

FEMININOS				
1988	Helena Gouveia	CSM	Dardo	40,16
1989	Helena Gouveia	CSM	Dardo	43,22
1990	Helena Gouveia	CSM	Dardo	48,32
1993	Helena Gouveia	GDME	Dardo	49,64
1994	Helena Gouveia	GDME	Dardo	52,38
1997	Cristina Gonçalves	CSM	400m	58,77
1997	Marisa Vieira	CAM	Vara	3,45
1998	Sandra Turpin	CAM	100mB	13,24v
1998	Sandra Turpin	CAM	Comprim.	6,16
1998	Sónia Martins	CAM	Martelo	53,56
1998	Cristina Ferreira	CSM	Dardo	47,37
1999	Tânia Freitas	CAM	60m pc	7,79
1999	Tânia Freitas	CAM	200m pc	25,36
1999	Nédia Semedo	CAM	1500m pc	4 25,65
1999	Susana Silva	GDE	400m	57,74
1999	Marisa Vieira	CAM	Vara	3,67
1999	Cristina Ferreira	CSM	Dardo	46,09
1999	Cristina Ferreira	CSM	Heptatlo	4776 p
2000	Nédia Semedo	CAM	800m	2 04,28
2000	Nédia Semedo	CAM	1500m	4 28,36
2000	Patrícia Vieira	CSM	100mB	14,46
2000	Tânia Freitas	CAM	400mB	60,88
2000	Marisa Vieira	CAM	Vara	3,88
2000	Cristina Ferreira	CAM	Heptatlo	3934 p
2001	Joana Arduino	CAM	400m	57,42
2001	Marisa Vieira	CAM	Vara	3,72
2001	Estafeta - CAM	CAM	4x 400m	3 54,65
Dinah Vieira, Gorety Batista, Neide Vieira, Tânia Freitas				
2002	Tânia Freitas	CAM	400m pc	55,99
2002	Tânia Freitas	CAM	200m	24,90v
2002	Tânia Freitas	CAM	400m	57,14
2002	Tânia Freitas	CAM	400mB	60,79
2002	Estafeta - GDE	GDE	4x 100m	51,44
Cizina Pestana, Jessica Gouveia, Anabela Correia, Elda Laranja				
2003	Cristiana Oliveira	CSM	Peso	13,60
2003	Liliana Viana	GDE	Heptatlo	4563 p
2003	Estafeta - CAM	CAM	4x 400m	4 02,82
Elisa Cruz, Gorety Batista, Joana Arduino, Rute Freire				
2004	Liliana Viana	GDE	Altura pc	1,71
2004	Cristiana Oliveira	CSM	Peso pc	13,67
2004	Elda Laranja	GDE	400mB	62,51
2004	Liliana Viana	GDE	Altura	1,76
2004	Marisela Silva	GDE	Dardo	45,03
2004	Estafeta - GDE	GDE	4x 100m	49,91
Cizina Pestana, Jessica Gouveia, Mafalda Ribeiro, Liliana Viana				
2004	Estafeta - GDE	GDE	4x 400m	4 10,43
Cizina Pestana, Mafalda Ribeiro, Ana Carneiro, Jessica Gouveia				
2005	Rafaela Almeida	CAM	200m pc	24,66
2005	Estafeta - GDE	GDE	4x 400m pc	4 03,35
Cizina Pestana, Jessica Gouveia, Ana Martins, Elda Laranja				
2005	Elda Laranja	GDE	400mB	63,55
2005	Estafeta - GDE	GDE	4x 100m	49,18
Cizina Pestana, Jessica Gouveia, Ana Martins, Elda Laranja				
2005	Estafeta - GDE	GDE	4x 400m	3 58,82
Cizina Pestana, Jessica Gouveia, Ana Martins, Elda Laranja				
2006	Joana Frias	CAM	400m pc	58,58
2006	Elda Laranja	GDE	400mB	61,35
2006	Marisela Silva	GDE	Dardo	46,99

MASCULINOS				
1988	Sérgio Abreu	CSM	Dardo	57,02
1990	José Durão	CSM	Altura	2,00
1993	Marco Rebelo	CDN	3000m Obs	9 00,46
1995	Marco Rebelo	CSM	3000m Obs	8 45,92
1995	Vítor Freitas	CSM	Dardo	54,22
2002	Alberto Fraga	CSM	Heptatlo pc	4803 p
2002	Sérgio Duro	GDE	400mB	54,54
2005	Diogo Sousa	GDE	800m pc	1 51,34
2005	Alberto Paulo	CSM	3000m pc	8 18,24
2005	Filipe Santos	CSM	100m	10,47v
2005	Filipe Santos	CSM	200m	21,52v
2005	Bruno Santos	CSM	400m	49,00
2005	Alberto Paulo	CSM	3000m Obs	9 08,55
2005	Estafeta - CSM	CSM	4x 400m	3 23,93
Ivo Graça, Bruno Santos, Rui Paulo Silva, Dany Gonçalves				
2006	Alberto Paulo	CSM	3000m Obs	8 54,04
2007	Paulo J. Gonçalves	GDE	Altura pc	2,08
2007	Paulo J. Gonçalves	GDE	Altura	2,05
2007	André Gonçalves	CSM	Peso	15,51
2008	João Almeida	CSM	Altura pc	2,03
2008	João Almeida	CSM	Altura	2,05
2008	Hélder Pestana	GDE	Dardo	64,64
2009	Hélder Pestana	GDE	Dardo	61,04
2011	Hugo Silva	CSM	400mB	53,96
2012	Hugo Silva	CSM	400mB	55,16
2013	Nuno Paulo	ACDSJ	3000m Obs	9 14,11
2014	Ricardo Ribeiro	AJS	200m	21,84
2015	Ricardo Ribeiro	AJS	200m	21,39
2016	Ricardo Ribeiro	AJS	200m	21,59v
2017	Paulo Neto	AJS	110mB	14,42
2018	Paulo Neto	AJS	60mB pc	8,17
2018	Paulo Neto	AJS	110mB	14,32
2018	Décio Andrade	GDE	Martelo	65,80
2019	Décio Andrade	GDE	Martelo CNL	66,88
2019	João Pedro Buaró	GDE	Vara pc	4,76
2019	João Pedro Buaró	GDE	Vara	4,90
2019	Paulo Neto	AJS	110mB	14,28
2019	Décio Andrade	GDE	Martelo	68,01
2020	João Pedro Buaró	GDE	Vara pc	5,15
2021	João Pedro Buaró	GDE	Vara pc	5,12
2022	João Pedro Buaró	GDE	Vara pc	5,20
2022	Eduardo Pestana	AJS	Montanha M	46,01
2022	João Pedro Buaró	GDE	Vara	5,25
2023	Guilherme Almeida	AJS	Heptatlo pc	5 282p
2023	Francisco Pereira	GDE	Martelo CNL	51,63
2023	Guilherme Almeida	AJS	Decatlo	6 923p
2024	Guilherme Almeida	AJS	Heptatlo pc	5490p
2024	Francisco Pereira	GDE	Martelo CNL	56,66
2024	Luís Gomes	AJS	Montanha-D M	60,32
2024	Guilherme Almeida	AJS	Decatlo	7588p
2024	Gabriel Maia	AJS	200m	21,43
2025	Simão Alexandre	GDE	Comprim. pc	7,17
2025	Gabriel Maia	AJS	200m pc	21,73
2025	Rafael M. Santos	AJS	60mB pc	8,07
2025	Vítor Faria	CEE-M	Montanha-Up M	34,22
2025	Gabriel Maia	AJS	100m	10,55

FEMININOS					
2025	Rita Barbosa	AJS	200m	pc	25,20
2025	Mariana Tavares	CSM	60mB	pc	8,87
2025	Rita Figueiredo	GDE	Milha	E	4'52
2025	Rita Barbosa	AJS	200m		24,45

MASCULINOS					

107 Títulos Femininos

55 Títulos Masculinos

162 Títulos

Notas: 1º Campeonatos de ar livre em 1985 (Lisboa - Torneio Nacional de sub23)
 Em 1991, de 1994 a 2000 e em 2016 e 2020 foi considerado campeão o melhor sub-23 nos Campeonatos de Portugal
 1º Campeonatos de pista coberta em 2004 (Espinho - integrado no Campeonato de Portugal de pista coberta)
 Em 2004 e 2020 e de 2014 a 2016 foi considerado campeão o melhor sub-23 nos Campeonatos de Portugal de pista coberta
 Campeonato Nacional de Lançamentos Longos (CNL) desde 2009 (Torneio Nacional - até 1999 - e Taça de Portugal - até 2008 - não são considerados)

Legenda: pc - pista coberta CNL - lançamentos longos CM - corta mato E - estrada M - montanha

FEMININOS
MASCULINOS
Número de títulos por atleta

<i>Estafeta - GDE</i>	10	João Pedro Buaró	6
Tânia Freitas	7	Guilherme Almeida	4
Mariana Pestana	6	Paulo Neto	4
Helena Gouveia	5	Alberto Paulo	3
Ana Leite	4	Décio Andrade	3
Catarina Queirós	4	Gabriel Maia	3
Cristina Ferreira	4	Ricardo Ribeiro	3
Marisa Vieira	4	Filipe Santos	2
Rita Figueiredo	4	Francisco Pereira	2
Vanessa Rocha	4	Hélder Pestana	2
Elda Laranja	3	Hugo Silva	2
Joana Frias	3	João Almeida	2
Liliana Viana	3	Marco Rebelo	2
Marisela Silva	3	Paulo J. Gonçalves	2
Milena Lucena	3	Alberto Fraga	1
Nédia Semedo	3	André Gonçalves	1
Sara Moreira	3	Bruno Santos	1
Sara Pereira	3	Diogo Sousa	1
Ângela Silva	2	Eduardo Pestana	1
Bárbara Silva	2	<i>Estafeta - CSM</i>	1
Carolina Duarte	2	José Durão	1
Cláudia Nóbrega	2	Luís Gomes	1
Cristiana Oliveira	2	Nuno Paulo	1
<i>Estafeta - CAM</i>	2	Rafael M. Santos	1
Joana Soares	2	Sérgio Abreu	1
Rita Barbosa	2	Sérgio Duro	1
Sandra Turpin	2	Simão Alexandre	1
Ana Mafalda Ferreira	1	Vítor Faria	1
Catarina Karas	1	Vítor Freitas	1
Cristina Gonçalves	1		
<i>Estafeta - AJS</i>	1		
Joana Arduino	1		
Mariana Tavares	1		
Patrícia Vieira	1		
Rafaela Almeida	1		
Sara Moreira (2)	1		
Sofia Ferreira	1		
Sónia Martins	1		
Susana Silva	1		
Tânia Caires	1		

Equipas de estafetas:

Cizina Pestana, Jessica Gouveia, Ana Martins, Elda Laranja	3
Ana Martins, Elda Laranja, Elisa Pegado, Jessica Gouveia	1
Ana Martins, Elda Laranja, Jessica Gouveia, Sara Moreira	1
Ana Martins, Elisa Pegado, Inocência Faria, Elda Laranja	1
Carolina Omelas, Camila João, Mariana Mendonça, Liliana Henriques	1
Cizina Pestana, Jessica Gouveia, Anabela Correia, Elda Laranja	1
Cizina Pestana, Jessica Gouveia, Mafalda Ribeiro, Liliana Viana	1
Cizina Pestana, Mafalda Ribeiro, Ana Carneiro, Jessica Gouveia	1
Dinah Vieira, Gorety Batista, Neide Vieira, Tânia Freitas	1
Elda Laranja, Elisa Pegado, Jessica Gouveia, Joana Frias	1
Elisa Cruz, Gorety Batista, Joana Arduino, Rute Freire	1

Equipas de estafetas:

Ivo Graça, Bruno Santos, Rui Paulo Silva, Dany Gonçalves	1
--	---

FEMININOS

MASCULINOS

