03</b>	<b>Inic</b>	<b>ADRAP</b>		<b>Braga</b>	<b>03-06-2017</b>
1,66		João Pedro Vieira		05/04/01	Inic	ADRAP		Machico	30-04-2016
1,65		Nelson Perestrelo		27/02/73	Inic	CSM		Funchal	25-05-1988
1,65		Gilberto Andrade		20/03/79	Inic	ACDSJ		Lisboa (U)	08-05-1994
1,65		Vítor Viveiros		18/03/84	Inic	CAM		Funchal	16-05-1999
1,65		Pedro Freitas		10/05/89	Inic	CSM		Funchal	03-04-2004
1,65		Michael Cavaleiro		09/06/91	Inic	CAM		Covilhã	13-05-2006

#### Salto com Vara

prova dos programas nacionais de ar livre									
3,70		João Pedro Buaró		14/06/01	Inic	GDE		Ribeira Brava	11-12-2016
3,30		Paulo Santos		16/02/87	Inic	CSM		Guimarães	22-06-2002
3,10		Renato Araújo		08/09/93	Inic	AJS		Ribeira Brava	14-06-2008
3,00		Herculano Jesus		09/01/90	Inic	ADRAP		Funchal	27-04-2005
3,00		António Castro		18/12/94	Inic	GDE		Ribeira Brava	21-06-2009
2,85		Paulo Dinarte Melim		09/06/94	Inic	ADRAP		Ribeira Brava	10-05-2009
2,70		João F. Rodrigues		22/07/93	Inic	AJS		Ribeira Brava	15-03-2008
2,70		Carlos Xavier Sousa		20/10/96	Inic	ACDSJ		Ribeira Brava	22-05-2011
2,70		<b>Moisés Faria</b>		<b>13/03/02</b>	<b>Inic</b>	<b>GDE</b>		<b>Ribeira Brava</b>	<b>20-05-2017</b>
2,60		Roberto Franco		31/05/86	Inic	GDE		Funchal	13-05-2001
2,60		Décio Faria		23/07/91	Inic	AJS		Machico	04-06-2006
2,60		J. Agostinho Fernandes		31/01/97	Inic	AJS		Ribeira Brava	07-01-2012

#### Salto em Comprimento

prova dos programas nacionais de ar livre									
6,17		Vítor Vieira		1976	Inic	UDS		Ponta Delgada	11-07-1991
5,99	0,2	João Pedro Buaró		14/06/01	Inic	GDE		Ribeira Brava	10-12-2016
5,97	0,3	João Frias		09/01/91	Inic	CAM		Machico	07-07-2006
5,92	-1,3	Pedro Vasconcelos		17/01/89	Inic	ADRAP		Funchal	19-06-2004
5,86	1,8	Vítor Viveiros		18/03/84	Inic	CAM		Funchal	16-01-1999
5,81	-0,1	Énio Figueira		18/02/01	Inic	GDE		Ribeira Brava	18-06-2016
5,78	0,7	Bruno Pita		14/03/03	Inf	GDE		Ribeira Brava	10-12-2016
5,75	pc	João Ramos		14/01/86	Inic	GDE		Braga	27-01-2001
5,74		Paulo Morna		09/07/56	Inic	CSM		Funchal	06-07-1971
5,74		Paulo Jardim		15/01/77	Inic	CAM		Funchal	01-02-1992



## Associação de Atletismo da Região Autónoma da Madeira

### Lista dos Melhores de Sempre

#### MASCULINOS

#### INICIADOS

até 31-dez-2017

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

#### Quádruplo Salto B

versão iniciados: 25m->DDEE ou 25m->EEDD					prova dos programas nacionais de ar livre				
15,53	0,1	Manuel Vieira	15/02/03	Inic	ADRAP			Ribeira Brava	13-05-2017
14,54	0,2	João Pedro Buaró	14/06/01	Inic	ACDSJ			Ribeira Brava	20-03-2016
14,52	0,7	Milton Ferreira	24/09/98	Inic	CSM			Ribeira Brava	16-06-2013
14,18	0,4	João Duarte	12/03/99	Inic	ACDSJ			Ribeira Brava	19-07-2014
14,05	0,4	Bruno Pita	14/03/03	Inic	GDE			Ribeira Brava	01-04-2017
13,98	0,8	Tito Fernandes	02/06/99	Inic	ADRAP			Ribeira Brava	13-07-2014
13,94	0,1	Énio Figueira	18/02/01	Inic	GDE			Ribeira Brava	10-07-2016
13,56	0,7	Guilherme Neves	03/01/01	Inic	CSM			Ribeira Brava	10-07-2016
13,52	-2,8	Tiago Camacho	31/03/03	Inic	CSM			Ribeira Brava	07-01-2017
13,36	0,5	Moisés Faria	13/03/02	Inic	GDE			Ribeira Brava	11-06-2017

#### Lançamento do Peso - 4 kg

4 kg					prova dos programas nacionais de ar livre				
17,10		Décio Andrade	25/01/97	Inic	GDE			Fátima	02-06-2012
16,88		André Gonçalves	14/04/86	Inic	CSM			Funchal	26-06-2001
14,03		J. Leonardo Abreu	14/10/99	Inic	ADRAP			Funchal	12-07-2014
13,98		Alex Linenburg	11/04/01	Inic	ACDSJ			Abrantes	11-06-2016
13,38		Moisés Faria	13/03/02	Inic	GDE			Funchal	16-12-2017
13,34		David Ferreira	07/03/95	Inic	ADRAP			Machico	24-04-2010
13,31		Vítor Viveiros	18/03/84	Inic	CAM			Funchal	28-07-1999
13,02		Alexandre Pereira	12/01/83	Inic	CSM			Funchal	12-06-1998
12,84		Tiago Cabral	03/08/90	Inic	ESPM			Funchal	12-03-2005
12,81		Paulo David Rocha	27/02/94	Inic	AJS			Machico	05-04-2009

#### Lançamento do Disco - 1 kg

1 kg					prova dos programas nacionais de ar livre				
63,54		Décio Andrade	25/01/97	Inic	GDE			V.N. Cerveira	25-07-2012
50,96		Tiago Chaves	06/07/91	Inic	GDE			Funchal	20-07-2006
45,57		André Gonçalves	14/04/86	Inic	CSM			Funchal	17-03-2001
44,10		Vítor Chaves	29/05/93	Inic	GDE			Funchal	14-07-2007
40,12		Miguel Pinto	13/06/84	Inic	CAM			Funchal	30-06-1999
38,90		Diogo M. Freitas	10/08/02	Inic	GDE			Ribeira Brava	16-07-2017
38,56		Paulo Henriques	04/05/82	Inic	GDE			Funchal	28-06-1997
38,29		J. Leonardo Abreu	14/10/99	Inic	ADRAP			Ribeira Brava	13-07-2014
37,12		Paulo David Rocha	27/02/94	Inic	AJS			Ribeira Brava	18-04-2009
37,00		Alex Linenburg	11/04/01	Inic	ACDSJ			Funchal	30-04-2016



## Associação de Atletismo da Região Autónoma da Madeira

### Lista dos Melhores de Sempre

#### MASCULINOS

#### INICIADOS

até 31-dez-2017

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

#### Lançamento do Martelo - 4 kg

4 kg		prova dos programas nacionais de ar livre							
70,56		Décio Andrade		25/01/97	Inic	GDE		Funchal	15-12-2012
58,63		Diogo M. Freitas		10/08/02	Inic	GDE		Funchal	17-06-2017
50,65		José Mário Mendes		01/09/97	Inic	ACDSJ		Funchal	15-12-2012
49,84		Tiago Chaves		06/07/91	Inic	GDE		Machico	29-04-2006
48,24		J. Leonardo Abreu		14/10/99	Inic	ADRAP		Funchal	13-12-2014
47,49		Popa Andrei	ROM	11/06/98	Inic	CSM		Funchal	23-06-2012
43,78		António Silva		19/10/93	Inic	GDE		Funchal	17-05-2008
42,36		Rúben Abreu		06/12/03	Inic	GDE		Funchal	17-06-2017
41,87		David Ferreira		07/03/95	Inic	ADRAP		Funchal	18-12-2010
39,56		Álvaro Conceição		22/03/99	Inic	ACDSJ		Funchal	13-12-2014

#### Lançamento do Dardo - 600 g

600 g		prova dos programas nacionais de ar livre							
51,50		Décio Andrade		25/01/97	Inic	GDE		Ribeira Brava	13-05-2012
48,43		Hélder Pestana		11/02/87	Inic	CSM	700g	Guimarães	18-05-2002
45,47		Herculano Jesus		09/01/90	Inic	ADRAP	700g	Funchal	08-05-2005
43,68		Moisés Faria		13/03/02	Inic	GDE		Ribeira Brava	06-05-2017
43,15		Alex Linenburg		11/04/01	Inic	ACDSJ	700g	Lagos	02-07-2016
43,02		J. Leonardo Abreu		14/10/99	Inic	ADRAP		Ribeira Brava	12-07-2014
42,63		Vítor Viveiros		18/03/84	Inic	CAM		Funchal	22-05-1999
41,61		Cláudio Bento		17/06/98	Inic	ACDSJ		Ribeira Brava	06-07-2013
39,94		Renato Araújo		08/09/93	Inic	AJS		Lisboa (U)	03-05-2008
37,96		Paulo David Rocha		27/02/94	Inic	AJS		Ribeira Brava	14-06-2009



## Associação de Atletismo da Região Autónoma da Madeira

### Lista dos Melhores de Sempre

#### MASCULINOS

#### INICIADOS

até 31-dez-2017

Marca	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Parciais	Obs	Local	Data
<b>Heptatlo - iniciados</b>									
80m + Comprimento + Dardo .6 / 100m barr.84 + Peso 4 + Altura + 1000m						prova dos programas nacionais de ar livre			
3 245 p	João Pedro Buaró	14/06/01	Inic	ACDSJ		10,46 . 5,44 . 28,22 / 15,89 . 8,38 . 1,68 . 3 22,84		R. Brava / Funchal	24-04-2016
3 203 p	José Mário Mendes	01/09/97	Inic	ACDSJ		10,27 . 5,09 . 36,88 / 16,59 . 10,34 . 1,36 . 3 16,01	Dardo de 500g	Ribeira Brava	15-04-2012
3 167 p	João Duarte	12/03/99	Inic	ACDSJ		10,16 . 5,14 . 27,25 / 15,76 . 8,85 . 1,40 . 3 11,42		Ribeira Brava	21-04-2013
3 150 p	Renato Araújo	08/09/93	Inic	AJS		10,83 . 4,82 . 39,94 / 17,60 . 10,50 . 1,44 . 3 04,49		Lisboa U	04-05-2008
3 097 p	João Frias	09/01/91	Inic	CAM		--- 5,53 . 34,38 . 15,1 / 10,68 . 1,58 . 3 05,8	Hexatlo	Machico	02-04-2006
3 089 p	Diogo Gonçalves	13/03/01	Inic	AJS		9,90 . 5,07 . 15,87 / 15,46 . 9,79 . 1,40 . 3 18,09		R. Brava / Funchal	24-04-2016
<b>3 082 p</b>	<b>Moisés Faria</b>	<b>13/03/02</b>	<b>Inic</b>	<b>GDE</b>		<b>10,35 . 4,37 . 39,12 / 17,27 . 12,64 . 1,40 . 3 28,08</b>		<b>R. Brava / Funchal</b>	<b>02-07-2017</b>
3 027 p	João Pedro Sousa	10/01/96	Inic	ACDSJ		10,30 . 5,52 . 24,46 / 16,61 . 8,43 . 1,52 . 3 25,17	Dardo de 500g	Machico	11-04-2010
3 003 p	Rodrigo Ramos	02/07/98	Inic	ACDSJ		10,23 . 4,75 . 22,05 / 15,70 . 9,00 . 1,56 . 3 27,34		Ribeira Brava	21-04-2013
2 999 p	Belarmino Silva	03/05/94	Inic	ADRAP		10,31 . 5,30 . 30,31 / 18,1 . 9,94 . 1,28 . 3 04,99	Dardo de 500g	Machico	05-04-2009

#### Triatlo - iniciados

60m barr.84 + Comprimento + Peso 4						prova de outros programas nacionais			
<b>1 734 p</b>	<b>Bruno Pita</b>	<b>14/03/03</b>	<b>Inic</b>	<b>GDE</b>		<b>9,00 . 5,54 . 10,20</b>		<b>R.Brava / Funchal</b>	<b>25-02-2017</b>
1 689 p	João Pedro Sousa	10/01/96	Inic	ACDSJ		9,32 . 5,59 . 10,44		Machico	22-01-2011
1 588 p	pc João Frias	09/01/91	Inic	CAM		9,57 . 5,45 . 10,10		Braga - pc	11-02-2006
1 522 p	pc António Ornelas	03/01/89	Inic	ADRAP		9,27 . 5,16 . 8,93		Braga - pc	31-01-2004
1 520 p	Diogo Gonçalves	13/03/01	Inic	AJS		9,14 . 5,09 . 8,65		R.Brava / Funchal	27-02-2016
1 515 p	Hélder Pestana	11/02/87	Inic	CSM		9,68 . 5,01 . 10,70		Funchal	15-12-2001
1 507 p	Alex Linenburg	11/04/01	Inic	ACDSJ		10,42 . 5,11 . 12,53		R.Brava / Funchal	27-02-2016
1 470 p	João Duarte	12/03/99	Inic	ACDSJ		9,36 . 4,84 . 9,41		Ribeira Brava	25-01-2014
1 462 p	João Pedro Buaró	14/06/01	Inic	ACDSJ		9,42 . 5,10 . 8,63		R.Brava / Funchal	27-02-2016
1 448 p	Tomás Pereira	20/03/97	Inic	GDE		9,93 . 5,39 . 9,15		Machico	21-01-2012
1 430 p	pc Belarmino Silva	03/05/94	Inic	ADRAP		9,60 . 4,87 . 9,46		Alpiarça - pc	07-02-2009





## Associação de Atletismo da Região Autónoma da Madeira

### Lista dos Melhores de Sempre

#### MASCULINOS

#### INICIADOS

até 31-dez-2017

Marca	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Parciais	Obs	Local	Data
<b>4 X 80 m</b>									
prova dos programas nacionais de ar livre									
37,25	Seleção da Madeira			Inic	SM	Paulo Bento 99 + João Duarte 99 + Diogo M. Sousa 99 + Tito Fernandes 99		Lisboa (U)	14-06-2014
38,04	Seleção da Madeira			Inic	SM	Filipe Gonçalves 95 + João Pedro Sousa 96 + David Câmara 95 + Samuel Oliveira 95		Leiria	05-06-2010
38,16	Seleção da Madeira			Inic	SM	Rúben Abreu 03 + Bruno Pita 03 + Tiago Camacho 03 + Moisés Faria 02		Ribeira Brava	28-05-2017
38,82	Seleção da Madeira			Inic	SM	Fabiano Abreu 98 + João Duarte 99 + Rodrigo Ramos 98 + Milton Ferreira 98		Fátima	01-06-2013
38,87	GD Estreito			Inic	GDE	Rúben Abreu 03 + Bruno Pita 03 + Moisés Faria 02 + João Tiago Jesús 03		Ribeira Brava	06-05-2017
38,94	Seleção da Madeira			Inic	SM	Alex Linemburg 01 + João Pedro Buaró 01 + Diogo Gonçalves 01 + Énio Figueira 01		Ribeira Brava	29-05-2016
39,25	ACD São João			Inic	ACDSJ	Filipe Gonçalves 95 + João Pedro Sousa 96 + Vítor J. Gouveia 95 + Vítor Gonçalves 96		Machico	04-05-2010
39,27	Seleção da Madeira			Inic	SM	João H. Neves 98 + Rodrigo Ramos 98 + José Mário Mendes 97 + Nídio Frederico 97		Fátima	02-06-2012
39,42	Seleção da Madeira			Inic	SM	Hugo Sousa 94 + Wilson Barros 94 + Alexandre Vieira 94 + Belarmino Silva 94		Albufeira	16-05-2009
39,47	Seleção da Madeira			Inic	SM	Vítor Vieira 76 + Rúben Vieira 76 + Nuno Freitas 76 + Duarte Vieira 76		Lisboa (N)	05-05-1991
Outros Clubes:									
40,18	ADR Água de Pena			Inic	ADRAP	António Ornelas 89 + Herculano Jesus 90 + Rui Nunes 89 + Pedro Vasconcelos 89		Funchal	04-04-2004
41,27	ACD Jardim da Serra			Inic	AJS	Jaime Gonçalves 99 + Osvaldo Sousa 98 + Diogo J. Neves 99 + Fabiano Abreu 98		Ribeira Brava	07-07-2013
42,20	CS Marítimo			Inic	CSM	Rafael A. Sousa 99 + Nuno Ramos 02 + Hugo A. Sousa 00 + Diogo M. Sousa 99		Ribeira Brava	13-07-2014