



# Associação de Atletismo de Braga

## Torneio Atleta Completo

05-04-2009

1

### Pentatlo - Infantis Fem

Classf.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	60 Metros Planos	Lançamento Peso-2Kg	60 M Barr.Inf.M/F- 76	Salto em Comprimento	1.000 Metros
1 <sup>a</sup>	<b>Teresa Costa</b> 926 EAMS	INF 1996	<b>2.099</b>	<b>706</b> 8,48 +1,0	<b>484</b> 9,31	<b>433</b> 1 1,66 +0,1	<b>212</b> 3,56 +1,3 4 0 6,48	<b>264</b>
2 <sup>a</sup>	<b>Raquel Valente</b> 405 LAVRA	INF 1996	<b>1.767</b>	<b>475</b> 9,37 +1,0	<b>349</b> 7,22	<b>373</b> 1 2,08 +0,1	<b>244</b> 3,71 -1,5 3 5 6,24	<b>326</b>
3 <sup>a</sup>	<b>Sara Bastos</b> 933 EAMS	INF 1997	<b>1.483</b>	<b>541</b> 9,10 +1,0	<b>369</b> 7,53	<b>202</b> 1 3,47 +0,1	<b>208</b> 3,54 +1,9 4 2 4,34	<b>163</b>
4 <sup>a</sup>	<b>Bruna Batista</b> 930 EAMS	INF 1996	<b>1.167</b>	<b>484</b> 9,33 +1,0	<b>257</b> 5,78	<b>138</b> 1 4,13 +0,1	<b>212</b> 3,56 -0,6 4 4 1,12	<b>76</b>

REPSOL



GASÓLEO  
AO  
DOMICÍLIO

{  
 AQUECIMENTO  
 AGRÍCOLA  
 RODOVIÁRIO

**Silva Domingues, L.<sup>DA</sup>**  
 TELEF. 253 696 000  
 BRAGA



# Associação de Atletismo de Braga

## Torneio Atleta Completo

05-04-2009

1

### Pentatlo - Infantis Masc

Classf.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	60 Metros Planos	Salto em Comprimento	60 M Barr.Inf.M/F- 76	Lançamento Peso-3Kg	1.000 Metros
1º	<b>João Costa</b> 954 LAVRA	INF 1996	<b>2.176</b>	<b>498</b> 8,22 +3,2	<b>287</b> 4,48 +2,0	<b>532</b> 1 0,05 +0,1	<b>450</b> 9,41	<b>409</b> 3 2 8,96
2º	<b>Pedro Meireles</b> 900 SCB	INF 1996	<b>1.931</b>	<b>426</b> 8,49 +3,2	<b>273</b> 4,40 +0,8	<b>218</b> 1 2,07 +0,1	<b>429</b> 9,05	<b>585</b> 3 0 8,31
3º	<b>Narciso Vieira</b> 907 EBPGS	INF 1996	<b>1.916</b>	<b>470</b> 8,32 +3,2	<b>227</b> 4,13 +0,1	<b>368</b> 1 1,00 +0,1	<b>356</b> 7,83	<b>495</b> 3 1 8,40
4º	<b>David Fernandes</b> 909 EBPGS	INF 1997	<b>1.601</b>	<b>343</b> 8,83 +3,2	<b>235</b> 4,18 +0,4	<b>233</b> 1 1,95 +0,1	<b>227</b> 5,62	<b>563</b> 3 1 0,70
5º	<b>José Faria</b> 908 EBPGS	INF 1996	<b>1.541</b>	<b>362</b> 8,75 +3,2	<b>222</b> 4,10 +1,5	<b>229</b> 1 1,98 +0,1	<b>309</b> 7,03	<b>419</b> 3 2 7,60
6º	<b>Miguel Costa</b> 401 LAVRA	INF 1996	<b>1.529</b>	<b>350</b> 8,80 +3,2	<b>182</b> 3,85 +0,3	<b>343</b> 1 1,16 +0,1	<b>320</b> 7,22	<b>334</b> 3 3 8,97
Desclº	<b>João Silva</b> 928 EAMS	INF 1996	<b>56</b>	<b>56</b> 1 0,51 +3,2	<b>0</b>			

REPSOL



GASÓLEO  
AO  
DOMICÍLIO

AQUECIMENTO  
AGRÍCOLA  
RODOVIÁRIO

**Silva Domingues, L.<sup>DA</sup>**  
TELEF. 253 696 000  
BRAGA



# Associação de Atletismo de Braga

## Torneio Atleta Completo

05-04-2009

2

### Heptatlo - Iniciados

Fem

Classf.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	80 M Barreiras- 0,76	Dardo 500 Gr	Salto em Altura	80 Metros Planos	Salto em Comprimento	Lançamento Peso-3Kg	800 Metros
1 <sup>a</sup>	<b>Ana Oliveira</b> 400 SCB	INI 1994	<b>3.092</b>	<b>524</b> 1 4,47 + 0,2	<b>223</b> 16,46	<b>429</b> 1,32	<b>608</b> 1 0,89 + 0,3	<b>469</b> 4,66 - 0,4	<b>365</b> 7,47	<b>474</b> 2 4 9,01
2 <sup>a</sup>	<b>Marlene Chaves</b> 902 SCB	INI 1994	<b>3.032</b>	<b>600</b> 1 3,69 + 0,6	<b>139</b> 11,81	<b>599</b> 1,48	<b>495</b> 1 1,47 + 0,3	<b>393</b> 4,36 + 1,6	<b>447</b> 8,74	<b>359</b> 3 0 0,62
3 <sup>a</sup>	<b>Rita Queirós</b> 416 LAVRA	INI 1995	<b>2.922</b>	<b>542</b> 1 4,27 + 0,6	<b>132</b> 11,43	<b>389</b> 1,28	<b>540</b> 1 1,23 + 0,3	<b>416</b> 4,45 + 0,7	<b>325</b> 6,85	<b>578</b> 2 3 9,57
4 <sup>a</sup>	<b>Daniela Santos</b> 398 SCB	INI 1994	<b>2.311</b>	<b>348</b> 1 6,70 + 0,2	<b>112</b> 10,34	<b>429</b> 1,32	<b>474</b> 1 1,59 + 0,3	<b>227</b> 3,63 + 1,1	<b>290</b> 6,29	<b>431</b> 2 5 3,19
5 <sup>a</sup>	<b>Margarida Ferreira</b> 935 SCB	INI 1994	<b>2.290</b>	<b>356</b> 1 6,58 + 0,6	<b>410</b> 26,45	<b>312</b> 1,20	<b>386</b> 1 2,10 + 0,3	<b>196</b> 3,48 - 0,4	<b>455</b> 8,86	<b>175</b> 3 2 3,85
6 <sup>a</sup>	<b>Sandra Ferreira</b> 944 CCDR	INI 1995	<b>2.248</b>	<b>465</b> 1 5,17 + 0,6	<b>105</b> 9,95	<b>312</b> 1,20	<b>457</b> 1 1,68 + 0,3	<b>283</b> 3,89 + 0,6	<b>288</b> 6,27	<b>338</b> 3 0 2,97
7 <sup>a</sup>	<b>Filipa Vinhas</b> 903 SCB	INI 1994	<b>2.123</b>	<b>357</b> 1 6,56 + 0,2	<b>168</b> 13,41	<b>350</b> 1,24	<b>371</b> 1 2,19 + 0,4	<b>326</b> 4,08 - 2,2	<b>347</b> 7,19	<b>204</b> 3 1 9,69
8 <sup>a</sup>	<b>Helena Oliveira</b> 904 SCB	INI 1994	<b>1.935</b>	<b>355</b> 1 6,60 + 0,2	<b>98</b> 9,56	<b>205</b> 1,08	<b>419</b> 1 1,90 + 0,4	<b>272</b> 3,84 + 1,6	<b>303</b> 6,50	<b>283</b> 3 0 9,33
9 <sup>a</sup>	<b>Ana Torres</b> 942 CCDR	INI 1995	<b>1.811</b>	<b>302</b> 1 7,38 + 0,2	<b>57</b> 7,22	<b>239</b> 1,12	<b>414</b> 1 1,93 + 0,4	<b>237</b> 3,68 + 1,2	<b>320</b> 6,76	<b>242</b> 3 1 4,51
10 <sup>a</sup>	<b>Ana Santos</b> 943 CCDR	INI 1995	<b>1.781</b>	<b>306</b> 1 7,31 + 0,6	<b>91</b> 9,14	<b>275</b> 1,16	<b>333</b> 1 2,42 + 0,4	<b>210</b> 3,55 - 2,2	<b>249</b> 5,65	<b>317</b> 3 0 5,38
11 <sup>a</sup>	<b>Alexandra Rodrigues</b> 404 LAVRA	INI 1994	<b>1.376</b>	<b>302</b> 1 7,38 + 0,6	<b>76</b> 8,28	<b>0</b>	<b>268</b> 1 2,84 + 0,4	<b>178</b> 3,39 - 0,8	<b>208</b> 5,00	<b>344</b> 3 0 2,28



**GASÓLEO**  
**AO**  
**DOMICÍLIO**

**AQUECIMENTO**  
**AGRÍCOLA**  
**RODOVIÁRIO**

**Silva Domingues, L.<sup>DA</sup>**  
**TELEF. 253 696 000**  
**BRAGA**



# Associação de Atletismo de Braga

## Torneio Atleta Completo

05-04-2009

2

### Heptatlo - Iniciados

### Masc

Classf.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	80 Metros Planos	Salto em Comprimento	Dardo 600 Gr	100 M Barreiras- 0.84	Lançamento Peso-4Kg	Salto em Altura	1.000 Metros
1º	<b>Rafael Vilas Boas</b> 578 SCB	INI 1995	<b>3.024</b>	<b>474</b> 1 0,40 +1,3	<b>483</b> 5,51 +0,6	<b>33</b> 10,00	<b>445</b> 1 6,77 +0,6	<b>283</b> 6,59	<b>560</b> 1,72	<b>746</b> 2 5 1,88
2º	<b>Ricardo Campos</b> 402 LAVRA	INI 1994	<b>2.876</b>	<b>470</b> 1 0,42 +1,4	<b>350</b> 4,83 -1,2	<b>297</b> 29,81	<b>295</b> 1 8,93 +0,6	<b>419</b> 8,88	<b>374</b> 1,48	<b>671</b> 2 5 9,29
3º	<b>João Simões</b> 571 EDMII	INI 1994	<b>2.843</b>	<b>578</b> 9,94 +1,3	<b>441</b> 5,30	<b>1</b> 7,19	<b>485</b> 1 6,20 +0,6	<b>449</b> 9,39	<b>434</b> 1,56	<b>455</b> 3 2 3,19
4º	<b>Jorge Rodrigues</b> 941 CCDR	INI 1994	<b>2.645</b>	<b>508</b> 1 0,24 -0,3	<b>224</b> 4,11 +0,4	<b>250</b> 26,49	<b>368</b> 1 7,89 +0,6	<b>569</b> 11,39	<b>374</b> 1,48	<b>352</b> 3 3 6,48
5º	<b>Diogo Cruz</b> 939 CCDR	INI 1994	<b>2.616</b>	<b>510</b> 1 0,23 +1,3	<b>341</b> 4,78 +0,5	<b>42</b> 10,75	<b>426</b> 1 7,04 +0,9	<b>315</b> 7,13	<b>345</b> 1,44	<b>637</b> 3 0 2,76
6º	<b>Rui Silva</b> 393 SCB	INI 1995	<b>2.541</b>	<b>470</b> 1 0,42 +1,4	<b>324</b> 4,69	<b>246</b> 26,16	<b>271</b> 1 9,25 +0,6	<b>444</b> 9,31	<b>317</b> 1,40	<b>469</b> 3 2 1,55
7º	<b>Nuno Costa</b> 940 CCDR	INI 1994	<b>2.529</b>	<b>464</b> 1 0,45 -0,3	<b>345</b> 4,80 +1,9	<b>162</b> 20,02	<b>227</b> 1 9,84 +0,9	<b>431</b> 9,09	<b>374</b> 1,48	<b>526</b> 3 1 4,90
8º	<b>Pedro Silva</b> 391 SCB	INI 1995	<b>2.284</b>	<b>508</b> 1 0,24 +1,4	<b>377</b> 4,97 -0,7	<b>0</b>	<b>437</b> 1 6,89 +0,9	<b>383</b> 8,28	<b>290</b> 1,36	<b>289</b> 3 4 5,49
9º	<b>Tiago Costa</b> 938 CCDR	INI 1994	<b>2.056</b>	<b>263</b> 1 1,51 +1,3	<b>245</b> 4,24 -0,7	<b>244</b> 26,07	<b>259</b> 1 9,40 +0,7	<b>326</b> 7,32	<b>404</b> 1,52	<b>315</b> 3 4 1,65
10º	<b>Diogo Mendes</b> 576 CCDR	INI 1994	<b>1.932</b>	<b>349</b> 1 1,03 +1,4	<b>237</b> 4,19 -0,1	<b>191</b> 22,16	<b>111</b> 2 1,35 +0,9	<b>341</b> 7,58	<b>317</b> 1,40	<b>386</b> 3 3 1,83
11º	<b>Miguel Salgado</b> 937 CCDR	INI 1994	<b>1.857</b>	<b>368</b> 1 0,93 -0,3	<b>304</b> 4,58 +1,7	<b>153</b> 19,36	<b>232</b> 1 9,73 +0,9	<b>287</b> 6,65	<b>263</b> 1,32	<b>250</b> 3 5 1,45
12º	<b>José Gomes</b> 921 EAMS	INI 1995	<b>1.796</b>	<b>410</b> 1 0,72 +1,3	<b>207</b> 4,01 -0,3	<b>0</b>	<b>158</b> 2 0,81 +0,7	<b>299</b> 6,86	<b>263</b> 1,32	<b>459</b> 3 2 2,65
13º	<b>Ricardo Ferreira</b> 394 SCB	INI 1995	<b>1.739</b>	<b>384</b> 1 0,85 -0,3	<b>363</b> 4,90	<b>58</b> 12,04	<b>100</b> 2 1,47 +0,9	<b>280</b> 6,54	<b>374</b> 1,48	<b>180</b> 4 0 3,52
14º	<b>Eduardo Lopes</b> 924 EAMS	INI 1995	<b>1.488</b>	<b>231</b> 1 1,69 -0,3	<b>250</b> 4,27 +0,3	<b>0</b>	<b>0</b> 2 3,16 +0,7	<b>190</b> 4,99	<b>263</b> 1,32	<b>554</b> 3 1 1,77
15º	<b>Renato Miranda</b> 574 CCDR	INI 1994	<b>1.443</b>	<b>292</b> 1 1,34 +1,4	<b>239</b> 4,20 +0,3	<b>170</b> 20,63	<b>0</b>	<b>260</b> 6,19	<b>188</b> 1,20	<b>294</b> 3 4 4,70
16º	<b>Hugo Azevedo</b> 920 EAMS	INI 1995	<b>1.437</b>	<b>412</b> 1 0,71 +1,4	<b>199</b> 3,96 +0,3	<b>67</b> 12,79	<b>23</b> 2 3,05 +0,7	<b>276</b> 6,46	<b>188</b> 1,20	<b>272</b> 3 4 7,93
17º	<b>Rui Ramos</b> 575 CCDR	INI 1994	<b>1.212</b>	<b>126</b> 1 2,34 -0,3	<b>161</b> 3,71 -0,3	<b>59</b> 12,18	<b>147</b> 2 0,93 +0,7	<b>359</b> 7,88	<b>0</b>	<b>360</b> 3 3 5,35



**GASÓLEO**  
**AO**  
**DOMICÍLIO**

**AQUECIMENTO**  
**AGRÍCOLA**  
**RODOVIÁRIO**

**Silva Domingues, L.<sup>DA</sup>**  
**TELEF. 253 696 000**  
**BRAGA**



# Associação de Atletismo de Braga

## Torneio Atleta Completo

05-04-2009

2

### Heptatlo - Iniciados

### Masc

Classf.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	80 Metros Planos	Salto em Comprimento	Dardo 600 Gr	100 M Barreiras- 0.84	Lançamento Peso-4Kg	Salto em Altura	1.000 Metros
Desclº	<b>Paulo Silva</b> 592 CDRCA	INI 1994	<b>1.241</b>	<b>422</b> 1 0,66 + 1,3	<b>402</b> 5,10 + 1,2	<b>417</b> 38,29				

REPSOL



GASÓLEO  
AO  
DOMICÍLIO

{  
 AQUECIMENTO  
 AGRÍCOLA  
 RODOVIÁRIO

**Silva Domingues, L.<sup>DA</sup>**  
**TELEF. 253 696 000**  
**BRAGA**



# Associação de Atletismo de Braga

## Torneio Atleta Completo

05-04-2009

3

Heptatlo - Juvenis

Fem

Classf.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	100 M Barreiras- 0.76	Salto em Altura	Lançamento Peso-3Kg	200 Metros	Salto em Comprimento	Dardo 600 Gr	800 Metros
1 <sup>a</sup>	<b>Vera Castro</b> 914 EBPGS	JUV 1992	<b>3.556</b>	<b>607</b> 1 6,91 +1,6	<b>379</b> 1,27	<b>537</b> 10,11	<b>598</b> 2 8,42 +1,8	<b>431</b> 4,51 +0,9	<b>385</b> 25,16	<b>619</b> 2 3 6,04

REPSOL



GASÓLEO  
AO  
DOMICÍLIO

{  
 AQUECIMENTO  
 AGRÍCOLA  
 RODOVIÁRIO

**Silva Domingues, L.<sup>DA</sup>**  
 TELEF. 253 696 000  
 BRAGA



Octatlo Juv(Atl.Com)

Masc

Classf.	Nome / Dorsal / Clube	Categ/ Ano Nasc.	Total de Pontos	100 Metros planos	Salto em Comprimento	Lançamento Peso-5Kg	300 Metros Planos	110 M Barreiras- 0.91	Salto em Altura	Dardo 700 Gr	1.000 Metros
1º	<b>Diogo Miranda</b> 946 CC DR	JUV 1992	<b>3.982</b>	<b>675</b> 1 1,88 - 0,3	<b>523</b> 5,70 + 0,6	<b>370</b> 8,07	<b>653</b> 3 8,82	<b>529</b> 1 7,95	<b>374</b> 1,48	<b>131</b> 17,73	<b>727</b> 2 5 3,69
2º	<b>Bruno Giesteira</b> 905 SCB	JUV 1993	<b>3.722</b>	<b>673</b> 1 1,89 - 0,3	<b>479</b> 5,49 + 1,9	<b>370</b> 8,07	<b>568</b> 4 0,17	<b>506</b> 1 8,19	<b>434</b> 1,56	<b>183</b> 21,59	<b>509</b> 3 1 6,78
3º	<b>Gabriel Fernandes</b> 912 EBPGS	JUV 1993	<b>3.302</b>	<b>478</b> 1 2,94 - 0,3	<b>402</b> 5,10 + 0,2	<b>334</b> 7,46	<b>517</b> 4 1,03	<b>375</b> 1 9,68 + 0,3	<b>290</b> 1,36	<b>295</b> 29,71	<b>611</b> 3 0 5,54
4º	<b>André Araújo</b> 395 SCB	JUV 1993	<b>3.287</b>	<b>659</b> 1 1,96 - 0,3	<b>425</b> 5,22 + 0,5	<b>411</b> 8,75	<b>517</b> 4 1,04	<b>277</b> 2 0,97	<b>317</b> 1,40	<b>167</b> 20,45	<b>514</b> 3 1 6,22
5º	<b>João Pacheco</b> 397 SCB	JUV 1993	<b>3.221</b>	<b>556</b> 1 2,50 - 0,3	<b>435</b> 5,27 + 0,3	<b>443</b> 9,28	<b>484</b> 4 1,62	<b>327</b> 2 0,29	<b>434</b> 1,56	<b>0</b>	<b>542</b> 3 1 3,09
6º	<b>Francisco Araújo</b> 913 EBPGS	JUV 1993	<b>3.088</b>	<b>527</b> 1 2,66 - 0,3	<b>378</b> 4,98 + 1,6	<b>313</b> 7,09	<b>563</b> 4 0,25	<b>266</b> 2 1,12	<b>404</b> 1,52	<b>92</b> 14,77	<b>545</b> 3 1 2,72
7º	<b>Iuri Costa</b> 911 EBPGS	JUV 1993	<b>3.062</b>	<b>501</b> 1 2,81 - 0,3	<b>332</b> 4,73	<b>421</b> 8,92	<b>460</b> 4 2,06	<b>0</b>	<b>317</b> 1,40	<b>308</b> 30,62	<b>723</b> 2 5 4,15
8º	<b>João Sá</b> 572 CC DR	JUV 1993	<b>2.630</b>	<b>532</b> 1 2,63 - 0,3	<b>358</b> 4,87 + 1,2	<b>392</b> 8,43	<b>376</b> 4 3,68	<b>337</b> 2 0,16 + 0,3	<b>290</b> 1,36	<b>57</b> 11,98	<b>288</b> 3 4 5,58
9º	<b>Hugo Ferreira</b> 947 CC DR	JUV 1992	<b>2.611</b>	<b>399</b> 1 3,42 - 0,3	<b>346</b> 4,81 + 0,4	<b>422</b> 8,94	<b>280</b> 4 5,78	<b>364</b> 1 9,81 + 0,3	<b>317</b> 1,40	<b>208</b> 23,43	<b>275</b> 3 4 7,54
10º	<b>Leonardo Sá</b> 948 CC DR	JUV 1993	<b>2.329</b>	<b>283</b> 1 4,21 - 0,3	<b>328</b> 4,71 + 1,7	<b>339</b> 7,53	<b>258</b> 4 6,30	<b>213</b> 2 1,92 + 0,3	<b>317</b> 1,40	<b>181</b> 21,42	<b>410</b> 3 2 8,73
Desclº	<b>Duarte Silva</b> 945 CC DR	JUV 1992	<b>1.465</b>	<b>612</b> 1 2,20 - 0,3	<b>431</b> 5,25 + 0,7	<b>422</b> 8,94					
Desclº	<b>João Ferreira</b> 916 EAMS	JUV 1993	<b>249</b>	<b>249</b> 1 4,47 - 0,3							

REPSOL



GASÓLEO  
AO  
DOMICÍLIO

AQUECIMENTO  
AGRÍCOLA  
RODOVIÁRIO

**Silva Domingues, L.<sup>DA</sup>**  
TELEF. 253 696 000  
BRAGA