

## Provas Combinadas - Verão

Prova	Femininos					
	Atleta	A.N.	Clube	Marca	Ano	Local
<b>Heptatlo</b> (100b+Alt+Ps+200/Cp+Dd+800)	<b>Marisa Vieira</b>	1979	CAM	<b>4 796 p</b>	2003	Funchal
	( 15"39 . 1,58 . 9,86 . 26"49 / 5,50 . 33,99 . 2'24"29 )					
<b>Heptatlo - Juniores</b> (100b+Alt+Ps+200/Cp+Dd+800)	<b>Joana Frias</b>	1988	CAM	<b>4 415 p</b>	2006	Machico
	( 16"3 . 1,55 . 8,07 . 25"6 / 5,62 . 22,76 . 2'21"9 )					
<b>Heptatlo - Juvenis</b> (100b <sup>76</sup> +Alt+Ps <sup>3</sup> +200/Cp+Dd+800)	<b>Milena Lucena</b>	2002	GDE	<b>4 147 p</b>	2019	R. Brava / Funchal
	( 15"89 . 1,56 . 10,64 . 27"64 / 5,27 . 23,78 . 2'45"95 )					
<b>Heptatlo - Iniciados</b> (80b <sup>76</sup> +Dd <sup>5</sup> +Alt/80+Cp+Ps <sup>3</sup> +1000)	<b>Sofia Santos</b>	1994	ADRAP	<b>3 512 p</b>	2008	Machico
	( 13"58 . 14,93 . 1,44 / 11"02 . 4,94 . 8,51 . 2'51"26 )					
<b>Pentatlo - Infantis</b> (60+Ps <sup>2</sup> / 50b <sup>65</sup> +Cp+1000)	<b>Catarina F. Vieira</b>	2006	ADRAP	<b>2 384 p</b>	2019	R. Brava / Funchal
	( 8"50 . 6,78 / 8"69 . 4,90 . 4'20"12 )					

Prova	Masculinos					
	Atleta	A.N.	Clube	Marca	Ano	Local
<b>Decatlo</b> (100+Cp+Ps+Alt+400/110b+Dc+Vr+Dd+1500)	<b>Alberto Fraga</b>	1980	GDE	<b>6 315 p</b>	2009	Ribeira Brava
	( 11"57 . 6,57 . 12,18 . 1,82 . 51"53 / 15"58 . 36,33 . 4,00 . 44,83 . 5'38"54 )					
<b>Decatlo - Juniores</b> (100+Cp+Ps <sup>6</sup> +Alt+400/110b <sup>99</sup> +Dc <sup>1,75</sup> +Vr+Dd+1500)	<b>Renato Araújo</b>	1993	CSM	<b>5 863 p</b>	2012	Ribeira Brava
	( 11"59 . 6,38 . 11,96 . 1,70 . 54"33 / 17"54 . 31,39 . 4,00 . 38,15 . 4'54"46 )					
<b>Decatlo - Juvenis</b> (100+Cp+Ps <sup>5</sup> +Alt+400/110b <sup>91</sup> +Dc <sup>1,5</sup> +Vr+Dd+1500)	<b>João Pedro Buaró</b>	2001	GDE	<b>5 033 p</b>	2017	R. Brava / Funchal
	( 12"65 . 6,08 . 10,44 . 1,88 . 62"46 / 16"89 . 29,86 . 3,80 . 29,53 . 5'28"64 )					
<b>Octatlo A - Juvenis</b> (100+Cp+Ps <sup>5</sup> +300/110b <sup>91</sup> +Alt+Dd <sup>7</sup> +1000)	<b>João Frias</b>	1991	ADRAP	<b>5 468 p</b>	2008	Machico
	( 11"42 . 6,94 . 11,04 . 36"43 / 15"61 . 1,74 . 37,12 . 2'48"65 )					
<b>Octatlo B - Juvenis</b> (110b <sup>91</sup> +Cp+Ps <sup>5</sup> +Alt/Dc <sup>1,5</sup> +Vr+Dd <sup>7</sup> +1000)	<b>João Gonçalves</b>	1991	AJS	<b>4 304 p</b>	2008	Ribeira Brava
	( 17"07 . 6,13 . 11,77 . 1,71 / 30,80 . 2,80 . 38,47 . 2'54"49 )					
<b>Heptatlo - Iniciados</b> (80+Cp+Dd <sup>5</sup> /100b <sup>84</sup> +Ps <sup>4</sup> +Alt+1000)	<b>Manuel Vieira</b>	2003	ADRAP	<b>3 550 p</b>	2018	R. Brava / Funchal
	( 9"83 . 5,43 . 23,42 / 15"56 . 9,15 . 1,68 . 3'05"87 )					
<b>Pentatlo - Infantis</b> (60+Cp/50b <sup>65</sup> +Ps <sup>2</sup> +1000)	<b>Bruno Pita</b>	2003	ACDSJ	<b>2 262 p</b>	2016	R. Brava / Funchal
	( 7"69 . 4,70 / 8"21 . 11,16 . 3'38"94 )					

## Provas Combinadas - Inverno

Prova	Femininos					
	Atleta	A.N.	Clube	Marca	Ano	Local
<b>Pentatlo</b> (60b+Alt+Ps+Cp+800)	<b>Rubina Serrão</b>	1981	CSM	<b>3 209 p</b>	2005	Machico
				( 9"2 . 1,52 . 10,55 . 4,99 . 2'35"8 )		
<b>Pentatlo Técnico</b> (60b+Alt+Ps+60+Cp)	<b>Marisa Vieira</b>	1979	CAM	<b>3 612 p</b>	2003	Funchal
				( 9"14 . 1,60 . 9,14 . 8"01 . 5,42 )		
<b>Pentatlo - Juniores</b> (60b+Alt+Ps+Cp+800)	<b>Rosalina Santos</b>	1998	GDE	<b>3 063 p</b>	2016	Funchal / R. Brava
				( 9"13 . 1,42 . 7,55 . 5,68 . 2'44"42 )		
<b>Pentatlo Técnico - JUN</b> (60b+Alt+Ps+60+Cp)	<b>Filipa Freitas</b>	1984	CAM	<b>2 950 p</b>	2002	Funchal
				( 10"40 . 1,48 . 10,15 . 8"68 . 4,86 )		
<b>Pentatlo - Juvenis</b> (60b <sup>76</sup> +Alt+Ps <sup>3</sup> +Cp+800)	<b>Milena Lucena</b>	2002	GDE	<b>3 102 p</b>	2019	Funchal / R. Brava
				( 9"72 . 1,51 . 10,69 . 5,07 . 2'41"85 )		

Prova	Masculinos					
	Atleta	A.N.	Clube	Marca	Ano	Local
<b>Heptatlo</b> (60+Cp+Ps+Alt/60b+Vr+1000)	<b>Éder Pires (CV)</b>	1990	CSM	<b>4 354 p</b>	2011	Machico / R.Brava
				( 7"74 . 6,84 . 8,96 . 1,92 / 9"10 . 3,10 . 2'58"2 )		
<b>Pentatlo Técnico</b> (60+Cp+Ps+60b+Alt)	<b>Diogo Branco</b>	1985	CSM	<b>3 285 p</b>	2003	Funchal
				( 7"38 . 6,10 . 11,04 . 8"98 . 1,80 )		
<b>Heptatlo - Juniores</b> (60+Cp+Ps <sup>6</sup> +Alt/60b <sup>99</sup> +Vr+1000)	<b>Renato Araújo</b>	1993	CSM	<b>4 239 p</b>	2011	Machico / R.Brava
				( 7"89 . 6,26 . 10,78 . 1,80 / 10"28 . 4,30 . 3'01"3 )		
<b>Pentatlo Técnico - JUN</b> (60+Cp+Ps+60b+Alt)	<b>Diogo Branco</b>	1985	CSM	<b>3 285 p</b>	2003	Funchal
				( 7"38 . 6,10 . 11,04(7k) . 8"98(1,067m) . 1,80 )		
<b>Heptatlo - Juvenis</b> (60+Cp+Ps <sup>5</sup> +Alt/60b <sup>91</sup> +Vr+1000)	<b>Manuel Vieira</b>	2003	ADRAP	<b>4 547 p</b>	2019	Funchal / R. Brava
				( 7"43 . 6,21 . 10,05 . 1,86 / 9"01 . 3,42 . 2'46"23 )		

## Triatlo Jovem

Prova	Femininos					
	Atleta	A.N.	Clube	Marca	Ano	Local
<b>Triatlo A - Juvenis</b>	<b>Milena Lucena</b>	2002	GDE	<b>2 027 p</b>	2019	Fx/ R. Brava
Triatlo Jovem				( 1,54 . 9"2 . 10,17 )		
<b>Triatlo B - Juvenis</b>	<b>Ema Camacho</b>	2000	GDE	<b>1 867 p</b>	2017	Fx/ R. Brava
Triatlo Jovem				( 4,93 . 8"07 . 9,55 )		
<b>Triatlo - Iniciados</b>	<b>Sofia Santos</b>	1994	ADRAP	<b>1 650 p</b>	2009	Machico
Triatlo Jovem				( 4,82 . 10"23 . 9,07 )		
<b>Triatlo - Infantis</b>	<b>Ema Camacho</b>	2000	CSM	<b>1 426 p</b>	2013	Ribeira Brava
Triatlo Jovem				( 9,24 . 8"75 . 4,29 )		

Prova	Masculinos					
	Atleta	A.N.	Clube	Marca	Ano	Local
<b>Triatlo A - Juvenis</b>	<b>João Pedro Buaró</b>	2001	GDE	<b>2 047 p</b>	2018	Fx/ R. Brava
Triatlo Jovem				( 8"69 . 11,40 . 1,84 )		
<b>Triatlo B - Juvenis</b>	<b>Bruno Pita</b>	2003	GDE	<b>1 771 p</b>	2020	Fx/ R. Brava
Triatlo Jovem				( 7"53 . 10,63 . 5,80 )		
<b>Triatlo - Iniciados</b>	<b>Tiago Afonso Martins</b>	2005	CSM	<b>1 780 p</b>	2020	Fx/ R. Brava
Triatlo Jovem				( 9"88 . 5,41 . 14,40 )		
<b>Triatlo - Infantis</b>	<b>Bruno Pita</b>	2003	ACDSJ	<b>1 376 p</b>	2016	Ribeira Brava
Triatlo Jovem				( 7"98 . 11,58 . 4,83 )		