



## Lista dos Melhores de Sempre

### MASCULINOS

### Sub 16 (Iniciados)

até 21-abr-2024

Marca	Vento	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
<b>60 m</b>									
prova dos programas de inverno/pista coberta									
7,27	1,4	Lourenço A. Viveiros	16/06/06	s16	GDE			Ribeira Brava	12-12-2021
7,41	1,8	Bruno Pita	14/03/03	s16	GDE			Ribeira Brava	20-01-2018
7,54	0,5	João Tomás Santos	30/03/08	s16	ADRAP			Ribeira Brava	16-12-2023
7,54	0,5	Mateus Jesus	07/08/09	s16	CSM	= em 13/1/2024		Ribeira Brava	16-12-2023
7,58	-0,2	Roberto Gomes	19/01/07	s16	ADRAP			Ribeira Brava	10-12-2022
7,59	1,2	Tiago Camacho	31/03/03	s16	CSM			Ribeira Brava	15-12-2018
7,60	1,0	Rúben Abreu	06/12/03	s16	GDE			Ribeira Brava	15-12-2018
7,62	1,2	Manuel Vieira	15/02/03	s16	ADRAP			Ribeira Brava	15-12-2018
7,65	0,5	Pedro A. Gouveia	04/04/08	s16	ADRAP			Ribeira Brava	16-12-2023
7,66	0,5	Carlos Magno Silva	12/01/08	s16	GDE			Ribeira Brava	09-12-2023
<b>80 m</b>									
prova do programa nacional									
9,27	1,9	Lourenço A. Viveiros	16/06/06	s16	CSM			Ribeira Brava	03-07-2021
9,46	0,9	Bruno Pita	14/03/03	s16	GDE			Braga	03-06-2017
9,72	0,4	João Pedro Sousa	10/01/96	s16	ACDSJ			Leiria	04-06-2011
9,73	0,8	João Ramos	14/01/86	s16	GDE			Funchal	01-04-2000
9,75	-1,5	João Duarte	12/03/99	s16	ACDSJ			Ribeira Brava	13-07-2014
9,75		Roberto Gomes	19/01/07	s16	ADRAP			Câmara de Lobos	08-06-2022
9,77	-1,0	João Tomás Santos	30/03/08	s16	ADRAP			Ribeira Brava	12-07-2023
9,82	1,4	Diogo Gonçalves	13/03/01	s16	AJS			Ribeira Brava	02-07-2016
9,83	1,8	Manuel Vieira	15/02/03	s16	ADRAP			Ribeira Brava	28-04-2018
9,85	-0,5	Gabriel Vieira	09/01/04	s16	ADRAP			Lagoa	08-06-2019
<b>Tempos manuais:</b>									
9"3		Adriano Gonçalves	12/04/61	s16	CSM			Funchal	05-06-1976
9"4		Duarte Vieira	30/06/76	s16	CDN			Funchal	20-04-1991



## Lista dos Melhores de Sempre

### MASCULINOS

### Sub 16 (Iniciados)

até 21-abr-2024

Marca	Vento	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
<b>300 m</b>									
prova do programa nacional									
38,28		Lourenço A. Viveiros	16/06/06	s16		GDE		Ribeira Brava	10-06-2021
38,41		Lucas R. Santos	13/07/07	s16		AJS		Câmara de Lobos	20-07-2022
38,49		João Duarte	12/03/99	s16		ACDSJ		Ribeira Brava	07-06-2014
38,69		Pedro Abreu	11/06/96	s16		ADRAP		Ribeira Brava	11-06-2011
38,80		João Frias	09/01/91	s16		CAM		Machico	30-06-2006
39,12		Paulo Ornelas	31/05/93	s16		GDE		Machico	30-05-2008
39,14		Rúben Gonçalves	04/01/86	s16		CSM		Leiria	20-05-2001
39,33		Bruno Pita	14/03/03	s16		GDE		Ribeira Brava	17-02-2018
39,33		Carlos Magno Silva	12/01/08	s16		GDE		Ribeira Brava	10-06-2023
39,44		Urbino Silva	19/07/84	s16		UDST		Aveiro	08-05-1999
<b>Tempos manuais:</b>									
37"6		Adriano Gonçalves	12/04/61	s16		CSM		Funchal	02-06-1976
38"3		Edmundo Correia	18/08/63	s16		CDN		Lisboa (N)	11-06-1978

<b>800 m</b>									
prova do programa nacional									
2 02,26		Pedro Monteiro	03/02/04	s16		GDE		Fátima	14-07-2019
2 02,7		Edmundo Correia	18/08/63	s16		CDN		Funchal	17-06-1978
2 04,4		Hugo Silva	04/01/91	s16		CSM		Machico	04-05-2006
2 07,3		Marco Rebelo	18/06/73	s16		CSM		Lisboa (N)	08-05-1988
2 07,52		Gilberto Andrade	20/03/79	s16		ACDSJ		Lisboa (N)	09-05-1993
2 09,0		Emanuel Viveiros	05/06/60	s16		CDN		Funchal	27-07-1975
2 09,44		Hermano Gouveia	21/03/81	s16		UDST		Lisboa (U)	12-05-1996
2 09,5		José Avelino Sousa	03/12/71	s16		SCSC		Lisboa (N)	11-05-1986
2 10,26		Fábio Fernandes	16/08/95	s16		GDE		Machico	16-05-2010
2 10,5		Manuel Fernandes	16/03/92	s16		ADCSP		Machico	21-04-2007

<b>1 500 m</b>									
prova do programa nacional									
4 12,45		Pedro Monteiro	03/02/04	s16		GDE		Ribeira Brava	11-05-2019
4 15,02		Manuel Fernandes	16/03/92	s16		ADCSP		Ajaccio	23-05-2007
4 18,1		Edmundo Correia	18/08/63	s16		CDN		Funchal	27-05-1978
4 20,83		Fábio Fernandes	16/08/95	s16		GDE		Machico	15-05-2010
4 23,69		Marcelo Carvalho	14/01/86	s16		ADRAP		Leiria	19-05-2001
4 24,4		Emanuel Viveiros	05/06/60	s16		CDN		Funchal	30-03-1975
4 24,4		Francisco Viveiros	15/11/61	s16		CDN		Funchal	14-05-1976
4 24,7		Marco Rebelo	18/06/73	s16		CSM		Lisboa (N)	08-05-1988
4 25,7		Fernando Correia	26/06/64	s16		DP		Funchal	28-04-1979
4 27,7		David Soares	27/04/57	s16		CDN		Funchal	11-03-1972



Lista dos Melhores de Sempre

MASCULINOS

Sub 16 (Iniciados)

até 21-abr-2024

Marca	Vento	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
<b>1 500 m obstáculos</b>									
0,76 m - 13x obstáculos (sem vala de água)							prova do programa nacional		
4 23,37		Pedro Monteiro		03/02/04	s16	GDE		Ribeira Brava	21-12-2019
4 25,94		Fábio Fernandes		16/08/95	s16	ACDSJ		Leiria	05-06-2010
4 41,14		David Pinto		15/09/10	s16	AAM-M		Ribeira Brava	21-04-2024
4 42,24		Manuel Fernandes		16/03/92	s16	ADCSP		Machico	10-03-2007
4 49,60		Afonso Nóbrega		16/11/08	s16	AJS		Lagoa	20-05-2023
4 50,24		Matias Brites		20/10/10	s16	ADRAP		Ribeira Brava	21-04-2024
4 51,74		Rúben F. Abreu		08/02/03	s16	CEE-M		Ribeira Brava	26-05-2018
4 55,41		Pedro Azevedo		03/07/09	s16	GDE		Ribeira Brava	21-04-2024
4 55,46		Samuel Ribeiro		16/07/02	s16	ADRAP		Ribeira Brava	11-06-2017
4 56,56		Pedro Abreu		11/06/96	s16	ADRAP		Leiria	04-06-2011

<b>60 m barreiras - 0,84m</b>									
Regional: 5b / 0,84m - 13 + 8m / Nacional: 5b / 0,84m - 13 + 8,5m							prova dos programas de inverno/pista coberta		
8,72	pc	Mateus Jesus		07/08/09	s16	CSM	5b-13+8,5m	Pombal - pc	09-03-2024
8,81	0,6	Bruno Pita		14/03/03	s16	GDE	5b-13+8m	Ribeira Brava	24-02-2018
9,08	1,3	Tiago Camacho		31/03/03	s16	CSM	0,91m	Ribeira Brava	16-12-2018
9,13	1,2	João Pedro Sousa		10/01/96	s16	ACDSJ	5b-13+8m	Ribeira Brava	27-11-2010
9,19	1,5	Diogo Gonçalves		13/03/01	s16	AJS	5b-13+8m	Ribeira Brava	17-12-2016
9,27	pc	António Ornelas		03/01/89	s16	ADRAP	5b-13+8,5m	Braga	31-01-2004
9,27	1,2	Samuel Oliveira		02/03/95	s16	CSM	5b-13+8m	Ribeira Brava	27-11-2010
9,33	1,3	Manuel Vieira		15/02/03	s16	ADRAP	0,91m	Ribeira Brava	16-12-2018
9,35	-0,2	João Duarte		12/03/99	s16	ACDSJ	5b-13+8m	Ribeira Brava	12-01-2014
9,43	pc	Rodrigo Ramos		02/07/98	s16	CSM	5b-13+8,5m	Alpiarça	23-02-2013
<b>Tempos manuais:</b>									
8"8	1,0	João Duarte		12/03/99	s16	ACDSJ	5b-13+8m	Ribeira Brava	15-12-2013

<b>100 m barreiras - 0,84m</b>									
10b / 0,84m - 13 + 8,5 m							prova do programa nacional		
14,41	0,4	Tiago Camacho		31/03/03	s16	CSM		Ribeira Brava	15-07-2018
14,48	-0,8	Bruno Pita		14/03/03	s16	GDE		Ribeira Brava	13-05-2018
14,67	-1,4	João Duarte		12/03/99	s16	ACDSJ		Ribeira Brava	12-07-2014
14,74	0,9	Mateus Jesus		07/08/09	s16	CSM		Ribeira Brava	07-04-2024
15,11	1,9	João Pedro Sousa		10/01/96	s16	ACDSJ		Ribeira Brava	21-05-2011
15,14	0,1	Tito Fernandes		02/06/99	s16	ADRAP		Ribeira Brava	04-05-2014
15,20	1,7	José Mário Mendes		01/09/97	s16	ACDSJ		Fátima	03-06-2012
15,36	0,3	Francisco Palmeira		24/11/05	s16	AJS		Ribeira Brava	19-07-2020
15,46	1,1	Diogo Gonçalves		13/03/01	s16	AJS		Ribeira Brava	24-04-2016
15,56	1,7	Éder Pires	CPV	01/11/90	s16	CIA		Óbidos	23-04-2005
15,56	1,2	Manuel Vieira		15/02/03	s16	ADRAP		Ribeira Brava	29-04-2018



Lista dos Melhores de Sempre

MASCULINOS

Sub 16 (Iniciados)

até 21-abr-2024

Marca	Vento	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
<b>300 m barreiras - 0,76m</b>									
7b / 0,76m - 50 + 35m					prova do programa nacional				
42,38		Tiago Camacho	31/03/03	s16	CSM		0,84m	Vagos	24-06-2018
42,48		João Frias	09/01/91	s16	CAM			Machico	04-06-2006
43,52		Gabriel Vieira	09/01/04	s16	ADRAP		0,84m	Ribeira Brava	16-06-2019
43,67		Roberto Gomes	19/01/07	s16	ADRAP		0,84m	Ribeira Brava	05-06-2022
43,94		Paulo Ornelas	31/05/93	s16	GDE		0,84m	Ribeira Brava	23-07-2008
44,05		Lucas R. Santos	13/07/07	s16	AJS		0,84m	Ribeira Brava	12-06-2022
44,99		Bruno Pita	14/03/03	s16	GDE		0,84m	Ribeira Brava	21-05-2017
45,01		David Câmara	21/03/95	s16	ADRAP		0,84m	Machico	16-05-2010
45,40		Renato Araújo	08/09/93	s16	AJS		0,84m	Machico	30-05-2008
45,46		Renato Jesus	06/04/81	s16	GDE			Lisboa (U)	12-05-1996
<b>Tempos manuais:</b>									
44"0		David Câmara	21/03/95	s16	ADRAP		0,84m	Machico	09-06-2010

**4 000 m Marcha**

em pista					prova do programa nacional				
19 08,19		Afonso Nóbrega	16/11/08	s16	AJS			Ribeira Brava	09-12-2023
19 34,85		Diogo E. Fernandes	01/04/01	s16	AJS			Ribeira Brava	10-12-2016
22 26,73		Xavier Sousa	20/10/96	s16	ACDSJ			Machico	18-12-2011
23 11,92		Tomás Carvalho	10/01/04	s16	ADRAP			Ribeira Brava	25-05-2019
23 17,78		Leonel Gomes	23/05/89	s16	UDST			Elvas	15-05-2004
23 33,82		Quévin Oliveira	03/11/08	s16	AJS			Ribeira Brava	09-12-2023
24 10,65		João F. Rodrigues	22/07/93	s16	AJS			Machico	05-07-2008
24 49,6		Ângelo Nunes	03/07/85	s16	GDE			Aveiro	08-05-1999
25 02,00		Jesus Gouveia	24/12/08	s16	ADRAP			Ribeira Brava	13-05-2023
25 16,3		Francisco Costa	08/01/80	s16	GDE			Lisboa (U)	13-05-1995

**Salto em Altura**

					prova do programa nacional				
1,83		Manuel Vieira	15/02/03	s16	ADRAP			Ribeira Brava	15-12-2018
1,77		Pedro Buaró	14/06/01	s16	GDE			Ribeira Brava	10-12-2016
1,72		Pedro Vasconcelos	17/01/89	s16	ADRAP			Melgaço	25-04-2004
1,70		Nuno Freitas	11/12/82	s16	CSM			Funchal	11-05-1997
1,70		Éder Pires	CPV 01/11/90	s16	CIA			Lagos	14-05-2005
1,70		Tito Fernandes	02/06/99	s16	ADRAP			Ribeira Brava	10-05-2014
1,68		Ricardo Afonso	05/11/94	s16	ADRPD			Machico	13-04-2008
1,68		Tiago Camacho	31/03/03	s16	CSM			Ribeira Brava	15-12-2018
1,66		João Pedro Vieira	05/04/01	s16	ADRAP			Machico	30-04-2016
1,65		Nelson Perestrelo	27/02/73	s16	CSM			Funchal	25-05-1988
1,65		Gilberto Andrade	20/03/79	s16	ACDSJ			Lisboa (U)	08-05-1994
1,65		Vítor Viveiros	18/03/84	s16	CAM			Funchal	16-05-1999
1,65		Pedro Freitas	10/05/89	s16	CSM			Funchal	03-04-2004
1,65		Michael Cavaleiro	09/06/91	s16	CAM			Covilhã	13-05-2006



## Lista dos Melhores de Sempre

**MASCULINOS**

**Sub 16 (Iniciados)**

até 21-abr-2024

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

### Salto com Vara

prova do programa nacional									
3,70		Pedro Buaró	14/06/01	s16	GDE			Ribeira Brava	11-12-2016
<b>3,60</b>		<b>Fábio Aguiar</b>	<b>25/09/09</b>	<b>s16</b>	<b>CSM</b>			Ribeira Brava	<b>21-04-2024</b>
3,30		Paulo Santos	16/02/87	s16	CSM			Guimarães	22-06-2002
3,25		Matias Freitas	16/01/08	s16	ADRAP			Almada	17-06-2023
3,22		Diogo Martins	03/08/03	s16	AJS			Ribeira Brava	16-12-2018
3,10		Renato Araújo	08/09/93	s16	AJS			Ribeira Brava	14-06-2008
3,05		Flávio Fernandes	28/03/03	s16	AJS			Ribeira Brava	19-05-2018
3,00		Herculano Jesus	09/01/90	s16	ADRAP			Funchal	27-04-2005
3,00		António Castro	18/12/94	s16	GDE			Ribeira Brava	21-06-2009
2,92		Manuel Vieira	15/02/03	s16	ADRAP			Ribeira Brava	16-12-2018

### Salto em Comprimento

prova do programa nacional									
6,17		Vítor Vieira	20/09/76	s16	UDST			Ponta Delgada	11-07-1991
6,10	0,7	Manuel Vieira	15/02/03	s16	ADRAP			Ribeira Brava	20-01-2018
<b>6,01</b>	<b>pc</b>	<b>Mateus Jesus</b>	<b>07/08/09</b>	<b>s16</b>	<b>CSM</b>			<b>Pombal - pc</b>	<b>09-03-2024</b>
5,99	0,2	Pedro Buaró	14/06/01	s16	GDE			Ribeira Brava	10-12-2016
5,97	0,3	João Frias	09/01/91	s16	CAM			Machico	07-07-2006
5,92	-1,3	Pedro Vasconcelos	17/01/89	s16	ADRAP			Funchal	19-06-2004
5,86	1,8	Vítor Viveiros	18/03/84	s16	CAM			Funchal	16-01-1999
5,81	-0,1	Énio Figueira	18/02/01	s16	GDE			Ribeira Brava	18-06-2016
5,78	0,7	Bruno Pita	14/03/03	s14	GDE			Ribeira Brava	10-12-2016
5,75	pc	João Ramos	14/01/86	s16	GDE			Braga	27-01-2001

### Triplo Salto

prova do programa nacional									
<b>13,34</b>	0,5	Pedro Vasconcelos	17/01/89	s16	ADRAP			Funchal	20-06-2004
12,40	-1,7	Vítor Viveiros	18/03/84	s16	CAM			Funchal	12-06-1999
12,32		Bruno Diogo	1974	s16	GRCC			Funchal	27-06-1989
12,28	-0,3	João Frias	09/01/91	s16	CAM			Machico	11-06-2006
11,99	-1,2	Manuel Vieira	15/02/03	s16	ADRAP			Ribeira Brava	20-05-2018
11,93	-0,7	Hélder Pestana	11/02/87	s16	CSM			Funchal	06-06-2002
11,74		Francisco Gonçalves	14/05/81	s16	CSM			Funchal	19-05-1996
11,72	0,3	Pedro A. Gouveia	04/04/08	s16	ADRAP			Ribeira Brava	11-06-2023
11,48	1,1	Omar Jesus	07/10/05	s16	AJS			Ribeira Brava	12-07-2020
11,32	-0,4	Mílton Ferreira	24/09/98	s16	CSM			Ribeira Brava	19-05-2013



## Lista dos Melhores de Sempre

**MASCULINOS**

**Sub 16 (Iniciados)**

até 21-abr-2024

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

### Lançamento do Peso - 4 kg

4 kg										prova do programa nacional
17,10		Décio Andrade		25/01/97	s16	GDE		Fátima		02-06-2012
16,88		André Gonçalves		14/04/86	s16	CSM		Funchal		26-06-2001
14,40		Tiago Afonso Martins		10/01/05	s16	CSM		Funchal		04-01-2020
14,03		J. Leonardo Abreu		14/10/99	s16	ADRAP		Funchal		12-07-2014
13,98		Alex Linenburg		11/04/01	s16	ACDSJ		Abrantes		11-06-2016
13,61		Nélio Serrão		30/04/07	s16	AJS		Funchal		10-12-2022
13,38		Moisés Faria		13/03/02	s16	GDE		Funchal		16-12-2017
13,34		David Ferreira		07/03/95	s16	ADRAP		Machico		24-04-2010
13,31		Vítor Viveiros		18/03/84	s16	CAM		Funchal		28-07-1999
13,28		Márcio Viveiros		03/04/03	s16	ADRAP		Funchal		30-06-2018

### Lançamento do Disco - 1 kg

1 kg										prova do programa nacional
63,54		Décio Andrade		25/01/97	s16	GDE		V.N. Cerveira		25-07-2012
50,96		Tiago Chaves		06/07/91	s16	GDE		Funchal		20-07-2006
49,28		Miguel A. Nóbrega		10/02/08	s16	CSM		Ribeira Brava		17-12-2023
45,57		André Gonçalves		14/04/86	s16	CSM		Funchal		17-03-2001
44,10		Vítor Chaves		29/05/93	s16	GDE		Funchal		14-07-2007
43,93		Nélio Serrão		30/04/07	s16	AJS		Ribeira Brava		11-12-2022
40,12		Miguel Pinto		13/06/84	s16	CAM		Funchal		30-06-1999
39,42		Tiago Afonso Martins		10/01/05	s16	CSM		Funchal		04-07-2020
38,90		Diogo M. Freitas		10/08/02	s16	GDE		Ribeira Brava		16-07-2017
38,86		Rúben Abreu		06/12/03	s16	GDE		Ribeira Brava		13-05-2018

### Lançamento do Martelo - 4 kg

4 kg										prova do programa nacional
70,56		Décio Andrade		25/01/97	s16	GDE		Funchal		15-12-2012
58,63		Diogo M. Freitas		10/08/02	s16	GDE		Funchal		17-06-2017
53,14		Bruno Faria		29/10/03	s16	AJS		Funchal		15-12-2018
50,65		José Mário Mendes		01/09/97	s16	ACDSJ		Funchal		15-12-2012
49,84		Tiago Chaves		06/07/91	s16	GDE		Machico		29-04-2006
48,24		J. Leonardo Abreu		14/10/99	s16	ADRAP		Funchal		13-12-2014
47,49		Popa Andrei	ROM	11/06/98	s16	CSM		Funchal		23-06-2012
43,78		António Silva		09/09/60	V 45	GDE		Funchal		17-05-2008
42,50		Rúben Abreu		06/12/03	s16	GDE		Funchal		12-05-2018
41,87		David Ferreira		07/03/95	s16	ADRAP		Funchal		18-12-2010



## Lista dos Melhores de Sempre

**MASCULINOS**

**Sub 16 (Iniciados)**

até 21-abr-2024

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

### Lançamento do Dardo - 600 g

600 g										prova do programa nacional
51,50		Décio Andrade	25/01/97	s16	GDE			Ribeira Brava	13-05-2012	
48,43		Hélder Pestana	11/02/87	s16	CSM	700g		Guimarães	18-05-2002	
45,47		Herculano Jesus	09/01/90	s16	ADRAP	700g		Funchal	08-05-2005	
43,68		Moisés Faria	13/03/02	s16	GDE			Ribeira Brava	06-05-2017	
43,15		Alex Linemburg	11/04/01	s16	ACDSJ	700g		Lagos	02-07-2016	
43,02		J. Leonardo Abreu	14/10/99	s16	ADRAP			Ribeira Brava	12-07-2014	
42,63		Vítor Viveiros	18/03/84	s16	CAM			Funchal	22-05-1999	
42,48		Rúben Abreu	06/12/03	s16	GDE			Ribeira Brava	01-12-2018	
41,61		Cláudio Bento	17/06/98	s16	ACDSJ			Ribeira Brava	06-07-2013	
39,94		Renato Araújo	08/09/93	s16	AJS			Lisboa (U)	03-05-2008	
<b>Com modelo em vigor até 30/4/1999:</b>										
50,40		Alexandre Pereira	12/01/83	s16	CSM	modelo antigo		Funchal	12-06-1998	

### Triatlo Técnico

60m barr.84 + Comprimento + Peso 4										prova do programa nacional "Viva o Atletismo"
1 820 p	pc	Mateus Jesus	07/08/09	s16	CSM			Pombal - pc	09-03-2024	
		8,72 . 6,01 . 8,94								
1 780 p	-0,2	Tiago Afonso Martins	10/01/05	s16	CSM			R.Brava / Funchal	04-01-2020	
		9,88 . 5,41 . 14,40								
1 734 p		Bruno Pita	14/03/03	s16	GDE			R.Brava / Funchal	25-02-2017	
		9,00 . 5,54 . 10,20								
1 671 p	1,1	Manuel Vieira	15/02/03	s16	ADRAP			R.Brava / Funchal	24-02-2018	
		9,43 . 5,92 . 9,38								
1 588 p	pc	João Frias	09/01/91	s16	CAM			Braga - pc	11-02-2006	
		9,57 . 5,45 . 10,10								
1 522 p	pc	António Ornelas	03/01/89	s16	ADRAP			Braga - pc	31-01-2004	
		9,27 . 5,16 . 8,93								
1 520 p	1,0	Diogo Gonçalves	13/03/01	s16	AJS			R.Brava / Funchal	27-02-2016	
		9,14 . 5,09 . 8,65								
1 515 p		Hélder Pestana	11/02/87	s16	CSM			Funchal	15-12-2001	
		9,68 . 5,01 . 10,70								
1 507 p	1,4	Alex Linemburg	11/04/01	s16	ACDSJ			R.Brava / Funchal	27-02-2016	
		10,42 . 5,11 . 12,53								
1 504 p	-0,3	Francisco Palmeira	24/11/05	s16	AJS			R.Brava / Funchal	04-01-2020	
		9,72 . 5,49 . 9,07								



Lista dos Melhores de Sempre

MASCULINOS

Sub 16 (Iniciados)

até 21-abr-2024

Marca	Vento	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
<b>Heptatlo</b>									
80m + Comprimento + Dardo .6 / 100m barr.84 + Peso 4 + Altura + 1000m							prova do programa nacional		
3 605 p	1,2	Mateus Jesus		07/08/09	s16	CSM		R.Brava / Funchal	07-04-2024
									9,38 . 5,62 . 31,62 / 14,74 . 8,97 . 1,52 . 3 24,79
3 550 p	-0,2	Manuel Vieira		15/02/03	s16	ADRAP		R.Brava / Funchal	29-04-2018
									9,83 . 5,43 . 23,42 / 15,56 . 9,15 . 1,68 . 3 05,87
3 317 p	-0,1	Tiago Camacho		31/03/03	s16	CSM		R.Brava / Funchal	29-04-2018
									10,01 . 5,04 . 17,50 / 15,64 . 10,00 . 1,64 . 3 10,63
3 310 p	-0,2	Bruno Pita		14/03/03	s16	GDE		R.Brava / Funchal	29-04-2018
									9,52 . 4,93 . 28,36 / 14,71 . 10,23 . 1,32 . 3 26,64
3 245 p	1,2	Pedro Buaró		14/06/01	s16	ACDSJ		R.Brava / Funchal	24-04-2016
									10,46 . 5,44 . 28,22 / 15,89 . 8,38 . 1,68 . 3 22,84
3 237 p	1,8	Tiago Afonso Martins		10/01/05	s16	CSM		R.Brava / Funchal	28-04-2019
									10,07 . 5,42 . 25,40 / 18,77 . 12,80 . 1,64 . 3 23,75
3 203 p	-1,2	José Mário Mendes		01/09/97	s16	ACDSJ	Dardo de 500g	Ribeira Brava	15-04-2012
									10,27 . 5,09 . 36,88 / 16,59 . 10,34 . 1,36 . 3 16,01
3 202 p	0,5	Roberto Gomes		19/01/07	s16	ADRAP		Maia	03-07-2022
									9,79 . 5,35 . 24,22 / 15,73 . 7,44 . 1,51 . 3 16,79
3 167 p	0,1	João Duarte		12/03/99	s16	ACDSJ		Ribeira Brava	21-04-2013
									10,16 . 5,14 . 27,25 / 15,76 . 8,85 . 1,40 . 3 11,42
3 150 p	-0,3	Renato Araújo		08/09/93	s16	AJS		Lisboa U	04-05-2008
									10,83 . 4,82 . 39,94 / 17,60 . 10,50 . 1,44 . 3 04,49

4 x 80 m

										prova do programa nacional
37,25	Seleção da Madeira				s16	SM		Lisboa (U)		14-06-2014
	Paulo Bento 99, João Duarte99, Diogo M. Sousa 99, Tito Fernandes 99									
37,51	Seleção da Madeira				s16	SM		Ribeira Brava		02-06-2018
	Bruno Pita 03, Rúben Abreu 03, Tiago Camacho 03, Manuel Vieira 03									
38,04	Seleção da Madeira				s16	SM		Leiria		05-06-2010
	Filipe Gonçalves 95, João Pedro Sousa 96, David Câmara 95, Samuel Oliveira 95									
38,16	Seleção da Madeira				s16	SM		Ribeira Brava		28-05-2017
	Rúben Abreu 03, Bruno Pita 03, Tiago Camacho 03, Moisés Faria 02									
38,82	Seleção da Madeira				s16	SM		Fátima		01-06-2013
	Fabiano Abreu 98, João Duarte99, Rodrigo Ramos 98, Milton Ferreira 98									
38,87	GD Estreito				s16	GDE		Ribeira Brava		06-05-2017
	Rúben Abreu 03, Bruno Pita 03, Moisés Faria 02, João Tiago Jesús 03									
38,94	Seleção da Madeira				s16	SM		Ribeira Brava		29-05-2016
	Alex Linenburg 01, Pedro Buaró 01, Diogo Gonçalves 01, Énio Figueira 01									
39,25	ACD São João				s16	ACDSJ		Machico		04-05-2010
	Filipe Gonçalves 95, João Pedro Sousa 96, Vítor J. Gouveia 95, Vítor Gonçalves 96									
39,27	Seleção da Madeira				s16	SM		Fátima		02-06-2012
	João H. Neves 98, Rodrigo Ramos 98, José Mário Mendes 97, Nídio Frederico 97									
39,42	Seleção da Madeira				s16	SM		Albufeira		16-05-2009
	Hugo Sousa 94, Wilson Barros 94, Alexandre Vieira 94, Belarmino Silva 94									
<b>Outros Clubes:</b>										
39,93	ADR Água de Pena				s16	ADRAP		Ribeira Brava		23-04-2023
	João Tomás Santos 08, Pedro A. Gouveia 08, Matias Freitas 08, Bernardo Olim 08									
41,15	ACD Jardim da Serra				s16	AJS		Ribeira Brava		02-02-2020
	Simão Silva 05, Pedro Chaves 05, Francisco Palmeira 05, Omar Jesus 05									
42,17	CS Marítimo				s16	CSM		Ribeira Brava		23-04-2023
	Mateus Jesus 09, Miguel A. Nóbrega 08, Pedro M. Gonçalves 09, Fábio Aguiar 09									





## Lista dos Melhores de Sempre

**MASCULINOS**

**Sub 16** (Iniciados)

até 21-abr-2024

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

### Outras Provas

(provas para sub-16 que não constam dos programas regionais e nacionais em vigor)

#### 250 m

prova de programas nacionais anteriores (2007 a 2023)									
30,35		Lourenço A. Viveiros	16/06/06	s16	GDE			Setúbal	17-07-2021
30,54		João Duarte	12/03/99	s16	ACDSJ			Ribeira Brava	12-07-2014
31,01		Pedro Monteiro	03/02/04	s16	GDE			Ribeira Brava	14-12-2019
31,15		Bruno Pita	14/03/03	s16	GDE			Ribeira Brava	01-12-2018
31,68		Lucas R. Santos	13/07/07	s16	AJS			Lousada	09-07-2022
31,71		Manuel Vieira	15/02/03	s16	ADRAP			Ribeira Brava	26-05-2018
31,78		Paulo Ornelas	31/05/93	s16	GDE			Machico	24-11-2007
31,88		Carlos Magno Silva	12/01/08	s16	GDE			Lagoa	21-05-2023
31,96		Roberto Nóbrega	31/05/92	s16	CAM			Machico	30-06-2007
32,05		Tiago Camacho	31/03/03	s16	CSM			Ribeira Brava	16-12-2017

#### 1 000 m

prova de programas nacionais anteriores (até 2023)									
2 42,87		Pedro Monteiro	03/02/04	s16	GDE			Ribeira Brava	17-03-2019
2 43,96		Fábio Fernandes	16/08/95	s16	ACDSJ			Lisboa (U)	22-05-2010
2 44,12		Christian Prell	02/04/04	s16	ADRAP			Câmara de Lobos	07-12-2019
2 44,58		Tomás Rosário	02/01/04	s16	ADRAP			Câmara de Lobos	07-12-2019
2 44,9		Manuel Fernandes	16/03/92	s16	ADCSP			Machico	28-04-2007
2 45,48		Hugo Silva	04/01/91	s16	CSM			Covilhã	14-05-2006
2 47,4		Marco Rebelo	18/06/73	s16	CSM			Lisboa (N)	13-05-1988
2 47,6		António Nascimento	12/07/75	s16	CSM			Funchal	27-05-1990
2 47,9		Marcelo Carvalho	14/01/86	s16	ADRAP			Funchal	26-06-2001
2 51,04		Pedro Velosa	24/09/99	s16	CFA-M			Ribeira Brava	10-05-2014

#### 250 m barreiras

6b / 0,76m - 35 + 35m									
prova de programas nacionais anteriores (2007 a 2023)									
33,85		Tiago Camacho	31/03/03	s16	CSM			Ribeira Brava	01-07-2018
34,44		João Duarte	12/03/99	s16	ACDSJ			Ribeira Brava	13-07-2014
34,47		Roberto Gomes	19/01/07	s16	ADRAP			Lousada	09-07-2022
35,09		Bruno Pita	14/03/03	s16	GDE			Ribeira Brava	05-05-2018
35,71		Paulo Ornelas	31/05/93	s16	GDE			Machico	06-07-2008
35,72		Gabriel Vieira	09/01/04	s16	ADRAP			Ribeira Brava	26-05-2019
35,93		Miguel Azevedo	31/10/03	s16	ADRAP			Ribeira Brava	01-07-2018
36,26		David Câmara	21/03/95	s16	ADRAP			Machico	09-05-2010
36,26		Carlos Magno Silva	12/01/08	s16	GDE			Lagoa	20-05-2023
37,16		Tito Fernandes	02/06/99	s16	ADRAP			Ribeira Brava	13-07-2014



## Lista dos Melhores de Sempre

**MASCULINOS**

**Sub 16 (Iniciados)**

até 21-abr-2024

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

### Quádruplo Salto B

versão p/ iniciados: 25m->DDEE ou 25m->EEDD					prova de programas nacionais anteriores (2013 a 2023)				
15,53	0,1	Manuel Vieira	15/02/03	s16	ADRAP			Ribeira Brava	13-05-2017
14,74	-1,4	Omar Jesus	07/10/05	s16	AJS			Ribeira Brava	22-02-2020
14,65	-0,4	Diogo Martins	03/08/03	s16	AJS			Ribeira Brava	01-07-2018
14,54	0,2	Pedro Buaró	14/06/01	s16	ACDSJ			Ribeira Brava	20-03-2016
14,52	0,7	Mílton Ferreira	24/09/98	s16	CSM			Ribeira Brava	16-06-2013
14,44	-1,4	Pedro A. Gouveia	04/04/08	s16	ADRAP			Ribeira Brava	14-05-2023
14,18	0,4	João Duarte	12/03/99	s16	ACDSJ			Ribeira Brava	19-07-2014
14,05	0,4	Bruno Pita	14/03/03	s16	GDE			Ribeira Brava	01-04-2017
14,05	-1,9	Roberto Gomes	19/01/07	s16	ADRAP			Ribeira Brava	18-12-2021
13,99	0,3	Francisco Palmeira	24/11/05	s16	AJS			Ribeira Brava	19-07-2020

### Lançamento do Peso - 5 kg

5 kg					prova de programas nacionais anteriores (até 1985)				
14,99		Décio Andrade	25/01/97	s16	GDE			Funchal	16-06-2012
14,53		André Gonçalves	14/04/86	s16	CSM			Funchal	11-07-2001
13,28		Tiago Afonso Martins	10/01/05	s16	CSM			Maia	01-08-2020
12,48		Moisés Faria	13/03/02	s16	GDE			Funchal	09-12-2017
12,38		Alex Linenburg	11/04/01	s16	ACDSJ			Funchal	04-06-2016
12,26		Rui Nunes	14/07/89	s16	ADRAP			Funchal	20-06-2004
12,15		Márcio Viveiros	03/04/03	s16	ADRAP			Funchal	16-06-2018
12,02		Nélio Serrão	30/04/07	s16	AJS			Funchal	04-06-2022

### Lançamento do Martelo - 5 kg

5 kg					prova de programas nacionais anteriores (até 1985)				
59,49		Décio Andrade	25/01/97	s16	GDE			Vila Nova de Ceveira	13-07-2012
53,06		Diogo M. Freitas	10/08/02	s16	GDE			Abrantes	24-06-2017
43,88		Tiago Chaves	06/07/91	s16	GDE			Luso	17-06-2006
41,76		José Mário Mendes	01/09/97	s16	ACDSJ			Abrantes	01-07-2012
37,79		Bruno Faria	29/10/03	s16	AJS			Vagos	23-06-2018
36,05		J. Leonardo Abreu	14/10/99	s16	ADRAP			Funchal	07-06-2014