

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

60 m

Recordes Regionais: Abs - 6,81 / pc - 6,81 Sub23 - 6,95 / pc - 6,95 Jun - 7,00 / pc - 7,00 Juv - 7,13 / pc - 7,23 Inic - 7,27 / pc - 7,75 Inf - 7,62 / pc - 8,14

Ranking até: Sen: 8,50 Jun: 8,50 Juv: 8,50 Inic: 9,25 Inf: 10,50

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
7,06	pc	Rodrigo Rito		30/08/00	s23	GDE	CN Universitário pc	1º	Pombal	6/mar		rp /	7,08pc / 7,08pc	
7,09	pc	José Ricardo Mestre		18/09/99	s23	AJS	CN Clubes pc	4º s	Pombal	14/mar		7,03 pc/20		
7,12	pc	Abdel Larrinaga		13/07/94	Sen	GDE	C Portugal Comb pc	Hp	Pombal	20/fev		rp /	7,26pc	
7,22	pc	Miguel Tapadas		23/04/98	Sen	ADRAP	Prova Extra	4º s	Lisboa CAR	16/jan		7,07 pc/20	7,22pc / 7,23pc	
7,27	1,4	Lourenço A. Viveiros		16/06/06	Inic	GDE	Torneio de Inverno	1º	Ribeira Brava	12/dez	RR Iniciados	rp	7,40	
7,31	1,2	Ulisses Tavares	CPV	18/10/92	Sen	ADRAP	Torneio de Inverno	1º s	Ribeira Brava	12/dez		7,29 /15		
7,37	-1,3	Manuel Vieira		15/02/03	Jun	ADRAP	CR P Comb Inv	1º s	Ribeira Brava	18/dez		rp		
7,41	1,2	Bruno Pita		14/03/03	Jun	GDE	Torneio de Inverno	2º s	Ribeira Brava	12/dez		7,30 /20		
7,48	1,5	Francisco Palmeira		24/11/05	Juv	AJS	CR P Comb Inv	1º s	Ribeira Brava	18/dez		rp		
7,58	1,2	Fernando Nóbrega		03/04/04	Juv	GDE	Torneio de Inverno	3º s	Ribeira Brava	12/dez		rp		
7,58	1,5	Omar Jesus		07/10/05	Juv	AJS	CR P Comb Inv	2º s	Ribeira Brava	18/dez		rp	7,74	
7,66	1,5	Artur Martins		25/01/05	Juv	ADRAP	CR P Comb Inv	3º s	Ribeira Brava	18/dez		rp	7,97	
7,70	-1,3	Miguel Azevedo		31/10/03	Jun	ADRAP	CR P Comb Inv	2º s	Ribeira Brava	18/dez		7,65 /19		
7,74	-1,3	Diogo Martins		03/08/03	Jun	AJS	CR P Comb Inv	3º s	Ribeira Brava	18/dez		rp		
7,76	-1,3	Pedro A. Freitas		08/02/96	Sen	GDE	CR P Comb Inv	1º s	Ribeira Brava	18/dez		7,28 /15		
7,85	-1,3	Ivo Figueira		24/12/02	Jun	AJS	CR P Comb Inv	4º s	Ribeira Brava	18/dez		7,76 /19		
7,86	0,4	Roberto Gomes		19/01/07	Inic	ADRAP	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	18/dez		rp /		
7,94	0,4	Lucas R. Santos		13/07/07	Inic	AJS	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	18/dez		rp		
8,07	0,0	Gilberto Carvalho		14/01/93	Sen	ADRAP	T Preparação	5º s	Lousada	4/dez		7,90 /19		
8,08	-1,3	Pedro Chaves		09/09/05	Juv	AJS	Triatlo Jovem	4º	Ribeira Brava	11/dez		rp		
8,20	1,2	Mílton Ferreira		24/09/98	Sen	CSM	Torneio de Inverno	4º s	Ribeira Brava	12/dez		7,78 /16		
8,41	1,0	André R. Pereira		21/10/05	Juv	AAM-M	Torneio de Inverno	1º s	Ribeira Brava	12/dez		rp /		
8,50	1,2	Bruno Viveiros		08/05/98	Sen	CSM	Torneio de Inverno	5º s	Ribeira Brava	12/dez		8,01 /19		
8,63	1,0	Tóni Fernandes		22/09/80	V 40	AAM-M	Torneio de Inverno	2º s	Ribeira Brava	12/dez		rp		
9,25	0,4	Mateus Belo Jesus		07/08/09	Inf	CSM	Prova Extra	3º	Ribeira Brava	18/dez		rp /		
9,39	0,4	Guilherme Henriques		07/06/09	Inf	AJS	Prova Extra	4º	Ribeira Brava	18/dez		rp /		

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

Marcas em pista coberta:

7,06	pc	Rodrigo Rito	30/08/00	s23	GDE	CN Universitário pc	1º	Pombal	6/mar
7,09	pc	José Ricardo Mestre	18/09/99	s23	AJS	CN Clubes pc	4º s	Pombal	14/mar
7,12	pc	Abdel Larrinaga	13/07/94	Sen	GDE	C Portugal Comb pc	Hp	Pombal	20/fev
7,22	pc	Miguel Tapadas	23/04/98	Sen	ADRAP	Prova Extra	4º s	Lisboa CAR	16/jan

Marcas com Vento Favorável Irregular:

8,34	2,1	Pedro M. Gonçalves	07/01/09	Inf	CSM	CR Sub 14	1º	Ribeira Brava	26/jun
8,52	2,1	Pedro A. Gouveia	04/04/08	Inf	ADRAP	CR Sub 14	2º	Ribeira Brava	26/jun
8,81	2,6	José G. Pereira	15/03/08	Inf	ADRAP	Ol. Jovem Reg	1º	Ribeira Brava	15/mai
8,86	2,6	Matias Freitas	16/01/08	Inf	ADRAP	Ol. Jovem Reg	2º	Ribeira Brava	15/mai
9,16	2,6	Guilherme Henriques	07/06/09	Inf	AJS	Ol. Jovem Reg	3ª	Ribeira Brava	15/mai
9,60	2,1	Rodrigo M. Pereira	22/10/09	Inf	GDE	CR Sub 14	4º	Ribeira Brava	26/jun
9,71	2,1	Dinis A. Freitas	04/04/10	Benj	ADRAP	CR Sub 14	5º	Ribeira Brava	26/jun
10,33	2,1	Simão Rodrigues	27/12/09	Inf	CSM	CR Sub 14	6º	Ribeira Brava	26/jun

80 m

Recordes Regionais:

Inic - 9,27 Inf - 9,90

Ranking até: 12,50

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
9,27	1,9	Lourenço A. Viveiros		16/06/06	Inic	GDE	CR Sub 16	1º e	Ribeira Brava	3/jul	RR Iniciados	rp	9,37 / 9,58	
10,32	-1,4	Roberto Gomes		19/01/07	Inic	ADRAP	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	19/dez		rp /	10,72	10,26 (3,7)
10,43	-1,4	Lucas R. Santos		13/07/07	Inic	AJS	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	19/dez		rp		
11,21	-1,9	Gonçalo Mendonça		17/06/06	Inic	CSM	P. Preparação	2º	Ribeira Brava	17/abr		rp		11,11 (3,0)
11,22	1,9	Pedro M. Gonçalves		07/01/09	Inf	CSM	CR Sub 16	2º e	Ribeira Brava	3/jul		rp /		10,97 (2,7)
11,62	1,6	Marco Santos		11/09/07	Inic	AJS	Ol. Jovem Reg	3º	Ribeira Brava	9/mai		rp /		
12,17	1,9	Guilherme Pita		17/04/08	Inf	AJS	CR Sub 16	3º e	Ribeira Brava	3/jul		rp /		
12,63	-1,4	Mateus Castro		22/02/06	Inic	AAM-M	Prova Extra	3º	Ribeira Brava	19/dez		rp /		

Marcas com Vento Favorável Irregular:

10,26	3,7	Roberto Gomes		19/01/07	Inic	ADRAP	CR Sub 16	1º e	Ribeira Brava	3/jul				
10,30	2,8	Lucas R. Santos		13/07/07	Inic	CEE-M	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	2/jun				

RANKINGS 2021

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

10,68	2,7	João M. Costa	27/06/06	Inic	GDE	CR Sub 16	3º	Ribeira Brava	3/jul
10,97	2,7	Pedro M. Gonçalves	07/01/09	Inf	CSM	CR Sub 16	4º	Ribeira Brava	3/jul
10,98	3,7	João Tomás Santos	30/03/08	Inf	ADRAP	CR Sub 16	3º e	Ribeira Brava	3/jul
11,11	3,0	Gonçalo Mendonça	17/06/06	Inic	CSM	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	15/jun
11,31	3,7	Guilherme Dionísio	29/05/06	Inic	GDE	CR Sub 16	4º e	Ribeira Brava	3/jul
11,58	2,8	Pedro Tiago Pestana	30/08/06	Inic	CEE-M	Prova Extra	4º	Ribeira Brava	2/jun
11,82	2,7	Matias Freitas	16/01/08	Inf	ADRAP	CR Sub 16	7º	Ribeira Brava	3/jul

100 m

Recordes Regionais: Abs - 10,39 Sub23 - 10,56 Jun - 10,66 Juv - 11,12 Inic - 11,24

Ranking até: Sen: 13,00 Jun: 13,00 Juv: 13,50

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
10,86	0,7	Rodrigo Rito		30/08/00	s23	GDE	CN 1ª divisão	4º	Guimarães	3/jul		rp	10,91 / 10,93	10,80 (4,2)
11,15	0,8	Paulo Neto		11/03/97	Sen	AJS	CN 2ª divisão	4º	Guimarães	3/jul		rp /		
11,19	1,1	João Esteves		18/09/98	Sen	AJS	Meet do Arunca	5º	Pombal	16/mai		rp /	11,45 / 12,14	
11,24	0,8	Lourenço A. Viveiros		16/06/06	Inic	GDE	CN Sub 18	4º e	Lousada	24/jul	MMR Iniciados	rp	11,38 / 11,42	
11,31	-0,1	José Ricardo Mestre		18/09/99	s23	AJS	CN Esperanças	8º e	Coimbra	12/jun		10,98 /19		
11,38	1,9	Ulisses Tavares	CPV	18/10/92	Sen	ADRAP	T Preparação	1º s	Ribeira Brava	4/mai		rp	11,59 / 12,02	11,30 (3,1)
11,43	1,9	Manuel Vieira		15/02/03	Jun	ADRAP	T Preparação	3º s	Ribeira Brava	4/mai		11,38 /20	11,49 / 11,56	
11,51	1,5	André Jerónimo		09/07/02	Jun	AJS	Prova Extra	2º s	Abrantes	3/jul		11,35 /19		
11,52	0,9	Bruno Pita		14/03/03	Jun	GDE	CR Absolutos	1º	Ribeira Brava	15/jun		11,38 /20	11,73 / 11,73	
11,59	0,9	Rodrigo Barros		31/08/01	s23	GDE	CR Absolutos	2º	Ribeira Brava	15/jun		rp	11,81 / 11,86	
11,81	0,9	Tiago Camacho		31/03/03	Jun	AJS	CR Absolutos	3º	Ribeira Brava	15/jun		rp		
11,87	2,0	Miguel Azevedo		31/10/03	Jun	ADRAP	T Preparação	1º s	Ribeira Brava	4/mai		rp /	12,01 / 12,04	
12,07	2,0	Pedro Monteiro		03/02/04	Juv	GDE	T Preparação	2º s	Ribeira Brava	4/mai		rp /	12,09	
12,10	0,9	Guilherme Ornelas		12/03/02	Jun	ADRAP	CR Absolutos	5º	Ribeira Brava	15/jun		rp		11,93 (3,1)
12,11	-1,7	Fernando Nóbrega		03/04/04	Juv	GDE	OJ Nacional	14º	Setúbal	17/jul		rp /		11,76 (3,1)
12,20	-1,6	Igor Silva		29/10/00	s23	CSM	CN Clubes - apuram	41º	Ribeira Brava	22/mai		12,08 /19	12,80	11,87 (3,9)
12,27	0,1	Moisés Faria		13/03/99	s23	GDE	T. Preparação	4º e	Ribeira Brava	12/mai		rp	12,45 / 12,62	
12,29	-2,0	Omar Jesus		07/10/05	Juv	AJS	Atleta Completo Nac	5º s	Évora	26/jun		rp /	12,51 / 12,86	
12,36	2,0	Francisco Palmeira		24/11/05	Juv	AJS	T Preparação	3º s	Ribeira Brava	4/mai		rp /	12,51	12,05 (3,9)
12,50	1,3	Guilherme Neves		03/01/01	s23	CSM	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	26/jun		11,66 /18		

RANKINGS 2021

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

12,65	1,9	Diogo Martins	03/08/03	Jun	AJS	T Preparação	6º s	Ribeira Brava	4/mai	rp /	12,09 (3,1)
12,85	-1,8	Lucas R. Santos	13/07/07	Inic	CEE-M	CR Sub 18	4º e	Ribeira Brava	12/jun	rp /	13,10
13,40	-2,9	Roberto Gomes	19/01/07	Inic	ADRAP	CR Sub 18	5º e	Ribeira Brava	12/jun	rp /	
13,87	0,3	Pedro Nuno Freitas	28/12/68	V 50	GDE	CN Veteranos	5º s	Lisboa (U)	2/out	5º V50 rp /	13,98 / 14,07

Marcas com Vento Favorável Irregular:

10,80	4,2	Rodrigo Rito	30/08/00	s23	GDE	Prova Extra	1º e	Vagos	3/jun	
10,82	2,7	Abdel Larrinaga	13/07/94	Sen	GDE	Decatlo - Extra	2º	Setúbal	1/mai	
11,30	3,1	Ulisses Tavares	18/10/92	Sen	ADRAP	Prova Extra	1º s	Ribeira Brava	15/mai	CPV
11,76	3,1	Fernando Nóbrega	03/04/04	Juv	GDE	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	3/jul	
11,77	5,0	Miguel Moreira	21/11/01	s23	GDE	Prova Extra	3º e	Vagos	3/jun	
11,87	3,9	Igor Silva	29/10/00	s23	CSM	Prova Extra	1º s	Ribeira Brava	15/mai	
11,93	3,1	Guilherme Ornelas	12/03/02	Jun	ADRAP	Prova Extra	2º s	Ribeira Brava	15/mai	
12,05	3,9	Francisco Palmeira	24/11/05	Juv	AJS	Prova Extra	2º s	Ribeira Brava	15/mai	
12,09	3,1	Diogo Martins	03/08/03	Jun	AJS	Prova Extra	3º s	Ribeira Brava	15/mai	

150 m

Recordes Regionais:

Inf - 18,79

Ranking até: 27,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
22,50	1,9	Matias Freitas		16/01/08	Inf	ADRAP	CR sub 14	1º	Ribeira Brava	5/jun		rp		
23,64	1,9	Guilherme Henriques		07/06/09	Inf	AJS	CR sub 14	2º	Ribeira Brava	5/jun		rp /	24,49	
23,84	1,9	Jesús Abreu		11/03/10	Benj	ADRAP	CR sub 14	3º	Ribeira Brava	5/jun		rp /		
24,18	1,9	Andree Abreu		11/03/10	Benj	ADRAP	CR sub 14	4º	Ribeira Brava	5/jun		rp /		
24,58	0,1	Mateus Belo Jesus		07/08/09	Inf	CSM	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	18/dez		rp /		
26,14	1,9	Gonçalo P. Silva		14/07/10	Benj	CSM	CR sub 14	5º	Ribeira Brava	5/jun		rp /		
26,40	1,9	Rodrigo M. Pereira		22/10/09	Inf	GDE	CR sub 14	6º	Ribeira Brava	5/jun		rp /		
26,46	-3,9	Sairy Carrascal		29/06/08	Inf	AJS	Ol. Jovem Reg	2º	Ribeira Brava	9/mai		rp /		

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

200 m

Recordes Regionais: Abs - 21,12 / pc - 21,44 Sub23 - 21,39 / pc - 21,89 Jun - 21,84 / pc - 22,65 Juv - 22,30 / pc - 23,04 Inic - 22,97

Ranking até: Sen: 26,00 Jun: 27,00 Juv: 28,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
22,15	1,3	Micael Franco		31/08/95	Sen	GDE	CN Clubes - apuram	1º s	Ribeira Brava	23/mai		22,06 /13	22,68 / 22,71	
22,29	-0,1	Rodrigo Rito		30/08/00	s23	GDE	CN 1ª divisão	3º	Guimarães	4/jul		rp	22,32 / 22,56	
22,59	1,3	Manuel Vieira		15/02/03	Jun	ADRAP	CN Clubes - apuram	2º s	Ribeira Brava	23/mai		rp	22,79 / 22,87	
22,82	1,6	André Marques		20/11/92	Sen	AJS	Prova Extra	1º s	Fátima	8/mai		rp /		
22,97	-1,0	Lourenço A. Viveiros		16/06/06	Inic	GDE	CN Sub 18	1º s	Lousada	25/jul	MMR Iniciados	rp	23,24	
23,36	0,4	Bruno Pita		14/03/03	Jun	GDE	CR Absolutos	2º	Ribeira Brava	22/jun		23,32 /20	23,90 / 23,96	
23,65	0,4	Rodrigo Barros		31/08/01	s23	GDE	CR Absolutos	3º	Ribeira Brava	22/jun		rp	24,30 / 25,44	
23,70	-2,8	Ulisses Tavares	CPV	18/10/92	Sen	ADRAP	P. Preparação	2º	Ribeira Brava	17/abr		23,13 /19	23,71	
24,16	0,4	Francisco Nóbrega		21/12/03	Jun	AJS	CR Absolutos	4º	Ribeira Brava	22/jun		24,11 /20	24,37 / 24,40	
24,66	-2,4	Ibrahim Gama		12/03/01	s23	ADRAP	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	19/dez		rp		
24,67	-2,8	Tiago Camacho		31/03/03	Jun	AJS	P. Preparação	4º	Ribeira Brava	17/abr		24,37 /20		
25,14	-2,5	Artur Martins		25/01/05	Juv	ADRAP	OJ Nacional	16º	Setúbal	17/jul		rp /	25,20 / 25,57	
25,91	0,4	Igor Silva		29/10/00	s23	CSM	CR Absolutos	5º	Ribeira Brava	22/jun		24,79 /20	26,47	
26,55	0,4	Guilherme Neves		03/01/01	s23	CSM	CR Absolutos	6º	Ribeira Brava	22/jun		23,97 /18		
26,82	-0,6	Richard Andrade		15/08/03	Jun	CSM	Triatlo Jovem	2º				rp /		
27,60	-2,4	André R. Pereira		21/10/05	Juv	AAM-M	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	19/dez		rp /		
27,73	-2,9	Roberto Gomes		19/01/07	Inic	ADRAP	CR Sub 18	2º s	Ribeira Brava	13/jun		rp /		
28,37	0,7	Pedro Nuno Freitas		28/12/68	V 50	GDE	CN Veteranos	6º s	Lisboa (U)	3/out	6º V50	rp /		
30,70	-2,4	Tóni Fernandes		22/09/80	V 40	AAM-M	Prova Extra	3º	Ribeira Brava	19/dez		29,59 /19		

Marcas com Vento Favorável Irregular:

23,10 2,6 José Ricardo Mestre 18/09/99 s23 AJS CN Clubes - apuram 2º s Guimarães 23/mai

RANKINGS 2021

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

250 m

Recordes Regionais:

Inic - 30,35

Ranking até: 43,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
30,35	Lourenço A. Viveiros		16/06/06	Inic	GDE	OJ Nacional	3º	Setúbal	17/jul	RR Iniciados	rp /	32,01 / 32,71
35,31	Lucas R. Santos		13/07/07	Inic	CEE-M	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	2/jun		rp /	
36,10	Roberto Gomes		19/01/07	Inic	ADRAP	CR Sub 16	1º	Ribeira Brava	27/jun		rp /	36,88
38,67	Marco Santos		11/09/07	Inic	AJS	Ol. Jovem Reg	2º	Ribeira Brava	8/mai		rp /	
40,82	João R. Jesus		16/08/07	Inic	AJS	CR Sub 16	2º	Ribeira Brava	27/jun		rp /	
41,00	Francisco J. Gouveia		07/08/07	Inic	CDI-M	CR Sub 16	3º	Ribeira Brava	27/jun		rp /	
42,39	Pedro Tiago Pestana		30/08/06	Inic	CEE-M	Prova Extra	4º	Ribeira Brava	2/jun		rp /	

300 m

Recordes Regionais:

Abs - 33,30

Sub23 - 34,96

Jun - 35,58

Juv - 35,81 / pc - 37,56

Inic - 38,28

Ranking até:

Sen: 45,00

Jun: 46,00

Juv: 47,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
38,00	Bruno Pita		14/03/03	Jun	GDE	T Preparação	1º s	Ribeira Brava	4/mai		37,81 /19	
38,28	Lourenço A. Viveiros		16/06/06	Inic	GDE	CR Sub 18	1º	Ribeira Brava	10/jul	MMR Iniciados	rp	
38,65	Tiago Camacho		31/03/03	Jun	AJS	T Preparação	2º s	Ribeira Brava	4/mai		37,76 /20	
39,15	Pedro A. Freitas		08/02/96	Sen	GDE	Torneio de Inverno	1º s	Ribeira Brava	12/dez		37,19 /15	
40,14	Rodrigo Barros		31/08/01	s23	GDE	T Preparação	1º s	Ribeira Brava	4/mai		rp	
40,81	Pedro Chaves		09/09/05	Juv	AJS	T Preparação	2º s	Ribeira Brava	4/mai		rp /	
41,62	Rodrigo Gonçalves		09/11/05	Juv	AJS	T Preparação	3º s	Ribeira Brava	4/mai		rp /	
42,70	Roberto Gomes		19/01/07	Inic	ADRAP	CR Sub 18	2º	Ribeira Brava	10/jul		rp /	
42,91	Bernardo S Fernandes		22/11/06	Inic	AJS	CR Sub 18	3º	Ribeira Brava	10/jul		rp /	
43,05	Humberto Pires		21/04/89	Sen	GDE	T Preparação	3º s	Ribeira Brava	4/mai		40,44 /07	
45,95	Bruno Viveiros		08/05/98	Sen	CSM	T Preparação	4º s	Ribeira Brava	4/mai		42,15 /17	
47,09	Gonçalo Mendonça		17/06/06	Inic	CSM	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	15/jun		rp /	

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

400 m

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

Ranking até: Sen: 58,00 Jun: 60,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
49,63	pc Diogo Mestre		20/05/95	Sen	ADRAP	CN Clubes pc	2º s	Pombal	13/mar		48,48 /15	
50,24	Manuel Vieira		15/02/03	Jun	ADRAP	CN 2ª divisão	6º	Guimarães	3/jul		rp	51,06 / 51,67
50,65	pc Edgar Remédios		05/05/94	Sen	GDE	T Prep pc	1º s	Pombal	20/fev		49,42 /15	51,37 / 51,63
51,15	pc André Marques		20/11/92	Sen	AJS	CN Clubes pc	3º s	Pombal	13/mar		48,01 /18	
51,64	Abdel Larrinaga		13/07/94	Sen	GDE	Decatlo - Extra	3º	Setúbal	1/mai		rp /	
51,77	José Ricardo Mestre		18/09/99	s23	AJS	CN Clubes - apuram	4º s	Guimarães	22/mai		49,54 /18	53,05pc
51,90	Francisco Nóbrega		21/12/03	Jun	AJS	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	26/jun		rp	52,57
52,74	Francisco Cordoeiro		09/05/92	Sen	AJS	Meet Gold Gala FR	6º	Maia	8/mai		rp /	53,49
52,84	Pedro Martins		28/06/96	Sen	ADRAP	IV Noite Atlética	6º s	Braga	30/jun		51,70 /19	54,44
52,92	Tiago Camacho		31/03/03	Jun	AJS	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	26/jun		rp	52,96 / 53,58
53,93	Bruno Pita		14/03/03	Jun	GDE	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	15/mai		rp	56,11
54,07	Ibrahim Gama		12/03/01	s23	ADRAP	Meet do Arunca	2º s	Pombal	16/mai		53,68 /20	54,09 / 54,2m
54,43	Rodrigo Barros		31/08/01	s23	GDE	CR Absolutos	2º	Ribeira Brava	9/jun		rp	55,79
55,19	Guilherme Ornelas		12/03/02	Jun	ADRAP	CR Absolutos	3º	Ribeira Brava	9/jun		rp	57,12 / 57,47
56,58	Tomás Rosário		02/01/04	Juv	ADRAP	CR Absolutos	4º	Ribeira Brava	9/jun		rp /	

Marcas em pista coberta:

49,63	pc Diogo Mestre		20/05/95	Sen	ADRAP	CN Clubes pc	2º s	Pombal	13/mar			
50,65	pc Edgar Remédios		05/05/94	Sen	GDE	T Prep pc	1º s	Pombal	20/fev			
51,15	pc André Marques		20/11/92	Sen	AJS	CN Clubes pc	3º s	Pombal	13/mar			
53,05	pc José Ricardo Mestre		18/09/99	s23	AJS	CN Esperanças pc	13º	Pombal	28/fev			

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

500 m

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

Ranking até:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
1 08,91	Pedro Monteiro		03/02/04	Juv	GDE	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	8/mai		rp /	
1 15,80	Pedro Chaves		09/09/05	Juv	AJS	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	8/mai		rp /	
1 16,64	Humberto Pires		21/04/89	Sen	GDE	Prova Extra	3º	Ribeira Brava	8/mai		1 11,14 /19	
1 24,20	Lourenço Barcelos		10/08/77	V 40	GDE	Prova Extra	4º	Ribeira Brava	8/mai		rp /	
1 28,72	Bruno Viveiros		08/05/98	Sen	CSM	Prova Extra	5º	Ribeira Brava	8/mai		rp /	

600 m

Recordes Regionais: Inf - 1 36,20

Ranking até: 2 27,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
1 52,74	Pedro M. Gonçalves		07/01/09	Inf	CSM	CR Sub 14	1º	Ribeira Brava	13/jun		rp /	
2 03,05	Gaspar Viveiros		03/08/09	Inf	ADRAP	CR Sub 14	2º	Ribeira Brava	13/jun		rp /	
2 04,55	Jesús Abreu		11/03/10	Benj	ADRAP	CR Sub 14	3º	Ribeira Brava	13/jun		rp /	
2 04,56	Andree Abreu		11/03/10	Benj	ADRAP	CR Sub 14	4º	Ribeira Brava	13/jun		rp /	
2 23,35	Tiago S. Ferreira		09/01/10	Benj	GDE	CR Sub 14	5º	Ribeira Brava	13/jun		rp /	
2 25,08	Guilherme Henriques		07/06/09	Inf	AJS	Ol. Jovem Reg	1º	Ribeira Brava	8/mai		rp /	
2 25,50	Dinis A. Freitas		04/04/10	Benj	ADRAP	CR Sub 14	6º	Ribeira Brava	13/jun		rp /	



Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

800 m

Recordes Regionais: Abs - 1 47,46 / pc - 1 49,08 Sub23 - 1 47,46 / pc - 1 49,51 Jun - 1 50,0 / pc - 1 53,27 Juv - 1 56,33 / pc - 1 58,46 Inic - 2 02,26

Ranking até: Sen: 2 20,0 Jun: 2 25,0 Juv: 2 35,0 Inic: 2 45,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
1 53,82	pc Miguel Mascarenhas		25/07/98	Sen	GDE	T Prep pc	3º s	Braga - pc	6/fev		1 52,60 pc/20	1 54,71pc / 1 57,60
1 56,20	pc Pedro Martins		28/06/96	Sen	ADRAP	T Prep pc	5º s	Braga - pc	6/fev		1 53,87 /19	1 56,73pc / 1 57,00pc
1 57,37	Pedro Monteiro		03/02/04	Juv	GDE	CN 1ª divisão	7º	Guimarães	4/jul		rp	1 59,93 / 2 00,09
1 57,70	Samuel Rios		29/04/01	s23	ADRAP	P. Preparação	2º s	Lousada	17/abr		rp	
1 59,63	Eduardo Pestana		06/08/02	Jun	AJS	CR Absolutos	1º	Ribeira Brava	15/jun		1 56,21 /20	1 59,80 / 1 59,89pc
2 03,07	Ibrahim Gama		12/03/01	s23	ADRAP	CN Clubes - apuram	24º	Torres Vedras	23/mai		2 02,99 pc/20	
2 03,32	Décio Abreu		12/06/85	V 35	AJS	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	26/mai		rp	2 03,81 / 2 04,12
2 04,42	Tomás Rosário		02/01/04	Juv	ADRAP	OJ Nacional	10º	Setúbal	17/jul		2 03,23 /20	2 05,30 / 2 06,83
2 04,99	Tiago Camacho		31/03/03	Jun	AJS	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	16/mai		rp	2 05,96
2 07,53	Eduardo Silva		20/03/03	Jun	ADRAP	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	10/jul		rp /	2 10,97
2 08,16	Francisco Nóbrega		21/12/03	Jun	AJS	CR Absolutos	4º	Ribeira Brava	15/jun		rp /	
2 09,25	Humberto Pires		21/04/89	Sen	GDE	CR Absolutos	5º	Ribeira Brava	15/jun		2 01,79 /19	
2 13,52	Hélvio Nascimento		25/03/02	Jun	ADRAP	CR sub20	5º	Ribeira Brava	26/mai		rp /	
2 14,79	Jorge Batista		06/06/91	Sen	GDE	CN Clubes - apuram	41º	Torres Vedras	23/mai		1 50,91 /11	
2 15,15	Pedro Chaves		09/09/05	Juv	AJS	CR Absolutos	8º	Ribeira Brava	15/jun		rp	2 18,06
2 19,82	Hugo Fernandes		15/03/05	Juv	CSM	CR Sub 18	2º	Ribeira Brava	10/jul		rp /	2 21,39
2 20,63	Paulo Macedo		09/03/93	Sen	AJS	CR Absolutos	9º	Ribeira Brava	15/jun		2 07,62 /13	
2 23,35	Rafael Baroca		23/03/06	Inic	CFA-M	CR sub 16	1º	Ribeira Brava	6/jun		rp /	
2 23,42	Lourenço Barcelos		10/08/77	V 40	GDE	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	26/mai		rp	
2 25,74	pc Alexandre Monteiro		02/09/66	V 55	GDE	T Ano Novo pc	7º s	Braga - pc	28/dez		2 19,52 /20	
2 26,48	Diogo E. Fernandes		01/04/01	s23	AJS	Prova Extra	3º	Ribeira Brava	26/mai		2 20,20 /20	2 29,17
2 27,53	Lucas R. Santos		13/07/07	Inic	CEE-M	OJ Nacional	17º	Setúbal	17/jul		rp /	2 29,98 / 2 38,89
2 28,87	José Luís Gomes		17/02/03	Jun	CSM	CR sub20	8º	Ribeira Brava	26/mai		rp	
2 44,75	Pedro Tiago Pestana		30/08/06	Inic	CEE-M	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	26/mai		rp /	
2 59,14	Teodoto Silva		05/07/61	V 55	CSM	CR Absolutos	11º	Ribeira Brava	15/jun		rp /	

Marcas em pista coberta:

1 53,82	pc Miguel Mascarenhas		25/07/98	Sen	GDE	T Prep pc	3º s	Braga - pc	6/fev			
1 56,20	pc Pedro Martins		28/06/96	Sen	ADRAP	T Prep pc	5º s	Braga - pc	6/fev			

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

1 59,89	pc	Eduardo Pestana	06/08/02	Jun	AJS	CN Clubes pc	7º	Pombal	14/fev
2 00,40	pc	Pedro Monteiro	03/02/04	Juv	GDE	T Ano Novo pc	3º s	Braga - pc	28/dez
2 25,74	pc	Alexandre Monteiro	02/09/66	V 55	GDE	T Ano Novo pc	7º s	Braga - pc	28/dez

1.000 m

Recordes Regionais: Abs - 2 22,86 Sub23 - 2 26,52 Jun - 2 30,27 Juv - 2 31,88 Inic - 2 42,87 Inf - 2 51,5

Ranking até: Sen: 3 10,0 Jun: 3 10,0 Juv: 3 20,0 Inic: 3 30,0 Inf: 3 50,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
2 33,95	Pedro Monteiro		03/02/04	Juv	GDE	Km Jovem Nacional	4º	Porto	27/jun		rp	2 35,37 / 2 41,32
2 41,53	Christian Prell		02/04/04	Juv	ADRAP	Torneio de Inverno	2º	Ribeira Brava	12/dez		rp	
2 41,73	Tomás Rosário		02/01/04	Juv	ADRAP	Torneio de Inverno	3º	Ribeira Brava	12/dez		rp	2 46,96 / 2 48,36
2 46,41	Humberto Pires		21/04/89	Sen	GDE	P. Preparação	2ª	Ribeira Brava	17/abr		2 39,44 /16	2 48,84
2 48,08	Rúben F. Mendonça		27/04/05	Juv	LCM-M	Km Jovem Reg	2º	Câmara de Lobos	15/mai		rp /	
2 52,01	Tiago Serrano		07/07/04	Juv	CFA-M	Km Jovem Reg	3º	Câmara de Lobos	15/mai		rp /	
2 52,86	Rafael Baroca		23/03/06	Inic	CFA-M	Km Jovem Nacional	13º	Porto	27/jun		rp	3 02,03
2 53,72	Pedro Chaves		09/09/05	Juv	AJS	Km Jovem Nacional	14º	Porto	27/jun		rp	2 59,42
3 01,14	Lourenço Barcelos		10/08/77	V 40	GDE	Torneio de Inverno	5º	Ribeira Brava	12/dez		rp	
3 03,36	Bernardo Teixeira		11/07/06	Inic	CFA-M	Km Jovem Reg	2º	Câmara de Lobos	15/mai		rp	
3 03,72	Luís D. Mendonça		06/01/06	Inic	LCM-M	Km Jovem Reg	3º	Câmara de Lobos	15/mai		rp /	
3 07,98	Hélvio Nascimento		25/03/02	Jun	ADRAP	Torneio de Inverno	6º	Ribeira Brava	12/dez		rp /	
3 10,71	Artur Martins		25/01/05	Juv	ADRAP	CR P Comb Inv	1º	Ribeira Brava	19/dez		rp /	
3 13,99	José Luís Gomes		17/02/03	Jun	CSM	P. Preparação	4º	Ribeira Brava	17/abr		3 12,80 /20	3 15,64
3 15,26	Francisco Palmeira		24/11/05	Juv	AJS	CR P Combinadas	2º s	Ribeira Brava	19/dez		rp /	
3 16,53	Gonçalo Mendonça		17/06/06	Inic	CSM	Km Jovem Reg	4º	Câmara de Lobos	5/mai		rp	3 44,06
3 20,21	Gonçalo Margarido		25/12/06	Inic	CAFH	Km Jovem Reg	5º	Câmara de Lobos	15/mai		rp /	
3 21,38	Mário Silvino		07/05/06	Inic	CAFH	Km Jovem Reg	6º	Câmara de Lobos	15/mai		rp /	
3 21,46	Pedro H. Ferraz		04/05/06	Inic	GDE	Km Jovem Reg	7º	Câmara de Lobos	15/mai		rp /	
3 22,23	Nuno B. Margarido		22/08/04	Juv	CAFH	Km Jovem Reg	5º	Câmara de Lobos	15/mai		rp /	
3 23,42	Pedro M. Gonçalves		07/01/09	Inf	CSM	CR Sub 14	1º	Ribeira Brava	26/jun		rp /	3 24,17
3 31,43	Óscar Góis		13/07/08	Inf	AJS	Km Jovem Reg	2º	Câmara de Lobos	15/mai		rp /	3 34,45
3 33,25	Jesús Abreu		11/03/10	Benj	ADRAP	CR Sub 14	2º	Ribeira Brava	26/jun		rp /	3 57,64
3 34,98	Dino Freitas		25/03/08	Inf	CFA-M	Km Jovem Reg	3º	Câmara de Lobos	15/mai		rp /	

RANKINGS 2021

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

3 35,31	André D. Silva	10/02/08	Inf	CFA-M	Km Jovem Reg	4º	Câmara de Lobos	15/mai	rp	/
3 38,52	Pedro A. Gouveia	04/04/08	Inf	ADRAP	CR Sub 14	4º	Ribeira Brava	26/jun	rp	/
3 41,78	Gonçalo Figueira	11/03/11	Benj	nf	Km Jovem Reg	1º	Câmara de Lobos	15/mai	Colégio Marítimo	rp /
3 54,21	Andree Abreu	11/03/10	Benj	ADRAP	Km Jovem Reg	2º	Câmara de Lobos	15/mai	rp	/
3 59,11	Frederico L. Antunes	21/05/08	Inf	LCM-M	Km Jovem Reg	5º	Câmara de Lobos	15/mai	rp	/
3 59,30	Tomás Aguiar	18/12/09	Inf	CFA-M	Km Jovem Reg	6º	Câmara de Lobos	15/mai	rp	/

1.500 m

Recordes Regionais: Abs - 3 40,98 / pc - 3 48,91    Sub23 - 3 43,20 / pc - 3 49,18    Jun - 3 47,28 / pc - 3 49,18    Juv - 3 59,33 / pc - 4 11,80    Inic - 4 12,45

Ranking até: Sen: 5 00,0    Jun: 5 15,0    Juv: 5 25,0    Inic: 5 50,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
3 48,95	pc Miguel Mascarenhas		25/07/98	Sen	GDE	C Portugal pc	1º s	Braga	13/fev		3 48,44 pc/20	3 49,79 / 3 53,97
3 55,32	Samuel Rios		29/04/01	s23	ADRAP	1ª Noite Quente	4º	Lousada	2/jun		rp	3 56,05 / 3 56,34
3 59,10	Bruno Moniz		08/10/91	Sen	ADRAP	CR Absolutos	1º	Ribeira Brava	22/jun		3 52,38 /15	4 03,07
4 00,59	pc Eduardo Pestana		06/08/02	Jun	AJS	CN Clubes pc	5º	Pombal	13/mar		3 59,25 pc/20	4 00,70 / 4 02,40pc
4 05,50	pc Pedro Martins		28/06/96	Sen	ADRAP	CN Clubes pc	7º	Pombal	13/mar		3 57,09 /19	
4 06,27	Ricardo J. Pereira		12/08/90	Sen	AJS	Prova Extra	2º	Vagos	15/mai		3 52,41 /18	
4 09,28	Pedro Monteiro		03/02/04	Juv	GDE	OJ Nacional	5º	Setúbal	17/jul		rp	4 14,91 / 4 22,36
4 16,05	Décio Abreu		12/06/85	V 35	AJS	T. Preparação	2º	Ribeira Brava	12/mai		rp	4 23,16
4 18,11	Christian Prell		02/04/04	Juv	ADRAP	P. Extra	1º	Ribeira Brava	3/jul		4 16,72 /20	
4 18,81	João Marote		25/11/03	Jun	ADRAP	P. Extra	2º	Ribeira Brava	3/jul		4 17,58 /20	
4 24,26	Humberto Pires		21/04/89	Sen	GDE	CR Absolutos	3º	Ribeira Brava	22/jun		4 12,39 /17	
4 25,37	Tomás Rosário		02/01/04	Juv	ADRAP	CR Absolutos	4º	Ribeira Brava	22/jun		rp	4 33,28 / 4 33,47
4 33,40	Rafael Baroca		23/03/06	Inic	CFA-M	OJ Nacional	8º	Setúbal	17/jul		rp /	4 42,83
4 33,99	Eduardo Silva		20/03/03	Jun	ADRAP	CR Sub20	3º	Ribeira Brava	5/jun		rp /	4 34,93 / 4 34,96
4 39,71	Manuel Vieira		15/02/03	Jun	ADRAP	CN P Combinadas	Dec	VR Stº António	30/mai		rp	
4 42,93	Hélvio Nascimento		25/03/02	Jun	ADRAP	CR Sub20	4º	Ribeira Brava	5/jun		rp	
4 46,52	João Pedro Neves		16/11/06	Inic	AJS	CR Sub 16	2º	Ribeira Brava	3/jul		rp /	
4 49,52	Alexandre Monteiro		02/09/66	V 50	GDE	T. Preparação	4º	Ribeira Brava	12/mai		4 40,06 /20	
4 54,53	Diogo E. Fernandes		01/04/01	s23	AJS	T. Preparação	5º	Ribeira Brava	12/mai		rp	
4 55,76	Pedro Chaves		09/09/05	Juv	AJS	CR Sub 18	4º	Ribeira Brava	13/jun		rp	4 55,87
4 56,29	Lourenço Barcelos		10/08/77	V 40	GDE	T. Preparação	6º	Ribeira Brava	12/mai		4 54,57 /20	4 59,99

RANKINGS 2021

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

4 56,70 José Luís Gomes 17/02/03 Jun CSM T. Preparação 7º Ribeira Brava 12/mai rp / 4 59,24

Marcas em pista coberta:

3 48,95 pc Miguel Mascarenhas 25/07/98 Sen GDE C Portugal pc 1º s Braga 13/fev  
 4 00,59 pc Eduardo Pestana 06/08/02 Jun AJS CN Clubes pc 5º Pombal 13/mar  
 4 05,50 pc Pedro Martins 28/06/96 Sen ADRAP CN Clubes pc 7º Pombal 13/mar

Milha

1 609 m

Recordes Regionais: Abs - 4 01,36 Sub23 - 4 37,26 Jun - 4 42,25 Juv - 4 42,5

Ranking até: Sen: Jun: Juv: Inic: Inf:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
5 28,75	José Luís Gomes		17/02/03	Jun	CSM	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	11/dez		rp /	

3.000 m

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

Ranking até: Sen: 11 00,0 Jun: 11 30,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
8 18,25	Miguel Mascarenhas		25/07/98	Sen	GDE	Meet Inclusão	3º	Lisboa (I)	15/mai		rp /	
8 22,88	pc Ricardo J. Pereira		12/08/90	Sen	AJS	CN Clubes pc	3º	Pombal	14/mar		8 11,94 /15	8 26,32pc / 8 27,22
8 24,21	Hugo Correia		17/11/91	Sen	GDE	CN 1ª divisão	4º	Guimarães	4/jul		rp	8 24,54pc / 8 37,00
8 27,15	Bruno Moniz		08/10/91	Sen	ADRAP	CN Clubes - apuram	4º	Torres Vedras	23/mai		8 19,57 pc/18	8 34 60 / 8 40,39
8 45,33	Eduardo Pestana		06/08/02	Jun	AJS	CN Sub 20	6º	Viana do Castelo	20/jun		8 40,89 pc/20	8 46,08
8 53,75	pc Samuel Rios		29/04/01	s23	ADRAP	CN Clubes pc	7º	Pombal	14/fev		8 35,35 pc/20	
8 54,69	João Marote		25/11/03	Jun	ADRAP	CR Absolutos	3º	Ribeira Brava	9/jun		rp	9 10,81
9 04,20	Christian Prell		02/04/04	Juv	ADRAP	CR Absolutos	4º	Ribeira Brava	9/jun		rp	9 11,19
9 04,67	Décio Abreu		12/06/85	V 35	AJS	CR Absolutos	5º	Ribeira Brava	9/jun		rp	9 14,59 / 9 24,62
9 52,54	Miguel A. Gouveia		13/10/95	Sen	ADRAP	CR Absolutos	6º	Ribeira Brava	9/jun		9 42,34 /16	
9 53,20	Tomás Rosário		02/01/04	Juv	ADRAP	T Preparação	5º	Ribeira Brava	4/mai		rp /	
10 07,44	Alexandre Monteiro		02/09/66	V 50	GDE	T Preparação	6º	Ribeira Brava	4/mai		rp	
10 33,89	Eduardo Silva		20/03/03	Jun	ADRAP	T Preparação	7º	Ribeira Brava	4/mai		rp /	
10 36,11	Lourenço Barcelos		10/08/77	V 40	GDE	CR Absolutos	7º	Ribeira Brava	9/jun		rp	10 52,02 / 10 52,80
10 40,14	Diogo E. Fernandes		01/04/01	s23	AJS	CR Absolutos	8º	Ribeira Brava	9/jun		10 22,36 /19	10 46,86

RANKINGS 2021

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

10 47,97	José Luís Gomes	17/02/03	Jun	CSM	CR Absolutos	9º	Ribeira Brava	9/jun	rp	10 57,00
11 24,35	Pedro Chaves	09/09/05	Juv	AJS	CR Sub 18	1º	Ribeira Brava	10/jul	rp	/
12 18,61	Teodoto Silva	05/07/61	V 55	CSM	CR Absolutos	10º	Ribeira Brava	9/jun	rp	/

Marcas em pista coberta:

8 22,88	pc	Ricardo J. Pereira	12/08/90	Sen	AJS	CN Clubes pc	3º	Pombal	14/mar
8 24,54	pc	Hugo Correia	17/11/91	Sen	GDE	T Prep pc	4º s	Pombal	20/fev
8 53,75	pc	Samuel Rios	29/04/01	s23	ADRAP	CN Clubes pc	7º	Pombal	14/fev

5.000 m

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

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

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
14 19,37	Ricardo J. Pereira		12/08/90	Sen	AJS	C Portugal	7º	Maia	26/jun		14 19,28 /15	14 37,52 /15 23,55
14 25,88	Hugo Correia		17/11/91	Sen	GDE	P. Extra	5º	Lisboa (N)	1/mai		14 10,45 /19	14 27,27 /14 30,20
14 49,48	Bruno Moniz		08/10/91	Sen	ADRAP	CN Clubes - apuram	7º	Torres Vedras	22/mai		14 43,28 /19	15 27,74
16 21,00	Eduardo Pestana		06/08/02	Jun	AJS	CR Absolutos	1º	Ribeira Brava	2/jun		rp	/
17 28,58	Carlos Fernandes		14/01/69	V 50	CKC	CR Absolutos	2º	Ribeira Brava	2/jun		17 07,51 /20	
17 31,59	Miguel A. Gouveia		13/10/95	Sen	ADRAP	CR Absolutos	3º	Ribeira Brava	2/jun		rp	/
17 32,07	Alexandre Monteiro		02/09/66	V 50	GDE	CR Absolutos	4º	Ribeira Brava	2/jun		17 26,71 /19	
18 39,87	Hélvio Nascimento		25/03/02	Jun	ADRAP	CR Sub20	2º	Ribeira Brava	2/jun		rp	/
18 46,46	José Luís Gomes		17/02/03	Jun	CSM	CN Clubes - apuram	40º	Ribeira Brava	22/mai		rp	/ 18 52,23
19 00,36	Diogo E. Fernandes		01/04/01	s23	AJS	CR Absolutos	8º	Ribeira Brava	2/jun		rp	/
22 57,17	Teodoto Silva		05/07/61	V 55	CSM	CR Absolutos	9º	Ribeira Brava	2/jun		rp	/

10.000 m

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

Ranking até: Sen: 39 00,0 Jun:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
30 44,63	Ricardo J. Pereira		12/08/90	Sen	AJS	CP 10.000m	3º s	Coimbra	10/abr		29 59,97 /18	
35 05,84	Amândio Correia		15/12/69	V 50	R-TRM	CN Veteranos	2º s	Lisboa (N)	10/out		rp	

RANKINGS 2021

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

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 05,48	Ricardo J. Pereira		12/08/90	Sen	AJS	Meia Porto	7º	Porto	19/set		rp	1 06,48
1 15,20	Ivan Nunes		26/03/84	V 35	VIP-RC	CR Meia Maratona	1º	Calheta	9/mai		1 12,25 /20	
1 18,05	Amândio Correia		15/12/69	V 50	R-TRM	CR Meia Maratona	2º	Calheta	9/mai		rp	
1 18,56	Daniel Costa		20/03/77	V 40	CKC	CR Meia Maratona	3º	Calheta	9/mai		1 16,12 /20	
1 19,23	Élvio Silva		26/09/86	V 35	CAFH	Luso Meia Marat. Lx	28º	Lisboa (N)	17/out		1 15,24 /18	1 20,54
1 21,00	Alexandre Veríssimo		27/03/84	V 35	CAFH	CR Meia Maratona	5º	Calheta	9/mai		rp /	
1 22,50	Sidónio Freitas		12/08/73	V 45	CMOF	CR Meia Maratona	7º	Calheta	9/mai		rp	
1 23,08	Sérgio A. Jesus		02/10/79	V 40	R-TRM	CR Meia Maratona	8º	Calheta	9/mai		rp	
1 23,10	Edgar Silva		18/11/86	Sen	MTT	CR Meia Maratona	9º	Calheta	9/mai		rp	
1 23,10	Manuel Fernandes		16/03/92	Sen	VIP-RC	CR Meia Maratona	10º	Calheta	9/mai		1 12,42 /19	
1 23,31	Élvio Sousa		15/05/83	V 35	ADRAP	CR Meia Maratona	11º	Calheta	9/mai		rp	
1 24,39	Élvio Henriques		09/08/73	V 45	CKC	CR Meia Maratona	12º	Calheta	9/mai		1 20,29 /18	
1 25,01	Gilmer Galeano	VEN	24/06/84	V 35	CDES	CR Meia Maratona	13º	Calheta	9/mai		rp /	
1 25,16	Carlos Fernandes		14/01/69	V 50	CKC	CR Meia Maratona	14º	Calheta	9/mai		1 17,55 /16	
1 25,19	Fábio Santos		25/01/87	Sen	CNSV	CR Meia Maratona	15º	Calheta	9/mai		1 24,19 /20	
1 26,05	Alberto Jardim		23/03/75	V 45	GDC-M	CR Meia Maratona	16º	Calheta	9/mai		1 19,59 /17	
1 26,08	Jorge Policarpo		23/04/65	V 55	VIP-RC	CR Meia Maratona	17º	Calheta	9/mai		1 22,33 /18	
1 26,33	Mário Freitas		28/06/75	V 45	CMOF	CR Meia Maratona	18º	Calheta	9/mai		1 22,43 /19	
1 27,26	Ricardo N. Ferreira		07/12/82	V 35	CMOF	CR Meia Maratona	19º	Calheta	9/mai		rp /	
1 28,19	Paulo Bruno Freitas		21/10/74	V 45	AJS	CR Meia Maratona	20º	Calheta	9/mai		rp /	
1 29,47	Rui Luís Coelho		05/07/83	V 35	CDES	CR Meia Maratona	21º	Calheta	9/mai		rp /	
1 29,55	Davide Fernandes		27/03/78	V 40	AJS	CR Meia Maratona	22º	Calheta	9/mai		rp /	

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

Maratona

42.195 m

Recordes Regionais: Abs - 2:19'31

Ranking até: 3:30.00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
2 44,34	Luís Gil		06/04/75	V 45	GDE	Maratona do Porto	35º	Porto	7/nov		2 38,42 /11	
2 58,26	Jorge Policarpo		23/04/65	V 55	VIP-RC	Maratona do Porto	86º	Porto	7/nov		rp	
3 25,53	Jaime Silva		04/03/70	V 50	CPC-M	Maratona do Porto	358º	Porto	7/nov		3 07,47 /17	

50 m barreiras

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

Recordes Regionais: Inf - 7,48

Ranking até: 13,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
9,82	-0,8	Guilherme Henriques		07/06/09	Inf	AJS	Triatlo Jovem	1º	Ribeira Brava	11/dez		rp /		
9,82	-0,8	Mateus Belo Jesus		07/08/09	Inf	CSM	Triatlo Jovem	2º	Ribeira Brava	11/dez		rp /	10,86	
10,66	-0,8	Dinis A. Freitas		04/04/10	Benj	ADRAP	Triatlo Jovem	3º	Ribeira Brava	11/dez		rp /		
10,79	-0,8	Fábio Aguiar		15/09/09	Inf	CSM	Triatlo Jovem	4º	Ribeira Brava	11/dez		rp /	11,14	
11,66	-0,8	Luís H. Nunes		09/10/10	Benj	GDE	Triatlo Jovem	5º	Ribeira Brava	11/dez		rp /		
12,36	-0,8	Simão Rodrigues		27/12/09	Inf	CSM	Triatlo Jovem	6º	Ribeira Brava	11/dez		rp /		

60 m barreiras - Infantis

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

Recordes Regionais: Inf - 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
12,94	-1,4	José G. Pereira		15/03/08	Inf	ADRAP	Ol. Jovem Reg	1º	Ribeira Brava	16/mai		rp /		

Marcas com Vento Favorável Irregular:

12,24	3,0	Gaspar Viveiros		03/08/09	Inf	ADRAP	CR Sub 14	1º	Ribeira Brava	13/jun				
13,32	3,0	Sairy Carrascal		29/06/08	Inf	AJS	CR Sub 14	2º	Ribeira Brava	13/jun				
13,52	3,0	Luís André Barros		09/11/08	Inf	GDE	CR Sub 14	3º	Ribeira Brava	13/jun				

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

60 m barreiras - Iniciados

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

Recordes Regionais: Inic - 8,91 / pc - 9,00 Inf - 10,04

Ranking até: 14,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
10,06	-1,5	Roberto Gomes		19/01/07	Inic	ADRAP	Triatlo Jovem	1º	Ribeira Brava	11/dez		rp /		
10,64	-1,5	Lucas R. Santos		13/07/07	Inic	AJS	Triatlo Jovem	2º	Ribeira Brava	11/dez		rp /		
11,97	-1,5	Matias Freitas		16/01/08	Inf	ADRAP	Triatlo Jovem	3º	Ribeira Brava	11/dez		rp /		
12,62	-1,5	Manuel Rocha		28/08/07	Inic	AJS	Triatlo Jovem	4º	Ribeira Brava	11/dez		rp /		
13,47	-1,5	Nuno M. Abreu		25/05/08	Inf	AJS	Triatlo Jovem	5º	Ribeira Brava	11/dez		rp /		

60 m barreiras - Juvenis

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

Recordes Regionais: Juv - 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
9,24	-2,1	Francisco Palmeira		24/11/05	Juv	AJS	Triatlo Jovem	1º	Ribeira Brava	11/dez		rp /	9,51	
9,94	-1,6	Omar Jesus		07/10/05	Juv	AJS	CR P Comb Inv	2º	Ribeira Brava	19/dez		rp /		
10,35	-2,1	Nélio Santos		13/02/05	Juv	AJS	Triatlo Jovem	2º	Ribeira Brava	11/dez		rp /		
10,88	-2,1	Gonçalo Mendonça		17/06/06	Inic	CSM	Triatlo Jovem	3º	Ribeira Brava	11/dez		rp /		
12,74	-1,6	Artur Martins		25/01/05	Juv	ADRAP	CR P Comb Inv	3º	Ribeira Brava	19/dez		rp /		

60 m barreiras - Juniores

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

Recordes Regionais: Jun - 8,18 / pc - 8,18 Juv - 8,97

Ranking até: 13,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
9,14	-0,7	Manuel Vieira		15/02/03	Jun	ADRAP	CR P Comb Inv	1º	Ribeira Brava	19/dez		rp /		
9,68	-0,7	Miguel Azevedo		31/10/03	Jun	ADRAP	CR P Comb Inv	2º	Ribeira Brava	19/dez		rp /		
11,32	-0,7	Diogo Martins		03/08/03	Jun	AJS	CR P Comb Inv	3º	Ribeira Brava	19/dez		rp /		
11,72	-0,7	Ivo Figueira		24/12/02	Jun	AJS	CR P Comb Inv	4º	Ribeira Brava	19/dez		rp /		



RANKINGS 2021

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

60 m barreiras

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

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

Ranking até: Sen: 12,00 Jun: 13,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
7,96	pc	Abdel Larrinaga		13/07/94	Sen	GDE	T Prep pc	1º	Alpiarça	6/fev		rp	8,04pc / 8,13pc	
8,04	pc	Paulo Neto		11/03/97	Sen	AJS	Meet Moniz Pereira	1º e	Lisboa CAR	10/jan		7,99 pc/20	8,05	
8,79	pc	Ulisses Tavares	CPV	18/10/92	Sen	ADRAP	CN Clubes pc	1º s	Pombal	14/mar		8,70 /20	8,91	
9,88	pc	Gilberto Carvalho		14/01/93	Sen	ADRAP	T Ano Novo pc	3º	Braga	28/dez		9,70 pc/20	9,99 / 10,50pc	

Marcas em pista coberta:

7,96	pc	Abdel Larrinaga		13/07/94	Sen	GDE	T Prep pc	1º	Alpiarça	6/fev				
8,04	pc	Paulo Neto		11/03/97	Sen	AJS	Meet Moniz Pereira	1º e	Lisboa CAR	10/jan				
8,79	pc	Ulisses Tavares	CPV	18/10/92	Sen	ADRAP	CN Clubes pc	1º s	Pombal	14/mar				
9,88	pc	Gilberto Carvalho		14/01/93	Sen	ADRAP	T Ano Novo pc	3º	Braga	28/dez				

100 m barreiras - Iniciados

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

Recordes Regionais: Inic - 14,41 Inf - 17,74

Ranking até: 23,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
16,30	-1,2	Lourenço Viveiros		09/07/02	Jun	nf	Atleta Completo Nac	3º s	Évora	26/jun		rp /		
17,95	-1,8	Gonçalo Mendonça		17/06/06	Inic	CSM	OJ Nacional	17º	Setúbal	17/jul		rp /	18,37	
20,48	1,6	Marco Santos		11/09/07	Inic	AJS	CR Sub 16	2º	Ribeira Brava	27/jun		rp /		
20,94	1,6	Guilherme Pita		17/04/08	Inf	AJS	CR Sub 16	3º	Ribeira Brava	27/jun		rp /		
22,71	1,6	João R. Jesus		16/08/07	Inic	AJS	CR Sub 16	4º	Ribeira Brava	27/jun		rp /		

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

**110 m barreiras - Juvenis**

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

Recordes Regionais: Juv - 14,63 Inic - 16,87

Ranking até: 23,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
15,75	-0,1	Francisco Palmeira		24/11/05	Juv	AJS	CN Sub 18	5º e	Lousada	25/jul		rp	15,78 / 15,99	
18,04	1,4	Fernando Nóbrega		03/04/04	Juv	GDE	CR Sub 18	2º	Ribeira Brava	13/jun		rp /		
20,39	1,5	Nélio Santos		13/02/05	Juv	AJS	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	27/jun		rp /	21,96	

**110 m barreiras - Juniores**

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

Recordes Regionais: Jun - 15,02 Juv - 15,48

Ranking até: 23,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
17,18	-2,2	Manuel Vieira		15/02/03	Jun	ADRAP	CN P Combinadas	Dc	VR Stº António	30/mai		rp /		
18,30	-2,3	Francisco Palmeira		24/11/05	Juv	AJS	CR Sub20	1º	Ribeira Brava	6/jun		rp /		
18,58	-2,3	Moisés Faria		13/03/02	Jun	GDE	CR Sub20	2º	Ribeira Brava	6/jun		rp /	19,17	

**110 m barreiras**

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

Recordes Regionais: Abs - 13,81 Sub23 - 14,21 Jun - 15,50 Juv - 16,69

Ranking até: Sen: 22,00 Jun: 23,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
13,81	-0,3	Abdel Larrinaga		13/07/94	Sen	GDE	CE Equipas - Superliga	6º	Silesia/POL	30/mai	RR Absoluto	rp	13,90 / 13,91	13,63 (3,1)
14,40	1,0	Paulo Neto		11/03/97	Sen	AJS	CN 2ª divisão	1º	Guimarães	4/jul		14,21 / 19	14,72 / 14,80	14,09 (3,1)
15,79	1,0	Ulisses Tavares	CPV	18/10/92	Sen	ADRAP	CN 2ª divisão	4º	Guimarães	4/jul		15,26 / 20	15,91 / 15,97	
16,68	0,0	Miguel Moreira		21/11/01	s23	GDE	1ª Noite Quente	1º	Lousada	2/jun		rp /		15,84 (2,5)

Marcas com Vento Favorável Irregular:

13,63	3,1	Abdel Larrinaga		13/07/94	Sen	GDE	C Portugal	1º	Maia	27/jun				
14,09	3,1	Paulo Neto		11/03/97	Sen	AJS	C Portugal	4º	Maia	27/jun				
15,84	2,5	Miguel Moreira		21/11/01	s23	GDE	C Portugal	4º e	Maia	27/jun				

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

**250 m barreiras - Iniciados**

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

Recordes Regionais: Inic - 33,85

Ranking até:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
39,66	Roberto Gomes		19/01/07	Inic	ADRAP	CR sub 16	1º	Ribeira Brava	6/jun		rp /	41,60
41,00	Marco Santos		11/09/07	Inic	AJS	CR sub 16	1º	Ribeira Brava	6/jun		rp /	41,44
51,91	João R. Jesus		16/08/07	Inic	AJS	Ol. Jovem Reg	3º	Ribeira Brava	15/mai		rp /	

**300 m barreiras - Juvenis**

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

Recordes Regionais: Juv - 38,77 Inic - 42,38

Ranking até: 55,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
43,60	Francisco Palmeira		24/11/05	Juv	AJS	CR Sub 18	1º	Ribeira Brava	12/jun		rp	43,72 / 44,01
44,78	Rodrigo Gonçalves		09/11/05	Juv	AJS	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	3/jul		rp	46,86
46,16	Artur Martins		25/01/05	Juv	ADRAP	CR Sub 18	2º	Ribeira Brava	12/jun		rp /	
48,81	Pedro Chaves		09/09/05	Juv	AJS	CR Sub 18	3º	Ribeira Brava	12/jun		rp /	

**400 m barreiras**

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

Recordes Regionais: Abs - 50,04 Sub23 - 51,89 Jun - 53,58 Juv - 55,00

Ranking até: Sen: 75,00 Jun: 78,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
52,97	Diogo Mestre		20/05/95	Sen	ADRAP	Prova Extra	2º s	Almada	8/mai		rp /	54,30
55,06	Edgar Remédios		05/05/94	Sen	GDE	C Portugal	5º	Maia	27/jun		52,65 /17	55,97 / 56,35
55,58	Paulo Neto		11/03/97	Sen	AJS	CN Clubes - apuram	1º s	Guimarães	23/mai		53,68 /19	
57,53	Ulisses Tavares	CPV	18/10/92	Sen	ADRAP	CN 2ª divisão	5º	Guimarães	4/jul		55,93 /20	58,77 / 59,34
59,16	Tiago Camacho		31/03/03	Jun	AJS	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	12/jun		rp	60,09 / 60,59

RANKINGS 2021

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

**2.000 m obstáculos**

0,84m

Recordes Regionais: Juv - 6 01,82

Ranking até: 9 00,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
6 08,14	Pedro Monteiro		03/02/04	Juv	GDE	T Preparação	1ª	Ponta Delgada	28/mar		rp	6 12,00

**3.000 m obstáculos**

0,91m

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

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

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
8 53,75	Miguel Mascarenhas		25/07/98	Sen	GDE	Meet Gold Gala FR	4º	Maia	8/mai		rp	8 59,72 / 9 00,09
9 14,61	Eduardo Pestana		06/08/02	Jun	AJS	CN Sub 20	1º	Viana do Castelo	19/jun		rp	9 17,35 / 9 24,60
9 16,40	Samuel Rios		29/04/01	s23	ADRAP	CN Esperanças	3º	Coimbra	12/jun		rp	9 31,88 / 9 35,99
9 37,86	Décio Abreu		12/06/85	V 35	AJS	CN Clubes - apuram	9º	Ribeira Brava	23/mai		rp	9 39,55 / 9 52,03
12 34,65	Francisco Nóbrega		21/12/03	Jun	AJS	CR Juniores	1º	Ribeira Brava	2/jun		rp /	

**3.000 m marcha**

em pista

Recordes Regionais: Inic - 14 25,31 Inf - 17 18,0

Ranking até:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
16 38,23	Alexandre Monteiro		02/09/66	V 55	GDE	CN Veteranos	8º	Lisboa (U)	2/out	2º V55	rp	/
21 13 81	Pedro Tiago Pestana		30/08/06	Inic	AJS	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	18/dez		rp	/
26 34,50	João M. Rodrigues		07/09/08	Inf	AJS	Ol. Jovem Reg	1º	Ribeira Brava	9/mai		rp	/

RANKINGS 2021

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

5.000 m marcha

em pista

Recordes Regionais: Abs - 21 14,65 / pc - 21 21,01 Sub23 - 21 15,08 / pc - 21 56,05 Jun - 21 55,64 / pc - 23 02,31 Juv - 23 41,61 / pc - 24 06,67 Inic - 25 16,80

Ranking até: Sen: 35 00,0 Jun: 35 00,0 Juv: 36 00,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
23 22,58	Luís Gil		06/04/75	V 45	GDE	CN Clubes - apuram	7º	Guimarães	22/mai		21 14,65 /11	23 42,05 /23 43,34
23 25,70	João Afonso Olim		14/10/00	s23	ADRAP	CN 2ª divisão	2º	Guimarães	3/jul		rp	23 54,62 /23 56,18pc
24 22,02	Diogo E. Fernandes		01/04/01	s23	AJS	CN Clubes - apuram	12º	Ribeira Brava	22/mai		22 43,35 /19	24 49,25 /26 04,65
25 53,89	Alexandre Monteiro		02/09/66	V 50	GDE	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	9/mai		rp	25 56,12

Marcas em pista coberta:

23 56,18	pc	João Afonso Olim	14/10/00	s23	ADRAP	CN Clubes pc	6º	Pombal	13/mar			
26 04,65	pc	Diogo E. Fernandes	01/04/01	s23	AJS	CN Clubes pc	8º	Pombal	13/mar			

Marcas em Estrada:

25'40		Luís Gil	06/04/75	V 45	GDE	CN Marcha Estrada	10º	T passagem	10/jan	T passagem		
-------	--	----------	----------	------	-----	-------------------	-----	------------	--------	------------	--	--

10.000 m marcha

em pista

Recordes Regionais: Abs - 45 11,36 Sub23 - 45 11,36 Jun - 45 13,30 Juv - 51 16,02

Ranking até: Sen: 1:10.00 Jun: 1:10.00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
47 53,94	Luís Gil		06/04/75	V 45	GDE	C Portugal	8º	Maia	26/jun		45 21 tp /11	
52 15,89	João Afonso Olim		14/10/00	s23	ADRAP	CN Esperanças	5º	Coimbra	12/jun		rp	

Marcas em Estrada:

48'04		Luís Gil	06/04/75	V 45	GDE	CR Norte Marcha Estrada	2º	Alfena	1/mai	T passagem		
52'05		João Afonso Olim	14/10/00	s23	ADRAP	CN Marcha Estrada	6º	Almeirim	10/abr	T passagem		

20 km marcha

pista / estrada

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

Ranking até: Sen: 2:20.00 Jun: 2:30.00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
1 37,10	Luís Gil		06/04/75	V 45	GDE	CR Norte Marcha Estrada	3º	Alfena	1/mai		1 30'46"2 /12	1 41,47tp
1 44,39	João Afonso Olim		14/10/00	s23	ADRAP	CN Marcha Estrada	6º	Almeirim	10/abr		rp	1 45,09

RANKINGS 2021

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

35 km marcha

estrada

Recordes Regionais: Abs - 2 59,45

Ranking até:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
2 59,45	Luís Gil		06/04/75	V 45	GDE	CN Marcha Estrada	7º	Porto de Mós	10/jan	RR Abs (T passag)	rp	/

50 km marcha

estrada

Recordes Regionais: Abs - 4:07'46"

Ranking até: 6:00.00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
4 20,10	Luís Gil		06/04/75	V 45	GDE	CN Marcha Estrada	3º	Porto de Mós	10/jan		4 07,46	/12

Altura

Recordes Regionais: Abs - 2,15 / pc - 2,13 Sub23 - 2,15 / pc - 2,13 Jun - 2,06 / pc - 2,04 Juv - 1,98 / pc - 1,95 Inic - 1,82 / pc - 1,59 Inf - 1,58 / pc - 1,49

Ranking até: Sen: 1,50 Jun: 1,45 Juv: 1,40 Inic: 1,32 Inf: 1,10

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
2,13	pc Nelson Pinto		24/12/98	Sen	AJS	C Portugal pc	1º	Braga - pc	14/jan	RR Abs pc =	rp	2,10pc / 2,10
2,07	Abdel Larrinaga		13/07/94	Sen	GDE	CN Clubes - apuram	2º	Ribeira Brava	23/mai		2,08 pc/19	2,01 / 1,98
1,90	Manuel Vieira		15/02/03	Jun	ADRAP	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	8/mai		1,94 /20	1,90 / 1,87
1,88	Tiago Martins		05/03/97	Sen	ADRAP	CN Clubes - apuram	9º	Ribeira Brava	23/mai		1,94 /19	1,85pc / 1,80
1,71	Fernando Nóbrega		03/04/04	Juv	GDE	CR Sub 18	1º	Ribeira Brava	13/jun		rp	1,71 / 1,66
1,70	Francisco A. Pereira		25/04/03	Jun	GDE	CR sub20	2º	Ribeira Brava	26/mai		1,70 /20	1,65
1,70	Carlos Prino		13/06/97	Sen	ADRAP	Prova Extra	1º	Abrantes	6/jun		1,77 pc/19	
1,68	pc Gilberto Carvalho		14/01/93	Sen	ADRAP	T Ano Novo pc	9º	Braga - pc	28/dez		rp	1,55pc
1,66	Nélio Santos		13/02/05	Juv	AJS	Triatlo Jovem	1º	Ribeira Brava	11/dez		rp	1,55 / 1,55
1,65	Omar Jesus		07/10/05	Juv	AJS	CR Absolutos	3º	Ribeira Brava	9/jun		rp	1,60 / 1,60
1,65	Francisco Palmeira		24/11/05	Juv	AJS	CR Sub 18	2º	Ribeira Brava	13/jun		rp	1,62 / 1,60
1,61	Gonçalo Mendonça		17/06/06	Inic	CSM	OJ Nacional	4º	Setúbal	17/jul		rp	1,52 / 1,50
1,60	Diogo Martins		03/08/03	Jun	AJS	CR P Comb Inv	2º	Ribeira Brava	18/dez		1,66 /19	
1,60	Ivo Figueira		24/12/02	Jun	AJS	CR P Comb Inv	3º	Ribeira Brava	18/dez		1,61 /19	
1,57	Artur Martins		25/01/05	Juv	ADRAP	CR P Comb Inv	3º	Ribeira Brava	18/dez		rp	

RANKINGS 2021

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

1,51	Miguel Azevedo	31/10/03	Jun	ADRAP	CR P Comb Inv	4º	Ribeira Brava	18/dez	1,62 /18	
1,50	Duarte Fernandes	19/01/05	Juv	CSM	CR sub20	5º	Ribeira Brava	26/mai	rp	1,50 / 1,45
1,38	Marco Santos	11/09/07	Inic	AJS	CR Sub 18	5º	Ribeira Brava	13/jun	rp	1,36 / 1,28
1,33	José G. Pereira	15/03/08	Inf	ADRAP	Ol. Jovem Reg	1º	Ribeira Brava	15/mai	rp	
1,26	Matias Freitas	16/01/08	Inf	ADRAP	Ol. Jovem Reg	2º	Ribeira Brava	15/mai	rp	
1,22	Guilherme Pita	17/04/08	Inf	AJS	CR Sub 14	1º	Ribeira Brava	26/jun	1,26 /20	
1,10	Rodrigo M. Pereira	22/10/09	Inf	GDE	CR Sub 14	2º	Ribeira Brava	26/jun	rp	
1,10	Gaspar Viveiros	03/08/09	Inf	ADRAP	CR Sub 14	3º	Ribeira Brava	26/jun	rp	

Marcas em pista coberta:

2,13	pc	Nelson Pinto	24/12/98	Sen	AJS	C Portugal pc	1º	Braga - pc	14/jan	RR Abs pc =
1,85	pc	Tiago Martins	05/03/97	Sen	ADRAP	CN Clubes pc	7º	Pombal	13/mar	
1,68	pc	Gilberto Carvalho	14/01/93	Sen	ADRAP	T Ano Novo pc	9º	Braga - pc	28/dez	

Vara

Recordes Regionais: Abs - 5,25 / pc - 5,20 Sub23 - 5,25 / pc - 5,20 Jun - 5,15 / pc - 5,15 Juv - 4,95 / pc - 4,50 Inic - 3,70 Inf - 2,40

Ranking até: Sen: 2,60 Jun: 2,40 Juv: 2,20 Inic: 2,00 Inf: 1,80

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
5,25	Pedro Buaró		14/06/01	s23	GDE	CN Clubes - apuram	1º	Ribeira Brava	22/mai	RR s23/Abs	rp	5,20pc / 5,12pc
4,60	Diogo Martins		03/08/03	Jun	AJS	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	10/jul		rp	4,35 / 4,32
4,40	Abdel Larrinaga		13/07/94	Sen	GDE	Decatlo - Extra	2º	Setúbal	2/mai		rp	
4,10	pc	Gilberto Carvalho	14/01/93	Sen	ADRAP	T Dr Braga Anjos	1º	Braga - pc	13/jan		4,40 /19	3,95pc / 3,82
3,72	Manuel Vieira		15/02/03	Jun	ADRAP	CR P Comb Inv	2º	Ribeira Brava	19/dez		3,75 pc/20	3,45
3,10	Artur Martins		25/01/05	Juv	ADRAP	CR Sub 18	1º	Ribeira Brava	10/jul		rp	3,02 / 2,65
3,02	Omar Jesus		07/10/05	Juv	AJS	CR P Comb Inv	1º	Ribeira Brava	19/dez		rp	

Marcas em pista coberta:

5,20	pc	Pedro Buaró	14/06/01	s23	GDE	CN Clubes pc	1º	Pombal	13/mar	
4,10	pc	Gilberto Carvalho	14/01/93	Sen	ADRAP	T Dr Braga Anjos	1º	Braga - pc	13/jan	
3,95	pc	Diogo Martins	03/08/03	Jun	AJS	CN Clubes pc	6º	Pombal	13/mar	

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

Vara em distância

Recordes Regionais:

Inf - 5,43

Ranking até:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
4,07	Sairy Carrascal		29/06/08	Inf	AJS	Ol. Jovem Reg	1º	Ribeira Brava	8/mai		rp	
3,89	Guilherme Henriques		07/06/09	Inf	AJS	Ol. Jovem Reg	2º	Ribeira Brava	8/mai		rp	
3,75	Gaspar Viveiros		03/08/09	Inf	ADRAP	CR Sub 14	1º	Ribeira Brava	26/jun		rp	
3,73	Guilherme Pita		17/04/08	Inf	AJS	CR Sub 14	2º	Ribeira Brava	26/jun		rp	
3,68	Nuno M. Abreu		25/05/08	Inf	AJS	CR Sub 14	3º	Ribeira Brava	26/jun		rp	
3,53	Francisco D. Nóbrega		16/05/09	Inf	ADRAP	CR Sub 14	4º	Ribeira Brava	26/jun		rp	
3,08	Simão Rodrigues		27/12/09	Inf	CSM	CR Sub 14	5º	Ribeira Brava	26/jun		rp	
2,93	Gonçalo P. Silva		14/07/10	Benj	CSM	CR Sub 14	6º	Ribeira Brava	26/jun		rp	
2,68	João M. Rodrigues		07/09/08	Inf	AJS	Ol. Jovem Reg	3º	Ribeira Brava	8/mai		rp	

Comprimento

Recordes Regionais:

Abs - 7,41 / pc - 7,25

Sub23 - 7,41 / pc - 7,25

Jun - 7,22 / pc - 7,03

Juv - 6,94 / pc - 6,42

Inic - 6,17 / pc - 5,75

Inf - 5,78 / pc - 5,34

Ranking até:

Sen: 5,00

Jun: 4,80

Juv: 4,50

Inic: 4,20

Inf: 3,50

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
7,26	-2,5	Abdel Larrinaga		13/07/94	Sen	GDE	Decatlo - Extra	1º	Setúbal	1/mai		7,50 /19	7,17pc / 6,81pc	
7,02	-0,6	Pedro Buaró		14/06/01	s23	GDE	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	15/mai		rp		
6,86	1,0	Francisco Cordoeiro		09/05/92	Sen	AJS	CN Clubes - apuram	9º	Guimarães	22/mai		7,25 pc/13	6,85 / 6,72pc	
6,85	0,3	Carlos Prino		13/06/97	Sen	ADRAP	Prova Extra	1º	Beja	19/jun		7,25 /20	6,78 / 6,77	6,93 (2,2)
6,78	1,0	Manuel Vieira		15/02/03	Jun	ADRAP	CR Sub20	1º	Ribeira Brava	6/jun		rp	6,74 / 6,67	
6,54	1,4	Ivo Figueira		24/12/02	Jun	AJS	CR Sub20	2º	Ribeira Brava	6/jun		rp	6,17	
6,54	0,4	Nelson Pinto		24/12/98	Sen	AJS	CN Universitários	7º	Leiria	6/jun		rp		
6,32	-0,9	Moisés Faria		13/03/02	Jun	GDE	CR Absolutos	2º	Ribeira Brava	15/jun		rp	6,03 / 5,96	
6,32	0,6	Diogo Martins		03/08/03	Jun	AJS	CR P Comb Inv	1º	Ribeira Brava	18/dez		rp	6,31 / 6,28	
6,22	1,2	Omar Jesus		07/10/05	Juv	AJS	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	3/jul		rp	6,22 / 6,10	
6,13	-0,3	Bruno Pita		14/03/03	Jun	GDE	CN 1ª divisão	8º	Guimarães	3/jul		rp	5,98 / 5,92	
5,93	0,2	Tiago Martins		05/03/97	Sen	ADRAP	Noite Atlética	4º	Braga	26/mai		6,15 /19	5,87pc	
5,88	0,3	Francisco Palmeira		24/11/05	Juv	AJS	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	3/jul		rp	5,85 / 5,80	
5,86	-0,2	Ulisses Tavares	CPV	18/10/92	Sen	ADRAP	Torneio de Inverno	3º	Ribeira Brava	12/dez		rp		



RANKINGS 2021

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

5,85	0,1	Fernando Nóbrega	03/04/04	Juv	GDE	CR Sub 18	2º	Ribeira Brava	12/jun	5,87 /20	5,81 / 5,60
5,78	0,3	Artur Martins	25/01/05	Juv	ADRAP	Triatlo Jovem	2º	Ribeira Brava	11/dez	rp	5,54 / 5,39
5,74	0,2	Mílton Ferreira	24/09/98	Sen	CSM	Torneio de Inverno	4º	Ribeira Brava	12/dez	6,01 /16	
5,72	0,1	Guilherme Neves	03/01/01	s23	CSM	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	26/jun	5,72 /20	
5,48	0,5	Pedro A. Freitas	08/02/96	Sen	GDE	CR P Comb Inv	1º	Ribeira Brava	18/dez	6,15 /16	
5,47	-0,3	Lourenço A. Viveiros	16/06/06	Inic	GDE	Triatlo Jovem	3º	Ribeira Brava	11/dez	rp	5,19 / 5,18
5,44	-2,0	Bruno Viveiros	08/05/98	Sen	CSM	CN Clubes - apuram	39º	Ribeira Brava	22/mai	5,54 /16	
5,30	1,2	Gonçalo Mendonça	17/06/06	Inic	CSM	CR Sub 16	1º	Ribeira Brava	27/jun	rp	
5,29	1,3	Roberto Gomes	19/01/07	Inic	ADRAP	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	19/dez	rp	5,12 / 5,09
5,21	0,0	Pedro Chaves	09/09/05	Juv	AJS	Triatlo Jovem	4º	Ribeira Brava	11/dez	rp	
5,10	-0,1	Miguel Azevedo	31/10/03	Jun	ADRAP	CR P Comb Inv	4º	Ribeira Brava	18/dez	5,42 /19	
5,08	0,1	Lucas R. Santos	13/07/07	Inic	CEE-M	CR sub 18	5º	Ribeira Brava	12/jun	rp	4,75
4,93	-0,1	André R. Pereira	21/10/05	Juv	AAM-M	Torneio de Inverno	7º	Ribeira Brava	12/dez	rp	
4,87	-0,7	Nélio Santos	13/02/05	Juv	AJS	Prova Extra	5º	Ribeira Brava	15/mai	rp	4,84 / 4,74
4,59	0,2	Pedro M. Gonçalves	07/01/09	Inf	CSM	CR Sub 16	3º	Ribeira Brava	27/jun	rp	
4,55	1,1	Afonso Freitas	08/06/05	Juv	CSM	CR Sub20	10º	Ribeira Brava	6/jun	rp	
4,53	0,4	Duarte Fernandes	19/01/05	Juv	CSM	CR Sub20	11º	Ribeira Brava	6/jun	rp	
4,37	-0,1	Tóni Fernandes	22/09/80	V 40	AAM-M	Torneio de Inverno	8º	Ribeira Brava	12/dez	rp	
4,29	0,0	José G. Pereira	15/03/08	Inf	ADRAP	CR sub 14	1º	Ribeira Brava	5/jun	rp	
4,28	-2,0	Marco Santos	11/09/07	Inic	AJS	Ol. Jovem Reg	2º	Ribeira Brava	15/mai	rp	4,07
3,93	0,4	Guilherme Pita	17/04/08	Inf	AJS	CR Sub 16	4º	Ribeira Brava	27/jun	rp	
3,92	0,4	Mateus Belo Jesus	07/08/09	Inf	CSM	Triatlo Jovem	1º	Ribeira Brava	11/dez	rp	
3,81	-1,4	Guilherme Henriques	07/06/09	Inf	AJS	Ol. Jovem Reg	1º	Ribeira Brava	9/mai	rp	3,75 / 3,68
3,78	0,4	Sairy Carrascal	29/06/08	Inf	AJS	CR Sub 16	5º	Ribeira Brava	27/jun	rp	3,58 / 3,54
3,73	0,4	Fábio Aguiar	15/09/09	Inf	CSM	Triatlo Jovem	2º	Ribeira Brava	11/dez	rp	
3,66	0,0	Luís André Barros	09/11/08	Inf	GDE	CR Sub 16	6º	Ribeira Brava	27/jun	rp	
3,58	-0,2	Jesús Abreu	11/03/10	Benj	ADRAP	CR sub 14	3º	Ribeira Brava	5/jun	rp	
3,57	-0,4	Rodrigo M. Pereira	22/10/09	Inf	GDE	CR sub 14	4º	Ribeira Brava	5/jun	rp	
3,56	0,3	Nuno M. Abreu	25/05/08	Inf	AJS	CR Sub 16	7º	Ribeira Brava	27/jun	rp	
3,50	1,5	Mateus Belo Jesus	07/08/09	Inf	CSM	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	19/dez	5,16 /18	
3,49	0,8	Luís H. Nunes	09/10/10	Benj	GDE	Triatlo Jovem	4º	Ribeira Brava	11/dez	rp	
3,44	-1,9	Andree Abreu	11/03/10	Benj	ADRAP	CR sub 14	6º	Ribeira Brava	5/jun	rp	

RANKINGS 2021

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

3,43	-0,2	Dinis A. Freitas	04/04/10	Benj	ADRAP	Triatlo Jovem	5º	Ribeira Brava	11/dez	rp
Marcas sem indicação de vento:										
6,89	?	Carlos Prino	13/06/97	Sen	ADRAP	Meet Antº Fortunato	4º	Torres Vedras	3/jun	
Marcas em pista coberta:										
7,17	pc	Abdel Larrinaga	13/07/94	Sen	GDE	Meet Moniz Pereira	2º	Lisboa CAR	10/jan	
6,72	pc	Francisco Cordoeiro	09/05/92	Sen	AJS	T Prep pc	7º	Braga - pc	21/fev	
5,87	pc	Tiago Martins	05/03/97	Sen	ADRAP	CN Clubes pc	8º	Pombal	14/mar	
Marcas com Vento Favorável Irregular:										
6,93	2,2	Carlos Prino	13/06/97	Sen	ADRAP	CN Clubes - apuram	7º	Vagos	22/mai	

Tripla

Recordes Regionais: Abs - 15,39 / pc - 15,34 Sub23 - 15,39 / pc - 14,70 Jun - 14,69 / pc - 14,50 Juv - 14,36 / pc - 14,09 Inic - 13,34

Ranking até: Sen: 11,00 Jun: 10,00 Juv: 10,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
14,51	1,2	João Alexandre		01/01/90	Sen	GDE	CN 1ª divisão	6º	Guimarães	4/jul		15,59 /16	14,40	
13,91	-0,5	Carlos Prino		13/06/97	Sen	ADRAP	CN 2ª divisão	4º	Guimarães	4/jul		14,21 pc/20		
13,74	0,9	Nelson Pinto		24/12/98	Sen	AJS	CN 2ª divisão	5º	Guimarães	4/jul		rp		
13,46	-1,9	Ivo Figueira		24/12/02	Jun	AJS	CR sub20	1º	Ribeira Brava	2/jun		rp	12,83	
13,41	-0,1	Ulisses Tavares	CPV	18/10/92	Sen	ADRAP	CR Absolutos	1º	Ribeira Brava	9/jun		rp	13,18	
12,84	-1,6	Moisés Faria		13/03/02	Jun	GDE	CR sub20	2º	Ribeira Brava	2/jun		12,86 /20	12,79 / 12,54	
12,77	0,0	Diogo Martins		03/08/03	Jun	AJS	CR Absolutos	4º	Ribeira Brava	9/jun		rp	12,58	
11,99	-2,7	Fernando Nóbrega		03/04/04	Juv	GDE	CR sub20	4º	Ribeira Brava	2/jun		rp	11,87	
11,92	pc	Gilberto Carvalho		14/01/93	Sen	ADRAP	CN Clubes pc	7º	Pombal	14/fev		12,54 pc/20	11,70pc	
11,79	0,9	Omar Jesus		07/10/05	Juv	AJS	CR Sub 18	2º	Ribeira Brava	10/jul		rp	10,93	
10,91	1,8	Rodrigo Gonçalves		09/11/05	Juv	AJS	CR Sub 18	3º	Ribeira Brava	10/jul		rp		
10,49	-0,2	Nélio Santos		13/02/05	Juv	AJS	CR Absolutos	5º	Ribeira Brava	9/jun		rp		

Marcas em pista coberta:

11,92	pc	Gilberto Carvalho		14/01/93	Sen	ADRAP	CN Clubes pc	7º	Pombal	14/fev				
-------	----	-------------------	--	----------	-----	-------	--------------	----	--------	--------	--	--	--	--

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

**Quádruplo A - infantis**

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

Recordes Regionais: Inf - 13,65

Ranking até: 9,00

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
12,04	0,7	José G. Pereira		15/03/08	Inf	ADRAP	CR Sub 16	2º	Ribeira Brava	3/jul		rp	11,67 / 11,47	
11,80	0,9	Pedro M. Gonçalves		07/01/09	Inf	CSM	Ol. Jovem Reg	1º	Ribeira Brava	16/mai		rp	11,80 / 11,39	
11,60	0,3	Pedro A. Gouveia		04/04/08	Inf	ADRAP	CR Sub 16	3º	Ribeira Brava	3/jul		rp		
10,34	-0,1	Matias Freitas		16/01/08	Inf	ADRAP	Ol. Jovem Reg	3º	Ribeira Brava	16/mai		rp	10,28	
10,29	0,5	Guilherme Henriques		07/06/09	Inf	AJS	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	18/dez		rp	9,60 / 9,25	
10,26	-1,3	Luís André Barros		09/11/08	Inf	GDE	CR Sub 14	4º	Ribeira Brava	13/jun		rp		
9,69	0,4	Sairy Carrascal		29/06/08	Inf	AJS	CR Sub 16	5º	Ribeira Brava	3/jul		rp		
9,55	0,8	Rodrigo M. Pereira		22/10/09	Inf	GDE	CR Sub 16	6º	Ribeira Brava	3/jul		rp		
9,19	0,0	Gonçalo P. Silva		14/07/10	Benj	CSM	CR Sub 14	6º	Ribeira Brava	13/jun		rp		

**Quádruplo B - iniciados**

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

Recordes Regionais: Inic - 15,36

Ranking até: 9,50

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
14,05	-1,9	Roberto Gomes		19/01/07	Inic	ADRAP	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	18/dez		rp		
12,22	0,7	Marco Santos		11/09/07	Inic	AJS	CR Sub 16	1º	Ribeira Brava	3/jul		rp	11,01	

**Peso - 7,26k**

7,26 kg

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

Ranking até: Sen: 8,00

Jun: 7,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
14,27	Abdel Larrinaga		13/07/94	Sen	GDE	Decatlo - Extra	1º	Setúbal	1/mai		rp	13,88 / 12,79pc
13,51	André Gonçalves		14/04/86	V 35	ADRAP	CR Absolutos	1º	Funchal	9/jun		15,69 / 11	13,18 / 13,10pc
13,16	Luís Miguel Silva		28/08/02	Jun	AJS	CN Clubes - apuram	13º	Funchal	22/mai		rp	13,08 / 13,05
12,08	Vítor Gouveia		05/04/00	s23	AJS	Prova Extra	1º	Funchal	18/dez		rp	11,78 / 11,75
11,88	Moisés Faria		13/03/02	Jun	GDE	CN Clubes - apuram	17º	Funchal	22/mai		rp	
10,73	Márcio Viveiros		03/04/03	Jun	ADRAP	CR Absolutos	4º	Funchal	9/jun		rp	

RANKINGS 2021

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

10,57	pc	Gilberto Carvalho	14/01/93	Sen	ADRAP	T Prep pc	5º	Braga	21/fev	rp	
10,45		Francisco A. Pereira	25/04/03	Jun	GDE	CR Absolutos	5º	Funchal	9/jun	rp	8,56
9,51		Rodrigo Ornelas	22/06/03	Jun	GDE	CR Absolutos	6º	Funchal	9/jun	rp	
Marcas em pista coberta:											
13,10	pc	André Gonçalves	14/04/86	Sen	ADRAP	CN Clubes pc	5º	Pombal	13/mar		
12,86	pc	Luís Miguel Silva	28/08/02	Jun	AJS	CN Clubes pc	7º	Pombal	13/mar		
12,79	pc	Abdel Larrinaga	13/07/94	Sen	GDE	C Portugal Comb pc	Hp	Pombal	20/fev		
10,57	pc	Gilberto Carvalho	14/01/93	Sen	ADRAP	T Prep pc	5º	Braga	21/fev		

Peso - 6 k

6 kg (Juniões)

Recordes Regionais: Jun - 17,02 / pc - 16,38 Juv - 16,13

Ranking até: 7,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
14,48	Luís Miguel Silva		28/08/02	Jun	AJS	CN Sub 20	2º	Viana Castelo	19/jun		14,64 /20	14,44 / 14,42
13,21	Márcio Viveiros		03/04/03	Jun	ADRAP	CN Sub 20	7º	Viana Castelo	19/jun		rp	12,86 / 12,15
12,11	Bruno Faria		29/10/03	Jun	AJS	Prova Extra	2º	Funchal	8/mai		rp	
11,86	Francisco A. Pereira		25/04/03	Jun	GDE	Prova Extra	3º	Funchal	8/mai		rp	11,31
11,03	Rodrigo Ornelas		22/06/03	Jun	GDE	CR sub20	4º	Funchal	5/jun		rp	10,88 / 10,74
10,38	Miguel Azevedo		31/10/03	Jun	ADRAP	CR P Comb Inv	1º	Funchal	18/dez		rp	
10,22	Manuel Vieira		15/02/03	Jun	ADRAP	CR P Comb Inv	2º	Funchal	18/dez		rp	9,27
8,99	Ivo Figueira		24/12/02	Jun	AJS	CR P Comb Inv	3º	Funchal	18/dez		rp	
8,58	Diogo Martins		03/08/03	Jun	AJS	CR P Comb Inv	4º	Funchal	18/dez		rp	

Peso - 5k

5 kg (Juvenis)

Recordes Regionais: Juv - 17,50 / pc - 16,08 Inic - 14,99

Ranking até: 7,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
13,25	Tiago Afonso Martins		10/01/05	Juv	CSM	OJ Nacional	5º	Setúbal	17/jul		13,28 /20	13,06 / 12,61
10,47	Francisco Palmeira		24/11/05	Juv	AJS	Triatlo Jovem	1º	Funchal	11/dez		rp	10,00 / 9,33
9,56	Nélio Serrão		30/04/07	Inic	AJS	CR sub 18	2º	Funchal	12/jun		rp	
9,36	Omar Jesus		07/10/05	Juv	AJS	Atleta Completo Nac	3º s	Évora	26/jun		rp	9,19 / 9,14

RANKINGS 2021

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

8,58	Artur Martins	25/01/05	Juv	ADRAP	CR P Comb Inv	3º	Funchal	18/dez	rp	8,50
8,39	Lourenço A. Viveiros	16/06/06	Inic	GDE	Triatlo Jovem	3º	Funchal	11/dez	rp	
7,77	Gonçalo Mendonça	17/06/06	Inic	CSM	Triatlo Jovem	2º	Funchal	11/dez	9,49 /20	
7,11	Pedro Chaves	09/09/05	Juv	AJS	Triatlo Jovem	4º	Funchal	11/dez	rp	

**Peso - 4k**

4 kg (Iniciados)

Recordes Regionais: Inic - 17,10 / pc - 12,78 Inf - 12,10

Ranking até: 7,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
11,18	Nélio Serrão		30/04/07	Inic	AJS	Triatlo Jovem	1º	Funchal	11/dez		rp	10,62 / 10,52
10,83	Gonçalo Mendonça		17/06/06	Inic	CSM	Ol. Jovem Reg	1º	Funchal	8/mai		rp	9,54
10,30	Manuel Rocha		28/08/07	Inic	AJS	Ol. Jovem Reg	3º	Funchal	8/mai		rp	9,81 / 8,14
9,44	Lourenço A. Viveiros		16/06/06	Inic	GDE	Atleta Completo Nac	3º s	Évora	26/jun		rp	
9,16	Miguel A. Nóbrega		10/02/08	Inf	CSM	Triatlo Jovem	2º	Funchal	11/dez		rp	
9,09	Lucas R. Santos		13/07/07	Inic	AJS	Triatlo Jovem	3º	Funchal	11/dez		rp	
9,07	Roberto Gomes		19/01/07	Inic	ADRAP	Triatlo Jovem	4º	Funchal	11/dez		rp	
7,80	João M. Rodrigues		07/09/08	Inf	AJS	Triatlo Jovem	6º	Funchal	11/dez		rp	6,99

**Peso - 3k**

3 kg (Infantis)

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

Ranking até: 5,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
10,98	Miguel A. Nóbrega		10/02/08	Inf	CSM	Prova Extra	1º	Funchal	18/dez		rp	9,40 / 8,66
7,63	João M. Rodrigues		07/09/08	Inf	AJS	Prova Extra	2º	Funchal	18/dez		rp	7,53 / 5,98
7,23	Gonçalo P. Silva		14/07/10	Benj	CSM	CR sub 14	3º	Funchal	5/jun		rp	
6,98	Nuno M. Abreu		25/05/08	Inf	AJS	CR sub 14	4º	Funchal	5/jun		rp	
6,18	Cláudio Camacho		20/05/09	Inf	AJS	Prova Extra	3º	Funchal	18/dez		rp	5,71

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

**Peso - 2k**

2 kg (Infantis - prova regional em provas combinadas)

Recordes Regionais:

Inf - X

Ranking até: 6,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
8,94	Fábio Aguiar		15/09/09	Inf	CSM	Triatlo Jovem	1º	Funchal	11/dez		rp	
7,02	Dinis A. Freitas		04/04/10	Benj	ADRAP	Triatlo Jovem	2º	Funchal	11/dez		rp	
7,02	Mateus Belo Jesus		07/08/09	Inf	CSM	Triatlo Jovem	3º	Funchal	11/dez		rp	
6,62	Guilherme Henriques		07/06/09	Inf	AJS	Triatlo Jovem	4º	Funchal	11/dez		rp	

**Disco - 2k**

2 kg

Recordes Regionais: Abs - 51,68 Sub23 - 48,60 Jun - 45,18 Juv - 39,16

Ranking até: Sen: 20,00 Jun: 15,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
47,58	Jorge Grave		01/09/82	V 35	AJS	Meet Eduardo Cunha	1º	Lisboa (CAR)	1/mai		51,68 /19	47,33
40,72	Abdel Larrinaga		13/07/94	Sen	GDE	Decatlo - Extra	3º	Setúbal	2/mai		rp	40,53
38,25	Francisco A. Pereira		25/04/03	Jun	GDE	T. Preparação	1º	Ribeira Brava	12/mai		rp	36,91 / 36,16
37,71	Roque Semedo	CPV	16/08/90	Sen	ADRAP	T. Preparação	2º	Ribeira Brava	12/mai		40,32 /17	37,61 / 35,88
37,53	Vítor Gouveia		05/04/00	s23	AJS	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	10/jul		rp	35,93 / 35,48
36,67	André Gonçalves		14/04/86	V 35	ADRAP	CR Absolutos	1º	Ribeira Brava	22/jun		40,03 /07	
34,41	Tiago Fernandes		27/01/01	s23	ADRAP	T. Preparação	4º	Ribeira Brava	12/mai		rp	33,71 / 31,45
33,79	Luís Miguel Silva		28/08/02	Jun	AJS	CR Absolutos	4º	Ribeira Brava	22/jun		35,53 /20	32,90
32,64	Bruno Faria		29/10/03	Jun	AJS	CR Absolutos	7º	Ribeira Brava	22/jun		rp	
31,82	Rodrigo Ornelas		22/06/03	Jun	GDE	CR Absolutos	8º	Ribeira Brava	22/jun		rp	
29,44	Márcio Viveiros		03/04/03	Jun	ADRAP	CR Absolutos	9º	Ribeira Brava	22/jun		rp	

RANKINGS 2021

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

**Disco - 1,750 k**

1,750 kg ( Juniores )

Recordes Regionais: Jun - 50,51 Juv - 44,55

Ranking até: 17,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
40,86	Luís Miguel Silva		28/08/02	Jun	AJS	CR sub20	1º	Ribeira Brava	26/mai		rp	39,58 / 37,41
39,69	Francisco A. Pereira		25/04/03	Jun	GDE	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	10/jul		rp	38,95 / 37,94
38,29	Bruno Faria		29/10/03	Jun	AJS	CR sub20	2º	Ribeira Brava	26/mai		rp	37,77 / 37,52
35,70	Diogo M. Freitas		10/08/02	Jun	GDE	CR sub20	4º	Ribeira Brava	26/mai		rp	31,04
33,01	Rodrigo Ornelas		22/06/03	Jun	GDE	Prova Extra	3º	Ribeira Brava	10/jul		rp	31,48 / 30,52
28,76	Márcio Viveiros		03/04/03	Jun	ADRAP	T. Preparação	4º	Ribeira Brava	12/mai		rp	27,65
27,24	Miguel Azevedo		31/10/03	Jun	ADRAP	CR sub20	7º	Ribeira Brava	26/mai		rp	25,68
26,47	Manuel Vieira		15/02/03	Jun	ADRAP	CN P Combinadas	Dc	VR Stº António	30/mai		rp	16,31

**Disco - 1,5 k**

1,5 kg ( Juvenis )

Recordes Regionais: Juv - 51,85 Inic - 46,94

Ranking até: 16,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
23,45	Nélio Serrão		30/04/07	Inic	AJS	CR Sub 18	1º	Ribeira Brava	10/jul		rp	
22,75	Lucas Faria		19/12/05	Juv	GDE	CR Sub 18	2º	Ribeira Brava	10/jul		rp	
19,32	Manuel Rocha		28/08/07	Inic	AJS	CR Sub 18	3º	Ribeira Brava	10/jul		rp	
16,67	João R. Pereira		20/12/04	Juv	CSM	CR Sub 16	4º	Ribeira Brava	10/jul		rp	

**Disco - 1k**

1 kg ( Iniciados )

Recordes Regionais: Inic - 63,54 Inf - 39,53

Ranking até: 14,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
30,43	Nélio Serrão		30/04/07	Inic	AJS	T Lançamentos	1º	Funchal	14/jul		rp	30,07 / 29,91
29,20	Miguel A. Nóbrega		10/02/08	Inf	CSM	CR Sub 16	2º	Ribeira Brava	27/jun		rp	
23,54	Manuel Rocha		28/08/07	Inic	AJS	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	19/dez		rp	22,44 / 21,71
20,79	Gonçalo Mendonça		17/06/06	Inic	CSM	Ol. Jovem Reg	2º	Ribeira Brava	9/mai		21,04 / 19	
19,30	Nuno M. Abreu		25/05/08	Inf	AJS	CR Sub 16	4º	Ribeira Brava	27/jun		rp	

RANKINGS 2021

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

16,94	João M. Rodrigues	07/09/08	Inf	AJS	CR Sub 16	5º	Ribeira Brava	27/jun	rp
14,76	Cláudio Camacho	20/05/09	Inf	AJS	CR Sub 16	6º	Ribeira Brava	27/jun	rp

Disco - 750g

750 g (Infantis)

Recordes Regionais: Inf - 52,64

Ranking até: 12,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
37,08	Miguel A. Nóbrega		10/02/08	Inf	CSM	T Lançamentos	1º	Funchal	14/jul		rp	36,86 / 31,33
19,16	Nuno M. Abreu		25/05/08	Inf	AJS	CR Sub 14	2º	Ribeira Brava	26/jun		rp	
18,84	Matias Freitas		16/01/08	Inf	ADRAP	CR Sub 14	3º	Ribeira Brava	26/jun		rp	
18,09	João M. Rodrigues		07/09/08	Inf	AJS	Prova Extra	2º	Ribeira Brava	19/dez		rp	
17,92	Guilherme R. Ferreira		22/01/08	Inf	GDE	Ol. Jovem Reg	1º	Ribeira Brava	8/mai		rp	
17,79	Marcos Faria		27/10/09	Inf	GDE	CR Sub 14	4º	Ribeira Brava	26/jun		rp	
16,83	Cláudio Camacho		20/05/09	Inf	AJS	CR Sub 14	5º	Ribeira Brava	26/jun		rp	
14,16	João Tomás Santos		30/03/08	Inf	ADRAP	CR Sub 14	6º	Ribeira Brava	26/jun		rp	

Martelo - 7,26k

7,26 kg

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

Ranking até: Sen: 20,00 Jun: 15,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
56,06	Diogo M. Freitas		10/08/02	Jun	GDE	CR Absolutos	1º	Funchal	15/jun		rp	55,40 / 53,11
53,74	Francisco A. Pereira		25/04/03	Jun	GDE	C Portugal	3º	Maia	27/jun		rp	50,28 / 49,64
51,09	Bruno Faria		29/10/03	Jun	AJS	CR Absolutos	2º	Funchal	15/jun		rp	49,46 / 48,80
50,71	Leandro Gonçalves		08/11/96	Sen	ADRAP	CN Universitários	2º	Leiria	6/jun		rp	50,19 / 49,47
38,09	Tiago Fernandes		27/01/01	s23	ADRAP	CR Absolutos	5º	Funchal	15/jun		rp	36,02 / 34,73



RANKINGS 2021

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

**Martelo - 6k**

6 kg ( Juniores )

Recordes Regionais: Jun - 68,22 Juv - 59,86

Ranking até: 18,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
63,13	Diogo M. Freitas		10/08/02	Jun	GDE	CR Sub20	1º	Funchal	5/jun		rp	62,83 / 62,62
58,12	Bruno Faria		29/10/03	Jun	AJS	CN Lançamentos	2º	Almada	24/abr		rp	57,56 / 57,31
57,37	Francisco A. Pereira		25/04/03	Jun	GDE	P. Preparação	2º	Funchal	17/abr		rp	56,67 / 56,13

**Martelo - 5k**

5 kg ( Juvenis )

Recordes Regionais: Juv - 69,00 Inic - 59,49

Ranking até: 15,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
15,18	Nélio Serrão		30/04/07	Inic	AJS	CR Sub 18	1º	Funchal	12/jun		rp	

**Martelo - 4k**

4 kg ( Iniciados )

Recordes Regionais: Inic - 70,56 Inf - 50,09

Ranking até: 14,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
19,31	Nélio Serrão		30/04/07	Inic	AJS	CR Sub 16	1º	Funchal	3/jul		rp	
16,99	Miguel A. Nóbrega		10/02/08	Inf	CSM	CR Sub 16	2º	Funchal	3/jul		rp	
15,33	Manuel Rocha		28/08/07	Inic	AJS	CR Sub 16	3º	Funchal	3/jul		rp	
15,19	João M. Rodrigues		07/09/08	Inf	AJS	CR Sub16	4º	Funchal	3/jul		rp	
14,12	Hugo Sapeta		02/11/06	Inic	GDE	CR Sub 16	5º	Funchal	3/jul		rp	

**Masculinos**

**Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro**

**Martelo - 3k**

3 kg ( Infantis )

Recordes Regionais:

Inf - 60,86

Ranking até: 12,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
19,46	Miguel A. Nóbrega		10/02/08	Inf	CSM	CR Sub 14	1º	Funchal	26/jun		rp	17,46
16,15	João M. Rodrigues		07/09/08	Inf	AJS	CR Sub 14	2º	Funchal	26/jun		rp	
16,05	Cláudio Camacho		20/05/09	Inf	AJS	CR Sub 14	3º	Funchal	26/jun		rp	

**Dardo - 800g**

800 g

Recordes Regionais:

Abs - 71,67

Sub23 - 68,41

Jun - 60,50

Juv - 56,52

Ranking até: Sen: 25,00

Jun: 20,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
57,75	Moisés Faria		13/03/02	Jun	GDE	CN 1ª divisão	5º	Guimarães	3/jul		59,06 /20	56,63 / 55,18
53,50	Roque Semedo	CPV	16/08/90	Sen	ADRAP	CN 2ª divisão	2º	Guimarães	3/jul		55,27 /19	53,41 / 51,60
50,42	Abdel Larrinaga		13/07/94	Sen	GDE	Decatlo - Extra	3º	Setúbal	2/mai		rp	
45,70	Vítor Viveiros		18/03/84	V 35	AJS	CN Clubes - apuram	15º	Ribeira Brava	22/mai		52,74 /12	41,78 / 39,28
41,89	Lucas Faria		19/12/05	Juv	GDE	CR Sub20	1º	Ribeira Brava	5/jun		rp	
39,83	Bruno Faria		29/10/03	Jun	AJS	CR Sub20	2º	Ribeira Brava	5/jun		rp	39,07
39,08	Miguel Azevedo		31/10/03	Jun	ADRAP	CR Sub20	3º	Ribeira Brava	5/jun		rp	36,84 / 36,02
38,01	Lucas Faria		19/12/05	Juv	GDE	CR Absolutos	3º	Ribeira Brava	2/jun		rp	
35,46	Rodrigo Ornelas		22/06/03	Jun	GDE	T Preparação	4º	Ribeira Brava	4/mai		rp	30,67 / 27,86
34,77	Gilberto Carvalho		14/01/93	Sen	ADRAP	Meet Braga	4º	Braga	20/jun		? /	
29,93	Manuel Vieira		15/02/03	Jun	ADRAP	CN P Combinadas	Dc	VR Stº António	30/mai		rp	
29,01	Igor Silva		29/10/00	s23	CSM	CR Absolutos	5º	Ribeira Brava	2/jun		rp	
26,50	João R. Pereira		20/12/04	Juv	CSM	CR Absolutos	6º	Ribeira Brava	2/jun		rp	26,31

RANKINGS 2021

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

**Dardo - 700g**

700 g ( Juvenis )

Recordes Regionais: Juv - 65,95 Inic - 48,43

Ranking até: 18,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
48,02	Lucas Faria		19/12/05	Juv	GDE	OJ Nacional	5º	Setúbal	17/jul		rp	47,24 / 46,94
29,15	João R. Pereira		20/12/04	Juv	CSM	P. Preparação	2º	Ribeira Brava	17/abr		rp	28,39 / 27,97
21,34	Alexandre Monteiro		02/09/66	V 50	GDE	T Preparação	3ª	Ribeira Brava	4/mai		rp	

**Dardo - 600g**

600 g ( Iniciados )

Recordes Regionais: Inic - 51,50 Inf - 26,81

Ranking até: 15,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
20,52	Marco Santos		11/09/07	Inic	AJS	OJ Nacional	17º	Setúbal	17/jul		rp	14,98
19,73	Nélio Serrão		30/04/07	Inic	AJS	CR Sub 16	1º	Ribeira Brava	6/jun		rp	
16,36	Marcos Faria		27/10/09	Inf	GDE	CR Sub 16	2º	Ribeira Brava	6/jun		rp	
14,33	Manuel Rocha		28/08/07	Inic	AJS	CR Sub 16	3º	Ribeira Brava	6/jun		rp	
14,03	João R. Jesus		16/08/07	Inic	AJS	Ol. Jovem Reg	2º	Ribeira Brava	16/mai		rp	

**Dardo - 400g**

400 g ( Infantis )

Recordes Regionais: Inf - 47,57

Ranking até: 12,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
25,39	Marcos Faria		27/10/09	Inf	GDE	CR sub 14	1º	Ribeira Brava	5/jun		rp	
19,63	Matias Freitas		16/01/08	Inf	ADRAP	CR sub 14	2º	Ribeira Brava	5/jun		rp	
18,40	Guilherme R. Ferreira		22/01/08	Inf	GDE	CR sub 14	3º	Ribeira Brava	5/jun		rp	
13,48	Pedro M. Gonçalves		07/01/09	Inf	CSM	Ol. Jovem Reg	1º	Ribeira Brava	16/mai		rp	
13,00	Miguel A. Nóbrega		10/02/08	Inf	CSM	CR sub 14	4º	Ribeira Brava	5/jun		rp	

RANKINGS 2021

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

**Triatlo A - Juvenis**

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

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

Ranking até: 1000 p

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
1 688 p		Francisco Palmeira		24/11/05	Juv	AJS	Triatlo Jovem	1º	Fx / R. Brava	11/dez		rp		
	Parciais:	9,24 (-2,1) . 10,47 . 1,62												
1 255 p		Nélio Santos		13/02/05	Juv	AJS	Triatlo Jovem	2º	Fx / R. Brava	11/dez		rp		
	Parciais:	10,35 (-2,1) . 6,30 . 1,66												
1 129 p		Gonçalo Mendonça		17/06/06	Inic	CSM	Triatlo Jovem	3º	Fx / R. Brava	11/dez		rp		
	Parciais:	10,88 (-2,1) . 7,77 . 1,50												

**Triatlo B - Juvenis**

Peso (5k), 60m, Comprimento

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

Ranking até: 1000 p

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
1 709 p		Omar Jesus		07/10/05	Juv	AJS	Triatlo Jovem	1º	Fx / R. Brava	11/dez		rp		
	Parciais:	9,19 . 7,74 (-1,3) . 6,22 (0,4)												
1 609 p		Lourenço A. Viveiros		16/06/06	Inic	GDE	Triatlo Jovem	2º	Fx / R. Brava	11/dez		rp		
	Parciais:	8,39 . 7,40 (-1,3) . 5,47 (-0,3)												
1 504 p		Artur Martins		25/01/05	Juv	ADRAP	Triatlo Jovem	3º	Fx / R. Brava	11/dez		rp		
	Parciais:	8,50 . 7,97 (-1,3) . 5,78 (0,3)												
1 274 p		Pedro Chaves		09/09/05	Juv	AJS	Triatlo Jovem	4º	Fx / R. Brava	11/dez		rp		
	Parciais:	7,11 . 8,08 (-1,3) . 5,21 (0,0)												

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

**Triatlo - Iniciados**

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

Recordes Regionais: Inic - 1780 / pc - 1746

Ranking até: 600 p

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
1 365 p		Roberto Gomes		19/01/07	Inic	ADRAP	Triatlo Jovem	1º	Fx / R. Brava	11/dez		rp		
	Parciais:	10,06 (-1,5) . 5,12 (0,5) . 9,07												
1 193 p		Lucas R. Santos		13/07/07	Inic	AJS	Triatlo Jovem	2º	Fx / R. Brava	11/dez		rp		
	Parciais:	10,64 (-1,5) . 4,75 (0,2) . 9,09												
756 p		Matias Freitas		16/01/08	Inf	ADRAP	Triatlo Jovem	3º	Fx / R. Brava	11/dez		rp		
	Parciais:	11,97 (-1,5) . 4,10 (0,4) . 6,93												
751 p		Manuel Rocha		28/08/07	Inic	AJS	Triatlo Jovem	4º	Fx / R. Brava	11/dez		rp		
	Parciais:	12,62 (-1,5) . 4,09 (0,6) . 8,14												

**Triatlo - Infantis**

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

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

Ranking até: 300 p

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
604 p		Mateus Belo Jesus		07/08/09	Inf	CSM	Triatlo Jovem	1º	Fx / R. Brava	11/dez		rp		
	Parciais:	9,82 (-0,8) . 7,02 . 3,92 (0,4)												
567 p		Fábio Aguiar		15/09/09	Inf	CSM	Triatlo Jovem	2º	Fx / R. Brava	11/dez		rp		
	Parciais:	10,79 (-0,8) . 8,94 . 3,73 (0,4)												
544 p		Guilherme Henriques		07/06/09	Inf	AJS	Triatlo Jovem	3º	Fx / R. Brava	11/dez		rp		
	Parciais:	9,82 (-0,8) . 6,62 . 3,68 (0,6)												
426 p		Dinis A. Freitas		04/04/10	Benj	ADRAP	Triatlo Jovem	4º	Fx / R. Brava	11/dez		rp		
	Parciais:	10,66 (-0,8) . 7,02 . 3,43 (-0,2)												

## Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

### Decatlo

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

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

Ranking até: Sen: 2500p Jun: 2000p

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
7 472 p	0,4	Abdel Larrinaga		13/07/94	Sen	GDE	Decatlo - Extra	1º	Setúbal	2/mai	RR Absoluto	rp		
Parciais:		10,82 (2,7) . 7,26 (-2,5) . 14,27 . 2,01 . 51,64 // 14,33 (1,0) . 40,72 . 4,40 . 50,42 . 5 18,29												

### Decatlo - juniores

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

Recordes Regionais: Jun - 6331 p

Ranking até: 2500p

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
5 811 p	-0,9	Manuel Vieira		15/02/03	Jun	ADRAP	CN P Combinadas	4º	VR Stº António	30/mai		rp		
Parciais:		11,56 (-1,6) . 6,74 (1,1) . 9,27 . 1,87 . 51,67 / 17,18 (-2,2) . 26,47 . 3,45 . 29,93 . 4 39,71												

### Heptatlo

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

Recordes Regionais: Abs - 5252 p / pc - 5252 p Sub23 - 4878 p / pc - 4878 p Jun - 4869 p / pc - 4869 p

Ranking até: Sen: 1500p Jun: 1500p

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
2 158 p		Pedro A. Freitas		08/02/96	Sen	GDE	CR P Comb Inv	1º	Fx / R. Brava	19/dez		rp		
Parciais:		7,76 (-1,3) . 5,48 (0,5) . 7,93 . 1,30 / 0 . 0 . 3 25,23												

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

Heptatlo - juniores

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

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

Ranking até: 1750p

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
4 267 p		Manuel Vieira		15/02/03	Jun	ADRAP	CR P Comb Inv	1º	Fx / R. Brava	19/dez		rp		
	Parciais:	7,37 (-1,3) . 6,29 (-0,1) . 10,22 . 1,75 / 9,14 (-0,7) . 3,72 . 3 15,36												
3 611 p		Diogo Martins		03/08/03	Jun	AJS	CR P Comb Inv	2º	Fx / R. Brava	19/dez		rp		
	Parciais:	7,74 (-1,3) . 6,32 (0,6) . 8,58 . 1,60 / 11,32 (-0,7) . 4,32 . 3 26,85												
3 054 p		Miguel Azevedo		31/10/03	Jun	ADRAP	CR P Comb Inv	3º	Fx / R. Brava	19/dez		rp		
	Parciais:	7,70 (-1,3) . 5,10 (-0,1) . 10,38 . 1,51 / 9,68 (-0,7) . 0 . 3 18,45												
2 981 p		Ivo Figueira		24/12/02	Jun	AJS	CR P Comb Inv	4º	Fx / R. Brava	19/dez		rp		
	Parciais:	7,85 (-1,3) . 6,17 (-0,3) . 8,99 . 1,60 / 11,72 (-0,7) . 2,22 . 3 27,76												

Heptatlo - juvenis

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

Recordes Regionais: Juv - 4520 / pc - 4314 Inic - 3997

Ranking até: 10º

Marca	Vento	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas	c/ VF
3 509 p		Omar Jesus		07/10/05	Juv	AJS	CR P Comb Inv	1º	Fx / R. Brava	19/dez		rp		
	Parciais:	7,58 (1,5) . 6,08 (0,4) . 9,14 . 1,60 / 9,94 (-1,6) . 3,02 . 3 29,25												
3 382 p		Francisco Palmeira		24/11/05	Juv	AJS	CR P Comb Inv	2º	Fx / R. Brava	19/dez		rp		
	Parciais:	7,48 (1,5) . 5,85 (0,1) . 10,00 . 1,60 / 9,51 (-1,6) . 0 . 3 15,26												
3 063 p		Artur Martins		25/01/05	Juv	ADRAP	CR P Comb Inv	3º	Fx / R. Brava	19/dez		rp		
	Parciais:	7,66 (1,5) . 5,54 (0,1) . 8,58 . 1,57 / 12,74 (-1,6) . 3,02 . 3 10,71												

4 x 60 m

Infantis

Recordes Regionais: Inf - 32,00

Ranking até:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
38,65	Água de Pena		01/01/08	Inf	ADRAP	CR Sub 14	1º	Ribeira Brava	26/jun		34,85 /16	
	Constituição:	João Tomás Santos 08, Francisco D. Nóbrega 09, Andree Abreu 10, Dinis A. Freitas 10										

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

4 x 80 m

Iniciados

Recordes Regionais:

Inic - 37,25

Ranking até: 52,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
45,46	Água de Pena - Infantis		01/01/08	Inf	ADRAP	CR Sub 16	1º	Ribeira Brava	3/jul		rp	
Constituição:		João Tomás Santos 08, Pedro A. Gouveia 08, José G. Pereira 08, Matias Freitas 08										
47,91	Estreito		01/01/06	Inic	GDE	CR Sub 16	2º	Ribeira Brava	3/jul		38,87 /17	
Constituição:		João M. Costa 06, Marcos Faria 09, Rodrigo M. Pereira 09, Lourenço A. Viveiros 06										

4 x 100 m

Recordes Regionais: Abs - 42,01 Sub23 - 43,09 Jun - 43,09 Juv - 44,04 Inic - 48"5

Ranking até: Sen: 50,00 Jun: 52,00 Juv: 54,00

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
42,70	Estreito		01/01/93	Sen	GDE	CN 1ª divisão	6º	Guimarães	3/jul		42,01 /98	
Constituição:		Bruno Pita 03, Abdel Laminaga 94, Rodrigo Barros 01, Rodrigo Rito 00										
43,26	Estreito		01/01/94	Sen	GDE	CN Clubes - apuram	5º	Ribeira Brava	22/mai		42,01 /98	
Constituição:		Bruno Pita 03, Micael Franco 95, Rodrigo Rito 00, Abdel Laminaga 94										
43,80	Jardim da Serra		01/01/92	Sen	AJS	CN Clubes - apuram	9º	Ribeira Brava	22/mai		42,50 /15	
Constituição:		Tiago Camacho 03, Paulo Neto 97, Francisco Cordoeiro 92, José R. Mestre 99										
44,15	Jardim da Serra		01/01/92	Sen	AJS	CN 2ª divisão	4º	Guimarães	3/jul		42,50 /15	
Constituição:		Tiago Camacho 03, Paulo Neto 97, Diogo Martins 03, Francisco Cordoeiro 92										
45,10	Água de Pena		01/01/97	Sen	ADRAP	CN 2ª divisão	4º	Guimarães	3/jul		44,23 /16	
Constituição:		Miguel Azevedo 03, Ulisses Tavares 92, Manuel Vieira 03, Tiago Martins 97										
45,25	Estreito		01/01/94	Sen	GDE	Prova Extra	1º	Ribeira Brava	16/mai		42,01 /98	
Constituição:		Bruno Pita 03, Micael Franco 95, Rodrigo Barros 01, Pedro Buaró 01										
45,56	Água de Pena		01/01/92	Sen	ADRAP	CR Absolutos	1º	Ribeira Brava	9/jun		43,41 /19	
Constituição:		Miguel Azevedo 03, Ulisses Tavares 92, Manuel Vieira 03, Roque Semedo 90										
45,69	Estreito - sub23		01/01/01	s23	GDE	CR Absolutos	2º	Ribeira Brava	9/jun		43,32 /13	
Constituição:		Bruno Pita 03, Rodrigo Barros 01, Fernando Nóbrega 04, Moisés Faria 02										
46,15	Jardim da Serra - juniores		01/01/03	Jun	AJS	CR Absolutos	3º	Ribeira Brava	9/jun		45,13 /09	46,32
Constituição:		Tiago Camacho 03, Francisco Palmeira 05, Diogo Martins 03, Omar Jesus 05										



RANKINGS 2021

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

49,00	Jardim da Serra - juvenis	01/01/05	Juv	AJS	CR Sub 18	1º	Ribeira Brava	10/jul	47,17 /08
Constituição:		Omar Jesus 05, Francisco Palmeira 05, Rodrigo Gonçalves 05, Bernardo S. Fernandes 06							
52,84	Marítimo	01/01/98	Sen	CSM	CR Absolutos	4º	Ribeira Brava	9/jun	42,41 /08
Constituição:		Duarte Fernandes 05, Bruno Viveiros 98, Afonso I. Freitas 05, Hugo Fernandes 05							
53,67	Marítimo - juvenis	01/01/05	Juv	CSM	CR Sub 18	2º	Ribeira Brava	10/jul	44,81 /05
Constituição:		Afonso Freitas 05, Gonçalo Mendonça 06, Duarte Fernandes 05, Hugo Fernandes 05							

4 x 400 m

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

Ranking até: Sen: 4 10,0 Jun: 4 20,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
3 30,13	Jardim da Serra		01/01/91	Sen	AJS	CN 2ª divisão	6º	Guimarães	4/jul		3 24,75 pc/16	
Constituição:		Tiago Camacho 03, Francisco Nóbrega 02, Wilson Conniott 93, Francisco Cordoeiro 92										
3 30,34	Estreito		01/01/94	Sen	GDE	CN Clubes - apuram	8º	Ribeira Brava	23/mai		3 16,42 /98	
Constituição:		Rodrigo Rito 00, Miguel Mascarenhas 98, Edgar Remédios 94, Micael Franco 95										
3 30,48	Água de Pena		01/01/92	Sen	ADRAP	CN 2ª divisão	7º	Guimarães	4/jul		3 27,63 /13	
Constituição:		Carlos Prino 97, Ibrahim Gama 01, Pedro Martins 96, Tomás Rosário 04										
3 31,20	pc Água de Pena		01/01/92	Sen	ADRAP	CN Clubes pc	3º s	Pombal	14/fev		3 27,63 /13	
Constituição:		Tiago Martins 97, Ulisses Tavares 92, Samuel Rios 01, Diogo Mestre 95										
3 32,77	pc Jardim da Serra		01/01/92	Sen	AJS	CN Clubes pc	4º s	Pombal	14/fev		3 24,75 pc/16	
Constituição:		André Jerónimo 02, José R. Mestre 99, Tiago Camacho 03, André Marques 92										
3 34,60	Estreito		01/01/92	Sen	GDE	CN 1ª divisão	8º	Guimarães	4/jul		3 16,42 /98	
Constituição:		Bruno Pita 03, Rodrigo Baros 01, Miguel Mascarenhas 98, Edgar Remédios 94										
3 36,35	Jardim da Serra		01/01/91	Sen	AJS	CN Clubes - apuram	13º	Guimarães	23/mai		3 24,75 pc/16	
Constituição:		Ricardo J. Pereira 90, Tiago Camacho 03, Wilson Conniot 93, Francisco Cordoeiro 92										
3 37,43	Água de Pena		01/01/92	Sen	ADRAP	CN Clubes - apuram	15º	Torres Vedras	23/mai		3 27,63 /13	
Constituição:		Pedro Martins 96, Ibrahim Gama 01, Bruno Moniz 91, Samuel Rios 01										
3 44,26	Água de Pena		01/01/91	Sen	ADRAP	CR Absolutos	1º	Ribeira Brava	22/jun		3 27,63 /13	
Constituição:		Miguel Azevedo 03, Guilherme Omelas 02, HÉlvio Nascimento 02, Bruno Moniz 91										
3 45,14	Água de Pena - Juniores		01/01/02	Jun	ADRAP	CR Sub20	1º	Ribeira Brava	6/jun		3 34,27 pc/11	
Constituição:		Miguel Azevedo 03, HÉlvio Nascimento 02, Guilherme Omelas 02, Eduardo Silva 03										

RANKINGS 2021

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

3 46,20	Jardim da Serra	01/01/85	Vet	AJS	CR Absolutos	2º	Ribeira Brava	22/jun	3 21,12 /18
Constituição:		Francisco Nóbrega 03, Paulo Macedo 93, Francisco Palmeira 05, Décio Abreu 85							
3 48,49	Jardim da Serra - juniores	01/01/02	Jun	AJS	CR Sub20	2º	Ribeira Brava	6/jun	3 32,12 /10
Constituição:		Pedro Chaves 05, Francisco Nóbrega 03, Nélio Santos, 05, Eduardo Pestana 02							

Marcas em pista coberta:

3 31,20	pc	Água de Pena	01/01/92	Sen	ADRAP	CN Clubes pc	3º s	Pombal	14/fev
Constituição:		Tiago Martins 97, Ulisses Tavares 92, Samuel Rios 01, Diogo Mestre 95							
3 32,77	pc	Jardim da Serra	01/01/92	Sen	AJS	CN Clubes pc	4º s	Pombal	14/fev
Constituição:		André Jerónimo 02, José R. Mestre 99, Tiago Camacho 03, André Marques 92							

Estafeta Sueca (Medley)

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

Recordes Regionais: Abs - 1 56,82 Sub23 - 2 08,36 Jun - 2 09,50 Juv - 2 09,50 Inic - 2 41,74

Ranking até: Sen: 2 40,0 Jun: 2 40,0 Juv: 2 50,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
2 09,51	Jardim da Serra		01/01/93	Sen	AJS	CR Estafetas	1º	Ribeira Brava	11/jul		1 56,82 /16	
Constituição:		José Fernandes 93, Diogo Martins 03, Tiago Camacho 03, Francisco Nóbrega 03										
2 14,73	Estreito		01/01/96	Sen	GDE	CR Estafetas	2º	Ribeira Brava	11/jul		2 04,25 /16	
Constituição:		Fernando Nóbrega 04, Pedro A. Freitas 96, Rodrigo Barros 01, Humberto Pires 89										
2 22,79	Marítimo		01/01/87	Sen	CSM	CR Estafetas	3º	Ribeira Brava	11/jul		2 14,40 /16	
Constituição:		Tiago Afonso Martins 05, Igor Silva 00, Guilherme Neves 01, Bruno E. Pereira 87										
2 37,99	Marítimo - juvenis		01/01/04	Juv	CSM	CR Estafetas	4º	Ribeira Brava	11/jul		2 14,68 /16	
Constituição:		Duarte Fernandes 05, Gonçalo Mendonça 06, João R. Pereira 04, Afonso Freitas 05										

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

Estafeta Olímpica

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

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

Ranking até:

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
3 36,33	Jardim da Serra		01/01/90	Sen	AJS	CR Estafetas	1º	Ribeira Brava	11/jul		3 24,05 /16	
Constituição:	Diogo Martins 03, Francisco Nóbrega 03, Tiago Camacho 03, Décio Abreu 85											
3 38,26	Estreito		01/01/89	Sen	GDE	CR Estafetas	2º	Ribeira Brava	11/jul		3 21,7 /18	
Constituição:	Fernando Nóbrega 04, Pedro A. Freitas 96, Rodrigo Barros 01, Humberto Pires 89											
4 07,35	CA Funchal - veteranos		01/01/86	Vet	CAFH	CR Estafetas	3º	Ribeira Brava	11/jul		4 00,10 /19	
Constituição:	João Vieira 76, Nuno Silva 76, António Jardim 86, Alexandre Veríssimo 84											
4 30,69	Marítimo		01/01/87	Sen	CSM	CR Estafetas	4º	Ribeira Brava	11/jul		3 37,0 /72	
Constituição:	Igor Silva 00, Guilherme Neves 01, Bruno E. Pereira 87, Teodoto Silva 61											

Masculinos

Todos os Escalões - 1/janeiro a 31/dezembro

4 x 1.500 m

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

Ranking até: 21 00,0

Marca	Atleta	Nac	DN	Escalão	Clube	Competição	Cl	Local	Data	Obs	Rec. Pessoal	Outras Marcas
18 35,60	Vip RC			Sen	VIP-RC	CR Estafetas	1º	Ribeira Brava	11/jul		18 10,68	/18
Constituição:		Ivan Nunes 84, Manuel Fernandes 92, Diogo Andrade 86, Rodrigo F. Camacho 99										
18 42,94	Jardim da Serra			Sen	AJS	CR Estafetas	2º	Ribeira Brava	11/jul		17 24,22	/15
Constituição:		Paulo Macedo 93, Roberto Faria 91, Décio Abreu 85, César Ramos 88										
19 04,27	Horários do Funchal			Sen	CCDTHF	CR Estafetas	3º	Ribeira Brava	11/jul		18 25,66	/09
Constituição:		Edwin Nunes 89, António Gonçalves 69, José Manuel Abreu 72, Paulo Madruga 91										
19 05,11	CA Funchal			Sen	CAFH	CR Estafetas	4º	Ribeira Brava	11/jul		17 33,48	/11
Constituição:		Énio Silva 87, Miguel Passos 75, Miguel Gonçalves 81, Élvio Silva 86										
19 15,66	Escola do Estreito			Sen	CEE-M	CR Estafetas	5º	Ribeira Brava	11/jul		rp	
Constituição:		António Alves 80, Eduardo Jardim 02, Ricardo Quintal 90, Bruno Silva 89										
19 21,62	Canico - veteranos			Vet	CKC	CR Estafetas	6º	Ribeira Brava	11/jul		rp	
Constituição:		Carlos Fernandes 69, Élvio Henriques 73, Daniel Costa 77, Raúl Mendes 61										
19 51,81	Rodoeste			Sen	R-TRM	CR Estafetas	7º	Ribeira Brava	11/jul		rp	/
Constituição:		Amândio Correia 69, Sérgio A. Jesus 79, José T. Correia 68, Fabiano Abreu 68										
20 18,47	Mc Donald's			Sen	MCDON	CR Estafetas	8º	Ribeira Brava	11/jul		19 51,39	/16
Constituição:		Fábio Conceição 87, Maurício Santos 81, Filipe Faria 73, Marcelo Vieira 69										
21 10,33	Juventude Atlântico			Vet	JAC	CR Estafetas	9º	Ribeira Brava	11/jul		rp	/
Constituição:		Sandro Silva 80, Rúben Serrão 83, Miguel Barros 85, Emanuel Soares 81										
21 37,90	Escola do Estreito - vet			Sen	CEE-M	CR Estafetas	10º	Ribeira Brava	11/jul		rp	/
Constituição:		Agostinho Costa 76, Armando Araújo 96, Óscar Correia 79, Nuno Figueira 83										
21 39,54	Amigos do Costume - vet			Vet	ADC	CR Estafetas	11º	Ribeira Brava	11/jul		17 33,48	/11
Constituição:		Eduardo Raposo 66, Marco Oliveira 77, Paulo Sérgio Silva 71, Sérgio Gonçalves 73										
22 09,50	Infante			Sen	CDI-M	CR Estafetas	12º	Ribeira Brava	11/jul		20 15,47	/16
Constituição:		Ricardo Macedo 90, Nélon C. Fernandes 83, Célio Silva 83, Paulo M. Gonçalves 67										