

Marca	Vento	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
<b>60 m</b>									
prova do programa nacional de pista coberta									
7,00	pc	David Martinho		16/03/01	s20	AJS		Braga - pc	23-02-2019
7,06	1,2	Ricardo Ribeiro		21/02/95	s20	AJS		Vendas Novas	11-01-2014
7,06	pc	Xavier Outeiro		08/08/03	s20	AJS		Braga - pc	12-02-2022
7,09	0,6	Lourenço A. Viveiros		16/06/06	s18	GDE		Câmara de Lobos	07-01-2022
7,13	1,1	Rodrigo Ramos		02/07/98	s18	AJS		Ribeira Brava	05-12-2015
7,13	pc	Tito Fernandes		02/06/99	s20	ADRAP		Braga - pc	28-01-2017
7,15	2,0	Mateus Jesus		07/08/09	s16	CSM		Ribeira Brava	14-12-2024
7,18	-0,8	Filipe Santos		25/06/84	s20	CSM		Funchal	13-12-2003
7,18	-1,5	Sérgio Mendes		09/01/93	s20	GDE		Ribeira Brava	14-01-2012
7,19	pc	Paulo Neto		11/03/97	s20	AJS		Salamanca	20-02-2016
<b>Tempos manuais:</b>									
6"9	1,5	Micael Franco		31/08/95	s20	ADRAP		Ribeira Brava	09-02-2013
<b>100 m</b>									
prova do programa nacional de ar livre									
10,66	1,8	Ricardo Ribeiro		21/02/95	s20	AJS	= em 2015	Braga	12-07-2014
10,73	1,8	Xavier Outeiro		08/08/03	s20	AJS		Vagos	16-07-2022
10,91	1,7	Sérgio Mendes		09/01/93	s20	GDE		Ribeira Brava	13-05-2012
10,91	-0,1	David Martinho		16/03/01	s20	AJS		Lisboa	26-05-2019
10,93	1,0	Filipe Santos		25/06/84	s20	CSM		Guimarães	12-07-2003
11,00	-1,1	Roberto Capelo		07/06/77	s20	CSM		Viseu	20-07-1996
11,06	0,5	Tito Fernandes		02/06/99	s18	ADRAP		Lagoa	02-07-2016
11,20	-1,2	Lourenço A. Viveiros		16/06/06	s18	GDE		Banská Bystrica /SLK	25-07-2022
11,21	-1,4	Alberto Fraga		29/02/80	s20	GDE		Funchal	22-05-1999
11,22	1,5	António Jesus		23/03/92	s18	GDE		Ribeira Brava	17-06-2009
<b>Tempos manuais:</b>									
10"7	0,4	Roberto Capelo		07/06/77	s20	CSM		Funchal	30-06-1996
10"8		João Raimundo		23/01/64	s18	CSM		Guarda	13-06-1981
10"9		José Câmara		04/10/54	s20	CSM		Porto (F)	10-06-1972

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

**200 m**

prova do programa nacional de ar livre

21,84	0,1	Ricardo Ribeiro		21/02/95	s20	AJS		Braga	13-07-2014
22,06	-0,2	Micael Franco		31/08/95	s20	ADRAP		Fátima	07-07-2013
22,18	0,7	Xavier Outeiro		08/08/03	s20	AJS		Leiria	31-07-2022
22,30	-1,4	Tito Fernandes		02/06/99	s18	ADRAP		Lagoa	03-07-2016
22,41	1,7	André Jerónimo		09/07/02	s20	AJS		Ribeira Brava	12-01-2020
22,49	-0,3	João Penacho		03/05/05	s20	GDE		Viana do Castelo	28-07-2024
22,58	-0,7	Filipe Santos		25/06/84	s20	CSM		Guimarães	13-07-2003
22,59	1,3	Manuel Vieira		15/02/03	s20	ADRAP		Ribeira Brava	23-05-2021
22,64	2,0	Ivo Graça		22/03/84	s20	CSM		Lisboa (U)	25-05-2003
22,69	pc	Roberto Aguiar		08/08/84	s20	GDE		Espinho	16-02-2003

Tempos manuais:

22"2		José Câmara		04/10/54	s20	CSM		Funchal	06-05-1972
22"3		António Brazão		23/12/59	s20	CDN		Funchal	06-07-1977
22"3		João Raimundo		23/01/64	s18	CSM		Funchal	30-07-1981

**400 m**

prova dos programas nacionais

48,89		João Penacho		03/05/05	s20	GDE		Viseu	13-07-2024
49,01		Ivo Graça		22/03/84	s20	CSM		Funchal	19-07-2003
49,21		Bruno Santos		02/04/85	s20	CSM		Funchal	24-07-2004
49,98		Nuno Pereira		27/11/00	s20	GDE		Ribeira Brava	19-05-2018
50,07	pc	Roberto Aguiar		08/08/84	s20	GDE		Espinho	15-02-2003
50,16		Hermano Gouveia		21/03/81	s20	CSM		Maia	20-05-2000
50,17		Eurico Teixeira		01/06/80	s20	GDE		Lisboa (I)	29-07-1998
50,24		Manuel Vieira		15/02/03	s20	ADRAP		Guimarães	03-07-2021
50,26		José Moura		20/01/86	s20	CSM		Covilhã	26-06-2004
50,37		Roberto Nóbrega		31/05/92	s20	ADRAP		Ribeira Brava	15-01-2011

Tempos manuais:

48"8		José Câmara		04/10/54	s20	CSM		Roma	08-08-1972
49"6		Hugo Silva		04/01/91	s20	CSM		Machico	09-06-2010
50"1		Adriano Gonçalves		12/04/61	s20	CSM		Lisboa (N)	09-06-1979

Marca	Vento	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
<b>800 m</b>									
prova dos programas nacionais									
1 50,00		Diogo Sousa		28/11/83	s20	GDE		Funchal	29-06-2002
1 50,04		Nuno Pereira		27/11/00	s20	GDE		Ribeira Brava	15-07-2018
1 52,16		Marco Rebelo		18/06/73	s20	CDN		Braga	12-07-1992
1 52,52		Pedro Monteiro		03/02/04	s20	ADRAP		Leiria	02-07-2023
1 52,7		Emanuel Viveiros		05/06/60	s20	CDN		Sevilha	10-06-1979
1 54,53		Nuno Paulo		24/07/93	s20	ACDSJ		Ribeira Brava	27-05-2012
1 55,74		Rúben Alves		01/02/83	s20	CSM		Caldas Rainha	07-07-2002
1 55,74		Rui Paulo Silva		20/11/84	s20	CSM		Funchal	20-07-2003
1 56,0		Francisco Viveiros		15/11/61	s20	CDN		Lisboa (L)	15-07-1979
1 56,05		Hermano Gouveia		21/03/81	s20	CSM		Funchal	02-06-2000

<b>1 500 m</b>									
prova dos programas nacionais									
3 47,28		Nuno Pereira		27/11/00	s20	GDE		Maia	04-07-2018
3 49,64		Marco Rebelo		18/06/73	s20	CDN		Braga	11-07-1992
3 50,4		Diogo Sousa		28/11/83	s20	GDE		Lisboa (U)	18-06-2002
3 53,05		Eduardo M'bengani	CGO	08/01/85	s20	CSM		Lisboa (U)	09-05-2004
3 53,50		Nuno Paulo		24/07/93	s20	ACDSJ		Ribeira Brava	27-05-2012
3 55,80		Pedro Monteiro		03/02/04	s20	ADRAP		Ribeira Brava	27-05-2023
3 57,07		Rui Paulo Silva		20/11/84	s20	CSM		Lisboa (U)	08-06-2002
3 58,4		Bruno Rodrigues		24/03/88	s20	CSM		Lisboa (I)	12-07-2006
3 58,6		Emanuel Viveiros		05/06/60	s20	CSM		Lisboa (N)	13-05-1978
3 59,0		António Nascimento		12/07/75	s20	CSM		Funchal	28-04-1993
Atletas estrangeiros não residentes em Portugal:									
3 45,0		Nicolas K. Kipkeday	KEN	25/11/83	s20	GDE		Óbidos	06-05-2001

<b>3 000 m</b>									
prova dos programas nacionais									
8 23,27		Eduardo M'bengani	CGO	08/01/85	s20	CSM		Massamá	01-05-2004
8 30,6		José Carlos Ribeiro		30/01/64	s20	JAC		Lisboa (N)	06-08-1983
8 32,4		José Frias		20/06/59	s20	CSM		Funchal	16-04-1978
8 32,51		Nuno Paulo		24/07/93	s20	ACDSJ		Luso	24-06-2012
8 35,35	pc	Samuel Rios		29/04/01	s20	ADRAP		Braga - pc	23-02-2020
8 38,76	pc	Manuel Fernandes		16/03/92	s20	CSM		Pombal - pc	23-01-2011
8 38,91	pc	Alberto Paulo		03/10/85	s20	CSM		Espinho	07-03-2004
8 40,89	pc	Eduardo Pestana		06/08/02	s20	AJS		Braga - pc	08-03-2020
8 41,58		Pedro Monteiro		03/02/04	s20	ADRAP		Ribeira Brava	06-05-2023
8 52,80		Fábio Fernandes		16/08/95	s20	GDE		Ribeira Brava	26-04-2014
Atletas estrangeiros não residentes em Portugal:									
8 08,12		Nicolas K. Kipkeday	KEN	25/11/83	s20	GDE		Lisboa (U)	07-05-2001

Marca	Vento	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
<b>5 000 m</b>									
prova do programa nacional de ar livre									
14 31,45		Eduardo M'bengani	CGO	08/01/85	s20	CSM		Lisboa (U)	05-06-2004
14 35,1		José Frias		20/06/59	s20	CSM		Lisboa (N)	14-05-1978
14 38,13		Alberto Paulo		03/10/85	s20	CSM		Viseu	17-07-2004
15 14,81		Bruno Rodrigues		24/03/88	s20	CSM		Seixal	27-05-2006
15 25,5		Crício Rodrigues		28/05/80	s20	CSM		Aveiro	08-05-1999
15 30,6		Nuno Paulo		24/07/93	s20	ACDSJ	Tempo de Passagem	Ribeira Brava	21-04-2012
15 39,8		Carlos Santos		14/08/70	s20	GRCC		Funchal	03-06-1989
15 44,44		Fábio Fernandes		16/08/95	s20	GDE		Ribeira Brava	12-04-2014
15 46,8		Manuel Santos		15/12/60	s20	CDRB		Funchal	20-05-1978
15 47,7		Paulo C. Gomes		23/08/60	s20	CSM		Lisboa (N)	14-05-1978
Atletas estrangeiros não residentes em Portugal:									
13 26,38		Nicolas K. Kipkeday	KEN	25/11/83	s20	GDE		Rio Maior	09-05-2001

**3 000 m obstáculos**

prova do programa nacional de ar livre									
0,91 m - 28x obstáculos + 7x vala de água									
8 49,04		Marco Rebelo		18/06/73	s20	CDN		Seoul	20-09-1992
8 57,51		Nuno Paulo		24/07/93	s20	ACDSJ		Ribeira Brava	07-06-2012
9 04,93		Manuel Fernandes		16/03/92	s20	CSM		Ribeira Brava	06-07-2011
9 07,63		Alberto Paulo		03/10/85	s20	CSM		Lisboa (U)	06-06-2004
9 11,75		Eduardo M'bengani	CGO	08/01/85	s20	CSM		Lisboa (U)	21-07-2004
9 14,61		Eduardo Pestana		06/08/02	s20	AJS		Viana do Castelo	19-06-2021
9 31,50		J. Manuel Gomes		09/04/94	s20	ADRAP		Ribeira Brava	13-07-2013
9 33,12		António Nascimento		12/07/75	s20	CSM		Maia	03-07-1994
9 35,2		Carlos Santos		14/08/70	s20	GRCC		Funchal	29-07-1989
9 39,83		Pedro Monteiro		03/02/04	s20	GDE		Ribeira Brava	15-05-2022

**60 m barreiras - 0,99m**

prova do programa nacional de pista coberta									
5b / 0,99 m - 13,72 + 9,14 m									
8,18	pc	Paulo Neto		11/03/97	s20	AJS		Lisboa (CAR)	16-01-2016
8,50	pc	Francisco Palmeira		24/11/05	s20	AJS		Braga - pc	25-02-2024
8,58	pc	Pedro Buaró		14/06/01	s20	GDE		Pombal	16-02-2020
8,66	pc	Roberto Gonçalves		24/02/89	s20	GDE	1,067m	Espinho	10-02-2008
8,87	0,6	Filipe Mendonça		20/03/85	s20	CSM	1,067m	Funchal	24-01-2004
8,92	1,2	Tito Fernandes		02/06/99	s20	ADRAP		Ribeira Brava	11-02-2018
8,94	0,6	Diogo Branco		10/03/85	s20	CSM	1,067m	Funchal	24-01-2004
8,99	0,9	Hugo Silva		04/01/91	s20	CSM	1,067m	Ribeira Brava	18-01-2009
9,02	1,0	Francisco Gonçalves		14/05/81	s20	CSM	1,067m	Funchal	09-12-2000
9,04	-1,0	Pedro Pereira		09/02/84	s20	GDE	1,067m	Funchal	12-01-2003

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

### 110 m barreiras - 0,99m

10b / 0,99 m - 13,72 + 9,14 m									
prova do programa nacional de ar livre									
14,80	-1,8	Paulo Neto		11/03/97	s20	AJS		Viseu	10-07-2016
15,02	-1,0	Roberto Gonçalves		24/02/89	s20	GDE		Luso	15-06-2008
15,02	-1,2	Francisco Palmeira		24/11/05	s20	AJS		Viana do Castelo	28-07-2024
15,48	-0,1	Hugo Silva		04/01/91	s18	CSM		Luso	15-06-2008
15,56	-0,2	Pedro Buaró		14/06/01	s20	GDE		Ribeira Brava	12-07-2020
15,71		Tito Fernandes		02/06/99	s18	ADRAP		Ribeira Brava	22-05-2016
16,00	-0,6	Francisco Gonçalves		14/05/81	s20	CSM	1,067m	Funchal	23-03-2000
16,32	0,8	Alberto Fraga		29/02/80	s20	GDE	1,067m	Lisboa (U)	02-05-1999
16,37		Manuel Vieira		15/02/03	s20	ADRAP		Ribeira Brava	03-04-2022
16,46	1,5	Filipe Mendonça		20/03/85	s20	CSM	1,067m	Covilhã	27-06-2004
16,46	0,6	Paulo Ornelas		31/05/93	s20	GDE		Luso	24-06-2012
<b>Tempos manuais:</b>									
16"0	0,3	José Sol		14/11/58	s20	CSM	1,067m	Lisboa (N)	18-06-1977

### 400 m barreiras

10b / 0,91 m - 45 + 35 m									
prova do programa nacional de ar livre									
53,58		Hugo Silva		04/01/91	s20	CSM		Leiria	18-07-2010
53,90		João Santos		11/03/83	s20	GDE		Mafra	29-06-2002
54,41		Roberto Nóbrega		31/05/92	s20	ADRAP		Setúbal	04-07-2010
55,30		Roberto Gonçalves		24/02/89	s20	GDE		Luso	10-06-2008
56,77		José Sol		14/11/58	s20	CSM		Lisboa (N)	18-07-1976
56,91		David Aveiro		12/05/79	s20	GDE		Coimbra (M)	04-08-1998
56,98		Francisco Gonçalves		14/05/81	s20	CSM		Funchal	22-07-2000
57,28		Pedro Chaves		09/09/05	s20	AJS		Ribeira Brava	30-06-2024
57,92		Simão Viveiros		29/11/92	s20	GDE		Lisboa (U)	13-06-2010
57,93		João Frias		09/01/91	s18	CAM		Ajaccio	24-05-2007
<b>Tempos manuais:</b>									
54"9		José Sol		14/11/58	s20	CSM		Lisboa (N)	21-07-1977

### Salto em Altura

prova dos programas nacionais									
2,06		Frederico Spínola		03/03/78	s20	GDE		Funchal	10-05-1997
2,04	pc	Paulo Neto		11/03/97	s20	AJS		Braga - pc	13-02-2016
1,98		Pedro Buaró		14/06/01	s18	GDE		Vagos	24-06-2018
1,97		Jorge Abreu		29/10/93	s20	AJS		Machico	30-04-2011
1,94		Rui Sousa		01/01/77	s20	CSM		Lisboa (U)	20-04-1996
1,94		Manuel Vieira		15/02/03	s18	ADRAP		Ribeira Brava	15-08-2020
1,93		José Sardinha Caldeira		30/04/71	s20	CSM		Funchal	26-05-1990
1,90		Renato Jesus		06/04/81	s20	GDE		Braga	12-07-2000
1,90		João Gonçalves		24/05/91	s20	AJS		Ribeira Brava	17-01-2009
1,90		Tiago Martins		05/03/97	s20	ADRAP		Póvoa Varzim	27-11-2016

Marca	Vento	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
<b>Salto com Vara</b>									
prova dos programas nacionais									
5,15	pc	Pedro Buaró		14/06/01	s20	GDE		Braga - pc	07-03-2020
4,60		Diogo Martins		03/08/03	s20	AJS	= em 19/2/22 Pb	Ribeira Brava	10-07-2021
4,41		Renato Araújo		08/09/93	s20	CSM		Ribeira Brava	11-02-2012
4,40		Décio Faria		23/07/91	s20	AJS		Luso	23-05-2010
4,35		António Castro		18/12/94	s20	GDE		Lisboa (U)	09-06-2012
4,34		Diogo Branco		10/03/85	s20	CSM		Viseu	18-07-2004
4,27		Alberto Fraga		29/02/80	s20	GDE		Lisboa (U)	02-05-1999
4,20		Paulo Jardim		15/01/77	s20	GDE		Funchal	23-11-1996
4,10		Artur Martins		22/01/05	s20	ADRAP		Ribeira Brava	18-02-2023
3,82		Roberto Gomes		19/01/07	s18	ADRAP		Ribeira Brava	15-12-2024

<b>Salto em Comprimento</b>									
prova dos programas nacionais									
7,22	0,1	Bruno Costa		03/05/92	s20	CSM		Guimarães	02-07-2011
7,13	-0,6	Diogo Espinha		08/10/87	s20	CSM		Viseu	20-05-2006
7,10	2,0	Alberto Fraga		29/02/80	s20	GDE		Funchal	09-01-1999
7,00		Paulo Jardim		15/01/77	s20	GDE		Funchal	14-12-1996
7,00	0,8	João Frias		09/01/91	s20	ADRAP		Luso	23-05-2009
7,00	0,9	Pedro Buaró		14/06/01	s20	GDE		Ribeira Brava	02-08-2020
6,98	1,8	Luís Bernardo		15/02/86	s20	GDE		Funchal	11-07-2004
6,96	-0,1	Xavier Outeiro		08/08/03	s20	AJS		Ribeira Brava	15-01-2022
6,95	1,1	Omar Jesus		07/10/05	s20	AJS		Viana do Castelo	27-07-2024
6,89	-0,7	Roberto Aguiar		08/08/84	s20	GDE		Funchal	14-06-2003

<b>Triplo Salto</b>									
prova dos programas nacionais									
14,69	0,3	Bruno Costa		03/05/92	s20	CSM		Lisboa (U)	10-07-2011
14,51	-1,0	Diogo Espinha		08/10/87	s20	CSM		Viseu	21-05-2006
14,51	1,3	Pedro Freitas		10/05/89	s20	CSM		Machico	05-05-2007
14,43	pc	Renato Araújo		08/09/93	s20	CSM		Pombal	22-01-2012
14,36	1,5	João Frias		09/01/91	s18	ADRAP		Leiria	17-05-2008
14,22		Paulo Jardim		15/01/77	s20	GDE		Funchal	14-12-1996
14,21		Graciano Farinha		08/10/62	s20	CSM		Lisboa (N)	03-05-1981
14,04	pc	Alberto Fraga		29/02/80	s20	GDE		Braga	14-02-1999
13,97	pc	Vítor Viveiros		18/03/84	s20	CSM		Espinho	27-01-2002
13,76	0,0	Éder Pires	CPV	01/11/90	s20	CSM		Ribeira Brava	24-06-2009

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

**Lançamento do Peso - 6 kg**

6 kg										prova dos programas nacionais
17,02		André Gonçalves	14/04/86	s20	CSM			Funchal	18-06-2005	
16,60		Marçal Rodrigues	10/07/90	s20	CSM			Funchal	20-06-2009	
15,39		Miguel Pinto	13/06/84	s20	CSM			Funchal	14-06-2003	
15,05		Paulo Gonçalves	27/09/88	s20	CSM			Leiria	24-02-2007	
15,02	pc	Alex Linenburg	11/04/01	s20	GDE			Pombal	16-02-2020	
14,64		Luís Miguel Silva	28/08/02	s20	AJS			Funchal	02-08-2020	
14,10		Décio Andrade	25/01/97	s20	GDE			Funchal	18-06-2015	
13,75	pc	Moisés Faria	13/03/02	s20	GDE			Pombal	16-02-2020	
13,63		David Rocha	27/02/94	s18	AJS			Funchal	21-05-2011	
13,21		Márcio Viveiros	03/04/03	s20	ADRAP			Viana do Castelo	19-06-2021	

**Lançamento do Disco - 1,75 kg**

1,75 kg										prova do programa nacional de ar livre
50,51		Miguel Pinto	13/06/84	s20	CSM			Lisboa (U)	11-06-2003	
44,98		Décio Andrade	25/01/97	s20	GDE			Viseu	10-07-2016	
44,50		Alexandre Pereira	12/01/83	s20	CAM			Funchal	27-07-2002	
43,68		Alex Linenburg	11/04/01	s20	ACDSJ			Funchal	09-02-2019	
42,85		Marçal Rodrigues	10/07/90	s20	CSM			Ribeira Brava	09-05-2009	
41,29		André Gonçalves	14/04/86	s20	CSM			Jaen	06-07-2005	
41,12		Manuel Rodrigues	03/02/80	s20	GDE		Disco 2 kg	Vigo	21-02-1999	
40,86		Luís Miguel Silva	28/08/02	s20	AJS			Ribeira Brava	26-05-2021	
40,05		Paulo Gonçalves	27/09/88	s20	CAM			Funchal	24-06-2006	
39,69		Francisco A. Pereira	25/04/03	s20	GDE			Ribeira Brava	10-07-2021	

**Lançamento do Martelo - 6 kg**

6 kg										prova do programa nacional de ar livre
68,22		Décio Andrade	25/01/97	s20	GDE			Funchal	14-07-2016	
63,13		Diogo M. Freitas	10/08/02	s20	GDE			Funchal	05-06-2021	
60,88		Francisco A. Pereira	25/04/03	s20	GDE			Funchal	06-07-2022	
58,12		Bruno Faria	29/10/03	s20	AJS			Almada	24-04-2021	
57,45		João Almeida	24/03/86	s20	CSM			Lisboa (U)	19-02-2005	
56,40		Tiago Chaves	06/07/91	s20	GDE			Funchal	13-06-2009	
49,49		Daniel Soares	25/03/90	s20	AJS			Funchal	18-04-2009	
49,18		J. Leonardo Abreu	14/10/99	s20	ADRAP			VN Cerveira	29-06-2017	
47,43		António Fernandes	28/01/88	s20	AJS			Funchal	16-06-2007	
44,02		José Mário Mendes	01/09/97	s18	GDE			Funchal	21-06-2014	

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

### Lançamento do Dardo

800 g									
prova do programa nacional de ar livre									
60,50		Hélder Pestana	11/02/87	s20	GDE			Funchal	27-02-2005
59,06		Moisés Faria	13/03/02	s20	GDE			Ribeira Brava	15-08-2020
56,46		Sérgio Abreu	24/10/68	s20	CSM			Lisboa (N)	27-02-1987
52,99		Lucas Faria	19/12/05	s20	GDE			Viseu	13-07-2024
52,70		Paulo Jardim	15/01/77	s20	GDE			Viseu	20-07-1996
52,00		Miguel Pinto	13/06/84	s20	CSM			Funchal	14-06-2003
51,43		Alexandre Pereira	12/01/83	s20	CSM			Funchal	19-05-2001
50,75		Rúben Abreu	06/12/03	s18	GDE			Vagos	06-07-2019
49,71		J. Leonardo Abreu	14/10/99	s18	ADRAP			Ribeira Brava	17-01-2016
48,84		Marcelo Freitas	15/11/77	s20	CSM			Funchal	11-07-1995
Com modelo antigo (em vigor até 1 de abril de 1986):									
49,04		José Paulo Gomes	25/01/64	s20	CSM			Lisboa (N)	09-05-1982

### 5 000 m Marcha

em pista									
prova do programa nacional de pista coberta									
21 55,64		José Eduardo Garcia	11/05/76	s20	CSM			Lisboa (U)	20-05-1995
22 08,30		Xavier Sousa	20/10/96	s20	AJS			Vagos	13-06-2015
22 43,35		Diogo E. Fernandes	01/04/01	s20	AJS			Ribeira Brava	29-06-2019
22 45,96		Daniel Neves	20/10/82	s20	GDE			Braga	09-06-2001
22 52,37		Francisco Henriques	29/01/01	s20	GDE			Ribeira Brava	11-01-2020
23 21,59		Afonso Nóbrega	16/11/08	s18	AJS			Ribeira Brava	25-05-2024
24 50,81		Vítor Silva	28/05/90	s20	ADRAP			Ribeira Brava	18-07-2009
24 58,37		João Afonso Olim	14/10/00	s20	ADRAP			Ribeira Brava	21-12-2019
25 04,64		Duarte Dias	07/01/86	s18	CSM			Guimarães	17-05-2003
25 09,05	pc	Artur Vasconcelos	09/09/89	s20	GDE			Espinho	26-01-2008

### 10 000 m Marcha

em pista									
prova do programa nacional de ar livre									
45 13,30		José Eduardo Garcia	11/05/76	s20	CSM			Funchal	03-06-1995
46 09,56		Xavier Sousa	20/10/96	s20	AJS			Braga	04-07-2015
47 31,63		Daniel Neves	20/10/82	s20	CSM			Funchal	20-05-2001
48 39,12		Diogo E. Fernandes	01/04/01	s20	AJS			Vagos	06-07-2019
50 37,43		Francisco Henriques	29/01/01	s20	GDE			Vagos	22-06-2019
51 11,75		Leonel Gomes	23/05/89	s20	ADRAP			Machico	16-06-2007
52 52,5		Vítor Silva	28/05/90	s20	ADRAP			Ribeira Brava	21-03-2009
53 29,6		Duarte Dias	07/01/86	s18	CSM			Funchal	15-06-2002
53 34,25		João Afonso Olim	14/10/00	s20	ADRAP			Ribeira Brava	16-03-2019
53 42,3		Artur Vasconcelos	09/09/89	s20	GDE			Lisboa (U)	31-05-2008



Marca	Vento	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
<b>Heptatlo (sub-20)</b>									
60m + Comprimento + Peso 6 + Altura / 60m barr.99 + Vara + 1000m						prova do programa nacional de pista coberta			
4 951 p	pc	Paulo Neto		11/03/97	s20	AJS		Braga - pc	14-02-2016
				7,29 . 6,46 . 11,94 . 2,04 / 8,18 . 3,20 . 2 56,85					
4 684 p	pc	Alberto Fraga		29/02/80	s20	GDE	Engenhos Seniores	Espinho	28-02-1999
				7,33 . 6,62 . 11,50 . 1,81 / 9,11 . 4,10 . 3.05,58					
4 559 p	pc	Diogo Branco		10/03/85	s20	CSM	Engenhos Seniores	Espinho	15-02-2004
				7,44 . 8,33 . 11,00 . 1,75 / 9,18 . 4,10 . 2.57,85					
4 555 p	pc	Manuel Vieira		15/02/03	s20	ADRAP		Braga	16-01-2022
				7,38 . 6,52 . 10,74 . 1,80 / 9,09 . 3,60 . 2 55,50					
4 239 p	-0,8	Renato Araújo		08/09/93	s20	CSM		Machico/R.Brava	18-12-2011
				7,89 . 6,26 . 10,78 . 1,80 / 10,28 . 4,30 . 3 01,3					
4 217 p	-0,6	Décio Faria		23/07/91	s20	AJS		Ribeira Brava	20-12-2009
				7,66 . 6,21 . 10,70 . 1,77 / 9,2 . 3,60 . 3 08,6					
4 180 p	-0,7	João Gonçalves		24/05/91	s20	AJS		Ribeira Brava	20-12-2009
				7,53 . 6,21 . 9,73 . 1,80 / 9,5 . 3,50 . 2 55,6					
3 891 p	-0,1	Pedro Buaró		14/06/01	s20	GDE		R.Brava / Funchal	22-12-2019
				7,75 . 6,56 . 11,31 . 1,89 / 8,95 . 0 . 3 15,66					
3 760 p	1,6	Roberto Gomes		19/01/07	s18	ADRAP		R.Brava / Funchal	15-12-2024
				7,49 . 5,83 . 9,08 . 1,57 / 9,33 . 3,82 . 3 32,85					
3 750 p	-3,0	João Frias		09/01/91	s18	ADRAP		Machico	14-12-2008
				7,45 . 6,96 . 9,86 . 1,52 / 9,32 . 0 . 3 00,5					

**Decatlo (sub-20)**

100m + Comprimento + Peso 6 + Altura + 400m / 110m barr.99 + Disco 1.75 + Vara + Dardo + 1500m						prova do programa nacional de ar livre			
6 331 p	-1,1	Paulo Neto		11/03/97	s20	AJS		Viseu	10-07-2016
				11,27 . 6,59 . 11,86 . 1,93 . 51,96 / 14,80 . 34,03 . 3,40 . 38,05 . 5 18,27					
6 233 p		Alberto Fraga		29/02/80	s20	GDE	Engenhos Seniores	Lisboa (U)	02-05-1999
				11,24 . 6,61 . 12,03 . 1,73 . 52,23 / 16,32 . 31,99 . 4,27 . 41,84 . 5 20,65					
5 896 p		José Sol		14/11/58	s20	CSM	Engenhos Seniores	Lisboa (N)	28-08-1977
				11,8 . 6,60 . 9,32 . 1,73 . 51,1 / 16,2 . 28,06 . 3,00 . 47,48 . 4 30,2					
5 863 p	1,5	Renato Araújo		08/09/93	s20	CSM		Ribeira Brava	06-05-2012
				11,59 . 6,38 . 11,96 . 1,70 . 54,33 / 17,54 . 31,39 . 4,00 . 38,15 . 4 54,46					
5 811 p	-0,9	Manuel Vieira		15/02/03	s20	ADRAP		Vila Real Ste António	30-05-2021
				11,56 . 6,74 . 9,27 . 1,87 . 51,67 / 17,18 . 26,47 . 3,45 . 29,93 . 4 39,71					
5 699 p		Diogo Branco		10/03/85	s20	CSM		Braga	01-06-2003
				11,74 . 6,03 . 11,43 . 1,78 . 54,76 / 17,17 . 33,09 . 3,70 . 34,96 . 4 57,31					
5 524 p		Filipe Mendonça		20/03/85	s20	CSM		Castelo Branco	30-05-2004
				11,89 . 6,31 . 11,55 . 1,78 . 53,53 / 16,74 . 23,19 . 3,00 . 45,56 . 5 13,55					
5 461 p		Francisco Gonçalves		14/05/81	s20	CSM	Engenhos Seniores	Funchal	16-04-2000
				12,04 . 6,16 . 12,05 . 1,70 . 54,6 / 16,88 . 31,54 . 2,40 . 42,12 . 4 52,25					
5 299 p		Vítor Dinarte Freitas		22/08/74	s20	CAM	Engenhos Seniores	Lisboa (N)	02-05-1993
				12,14 . 5,96 . 8,66 . 1,71 . 55,13 / 17,25 . 24,82 . 3,21 . 45,50 . 4 44,36					
5 203 p	1,4	Pedro Buaró		14/06/01	s20	GDE		R.Brava / Funchal	17-03-2019
				11,91 . 6,40 . 10,45 . 1,70 . 57,72 / 15,95 . 24,11 . 3,80 . 31,60 . 5 43,42					
<b>Vento irregular (média superior a 2,0m/s):</b>									
5 556 p	2,1	João Gonçalves		24/05/91	s20	AJS		Machico	25-04-2010
				11,47 . 6,14 . 9,99 . 1,79 . 54,66 / 16,93 . 27,89 . 3,20 . 42,45 . 5 06,32					
5 351 p	2,3	Décio Faria		23/07/91	s20	AJS		Machico	25-04-2010
				11,91 . 6,24 . 11,65 . 1,64 . 56,60 / 17,13 . 28,50 . 3,80 . 39,87 . 5 34,29					

Marca	Vento	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
<b>4 x 100 m</b>									
prova do programa nacional de ar livre									
43,09		CS Marítimo			s20	CSM		Maia	28-06-2003
		Ivo Graça 84, Filipe Santos 84, Bruno Santos 85, José Moura 86							
44,04		Seleção da Madeira			s18	SM		Guadalupe	27-05-2008
		Roberto Nóbrega 92, João Frias 91, Hugo Silva 91, João Gonçalves 91							
44,16		GD Estreito			s18	GDE		Machico	08-07-2009
		Simão Viveiros 92, António Jesus 92, Sérgio Mendes 93, Fernando Almeida 92							
44,21		CD Nacional			s20	CDN		Funchal	16-03-1991
		António Mondim 72, Nuno Andrade 72, Vítor Betencourt 75, Maurício Ribeiro 73							
44,33		Seleção da Madeira			s18	SM		Fátima	03-06-2012
		David Câmara 95, João Pedro Sousa 96, Micael Franco 95, Pedro A. Freitas 96							
44,79		CS Marítimo			s20	CSM		Guimarães	12-07-2003
		Diogo Branco 85, Filipe Mendonça 85, Bruno Santos 85, José Moura 86							
44,80		GD Estreito			s20	GDE		Lisboa (U)	25-06-2011
		Hugo Sousa 94, Sérgio Mendes 93, Paulo Ornelas 93, Rúben Boloto 94							
44,81		CS Marítimo			s18	CSM		Funchal	13-07-2005
		Magno Mendes 89, Pedro Freitas 89, Vítor Rodrigues 88, Anselmo Pereira 88							
45,01		GD Estreito			s20	GDE		Ribeira Brava	11-06-2011
		Kyrylo Vasylyev 93, Sérgio Mendes 93, Paulo Ornelas 93, Rúben Boloto 94							
45,10		ACD Jardim da Serra			s20	AJS		Ribeira Brava	22-04-2023
		Pedro Chaves 05, Lucas R. Santos 07, Francisco Palmeira 05, Omar Jesus 05							
<b>Tempos manuais:</b>									
44"4		CS Marítimo			s20	CSM		Funchal	08-06-1996
		Bruno Gouveia 78, Rui Sousa 77, Alberto Fraga 80, Roberto Capelo 77							
<b>Outros Clubes:</b>									
45,17		ADR Água de Pena			s20	ADRAP		Machico	21-06-2008
		Germano Oliveira 89, Afonso Fernandes 90, Roberto Nóbrega 92, António Omelas 89							
45,91		CDC Porto Moniz			s20	CDCPM		Viseu	07-07-2007
		Sean Castro 89, Jean Fourie 90, Roberto Gonçalves 89, André Gonçalves 90							

Marca	Vento	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
<b>4 x 400 m</b>									
prova dos programas nacionais									
3 21,10		CS Marítimo			s20	CSM		Guimarães	13-07-2003
		Filipe Santos 84, Ivo Graça 84, Bruno Santos 85, José Moura 86							
3 25,22		CS Marítimo			s20	CSM		Maia	28-06-2003
		Filipe Santos 84, Ivo Graça 84, Rui Paulo Silva 84, Bruno Santos 85							
3 26,0		CS Marítimo			s20	CSM		Lisboa (N)	14-05-1978
		António Brazão 59, Francisco Viveiros 61, Sérgio Quintal 60, Emanuel Viveiros 60							
3 26,34		Seleção da Madeira			s18	SM		Guadalupe	29-05-2008
		Hugo Silva 91, Dinarte Gomes 91, Roberto Nóbrega 92, João Frias 91							
3 27,09		CD Nacional			s20	CDN		Maia	21-07-1991
		Nuno Andrade 72, Nélio Ornelas 72, Marco Rebelo 73, Maurício Ribeiro 73							
3 27,59		CS Marítimo			s20	CSM		Braga	30-07-2000
		Francisco Gonçalves 81, Rodolfo Faria 81, Bruno Aguiar 81, Hermano Gouveia 81							
3 28,21	pc	GD Estreito			s20	GDE		Espinho	24-02-2002
		Filipe Santos 84, Diogo Sousa 83, João Santos 83, Roberto Aguiar 84							
3 28,27		CS Marítimo			s20	CSM		Covilhã	27-06-2004
		José Quintal 87, José Moura 86, Élvio Mendonça 88, Lino Azevedo 86							
3 30,12	pc	CS Marítimo			s20	CSM		Espinho	07-03-2004
		Filipe Mendonça 85, Bruno Santos 85, José Moura 86, José Quintal 87							
3 31,43		CD Nacional			s20	CDN		Lisboa (N)	15-07-1990
		Paulo Gerardo 72, Nélio Ornelas 72, Marco Rebelo 73, Maurício Ribeiro 73							
<b>Outros Clubes:</b>									
3 32,12		ACD Jardim da Serra			s20	AJS		Ribeira Brava	10-07-2010
		Dinarte Gomes 91, João Gonçalves 91, Roberto Faria 91, Davide Teixeira 92							
3 34,27	pc	ADR Água de Pena			s20	ADRAP		Braga	29-01-2011
		Wilson Barros 94, Paulo Lima 93, Belarmino Silva 94, Roberto Nóbrega 92							
3 35,49		CDC Porto Moniz			s20	CDCPM		Viseu	08-07-2007
		Sean Castro 89, Diogo Canada 88, André Gonçalves 90, Roberto Gonçalves 89							

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

## Outras Provas

(provas que não constam dos programas nacionais em vigor para sub-20 - em pista coberta ou ar livre)

### 300 m

									outras provas
35,54		João Penacho	03/05/05	s20	GDE			Lisboa (I)	25-04-2024
35,58		Ivo Graça	22/03/84	s20	CSM			Viseu	01-05-2003
35,81		Roberto Nóbrega	31/05/92	s18	ADRAP			Luso	27-06-2009
35,90		Micael Franco	31/08/95	s18	ADRAP			Fátima	02-06-2012
36,02		Sérgio Mendes	09/01/93	s20	GDE			Ribeira Brava	14-04-2012
36,11		Mateus Jesus	07/08/09	s16	CSM			Ribeira Brava	07-12-2024
36,16		Roberto Gonçalves	24/02/89	s20	GDE			Machico	19-04-2008
36,28		Manuel Vieira	15/02/03	s20	ADRAP			Ribeira Brava	08-01-2022
36,38		João Frias	09/01/91	s18	ADRAP			Machico	19-04-2008
36,54		Lourenço A. Viveiros	16/06/06	s18	GDE			Ribeira Brava	08-01-2022
<b>Tempos manuais:</b>									
36"3		Maurício Ribeiro	07/07/73	s18	CDN			Funchal	06-06-1990

### 1.000 m

									outras provas
2 29,95		Pedro Monteiro	03/02/04	s20	ADRAP			Lisboa (N)	17-12-2023
2 30,27		Diogo Sousa	28/11/83	s20	GDE			Funchal	18-02-2001
2 31,88		Nuno Pereira	27/11/00	s18	GDE			Ribeira Brava	26-11-2017
2 33,3		Marco Rebelo	18/06/73	s18	CDN			Funchal	17-03-1990
2 35,81		Rui Paulo Silva	20/11/84	s20	CSM			Funchal	06-12-2003
2 36,74		Nuno Paulo	24/07/93	s18	ACDSJ			Machico	24-04-2010
2 36,8		José Sol	14/11/58	s20	CSM			Funchal	03-06-1977
2 37,9		António Nascimento	12/07/75	s18	CSM			Viseu	22-03-1992
2 38,73		Paulo Lima	01/05/93	s18	ADRAP			Lisboa (U)	22-05-2010
2 39,1		Nélio Ornelas	21/09/72	s18	CDN			Lisboa (N)	12-03-1989

### 60 m barreiras - 1,067m

5b / 1,067 m - 13,72 + 9,14 m					prova de programas nacionais anteriores (até 2005)				
8,27	pc	Paulo Neto	11/03/97	s20	AJS			Pombal - pc	06-03-2016
8,66	pc	Roberto Gonçalves	24/02/89	s20	GDE			Espinho	10-02-2008
8,87	0,6	Filipe Mendonça	20/03/85	s20	CSM			Funchal	24-01-2004
8,87	pc	Francisco Palmeira	24/11/05	s20	AJS			Pombal - pc	10-01-2024
8,94	0,6	Diogo Branco	10/03/85	s20	CSM			Funchal	24-01-2004
8,99	pc	Hugo Silva	04/01/91	s20	CSM			Pombal - pc	14-02-2010
9,02		Francisco Gonçalves	14/05/81	s20	CSM			Funchal	09-12-2000
9,04	-1,0	Pedro Pereira	09/02/84	s20	GDE			Funchal	12-01-2003
9,11	pc	Alberto Fraga	29/02/80	s20	CSM			Espinho	28-02-1999
9,21	1,7	Roberto Nóbrega	31/05/92	s20	ADRAP			Ribeira Brava	03-01-2010

Marca	Vento	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
<b>110 m barreiras - 1,067m</b>									
10b / 1,067 m - 13,72 + 9,14 m					prova de programas nacionais anteriores (até 2005)				
15,07	-3,3	Paulo Neto		11/03/97	s20	AJS		Setúbal	17-07-2016
15,50	-1,3	Roberto Gonçalves		24/02/89	s20	GDE		Ribeira Brava	28-06-2008
15,72	0,0	Hugo Silva		04/01/91	s20	CSM		Leiria	14-06-2009
16,00	-0,6	Francisco Gonçalves		14/05/81	s20	CSM		Funchal	23-03-2000
16,22	0,7	Francisco Palmeira		24/11/05	s20	AJS		Ribeira Brava	08-07-2023
16,32	0,8	Alberto Fraga		29/02/80	s20	GDE		Lisboa (U)	02-05-1999
16,40		Tito Fernandes		02/06/99	s20	ADRAP		Ribeira Brava	28-05-2017
16,46	1,5	Filipe Mendonça		20/03/85	s20	CSM		Covilhã	27-06-2004
16,72	1,2	Éder Pires	CPV	01/11/90	s20	CSM		Luso	23-05-2009
16,76	-0,7	João Samuel Carvalho		22/05/77	s20	GDE		Braga	02-06-1996
<b>Tempos manuais:</b>									
16"0	0,3	José Sol		14/11/58	s20	CSM		Lisboa (N)	18-06-1977

<b>Lançamento do Peso - 7,26 kg</b>									
7,26 kg					prova de programas nacionais anteriores (até 2001)				
15,48		André Gonçalves		14/04/86	s20	CSM		Funchal	08-06-2005
14,98		Marçal Rodrigues		10/07/90	s20	CSM		Ribeira Brava	17-07-2009
13,72		Carlos Alexandre Jesus		16/02/81	s20	GDE		Aveiro	25-03-2000
13,37		Paulo Gonçalves		27/09/88	s20	CSM		Luso	30-06-2007
13,33		Miguel Pinto		13/06/84	s20	CSM		Lisboa (U)	17-05-2003
13,16		Luís Miguel Silva		28/08/02	s20	AJS		Funchal	22-05-2021
13,00		Alex Linenburg		11/04/01	s20	GDE		Funchal	11-01-2020
12,93	pc	Décio Andrade		25/01/97	s20	GDE		Pombal - pc	06-03-2016
12,91		Paulo Henriques		04/05/82	s20	GDE		Lisboa (I)	30-06-2001

<b>Lançamento do Disco - 2 kg</b>									
2 kg					prova de programas nacionais anteriores (até 2001)				
45,18		Miguel Pinto		13/06/84	s20	CSM		Lisboa (U)	25-03-2003
42,76		Décio Andrade		25/01/97	s20	GDE		Funchal	01-02-2015
41,12		Manuel Rodrigues		03/02/80	s20	GDE		Vigo	21-02-1999
39,83		Marçal Rodrigues		10/07/90	s20	CSM		Ribeira Brava	16-05-2009
39,58		Alex Linenburg		11/04/01	s20	ACDSJ		Ribeira Brava	17-02-2019
38,25		Francisco A. Pereira		25/04/03	s20	GDE		Ribeira Brava	12-05-2021
37,48		Diogo Branco		10/03/85	s20	CSM		Castelo Branco	30-05-2004
37,27		André Gonçalves		14/04/86	s20	CSM		Funchal	15-05-2004
36,39		Paulo Henriques		04/05/82	s20	GDE		Funchal	17-06-2001
36,14		David Rocha		27/02/94	s20	AJS		Ribeira Brava	13-01-2013

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

**Lançamento do Martelo - 7,26 kg**

7,26 kg	prova de programas nacionais anteriores (até 2001)								
59,20		Décio Andrade		25/01/97	s20	GDE		Setúbal	16-07-2016
56,06		Diogo M. Freitas		10/08/02	s20	GDE		Funchal	15-06-2021
53,74		Francisco A. Pereira		25/04/03	s20	GDE		Maia	27-06-2021
53,18		André Vital e Silva		13/02/80	s20	CAM		Porto (I)	11-07-1998
51,68		Bruno Faria		29/10/03	s20	AJS		Leiria	31-07-2022
50,60		Tiago Chaves		06/07/91	s20	GDE		Funchal	01-07-2010
50,51		João F. Almeida		24/03/86	s20	CSM		Leiria	05-06-2005
44,79		Daniel Soares		25/03/90	s20	AJS		Ribeira Brava	18-07-2009
41,22		J. Leonardo Abreu		14/10/99	s20	ADRAP		Funchal	27-05-2017
37,68		Paulo Henriques		04/05/82	s20	GDE		Funchal	04-06-2001

**Estafeta Medley (Estafeta Sueca)**

100 + 200 + 300 + 400 m	outras provas								
2 06,03		ACD Jardim da Serra			s20	AJS		Ribeira Brava	22-04-2023
		Omar Jesus 05, Francisco Palmeira 05, Lucas R. Santos 07, Pedro Chaves 05							
2 06,81		GD Estreito			s20	GDE		Ribeira Brava	06-04-2019
		Pedro Buaró 01, Bruno Pita 03, João Pedro Silva 01, Tiago Freitas 02							
2 07,70		ADR Água de Pena			s18	ADRAP		Ribeira Brava	06-04-2019
		Gabriel Vieira 04, Miguel Azevedo 03, Tomás Rosário 04, Manuel Vieira 03							
2 09,50		ACD Jardim da Serra			s18	AJS		Ribeira Brava	27-05-2012
		João Pedro Gouveia 98, David Câmara 95, André Freitas 95, Pedro Abreu 96							
2 10,29		GD Estreito			s18	GDE		Ribeira Brava	06-04-2019
		Fernando Nóbrega 04, Rúben Abreu 03, Eduardo Jardim 02, Pedro Monteiro 04							
2 11,77		GD Estreito			s18	GDE		Fátima	14-07-2019
		Francisco A. Pereira 03, Diogo M. Freitas 02, Rúben Abreu 03, Eduardo Jardim 02							
2 12,59		GD Estreito			s18	GDE		Ribeira Brava	22-04-2018
		Rodrigo Barros 01, Bruno Pita 03, Pedro Buaró 01, Tiago Freitas 02							
2 13,0		CS Marítimo			s18	CSM		Funchal	01-04-1971
		Maurílio Silva 54, Valdemar Romão 54, Timóteo Velosa 54, Carlos Faria 54							
2 14,14		ACD São João			s18	ACDSJ		Ribeira Brava	27-05-2012
		José Mário Mendes 97, João Pedro Sousa 96, Filipe Gonçalves 95, Xavier Sousa 96							
2 14,68		CS Marítimo			s18	CSM		Ribeira Brava	13-07-2016
		Guilherme Neves 01, Nuno Abreu 99, Rafael A. Sousa 99, Diogo M. Sousa 99							