

CAMPEONATO DISTRITAL DO INATEL - 2004
1ª JORNADA **15/MAIO/2004**

400mBAR SEN.MASC.			800m		
1º Javier Gañao Nieto	84 SGP-Esp.	56.85	2ªSérie SEN.MASC.		
2º Angelo Araújo	76 NAC	59.03	1º Gilberto Gonçalves	86 ADRGC	2.02.14
3º Tiago Costa	86 MAC	60.03	2º Adelino Silva	85 CCSJM	2.03.00
4º Bruno Almeida	83 CCSJM	60.35	3º Albano Silva	80 CSSC	2.04.26
5º Miguel Silva	86 CCCR	65.31	4º Nuno Leite	86 ADRGC	2.06.16
400mBAR SEN.FEM.			5º Nuno Couto	84 LFC	2.07.11
1ª Mafalda Oliveira	82 FCP	64.81	6º Pedro Pedrosa	86 CDCC	2.07.21
2ª Isabel Areias	85 ADREP	65.88	7º Eloi Martins	86 CDCC	2.07.49
200m			8º Pedro Rocha	86 ADRGC	2.13.48
1ªSérie SEN.MASC.			9º Fernando Soares	71 CCSJM	2.13.85
1º Nuno Couto	81 MAC	22.33 (+1.1)	3ªSérie JUV.MASC.		
2º Tiago Costa	80 CCCR	22.68 22.676	1º Ivan Lopez Lorenzo	87 SGP-Esp.	2.00.96
3º Leandro Labato	78 CCCR	22.68 22.679	2º Carlos Sampaio	88 CSSC	2.03.81
4º Raul Veloso	81 SCB	23.11	3º Tiago Silva	88 ARDGC	2.07.99
5º Simão Coroa	85 MAC	23.28	4º Helder Sousa	88 ARDGC	2.12.03
6º Paulo Ferreira	76 FCP	23.31	5º Ricardo Lopes	88 ARDGC	2.13.67
7º Nuno Reis	80 CCSJM	23.35	6º Sérgio Silva	87 CCCR	2.15.22
8º Jorge Pinto	85 CCSJM	23.87	7º Fabio Costa	88 ARDGC	2.16.57
2ªSérie SEN.MASC.			8º José Nunes	87 CCCR	2.20.67
1º Bruno Pontes	86 CAP	23.13 (+1.6)	4ªSérie INATEL		
2º David Figueiredo	86 NAC	23.48	1º Hugo Mendes	77 Candoso	2.00.66
3º Rui Taveira	84 SCB	23.55	2º Helder Pereira	81 IND	2.03.92
4º Luís Alves	82 Cyclones	23.78	3º José Araujo	59 Candoso	2.09.45
5º Claudio Resende	86 NAC	24.12	4º Cesário Pacheco	75 Candoso	2.10.17
6º José Reis	81 CCCR	24.40	5º António Barros	63 Candoso	2.12.07
7º Angelo Araújo	76 NAC	24.74	6º João Ferreira	59 Soarense	2.14.65
3ªSérie JUV./SEN.MASC.			7º José Martins	66 SIRA	2.16.74
1º João Coelho	88 SCB	25.33 (+0.6)	8º Osvaldo Gonçalves	54 Sol Poente	2.21.06
2º Daniel Oliveira	85 MAC	25.55	9º João Oliveira	57 Candoso	2.23.34
3º Ricardo Reis	88 MAC	25.81	10º António Pacheco	49 Candoso	2.29.64
4º Manuel Costa	87 SCB	26.62	11º João Ferreira	41 Candoso	2.34.73
200m			12º Manuel Matos	51 Candoso	2.39.94
1ªSérie SEN.FEM.			13º Manuel Moreira	40 IND	3.03.63
1ª Rafaela Almeida	83 CSM	25.11 (+0.0)	800m		
2ª Tatiana Orcy	72 FCP	25.52	1ªSérie SEN.FEM.		
3ª Susana Vieira	80 SCB	25.69	1ª Marisa Barros	80 SCB	2.21.44
4ª Marcia Moreira	81 NAC	27.67	2ª Silvia Gonçalves	86 SCB	2.26.14
5ª Sara Almeida	82 FCP	28.03	3ª Susana Oliveira	79 PONTERR	2.27.10
6ª Júlia Barbosa	80 SIRA	29.17	4ª Conceição Miranda	86 SCB	2.36.49
2ªSérie JUV.FEM.			5ª Ana Pereira	75 CPNine	2.38.67
1ª Patricia Monteiro	89 MAC	28.60 (+0.8)	2ªSérie JUV.FEM.		
2ª Anabela Correia	88 CDCC	29.30	1ª Ana Pereira	89 AMEMB	2.30.35
3ª Patricia Machado	87 AMEMB	33.60	2ª Vanessa Azevedo	89 AMEMB	2.32.65
4ª Cristina Mendes	88 AMEMB	34.15	3ª Carla Martins	88 CDCC	2.38.37
800m			4ª Adriana Lopes	89 SIRA	3.05.57
1ªSérie SEN.MASC.			5ª Ligia Meira	88 SIRA	3.10.25
1º Helder Santos	83 CCCR	1.56.43	6ª Diana Meira	90 SIRA	3.11.51
2º Carlos Costa	86 CDCC	1.57.15	2.000mOBST JUV.MASC.		
3º José Araujo	83 CCCR	1.58.39	1º Rui Araújo	88 EBPGS	7.02.7 (TM)
4º Bruno Vasconcelos	74 SCB	1.59.24	2º Paulo Marques	88 EBPGS	7.04.7 (TM)
5º Hugo Ramalho	ADREP	2.00.14	3º Nuno Valente	88 CCSJM	7.06.2 (TM)
6º Pedro Neto	83 CSSC	2.00.90	4º Ivo Carvalho	88 CSSC	7.14.7 (TM)
7º Vitor Bravo	85 ARDGC	2.00.92	3.000mOBST SEN.MASC.		
8º Renato Paulo	84 ADREP	2.01.36	1º André Moreira	86 CDCC	10.30.7 (TM)
9º Domingos Pontes	86 CDCC	2.04.09	2º Sérgio Gomes	86 ADRGC	11.36.8 (TM)
10º Samuel Bessa	82 CSSC	2.05.51	Assis Silva	52 Candoso	DNS
11º Cirilo Campos	84 CCSJM	2.06.95			
Francisco Coelho	73 SCB	DNF			

CAMPEONATO DISTRITAL DO INATEL - 2004
1ª JORNADA **15/MAIO/2004**

COMPRIMENTO	SEN.FEM.		DISCO (1,5 Kg)	JUV.MASC.	
1ª Sónia Marques	86 SCB	5.62 (+0.9)	1º António Vital e Silva	88 FCP	50.71
2ª Sara Negrões	86 SCB	5.49 (+0.4)	2º João Pacheco	87 CAP	35.70
3ª Inês Oliveira	86 CDR	5.04 (+0.8)	3º Bruno Ribeiro	87 CDR	34.72
COMPRIMENTO	JUV.FEM.		4º Nuno Valente	88 CCSJM	31.83
1ª Cristina Mendes	88 AMEMB	3,64 (+0.3)	5º José Oliveira	87 JUNI	26.48
2ª Patricia Machado	87 AMEMB	3.55 (+1.4)	3.000m	SEN.FEM.	
COMPRIMENTO	SEN.MASC.		1ª Ercília Machado	86 SCB	10.05.22
1º Ernesto Pereira	83 FCP	6.91 (+1.5)	2ª Lurdes Pereira	83 ARDGC	10.07.96
2º Nuno Reis	80 CCSJM	6.51 (+0.9)	3ª Teresa Caldas	71 Soarense	11.21.91
3º Jorge Pinto	85 CCSJM	6.36 (+1.1)	10.000m	SEN.MASC.	
4º Filipe Novo	85 Cyclones	6.32 (+2.8)	1º Paulo Costa	80 GRAC	36.18.02
5º Sérgio Silva	85 CDR	6.23 (+0.1)	2º José A Ribeiro	51 CCavaqui	37.55.49
6º Nuno Alcobia	86 SCB	6.09 (+0.6)	3º Manuel Silva	55 Soarense	37.57.27
7º Rui Pereira	85 FCP	6.07 (-0.2)	4º Abílio Silva	54 CSGondar	38.12.85
8º Jorge Santos	85 NAC	5.82 (+1.6)	5º José Ribeiro	59 IND	42.53.69
9º Daniel Silva	86 SCB	5.71 (+0.6)	Armindo Araújo	64 IND	DNF
10º Rui Taveira	84 SCB	5.59 (+0.1)	Passagem 5.000m		
COMPRIMENTO	JUV.MASC.		Paulo Costa	17.59.0	
1º Manuel Costa	87 SCB	4.75 (+0.8)	Armindo Araújo	17.59.3	
2º João Coelho	88 SCB	4.74 (+0.0)	Manuel Silva	19.08.6	
DISCO (1 Kg)	SEN.FEM.		Abílio Silva	19.08.9	
1ª Fernanda Angélica	75 ADFGS	37.70	José A Ribeiro	19.09.2	
2ª Carla Almeida	85 FCP	36.04	José Ribeiro	20.39.3	
3ª Carla Carneiro	85 FCP	30.42	ALTURA	SEN.MASC.	
DISCO (2 Kg)	SEN.MASC.		1º Paulo Gonçalves	85 SCB	1.97
1º Filipe Vital e Silva	83 FCP	49.17	2º Nuno Alcobia	86 SCB	1.80
2º Paulo Pereira	84 MAC	39.55	3º Daniel Silva	86 SCB	1.75
3º Ricardo Cruz	83 CDR	34.47	4º Vitor Costa	79 CCSJM	1.75
4º João Oliveira	86 JUNI	24.78 (1,75 Kg)	5º Sérgio Silva	85 CDR	1.65

CAMPEONATO DISTRITAL DO INATEL - 2004
2ª JORNADA **16/MAIO/2004**

5.000m MASC.				100m			
1º Youssef El Kalai	81 NAC	15.10.3 (TM)		2ªSérie		JUV.FEM.	
2º António Magalhães	68 Coelima	15.45.9 (TM)		1ª Margarida Lopes	88 NAC	13.87 (-0.2)	
3º Ricardo Magalhães	85 CDCC	15.56.1 (TM)		2ª Patricia Monteiro	89 MAC	14.27	
4º José Oliveira	76 Coelima	15.57.6 (TM)		3ª Patricia Machado	87 AMEMB	15.95	
5º Heitor Oliveira	82 CPNine	16.07.4 (TM)		400m			
6º Armindo Alves	65 Coelima	16.45.8 (TM)		1ªSérie		SEN.MASC.	
7º Manuel Neto	58 Coelima	16.48.5 (TM)		1º Luís Freitas	MAC	48.57	
8º José Martins	66 SIRA	17.11.9 (TM)		2º Luís Fonseca	80 FCP	50.03	
9º José Carneiro	65 Candoso	17.16.7 (TM)		3º Diogo Sousa	83 GDE	50.32	
10º João Ferreira	59 Soarense	17.18.1 (TM)		4º Simão Coroa	85 MAC	51.23	
11º José Costa	61 Coelima	18.07.4 (TM)		5º Rui Alexandre	85 SLB	52.20	
12º João Oliveira	57 Candoso	18.08.3 (TM)		6º José Araújo	83 CCCR	52.26	
13º Silvério Miranda	67 SIRA	18.49.6 (TM)		7º Marco Carvalho	84 CAOV	52.56	
14º Assis Silva	52 Candoso	18.50.0 (TM)		8º Bruno Vasconcelos	74 SCB	53.05	
15º António Carneiro	57 Candoso	18.56.4 (TM)		2ªSérie		SEN.MASC.	
16º Manuel Silva	55 Soarense	19.12.6 (TM)		1º Cláudio Resende	86 NAC	54.01	
17º José Carvalho	58 Candoso	19.16.0 (TM)		2º Tony Andrews	81 CDUP	54.61	
18º Albino Freitas	46 IND	19.30.3 (TM)		3º Helder Pereira	81 IND	54.78	
19º João Ferreira	41 Candoso	19.49.5 (TM)		4º Tiago Oliveira	86 SCB	55.39	
20º António Flores	54 Soarense	20.14.6 (TM)		5º Domingos Pontes	86 CDCC	55.50	
21º António Fernandes	48 Candoso	21.20.7 (TM)		6º Miguel Silva	86 CCCR	56.37	
22º José Caldas	51 Soarense	21.32.3 (TM)		3ªSérie		JUV./SEN.MASC.	
Domingos Barros	67 SIRA	DNF		1º José Correia	86 CDUP	54.74	
5.000m FEM.				2º Rui Araújo	88 EBPGS	56.38	
1ª Teresa Caldas	71 Soarense	19.11.9 (TM)		3º Bruno Albuquerque	86 CDUP	57.59	
2ª Ana Pereira	75 CPNine	20.28.4 (TM)		4º Pedro Barbosa	80 CCSJM	57.68	
3ª Cristina Figueiredo	84 CPNine	23.13.3 (TM)		5º Daniel Oliveira	85 MAC	58.65	
4ª Rosa Caldas	52 Soarense	25.17.8 (TM)		400m JUV./SEN.FEM.			
5ª Manuela Braga	58 Soarense	25.20.5 (TM)		1ª Alexandra Silva	85 SCB	62.26	
Elisa Rodrigues	65 IND	DNF		2ª Júlia Barbosa	80 SIRA	64.71	
100m				3ª Anabela Correia	88 CDCC	65.86	
1ªSérie		JUV.MASC.		4ª Ana Pereira	89 AMEMB	66.62	
1º Tiago Rocha	88 CCCR	12.33 (-0.7)		5ª Sílvia Gonçalves	86 SCB	66.82	
2º João Coelho	88 SCB	12.42		6ª Márcia Moreira	81 NAC	68.26	
3º Ricardo Reis	88 MAC	12.86		7ª Carla Martins	88 CDCC	70.35	
4º Manuel Costa	87 SCB	13.02		TRIPLO SEN.MASC.			
5º Bruno Pereira	92 CPNine	17.24		1º Paulo Gonçalves	85 SCB	13.71 (+0.1)	
José Freitas	51 Candoso	DNF		2º Vítor Costa	79 CCSJM	12.90 (+0.0)	
2ªSérie		SEN.MASC.		3º Daniel Silva	86 SCB	12.47 (+0.3)	
1º Rui Taveira	84 SCB	11.98 (-1.8)		TRIPLO JUV.FEM.			
2º Sérgio Silva	85 CCCR	12.24		1ª Margarida Lopes	88 NAC	10.28 (-0.6)	
3º José Correia	86 CDUP	12.32		PESO (4) SEN.FEM.			
4º Ricardo Castro	82 CDUP	12.34		1ª Carla Almeida	85 FCP	13.14	
5º Bruno Albuquerque	86 CDUP	12.97		2ª Carla Carneiro	85 FCP	10.06	
3ªSérie		SEN.MASC.		PESO (7,26) SEN.MASC.			
1º Nuno Couto	81 MAC	11.32 (-1.4)		1º Filipe Vital e Silva	83 FCP	15.10	
2º Nuno Reis	80 CCSJM	11.49		2º André Vital e Silva	80 FCP	14.82	
3º Filipe Novo	85 Cyclones	11.54		3º Paulo Pereira	84 MAC	12.76	
4º David Figueiredo	86 NAC	11.61		4º Nuno Neto	83 NAC	10.78	
5º Jorge Pinto	85 CCSJM	11.83		5º João Oliveira	86 JUNI	9.39	
100m				6º Bruno Pereira	86 CCCR	8.63 (6 Kg)	
1ªSérie		SEN.FEM.		PESO (5) JUV.MASC.			
1ª Rafaela Almeida	83 CSM	12.47	12.463	1º António Vital e Silva	88 FCP	17.69	
2ª Tatiana Orcy	72 FCP	12.47	12.467	2º Jaime Azevedo	88 CCCR	8.85	
3ª Susana Vieira	80 SCB	12.67		DARDO (800) SEN.MASC.			
4ª Inês Oliveira	86 CCCR	12.81		1º Cesar Campos	71 CCSJM	48.76	
5ª Sónia Marques	86 SCB	13.01		DARDO (700) JUV.MASC.			
6ª Sara Almeida	82 FCP	13.78		1º José Oliveira	87 JUNI	29.03	

CAMPEONATO DISTRITAL DO INATEL - 2004
2ª JORNADA **16/MAIO/2004**

110mBAR	SEN.MASC.		1.500m	INATEL	
1º Paulo Ferreira	76 FCP	14.94 (+0.0)	1º Hugo Mendes	77 Candoso	4.15.08
2º Ricardo Nobre	83 MAC	15.46	2º Tiago Costa	88 CPNine	4.26.16
3º Jorge Santos	85 NAC	15.88	3º Cesário Pacheco	75 Candoso	4.31.38
4º Pedro Vieira	84 Cyclones	16.36	4º António Barros	63 Candoso	4.35.14
5º Paulo Gonçalves	85 SCB	16.49	5º Fábio Vale	87 CPNine	4.40.54
6º Tiago Couto	85 CCCR	18.19	6º José Cunha	54 CSGondar	4.41.28
110mBAR	JUV.MASC.		7º Fábio Marques	88 CPNine	4.45.91
1º Ricardo Reis	88 MAC	19.06 (+0.0)	8º Raul Carvalho	60 Candoso	4.51.82
100mBAR	SEN.FEM.		9º António Pacheco	49 Candoso	5.10.37
Carine Silva	84 SCB	DQ	10º Manuel Matos	51 Candoso	5.17.88
80mBAR	JUV.FEM.		11º António Figueira	28 IND	7.08.38
1ª Patrícia Monteiro	89 MAC	17.13	1.500m	FEM.	
1.500m	SEN.MASC.		1ª Ercília Machado	86 SCB	4.48.01
1º Adelino Silva	85 CCSJM	4.07.79	2ª Filomena Costa	85 SCB	4.53.36
2º Carlos Costa	86 CDCC	4.08.16	3ª Joseline Santos	84 SCB	5.03.14
3º Fernando Oliveira	67 CCSJM	4.08.98	4ª Vanessa Azevedo	88 AMEMB	5.08.34
4º Fernando Adrião	65 CCSJM	4.14.98	5ª Andreia Machado	88 AMEMB	5.26.37
5º Pedro Neto	83 CSSC	4.18.93	6ª Fatima Ferreira	88 CPNine	6.03.88
6º Eloi Martins	86 CDCC	4.20.16	7ª Elsa Pereira	88 CPNine	6.30.74
7º Pedro Lopes	85 SCB	4.28.06	8ª Joana Figueiredo	88 CPNine	6.31.39
8º Fernando Soares	71 CCSJM	4.30.43	9ª Ligia Meira	88 SIRA	6.56.79
9º Marco Torres	79 IND	5.14.19	10ª Adriana Lopes	89 SIRA	7.00.51
			11ª Diana Meira	90 SIRA	7.03.58
			4x400m	JUNI.MASC.	
			1ª C.D.C.Codessos		3.55.05
			(Domingos Pontes-86/André Moreira-86/ /Pedro Costa-86/Eloi Martins-86)		