



Lista dos Melhores de Sempre

MASCULINOS

Sub 16 (Iniciados)

até 22-mar-2026

Marca	Vento	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
60 m									
prova dos programas de inverno/pista coberta									
7,15	2,0	Mateus Jesus		07/08/09	s16	CSM		Ribeira Brava	14-12-2024
7,27	1,4	Lourenço A. Viveiros		16/06/06	s16	GDE		Ribeira Brava	12-12-2021
7,33	1,3	Bernardo Silva		18/02/10	s16	GDE		Ribeira Brava	14-12-2025
7,41	pc	Diogo Alves		08/03/89	s18	CSM		Espinho	11-02-2006
7,41	1,3	Dinis A. Freitas		04/04/10	s16	ADRAP		Ribeira Brava	14-12-2025
7,54	0,5	João Tomás Santos		30/03/08	s16	ADRAP		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	0,2	Bruno Pita		14/03/03	s14	GDE		Ribeira Brava	17-12-2016
7,62	1,2	Manuel Vieira		15/02/03	s16	ADRAP		Ribeira Brava	15-12-2018
7,62	1,8	David Pinto		15/09/10	s16	CSM		Ribeira Brava	14-12-2024

80 m									
prova do programa nacional									
9,27	1,9	Lourenço A. Viveiros		16/06/06	s16	CSM		Ribeira Brava	03-07-2021
9,45	0,8	Bernardo Silva		18/02/10	s16	GDE		Viana do Castelo	17-05-2025
9,46	0,9	Bruno Pita		14/03/03	s16	GDE		Braga	03-06-2017
9,50	-0,1	David Pinto		15/09/10	s16	CSM		Ribeira Brava	02-07-2025
9,53	1,2	Mateus Jesus		07/08/09	s16	CSM		Pombal	27-04-2024
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	0,0	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
Tempos manuais:									
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 22-mar-2026

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

300 m

						prova do programa nacional	
36,11	Mateus Jesus	07/08/09	s16	CSM	Ribeira Brava	07-12-2024	
37,37	David Pinto	15/09/10	s16	CSM	Ribeira Brava	24-05-2025	
38,28	Lourenço A. Viveiros	16/06/06	s16	GDE	Ribeira Brava	10-06-2021	
38,37	Domenic Rey	11/10/10	s16	GDE	Ribeira Brava	24-05-2025	
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	
38,50	Bernardo Silva	18/02/10	s16	GDE	Ribeira Brava	24-05-2025	
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	
Tempos manuais:							
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	

800 m

						prova do programa nacional	
1 59,58	Matias Brites	20/10/10	s16	ADRAP	Ribeira Brava	01-06-2025	
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 06,68	David Pinto	15/09/10	s16	CSM	Ribeira Brava	19-07-2025	
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 09,23	Domenic Rey	11/10/10	s16	GDE	Ribeira Brava	04-05-2025	
2 09,44	Hermano Gouveia	21/03/81	s16	UDST	Lisboa (U)	12-05-1996	

1 500 m

						prova do programa nacional	
4 10,82	Matias Brites	20/10/10	s16	ADRAP	Seia	14-06-2025	
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	



Lista dos Melhores de Sempre

MASCULINOS

Sub 16 (Iniciados)

até 22-mar-2026

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

1 500 m obstáculos

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 41,40		Jonas António	28/08/10	s16		AJS		Seia	14-06-2025
4 42,24		Manuel Fernandes	16/03/92	s16		ADCSP		Machico	10-03-2007
4 43,96		Matias Brites	20/10/10	s16		ADRAP		Ribeira Brava	26-05-2024
4 49,60		Afonso Nóbrega	16/11/08	s16		AJS		Lagoa	20-05-2023
4 51,05		Pedro Azevedo	03/07/09	s16		GDE		Viseu	15-06-2024
4 51,74		Rúben F. Abreu	08/02/03	s16		CEE-M		Ribeira Brava	26-05-2018
4 55,46		Samuel Ribeiro	16/07/02	s16		ADRAP		Ribeira Brava	11-06-2017

60 m barreiras - 0,84m

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
9,15	0,3	Rodrigo Teixeira	28/06/10	s16		ADRAP	5b-13+8m	Ribeira Brava	29-11-2025
9,17	1,6	Dinis A. Freitas	04/04/10	s16		ADRAP	5b-13+8m	Ribeira Brava	02-02-2025
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
Tempos manuais:									
8"8	1,0	João Duarte	12/03/99	s16		ACDSJ	5b-13+8m	Ribeira Brava	15-12-2013

100 m barreiras - 0,84m

10b / 0,84m - 13 + 8,5 m							prova do programa nacional		
14,40	1,5	Mateus Jesus	07/08/09	s16		CSM		Ribeira Brava	02-06-2024
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
14,87	-1,2	Rodrigo Teixeira	28/06/10	s16		ADRAP		Ribeira Brava	16-07-2025
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



Lista dos Melhores de Sempre

MASCULINOS

Sub 16 (Iniciados)

até 22-mar-2026

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

300 m barreiras - 0,76m

7b / 0,76m - 50 + 35m					prova do programa nacional				
39,75		David Pinto	15/09/10	s16	CSM			Seia	15-06-2025
40,69		Mateus Jesus	07/08/09	s16	CSM			Viseu	15-06-2024
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
44,30		João G. Fernandes	21/05/11	s16	CDCARV			Ribeira Brava	15-02-2026
44,99		Bruno Pita	14/03/03	s16	GDE	0,84m		Ribeira Brava	21-05-2017
Tempos manuais:									
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
20 30,06		Luciano D. Abreu	07/05/10	s16	AJS			Viana do Castelo	17-05-2025
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

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
1,71		Fábio Aguiar	25/09/09	s16	CSM			Ribeira Brava	07-12-2024
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
1,66		Mateus Jesus	07/08/09	s16	CSM			Câmara de Lobos	21-12-2024



Lista dos Melhores de Sempre

MASCULINOS

Sub 16 (Iniciados)

até 22-mar-2026

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

Salto com Vara

						prova do programa nacional	
3,75	Fábio Aguiar	25/09/09	s16	CSM	Ribeira Brava	08-06-2024	
3,70	Pedro Buaró	14/06/01	s16	GDE	Ribeira Brava	11-12-2016	
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	
3,10	Tiago Henriques	24/01/10	s16	AJS	Ribeira Brava	31-05-2025	
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	

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
6,01	pc	Mateus Jesus	07/08/09	s16	CSM	Pombal - pc	09-03-2024
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

DDE ou EED						prova do programa nacional	
13,34	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
11,74	0,6	Mateus Jesus	07/08/09	s16	CSM	Ribeira Brava	05-05-2024
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



Lista dos Melhores de Sempre

MASCULINOS

Sub 16 (Iniciados)

até 22-mar-2026

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
14,15	Dinis A. Freitas	04/04/10	s16	ADRAP	Funchal	19-07-2025
14,03	J. Leonardo Abreu	14/10/99	s16	ADRAP	Funchal	12-07-2014
13,98	Alex Linemburg	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

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	
41,20	Cláudio Camacho	20/05/09	s16	AJS	Ribeira Brava	30-06-2024	
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	

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	
48,83	Tiago M. Freitas	22/12/10	s16	AJS	Funchal	20-12-2025	
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	
46,41	Lucas Velosa	16/01/11	s16	CSM	Funchal	20-12-2025	
43,78	António Silva	19/10/93	s16	GDE	Funchal	17-05-2008	



Lista dos Melhores de Sempre

MASCULINOS

Sub 16 (Iniciados)

até 22-mar-2026

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 Linenburg	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
40,75		Dinis A. Freitas	04/04/10	s16	ADRAP			Seia	15-06-2025
Com modelo em vigor até 30/4/1999:									
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							
1 816 p	pc	Dinis A. Freitas	04/04/10	s16	ADRAP			Lisboa (CAR)	01-03-2025
		9,23 . 5,44 . 12,73							
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							
1 689 p	-0,1	João Pedro Sousa	10/01/96	s16	ACDSJ			Machico	22-01-2011
		9,32 . 5,59 . 10,44							
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 Linenburg	11/04/01	s16	ACDSJ			R.Brava / Funchal	27-02-2016
		10,42 . 5,11 . 12,53							



Lista dos Melhores de Sempre

MASCULINOS

Sub 16 (Iniciados)

até 22-mar-2026

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

Heptatlo

80m + Comprimento + Dardo .6 / 100m barr.84 + Peso 4 + Altura + 1000m

prova do programa nacional

4 x 80 m

				prova do programa nacional	
36,84	Seleção da Madeira	s16	SM	Viana do Castelo	17-05-2025
	Bernardo Silva 10, Rodrigo Teixeira 10, David Pinto 10, Domenic Rey 10				
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				
38,43	Seleção da Madeira	s16	SM	Lagoa	18-05-2024
	Bernardo Silva 10, Mateus Jesus 09, Fábio Aguiar 09, David Pinto 10				
38,82	Seleção da Madeira	s16	SM	Fátima	01-06-2013
	Fabiano Abreu 98, João Duarte99, Rodrigo Ramos 98, Mílton 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 Linemburg 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				
Outros Clubes:					
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 22-mar-2026

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 41,02		Matias Brites	20/10/10	s16	ADRAP			Ribeira Brava	14-12-2025
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

250 m barreiras

prova de programas nacionais anteriores (2007 a 2023)									
6b / 0,76m - 35 + 35m									
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 22-mar-2026

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	Milton 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
13,10		Dinis A. Freitas	04/04/10	s16	ADRAP			Funchal	21-06-2025
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 Cerveira	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
40,60		Lucas Velosa	16/01/11	s16	CSM			Funchal	07-02-2026
39,40		António Silva	19/10/93	s16	GDE			Funchal	10-05-2008
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