



## Lista dos Melhores de Sempre

**MASCULINOS**

**Sub 16 (Iniciados)**

até 31-mai-2026

Marca	Vento	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
<b>60 m</b>									
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
<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
9,45	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
<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 31-mai-2026

Marca	Vento	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
<b>300 m</b>									
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
38,41		João G. Fernandes	21/05/11	s16		CDCARV		Albufeira	31-05-2026
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
<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									
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

<b>1 500 m</b>									
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 31-mai-2026

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 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 43,40		Aayush Thing	NEP	22/04/11	s16	GDE		Albufeira	30-05-2026
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

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
<b>Tempos manuais:</b>									
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 31-mai-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
<b>43,38</b>		<b>João G. Fernandes</b>		<b>21/05/11</b>	<b>s16</b>	<b>CDCARV</b>		<b>Albufeira</b>	<b>30-05-2026</b>
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
<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
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
<b>25 00,74</b>		<b>Rodrigo Serrão</b>		<b>28/03/11</b>	<b>s16</b>	<b>CSM</b>		<b>Ribeira Brava</b>	<b>02-05-2026</b>

### 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 31-mai-2026

Marca	Vento	Atleta	Nac	D.N.	Escalão	Clube	Obs	Local	Data
<b>Salto com Vara</b>									
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

<b>Salto em Comprimento</b>									
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

<b>Triplo Salto</b>									
prova do programa nacional									
DDE ou EED									
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 31-mai-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
14,55		Samuel Castro	04/01/11	s16	ADRAP			Funchal	02-05-2026
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 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

#### 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
41,89		Samuel Castro	04/01/11	s16	ADRAP			Ribeira Brava	24-05-2026
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

#### 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
49,37		Lucas Velosa	16/01/11	s16	CSM			Albufeira	31-05-2026
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
43,88		Mateus Cruz	13/03/11	s16	CSM			Funchal	25-04-2026



## Lista dos Melhores de Sempre

**MASCULINOS**

**Sub 16 (Iniciados)**

até 31-mai-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
<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

### Octatlo

80m, Dardo (600g), Vara, 300 / 100m barr.(84cm), Disco (1k), Altura, 1000m										prova do programa nacional (a partir de 2026)
3 425 p	1,0	João G. Fernandes	21/05/11	s16		CDCARV		Ponta Delgada		26-04-2026
10"10 . 25,13 . 2,40 . 41"54 / 16"31 . 26,56 . 1,43 . 3'10"13										

### 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, 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										
<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 31-mai-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

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 31-mai-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	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
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



## Lista dos Melhores de Sempre

**MASCULINOS**

**Sub 16 (Iniciados)**

até 31-mai-2026

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 de programas nacionais (até 2025)			
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
3 279 p x	0,3	Dinis A. Freitas		04/04/10	s16	ADRAP		C.Lobos / R. Brava	09-03-2025
									9,87 . 4,87 . 34,85 / 15,86 . 12,59 . 1,32 . 3 31,72
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

## Triatlo Técnico

60m barr.84 + Comprimento + Peso 4					prova de programas nacionais anteriores (Campanha "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