



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos**100 Metros planos**

Top

1 4,47

1	1 0,92	+ 1,8	RAÚL VELOSO	81 SEN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	23-05-2009	1º	Braga 47034	
2	1 1,00	+ 1,0	JORGE MOREIRA	91 JUN	Vitória Sport Clube	30-05-2009	1º	Vários 03021	
3	1 1,58		BRUNO MAGALHÃES	90 JUN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	28-03-2009	1º	Braga 47026	
4	1 1,63		JOAQUIM RODRIGUES	90 JUN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	28-03-2009	2º	Braga 47026	
5	1 1,66		DIOGO RIBEIRO	90 JUN	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	28-03-2009	3º	Braga 47026	
6	1 1,73	+ 1,9	MARCELINO VIEIRA	91 JUN	Sporting Clube de Braga	01-07-2009	2º	Maia 41035	
7	1 1,79	+ 0,8	DIOGO MIRANDA	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	03-05-2009	1º	Braga 47031	
8	1 1,79	- 0,2	RICARDO CRUZ	83 SEN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	09-05-2009	2º	Braga 47033	
9	1 1,80	+ 1,9	IVO COSTA	84 SEN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	01-07-2009	3º	Maia 41035	
10	1 1,86	+ 0,4	BRUNO GIESTEIRA	93 JUV	Sporting Clube de Braga	20-06-2009	2º	Guimarães 41033	
11	1 1,89	+ 1,9	JOÃO VELOSO	89 S23	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	01-07-2009	5º	Maia 41035	
12	1 1,91	+ 0,7	HÉLDER PINTO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	06-06-2009	1º	Braga 47035	Q
13	1 1,94	+ 0,8	ANDRÉ ARAÚJO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	06-06-2009	2º	Braga 47035	
14	1 1,99	+ 1,3	BRUNO MARTINS	90 JUN	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	27-06-2009	3º	Braga 47037	
15	1 2,16		NUNO SOUSA	89 S23	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	28-03-2009	2º	Braga 47026	
16	1 2,20	- 0,3	DUARTE SILVA	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	04-04-2009	2º	Guimarães 47028	
17	1 2,21	+ 1,3	DANIEL COSTA	91 JUN	Individual	23-05-2009	2º	Braga 47034	
18	1 2,22	+ 0,8	JOÃO SÁ	93 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	06-06-2009	5º	Braga 47035	
19	1 2,22	+ 1,2	JOSÉ DIAS	92 JUV	Sporting Clube de Braga	15-07-2009	2º	Maia 41036	
20	1 2,23	+ 1,8	CARLOS RODRIGUES	90 JUN	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	23-05-2009	6º	Braga 47034	
21	1 2,27	+ 1,3	JOSÉ RODRIGUES	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	23-05-2009	3º	Braga 47034	
22	1 2,35	+ 1,3	FRANCISCO ARAÚJO	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	23-05-2009	4º	Braga 47034	
23	1 2,50	- 0,3	JOÃO PACHECO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	04-04-2009	3º	Guimarães 47028	
24	1 2,72	- 0,6	MARCO SANTOS	92 JUV	Vitória Sport Clube	20-06-2009	6º	Guimarães 41033	
25	1 2,74	+ 0,8	CHISOKA SIMÕES	92 JUV	Sporting Clube de Braga	23-05-2009	1º	Braga 47034	
26	1 2,77	+ 0,8	PEDRO NOVAIS	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	03-05-2009	7º	Braga 47031	
27	1 2,81	- 0,3	IURI COSTA	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	04-04-2009	4º	Guimarães 47028	
28	1 2,87	+ 0,7	MARCO FREITAS	93 JUV	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	06-06-2009	5º	Braga 47035	
29	1 2,91	- 0,6	JOÃO FERNANDES	93 JUV	Vitória Sport Clube	20-06-2009	7º	Guimarães 41033	
30	1 2,94	- 0,3	GABRIEL FERNANDES	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	04-04-2009	5º	Guimarães 47028	
31	1 2,99	+ 0,1	LUÍS ABREU	90 JUN	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	20-06-2009	7º	Guimarães 41033	
32	1 3,11	- 0,5	LUÍS MORAIS	92 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	06-06-2009	5º	Braga 47035	
33	1 3,14	+ 0,4	GIL FREITAS	93 JUV	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	20-06-2009	8º	Guimarães 41033	
34	1 3,19		TIAGO OLIVEIRA	93 JUV	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	28-03-2009	6º	Braga 47026	
35	1 3,42	- 0,3	HUGO FERREIRA	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	04-04-2009	5º	Guimarães 47028	
36	1 3,84	+ 0,8	LUÍS LEITE	92 JUV	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	23-05-2009	3º	Braga 47034	
37	1 4,21	- 0,3	LEONARDO SÁ	93 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	04-04-2009	6º	Guimarães 47028	
38	1 4,47	- 0,3	JOÃO FERREIRA	93 JUV	Escola de Atletismo Mário Silva	04-04-2009	6º	Guimarães 47028	



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos**80 Metros Planos**

Top

1 2,38

1	9,88	+ 1,6	JOSÉ MACEDO	94 INI	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	15-07-2009	1º	Maia 41036	
2	9,93	+ 0,5	FÁBIO CUNHA	94 INI	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	23-05-2009	1º	Braga 47034	
3	1 0,05	+ 1,3	DIOGO CRUZ	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	02-05-2009	2º	Braga 47031	
4	1 0,07	+ 1,1	PEDRO SILVA	95 INI	Sporting Clube de Braga	27-06-2009	1º	Braga 47037	
5	1 0,11	+ 1,3	DIOGO ARAÚJO	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	02-05-2009	4º	Braga 47031	
6	1 0,11	+ 1,3	JORGE RODRIGUES	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	15-07-2009	3º	Maia 41036	
7	1 0,13	+ 1,3	RICARDO FERREIRA	95 INI	Sporting Clube de Braga	15-07-2009	4º	Maia 41036	
8	1 0,40	+ 1,3	RAFAEL VILAS BOAS	95 INI	Sporting Clube de Braga	04-04-2009	3º	Guimarães 47028	
9	1 0,42	+ 1,4	RUI SILVA	95 INI	Sporting Clube de Braga	04-04-2009	2º	Guimarães 47028	
10	1 0,45	- 0,3	NUNO COSTA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	04-04-2009	2º	Guimarães 47028	
11	1 0,47	+ 1,1	MIGUEL SALGADO	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	15-07-2009	1º	Maia 41036	
12	1 0,48	+ 1,1	PEDRO PINHEIRO	94 INI	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	27-06-2009	3º	Braga 47037	
13	1 0,57	+ 1,3	HÉLDER DURÃES	94 INI	Sporting Clube de Braga	02-05-2009	7º	Braga 47031	
14	1 0,58	+ 1,4	JOSÉ SALGADO	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	23-05-2009	1º	Braga 47034	
15	1 0,58	+ 1,1	ANDRÉ PINTO	95 INI	Sporting Clube de Braga	27-06-2009	4º	Braga 47037	
16	1 0,60	+ 0,3	JOSÉ GOMES	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	09-05-2009	4º	Braga 47033	
17	1 0,63	- 0,6	JOSÉ CASTRO	95 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	09-05-2009	5º	Braga 47033	q
18	1 0,66	+ 1,3	PAULO SILVA	94 INI	Clube Recreativo Cultural Amarense	04-04-2009	4º	Guimarães 47028	
19	1 0,69	+ 0,3	HUGO AZEVEDO	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	09-05-2009	6º	Braga 47033	
20	1 0,76	+ 0,5	TIAGO SILVA	95 INI	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	23-05-2009	5º	Braga 47034	
21	1 0,88	+ 0,1	HUGO RUIVO	95 INI	Sporting Clube de Braga	02-05-2009	5º	Braga 47031	
22	1 0,99	+ 0,1	DIOGO MENDES	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	02-05-2009	6º	Braga 47031	
23	1 1,03	+ 1,6	RENATO MIRANDA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	15-07-2009	3º	Maia 41036	
24	1 1,51	+ 1,3	TIAGO COSTA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	04-04-2009	6º	Guimarães 47028	
25	1 1,61	+ 0,3	EDUARDO LOPES	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	09-05-2009	7º	Braga 47033	
26	1 1,92	+ 0,1	JOÃO CUNHA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	02-05-2009	5º	Braga 47031	
27	1 2,16	+ 1,4	TIAGO VEIGA	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	23-05-2009	4º	Braga 47034	
28	1 2,18	+ 1,3	SEBASTIÃO FREITAS	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	02-05-2009	8º	Braga 47031	
29	1 2,34	- 0,3	RUI RAMOS	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	04-04-2009	6º	Guimarães 47028	
30	1 2,38	+ 1,1	BRUNO SANTOS	94 INI	Vitória Sport Clube	27-06-2009	8º	Braga 47037	



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos**60 Metros Planos**

Top

1 1,18

1	7,7	+ 0,7	SÉRGIO CAMPOS	96 INF	Sporting Clube de Braga	09-05-2009	1º Braga 47033	Q
2	8,0	+ 0,7	NARCISO VIEIRA	96 INF	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	09-05-2009	2º Braga 47033	Q
3	8,37	+ 1,8	ROMEU SILVA	96 INF	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	09-05-2009	1º Braga 47033	Q
4	8,54	+ 1,8	JOSÉ FARIA	96 INF	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	09-05-2009	2º Braga 47033	Q
5	8,59	+ 1,2	PEDRO MEIRELES	96 INF	Associação de Atletismo de Braga	18-04-2009	6º Braga 47030	
6	8,78	+ 1,6	EDUARDO SOUSA	96 INF	Escola de Atletismo Mário Silva	02-05-2009	2º Braga 47031	
7	9,0	+ 0,7	MANUEL FERNANDES	96 INF	Escola de Atletismo Mário Silva	09-05-2009	3º Braga 47033	Q
8	9,3	+ 0,7	BRUNO CERDEIRA	97 INF	Escola EB 2,3 Prof. Amaro Arantes -	09-05-2009	4º Braga 47033	q
9	9,7	+ 0,7	FÁBIO MELO	97 INF	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	09-05-2009	5º Braga 47033	
10	9,99	- 0,5	HUGO MOURA	96 INF	Escola de Atletismo Mário Silva	14-03-2009	7º Braga 47024	
11	9,8	+ 0,7	JOÃO SILVA	96 INF	Escola de Atletismo Mário Silva	09-05-2009	6º Braga 47033	
12	1 1,18	+ 1,6	JOÃO LIMA	97 INF	Escola de Atletismo Mário Silva	02-05-2009	7º Braga 47031	



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos**200 Metros**

Top

2 7,44

1	2 2,72	+ 0,8	JORGE MOREIRA	91 JUN	Vitória Sport Clube	12-07-2009	8º Lisboa (EUL) 03033
2	2 2,76	+ 1,1	RAÚL VELOSO	81 SEN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	19-07-2009	3º Maia 41037
3	2 3,53	+ 1,1	RICARDO TORRES	89 S23	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	19-07-2009	5º Maia 41037
4	2 3,74	- 0,4	IVO COSTA	84 SEN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	27-06-2009	4º Braga 47037
5	2 3,78	+ 1,6	BRUNO GIESTEIRA	93 JUV	Sporting Clube de Braga	08-07-2009	3º Braga 47038
6	2 3,83	+ 1,4	MARCELINO VIEIRA	91 JUN	Sporting Clube de Braga	01-07-2009	2º Maia 41035
7	2 3,83	+ 0,8	DIOGO MIRANDA	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	19-07-2009	3º Maia 41037
8	2 3,94	+ 0,6	JOAQUIM RODRIGUES	90 JUN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	31-05-2009	3º Vários 03021
9	2 4,12	+ 1,1	MÁRCIO PEREIRA	89 S23	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	1º Guimarães 47028
10	2 4,15	+ 1,1	RUI ARAÚJO	88 S23	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	2º Guimarães 47028
11	2 4,15	+ 1,9	RUI GOMES	87 S23	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	19-07-2009	5º Maia 41037
12	2 4,22	- 1,1	HÉLDER PINTO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	21-06-2009	4º Guimarães 41033
13	2 4,24	+ 1,6	JOÃO VELOSO	89 S23	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	08-07-2009	5º Braga 47038
14	2 4,26	+ 0,8	NUNO SOUSA	89 S23	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	19-07-2009	5º Maia 41037
15	2 4,31	+ 1,7	FRANCISCO ARAÚJO	93 JUV	ESC.PROF.GONCALO SAMPAIO	19-07-2009	4º Maia 41037
16	2 4,54	+ 1,6	BRUNO MARTINS	90 JUN	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	08-07-2009	6º Braga 47038
17	2 4,65	+ 1,6	DANIEL COSTA	91 JUN	Individual	08-07-2009	7º Braga 47038
18	2 4,70	+ 0,7	ANDRÉ ARAÚJO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	08-07-2009	2º Braga 47038
19	2 4,83	- 2,0	DIOGO RIBEIRO	90 JUN	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	07-06-2009	5º Braga 47035
20	2 4,90	+ 0,7	JOSÉ DIAS	92 JUV	Sporting Clube de Braga	08-07-2009	3º Braga 47038
21	2 5,25	+ 0,4	CARLOS RODRIGUES	90 JUN	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	23-05-2009	4º Braga 47034
22	2 5,28	+ 1,9	JOÃO SÁ	93 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	19-07-2009	6º Maia 41037
23	2 5,33	+ 0,4	JOSÉ RODRIGUES	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	23-05-2009	5º Braga 47034
24	2 5,52	+ 0,4	DIOGO CRUZ	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	07-06-2009	2º Braga 47035
25	2 5,61	+ 0,1	PEDRO NOVAIS	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	23-05-2009	2º Braga 47034
26	2 5,69	+ 0,3	IURI COSTA	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	19-04-2009	6º Braga 47030
27	2 5,85	- 1,1	MARCO SANTOS	92 JUV	Vitória Sport Clube	21-06-2009	8º Guimarães 41033
28	2 5,91	- 2,1	NUNO VIEIRA	82 SEN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	10-05-2009	7º Braga 47033
29	2 6,14	+ 0,4	PEDRO SILVA	95 INI	Sporting Clube de Braga	07-06-2009	4º Braga 47035
30	2 6,26	+ 0,7	GABRIEL FERNANDES	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	08-07-2009	6º Braga 47038
31	2 6,47	+ 0,7	LUÍS ABREU	90 JUN	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	08-07-2009	7º Braga 47038
32	2 7,01	- 2,1	GIL FREITAS	93 JUV	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	10-05-2009	8º Braga 47033
33	2 7,02	- 2,2	JOÃO FERNANDES	93 JUV	Vitória Sport Clube	21-06-2009	5º Guimarães 41033
34	2 7,44	+ 1,1	DANIEL RIBEIRO	91 JUN	Individual	05-04-2009	6º Guimarães 47028



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos

							150 Metros	Top	2 1,08
1	1 7,94	+ 1,1	JOÃO SIMÕES	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	15-07-2009	1º	Maia 41036	
2	1 8,46	+ 0,8	JOSÉ MACEDO	94 INI	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	15-07-2009	1º	Maia 41036	
3	1 8,65	+ 0,2	RICARDO FERREIRA	95 INI	Sporting Clube de Braga	15-07-2009	1º	Maia 41036	
4	1 8,69	+ 0,3	FÁBIO CUNHA	94 INI	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	15-07-2009	3º	Maia 41036	
5	1 8,71	+ 2,0	PEDRO SILVA	95 INI	Sporting Clube de Braga	15-07-2009	1º	Maia 41036	
6	1 9,24	+ 0,2	DIOGO CRUZ	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	15-07-2009	2º	Maia 41036	
7	1 9,26	- 1,1	SÉRGIO CAMPOS	96 INF	Sporting Clube de Braga	10-05-2009	1º	Braga 47033	
8	1 9,33	+ 0,3	PEDRO PINHEIRO	94 INI	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	15-07-2009	6º	Maia 41036	
9	2 0,80	+ 2,0	RENATO MIRANDA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	15-07-2009	5º	Maia 41036	
10	2 1,08	+ 1,1	JORGE RODRIGUES	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	15-07-2009	6º	Maia 41036	



Masculinos

250 Metros Planos

Top

4 0,17

1	3 2,59	DIOGO CRUZ	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	13-06-2009	2º	Póvoa de Varzim 41030
2	3 3,35	FÁBIO CUNHA	94 INI	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	13-06-2009	5º	Póvoa de Varzim 41030
3	3 3,82	PEDRO PINHEIRO	94 INI	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	13-06-2009	7º	Póvoa de Varzim 41030
4	3 3,96	NUNO COSTA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	13-06-2009	3º	Póvoa de Varzim 41030
5	3 4,43	TIAGO ALVES	94 INI	LIBERDADE FUTEBOL CLUBE	13-06-2009	2º	Póvoa de Varzim 41030
6	3 4,93	PEDRO SILVA	95 INI	Sporting Clube de Braga	10-05-2009	3º	Braga 47033
7	3 6,03	HÉLDER DURÃES	94 INI	Sporting Clube de Braga	13-06-2009	4º	Póvoa de Varzim 41030
8	3 6,05	JOSÉ GOMES	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	10-05-2009	4º	Braga 47033
9	3 6,42	ANDRÉ ALVES	95 INI	GRUPO REC.ASSOC.DE CRUZ	13-06-2009	5º	Póvoa de Varzim 41030
10	3 6,43	DIOGO MENDES	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	13-06-2009	6º	Póvoa de Varzim 41030
11	3 6,74	HUGO AZEVEDO	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	10-05-2009	5º	Braga 47033
12	3 9,01	MIGUEL COSTA	95 INI	Grupo Recreativo Associativo da Cru	13-06-2009	6º	Póvoa de Varzim 41030
13	4 0,17	SEBASTIÃO FREITAS	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	10-05-2009	6º	Braga 47033



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos**300 Metros Planos**

Top

4 6,30

1	3 7,28	DIOGO MIRANDA	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	02-05-2009	1º Braga 47031
2	3 8,83	BRUNO GIESTEIRA	93 JUV	Sporting Clube de Braga	28-03-2009	2º Braga 47026
3	3 8,95	DUARTE SILVA	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	14-03-2009	4º Braga 47024
4	3 9,39	FRANCISCO ARAÚJO	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	02-05-2009	2º Braga 47031
5	3 9,82	PEDRO NOVAIS	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	02-05-2009	3º Braga 47031
6	3 9,86	JOSÉ DIAS	92 JUV	Sporting Clube de Braga	02-05-2009	4º Braga 47031
7	3 9,91	DIOGO CRUZ	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	06-06-2009	1º Braga 47035
8	4 0,71	JOSÉ RODRIGUES	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	02-05-2009	5º Braga 47031
9	4 0,78	CHISOKA SIMÕES	92 JUV	Sporting Clube de Braga	06-06-2009	2º Braga 47035
10	4 1,02	IURI COSTA	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	02-05-2009	6º Braga 47031
11	4 1,03	GABRIEL FERNANDES	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	04-04-2009	1º Guimarães 47028
12	4 1,04	ANDRÉ ARAÚJO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	04-04-2009	4º Guimarães 47028
13	4 1,20	TIAGO VIEIRA	92 JUV	Sporting Clube de Braga	02-05-2009	1º Braga 47031
14	4 1,24	NUNO COSTA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	06-06-2009	3º Braga 47035
15	4 1,44	PEDRO PINHEIRO	94 INI	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	06-06-2009	4º Braga 47035
16	4 1,62	JOÃO PACHECO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	04-04-2009	2º Guimarães 47028
17	4 1,63	GIL FREITAS	93 JUV	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	06-06-2009	5º Braga 47035
18	4 2,24	JOÃO SÁ	93 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	02-05-2009	7º Braga 47031
19	4 3,47	TIAGO OLIVEIRA	93 JUV	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	28-03-2009	7º Braga 47026
20	4 3,89	TIAGO SILVA	95 INI	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	06-06-2009	6º Braga 47035
21	4 4,37	DIOGO MENDES	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	06-06-2009	7º Braga 47035
22	4 5,78	HUGO FERREIRA	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	04-04-2009	6º Guimarães 47028
23	4 6,30	LEONARDO SÁ	93 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	04-04-2009	4º Guimarães 47028



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos**400 Metros Planos**

Top

6 2,30

1	5 0,60	MIGUEL GONÇALVES	89 S23	Sporting Clube de Braga	30-05-2009	2º Vários 03021
2	5 1,17	JOSÉ ARAÚJO	83 SEN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	27-06-2009	1º Braga 47037
3	5 1,42	MÁRCIO PEREIRA	89 S23	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	02-05-2009	1º Braga 47031
4	5 1,56	RENATO SILVA	81 SEN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	13-05-2009	2º Maia 41023
5	5 1,76	RICARDO TORRES	89 S23	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	08-07-2009	1º Braga 47038
6	5 1,88	RUI GOMES	87 S23	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	13-05-2009	3º Maia 41023
7	5 1,95	DIOGO MIRANDA	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	15-07-2009	3º Maia 41036
8	5 1,99	RUI ARAÚJO	88 S23	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	18-04-2009	2º Braga 47030
9	5 2,96	IVO COSTA	84 SEN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	13-05-2009	2º Maia 41023
10	5 4,43	MIGUEL MOREIRA	92 JUV	Liberdade Futebol Clube	18-04-2009	6º Braga 47030
11	5 4,55	BRUNO MARTINS	90 JUN	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	08-07-2009	4º Braga 47038
12	5 6,32	NUNO VIEIRA	82 SEN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	23-05-2009	1º Braga 47034
13	5 6,32	JOSÉ DIAS	92 JUV	Sporting Clube de Braga	08-07-2009	5º Braga 47038
14	5 6,63	DANIEL COSTA	91 JUN	Individual	06-06-2009	2º Braga 47035
15	5 6,97	VITOR BRAVO	85 SEN	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	02-05-2009	7º Braga 47031
16	5 7,37	TIAGO LOUREIRO	91 JUN	Liberdade Futebol Clube	18-04-2009	3º Braga 47030
17	5 7,90	BRUNO MAGALHÃES	90 JUN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	04-04-2009	6º Guimarães 47028
18	5 8,11	IURI COSTA	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	08-07-2009	6º Braga 47038
19	5 8,30	GABRIEL FERNANDES	93 JUV	ESC.PROF.GONCALO SAMPAIO	18-07-2009	2º Maia 41037
20	5 8,96	JOSÉ NUNES	87 S23	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	08-07-2009	7º Braga 47038
21	5 9,72	LUÍS ABREU	90 JUN	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	23-05-2009	3º Braga 47034
22	6 1,92	LUÍS MORAIS	92 JUV	ESC.PROF.GONCALO SAMPAIO	20-06-2009	5º Guimarães 41033
23	6 2,30	CHISOKA SIMÕES	92 JUV	Sporting Clube de Braga	18-04-2009	7º Braga 47030



Masculinos

							600 Metros		Top	2 1 0,41
1	1 3 7,99	PEDRO MEIRELES	96 INF	Sporting Clube de Braga	14-03-2009	1º	Braga 47024			
2	1 4 6,22	PEDRO SILVA	96 INF	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	10-05-2009	2º	Braga 47033			
3	1 4 7,24	SÉRGIO CAMPOS	96 INF	Sporting Clube de Braga	27-06-2009	2º	Braga 47037			
4	1 5 0,43	DAVID FERNANDES	97 INF	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	10-05-2009	3º	Braga 47033			
5	1 5 2,01	RAFAEL SILVA	97 INF	Liberdade Futebol Clube	14-03-2009	4º	Braga 47024			
6	1 5 3,69	LEANDRO AZEVEDO	97 INF	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	10-05-2009	4º	Braga 47033			
7	1 5 6,86	BRUNO OLIVEIRA	98 BEN-B	Grupo Recreativo Associativo da Cru	10-05-2009	5º	Braga 47033			
8	2 0 3,38	LUÍS MACHADO	96 INF	Associação de Moradores da Embola	14-03-2009	5º	Braga 47024			
9	2 0 4,28	NUNO SILVA	97 INF	Associação de Moradores da Embola	14-03-2009	6º	Braga 47024			
10	2 0 7,85	DIOGO SILVEIRA	99 BEN-B	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	10-05-2009	6º	Braga 47033			
11	2 0 8,39	GUILHERME FREITAS	98 BEN-B	Escola de Atletismo Mário Silva	27-06-2009	3º	Braga 47037			
12	2 1 0,41	MANUEL FERNANDES	96 INF	Escola de Atletismo Mário Silva	27-06-2009	4º	Braga 47037			



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos

				800 Metros		Top	2 4 1,83
1	1 5 0,61	RENATO SILVA	81 SEN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	14-06-2009	1º	Leiria 03028
2	1 5 4,81	MÁRCIO PEREIRA	89 S23	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	19-04-2009	1º	Braga 47030
3	1 5 5,67	JOSÉ SILVA	89 S23	Sporting Clube de Braga	19-04-2009	2º	Braga 47030
4	1 5 5,88	JOSÉ ARAÚJO	83 SEN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	01-07-2009	6º	Maia 41035
5	1 5 9,62	ANDRÉ SILVA	92 JUV	Liberdade Futebol Clube	19-04-2009	2º	Braga 47030
6	2 0 1,09	MARCO OLIVEIRA	90 JUN	Núcleo de Atletismo de Joane	19-04-2009	3º	Braga 47030
7	2 0 1,90	DAVID FERNANDES	90 JUN	Núcleo de Atletismo de Joane	17-06-2009	7º	Póvoa de Varzim 41031
8	2 0 1,93	MIGUEL MOREIRA	92 JUV	Liberdade Futebol Clube	28-06-2009	1º	LUSO 03031
9	2 0 3,33	PAULO MENDES	92 JUV	Grupo Desportivo Unidos do Cano	03-05-2009	2º	Braga 47031
10	2 0 4,12	JOSÉ SILVA	90 JUN	LIBERDADE FUTEBOL CLUBE	03-06-2009	5º	Póvoa de Varzim 41028
11	2 0 4,18	MIGUEL MOREIRA	86 SEN	Individual	19-04-2009	5º	Braga 47030
12	2 0 4,18	TIAGO LOUREIRO	91 JUN	LIBERDADE FUTEBOL CLUBE	03-06-2009	6º	Póvoa de Varzim 41028
13	2 0 4,70	FRANCISCO RODRIGU	95 INI	Grupo Recreativo Associativo da Cru	10-05-2009	1º	Braga 47033
14	2 0 6,53	VITOR BRAVO	85 SEN	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	07-06-2009	1º	Braga 47035
15	2 0 7,29	FERNANDO PINTO	94 INI	Sporting Clube de Braga	07-06-2009	3º	Braga 47035
16	2 0 9,79	VÍTOR BRAVO	85 SEN	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	31-05-2009	8º	Vários 03021
17	2 1 1,91	RAFAEL VILAS BOAS	95 INI	Sporting Clube de Braga	28-03-2009	1º	Braga 47026
18	2 1 2,36	EMANUEL OLIVEIRA	93 JUV	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	03-05-2009	4º	Braga 47031
19	2 1 3,83	DAVID CUNHA	90 JUN	Grupo Desportivo Unidos do Cano	03-05-2009	5º	Braga 47031
20	2 1 5,49	GIL FREITAS	93 JUV	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	03-05-2009	6º	Braga 47031
21	2 1 7,02	DIOGO VIEIRA	82 SEN	Individual - Braga	14-03-2009	6º	Braga 47024
22	2 1 8,08	TIAGO ALVES	94 INI	Liberdade Futebol Clube	10-05-2009	2º	Braga 47033
23	2 1 9,43	PAULO ROSÁRIO	94 INI	Sporting Clube de Braga	27-06-2009	2º	Braga 47037
24	2 2 1,32	EDUARDO LOPES	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	27-06-2009	4º	Braga 47037
25	2 2 4,70	TIAGO FERREIRA	93 JUV	Grupo Desportivo Unidos do Cano	03-05-2009	7º	Braga 47031
26	2 2 5,25	SÉRGIO PEREIRA	94 INI	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	10-05-2009	3º	Braga 47033
27	2 2 6,63	NUNO COSTA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	28-03-2009	2º	Braga 47026
28	2 3 1,28	LUÍS CARNEIRO	94 INI	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	10-05-2009	4º	Braga 47033
29	2 3 3,08	JOÃO RIBEIRO	95 INI	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	10-05-2009	5º	Braga 47033
30	2 3 5,91	ANDRÉ ALVES	95 INI	Grupo Recreativo Associativo da Cru	10-05-2009	6º	Braga 47033
31	2 3 8,46	LUÍS ZAIDI	93 JUV	Individual	03-05-2009	8º	Braga 47031
32	2 4 1,83	FAVIO BARBOSA	93 JUV	Individual	23-05-2009	4º	Braga 47034

**Masculinos****1.000 Metros**

Top 4 4 0,96

1	2 3 7,53	ANDRÉ SILVA	92 JUV	Liberdade Futebol Clube	23-05-2009	1º Braga 47034	
2	2 3 7,78	FRANCISCO RODRIGU	95 INI	Associação de Atletismo de Braga	17-05-2009	1º Albufeira 03020	RR
3	2 4 1,82	MIGUEL MOREIRA	92 JUV	Liberdade Futebol Clube	23-05-2009	2º Braga 47034	
4	2 4 3,19	MIGUEL FARIA	92 JUV	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	23-05-2009	3º Braga 47034	
5	2 4 8,16	RAFAEL VILAS BOAS	95 INI	Sporting Clube de Braga	14-03-2009	1º Braga 47024	
6	2 4 8,18	BRUNO QUEIRÓS	92 JUV	Sporting Clube de Braga	23-05-2009	4º Braga 47034	
7	2 4 8,33	FERNANDO PINTO	94 INI	Sporting Clube de Braga	14-03-2009	2º Braga 47024	
8	2 5 1,87	ÂNGELO RIBEIRO	93 JUV	Grupo Desportivo Unidos do Cano	23-05-2009	5º Braga 47034	
9	2 5 3,69	DIOGO MIRANDA	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	1º Guimarães 47028	
10	2 5 4,15	IURI COSTA	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	05-04-2009	2º Guimarães 47028	
11	2 5 7,16	DIOGO CRUZ	94 INI	Associação de Atletismo de Braga	19-04-2009	2º Braga 47030	
12	2 5 8,46	TIAGO ALVES	94 INI	Liberdade Futebol Clube	23-05-2009	3º Braga 47034	
13	3 0 0,09	CARLOS OLIVEIRA	95 INI	Grupo Recreativo Associativo da Cru	23-05-2009	4º Braga 47034	
14	3 0 0,85	NUNO COSTA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	03-05-2009	3º Braga 47031	
15	3 0 2,20	HUGO FERNANDES	94 INI	Grupo Desportivo Unidos do Cano	23-05-2009	6º Braga 47034	
16	3 0 2,60	PEDRO SILVA	96 INF	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	13-06-2009	2º Póvoa de Varzim 41030	
17	3 0 3,83	SÉRGIO PEREIRA	94 INI	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	23-05-2009	7º Braga 47034	
18	3 0 4,62	PEDRO MEIRELES	96 INF	Sporting Clube de Braga	23-05-2009	1º Braga 47034	
19	3 0 5,54	GABRIEL FERNANDES	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	05-04-2009	3º Guimarães 47028	
20	3 0 5,70	EDUARDO LOPES	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	14-03-2009	5º Braga 47024	
21	3 0 8,95	NARCISO VIEIRA	96 INF	Associação de Atletismo de Braga	19-04-2009	4º Braga 47030	
22	3 1 0,70	DAVID FERNANDES	97 INF	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	05-04-2009	2º Guimarães 47028	
23	3 1 1,28	LUÍS CARNEIRO	94 INI	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	23-05-2009	8º Braga 47034	
24	3 1 2,72	FRANCISCO ARAÚJO	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	05-04-2009	4º Guimarães 47028	
25	3 1 3,09	JOÃO PACHECO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	5º Guimarães 47028	
26	3 1 3,83	FÁBIO LINO	95 INI	Grupo Desportivo Unidos do Cano	23-05-2009	9º Braga 47034	
27	3 1 4,21	JOÃO RIBEIRO	95 INI	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	03-05-2009	6º Braga 47031	
28	3 1 4,59	RUI RAMOS	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	03-05-2009	7º Braga 47031	
29	3 1 6,22	ANDRÉ ARAÚJO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	6º Guimarães 47028	
30	3 1 6,78	BRUNO GIESTEIRA	93 JUV	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	7º Guimarães 47028	
31	3 1 7,75	RAFAEL SILVA	97 INF	Liberdade Futebol Clube	23-05-2009	4º Braga 47034	
32	3 1 9,68	LEANDRO AZEVEDO	97 INF	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	28-03-2009	3º Braga 47026	
33	3 2 1,55	RUI SILVA	95 INI	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	2º Guimarães 47028	
34	3 2 2,65	JOSÉ GOMES	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	05-04-2009	3º Guimarães 47028	
35	3 2 5,82	SÉRGIO CAMPOS	96 INF	Sporting Clube de Braga	03-05-2009	2º Braga 47031	
36	3 2 7,49	TIAGO SILVA	95 INI	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	28-03-2009	10º Guimarães 47025	
37	3 2 7,60	JOSÉ FARIA	96 INF	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	05-04-2009	4º Guimarães 47028	
38	3 2 8,28	TIAGO COSTA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	23-05-2009	11º Braga 47034	
39	3 2 8,73	LEONARDO SÁ	93 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	8º Guimarães 47028	
40	3 2 9,54	JOÃO CUNHA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	03-05-2009	8º Braga 47031	
41	3 3 1,83	DIOGO MENDES	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	4º Guimarães 47028	
42	3 3 6,48	JORGE RODRIGUES	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	6º Guimarães 47028	
43	3 3 9,78	MANUEL TEIXEIRA	06 SEN	Grupo Desportivo Unidos do Cano	23-05-2009	12º Braga 47034	
44	3 4 2,60	JOÃO FONTÃO	96 INF	Sporting Clube de Braga	13-06-2009	6º Póvoa de Varzim 41030	
45	3 4 4,70	RENATO MIRANDA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	6º Guimarães 47028	
46	3 4 5,49	PEDRO SILVA	95 INI	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	7º Guimarães 47028	
47	3 4 5,58	JOÃO SÁ	93 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	9º Guimarães 47028	
48	3 4 7,54	HUGO FERREIRA	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	10º Guimarães 47028	
49	3 4 7,93	HUGO AZEVEDO	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	05-04-2009	8º Guimarães 47028	
50	3 5 1,45	MIGUEL SALGADO	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	9º Guimarães 47028	
51	3 5 2,17	MANUEL FERNANDES	96 INF	Escola de Atletismo Mário Silva	23-05-2009	7º Braga 47034	
52	4 0 3,52	RICARDO FERREIRA	95 INI	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	8º Guimarães 47028	
53	4 2 4,87	VITOR BARBOSA	96 INF	ESC.PROF.GONCALO SAMPAIO	13-06-2009	12º Póvoa de Varzim 41030	



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos

1.000 Metros

Top **4 4 0,96**

54 **4 4 0,96**

BRUNO CERDEIRA

97 INF

Escola EB 2,3 Prof. Amaro Arantes - 09-05-2009

4º Braga 47033

**Masculinos****1.500 Metros**

Top 5 5 4,84

1	3 5 5,06	LUÍS MENDES	90 JUN	Núcleo de Atletismo de Joane	01-07-2009	1º	Maia 41035
2	3 5 7,10	RENATO SILVA	81 SEN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	30-05-2009	2º	Vários 03021
3	3 5 7,96	JOSÉ SILVA	89 S23	Sporting Clube de Braga	13-05-2009	3º	Maia 41023
4	3 5 7,99	SÉRGIO DIAS	85 SEN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	23-05-2009	1º	Braga 47034
5	4 0 0,77	LUÍS MENDES	90 JUN	Núcleo de Atletismo de Joane	20-06-2009	1º	Guimarães 41033
6	4 0 4,58	DOMINGOS PONTES	86 SEN	Sporting Clube de Braga	08-07-2009	1º	Braga 47038
7	4 0 4,96	ANDRÉ SILVA	92 JUV	LIBERDADE FUTEBOL CLUBE	20-06-2009	2º	Guimarães 41033
8	4 0 5,24	ANDRÉ CORREIA	83 SEN	Individual	08-07-2009	2º	Braga 47038
9	4 0 5,76	RICARDO MENDES	85 SEN	LIBERDADE FUTEBOL CLUBE	18-07-2009	4º	Maia 41037
10	4 0 6,00	RICARDO VALE	88 S23	Sporting Clube de Braga	08-07-2009	3º	Braga 47038
11	4 0 6,40	MARCO OLIVEIRA	90 JUN	Núcleo de Atletismo de Joane	11-07-2009	4º	Lisboa (EUL) 03033
12	4 1 0,00	BRUNO MOREIRA	87 S23	Individual	09-06-2009	4º	Braga 47036
13	4 1 2,30	HÉLDER PEREIRA	88 S23	Sporting Clube de Braga	08-07-2009	4º	Braga 47038
14	4 1 2,67	RÚBEN COSTA	90 JUN	Liberdade Futebol Clube	23-05-2009	3º	Braga 47034
15	4 1 3,70	JOÃO ANTUNES	89 S23	Moreirense Futebol Clube	06-06-2009	1º	Braga 47035
16	4 1 5,11	DAVID FERNANDES	90 JUN	Núcleo de Atletismo de Joane	13-05-2009	4º	Maia 41023
17	4 1 5,69	PAULO MENDES	92 JUV	Grupo Desportivo Unidos do Cano	06-06-2009	1º	Braga 47035
18	4 1 5,93	JOSÉ AZEVEDO	88 S23	Moreirense Futebol Clube	06-06-2009	2º	Braga 47035
19	4 1 7,01	HUGO SANTOS	90 JUN	Liberdade Futebol Clube	23-05-2009	4º	Braga 47034
20	4 1 7,31	EMANUEL MACHADO	89 S23	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	05-04-2009	2º	Guimarães 47028
21	4 1 7,32	ÂNGELO RIBEIRO	93 JUV	Grupo Desportivo Unidos do Cano	06-06-2009	2º	Braga 47035
22	4 1 7,72	JOSÉ SILVA	90 JUN	LIBERDADE FUTEBOL CLUBE	20-06-2009	8º	Guimarães 41033
23	4 1 8,87	FRANCISCO RODRIGU	95 INI	GRUPO REC.ASSOC.DE CRUZ	13-06-2009	2º	Póvoa de Varzim 41030
24	4 1 9,25	DAVID MENDES	90 JUN	Núcleo de Atletismo de Joane	09-06-2009	8º	Póvoa de Varzim 41031
25	4 2 0,73	CARLOS BARBOSA	91 JUN	Individual	09-06-2009	9º	Braga 47036
26	4 2 1,65	VITOR BRAVO	85 SEN	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	09-05-2009	1º	Braga 47033
27	4 2 6,61	JOSÉ FERREIRA	90 JUN	Núcleo de Atletismo de Joane	28-03-2009	7º	Maia 41016
28	4 3 1,09	FERNANDO PINTO	94 INI	Sporting Clube de Braga	06-06-2009	3º	Braga 47035
29	4 3 8,51	PAULO ROSÁRIO	94 INI	Sporting Clube de Braga	13-06-2009	3º	Póvoa de Varzim 41030
30	4 4 1,02	CARLOS OLIVEIRA	95 INI	GRUPO REC.ASSOC.DE CRUZ	13-06-2009	7º	Póvoa de Varzim 41030
31	4 4 2,07	TIAGO LOUREIRO	91 JUN	LIBERDADE FUTEBOL CLUBE	09-06-2009	11º	Póvoa de Varzim 41031
32	4 4 3,47	LUÍS MACHADO	93 JUV	Grupo Desportivo Unidos do Cano	20-06-2009	9º	Guimarães 41033
33	4 4 4,39	DAVID CUNHA	90 JUN	Grupo Desportivo Unidos do Cano	06-06-2009	3º	Braga 47035
34	4 4 6,68	TIAGO SILVA	95 INI	ESC.PROF.GONCALO SAMPAIO	13-06-2009	10º	Póvoa de Varzim 41030
35	4 4 8,23	SÉRGIO PEREIRA	94 INI	ESC.PROF.GONCALO SAMPAIO	13-06-2009	11º	Póvoa de Varzim 41030
36	4 5 0,30	JOSÉ LOPES	70 SEN	Grupo Desportivo Unidos do Cano	06-06-2009	5º	Braga 47035
37	4 5 4,30	LUÍS TEIXEIRA	92 JUV	Grupo Desportivo Unidos do Cano	06-06-2009	7º	Braga 47035
38	4 5 5,81	HÉLDER SALAZAR	95 INI	GRUPO REC.ASSOC.DE CRUZ	13-06-2009	13º	Póvoa de Varzim 41030
39	5 0 1,11	GIL FREITAS	93 JUV	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	30-05-2009	9º	Vários 03021
40	5 1 0,39	FÁBIO LINO	95 INI	Grupo Desportivo Unidos do Cano	06-06-2009	8º	Braga 47035
41	5 1 9,54	RUI RAMOS	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	13-06-2009	14º	Póvoa de Varzim 41030
42	5 5 4,84	DIOGO MARQUES	92 JUV	Individual	08-07-2009	6º	Braga 47038



Masculinos

3.000 Metros

Top 1 1 3 0,31

1	8 3 5,31	SÉRGIO DIAS	85 SEN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	14-06-2009	1º	Leiria 03028
2	8 3 8,07	RICARDO MENDES	85 SEN	LIBERDADE FUTEBOL CLUBE	03-06-2009	2º	Póvoa de Varzim 41028
3	8 4 6,42	RICARDO VALE	88 S23	Sporting Clube de Braga	31-05-2009	2º	Vários 03021
4	8 4 9,97	OSCAR MENDES	81 SEN	LIBERDADE FUTEBOL CLUBE	03-06-2009	3º	Póvoa de Varzim 41028
5	8 5 7,59	ANDRÉ SILVA	92 JUV	Associação de Atletismo de Braga	17-05-2009	3º	Albufeira 03020
6	9 0 5,60	RICARDO COSTA	90 JUN	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	10-05-2009	1º	Braga 47033
7	9 3 2,83	MIGUEL FARIA	92 JUV	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	06-06-2009	1º	Braga 47035
8	1 0 0 7,41	LUÍS MENDES	90 JUN	Núcleo de Atletismo de Joane	12-07-2009	2º	Lisboa (EUL) 03033
9	1 0 3 1,72	BRUNO PEREIRA	92 JUV	Associação de Moradores da Embola	14-03-2009	4º	Braga 47024
10	1 0 4 6,53	DIOGO FERREIRA	93 JUV	Associação de Moradores da Embola	14-03-2009	6º	Braga 47024
11	1 0 5 0,58	DIOGO ALVES	92 JUV	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	06-06-2009	2º	Braga 47035
12	1 1 3 0,31	GABRIEL FERNANDES	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	03-05-2009	4º	Braga 47031



Masculinos

5.000 Metros

Top 1 7 0 4,58

1	1 4 1 5,27	BRUNO FERREIRA	82 SEN	Núcleo de Atletismo de Joane	13-05-2009	4º	Maia 41023
2	1 4 1 7,05	RUI TEIXEIRA	82 SEN	Núcleo de Atletismo de Joane	13-05-2009	5º	Maia 41023
3	1 4 2 3,84	TIAGO COSTA	88 S23	Sporting Clube de Braga	04-07-2009	2º	Viseu 03032
4	1 4 3 7,02	FILIPE PEDRO	80 SEN	Núcleo de Atletismo de Joane	13-05-2009	6º	Maia 41023
5	1 4 4 4,78	SÉRGIO DIAS	85 SEN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	13-06-2009	1º	Leiria 03028
6	1 4 4 6,11	LUÍS MENDES	90 JUN	Núcleo de Atletismo de Joane	10-06-2009	10º	Lisboa (INATEL) 12049
7	1 4 5 3,17	RICARDO MENDES	85 SEN	LIBERDADE FUTEBOL CLUBE	15-07-2009	2º	Maia 41036
8	1 4 5 7,83	PEDRO VIEIRA	89 S23	Núcleo de Atletismo de Joane	09-06-2009	2º	Póvoa de Varzim 41031
9	1 5 0 6,61	RICARDO VALE	88 S23	Sporting Clube de Braga	13-05-2009	12º	Maia 41023
10	1 5 0 9,74	OSCAR MENDES	81 SEN	LIBERDADE FUTEBOL CLUBE	15-07-2009	4º	Maia 41036
11	1 5 1 0,77	MIGUEL RIBEIRO	87 S23	Sporting Clube de Braga	09-06-2009	3º	Póvoa de Varzim 41031
12	1 5 1 4,77	JOSÉ AZEVEDO	88 S23	Moreirense Futebol Clube	09-06-2009	4º	Braga 47036
13	1 5 1 5,94	RICARDO DIAS	85 SEN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	13-05-2009	14º	Maia 41023
14	1 5 2 0,24	DANIEL PINHEIRO	83 SEN	Núcleo de Atletismo de Joane	18-07-2009	1º	Maia 41037
15	1 5 3 4,79	JOÃO ANTUNES	89 S23	Moreirense Futebol Clube	13-05-2009	17º	Maia 41023
16	1 5 4 3,55	MARCO OLIVEIRA	90 JUN	Núcleo de Atletismo de Joane	13-05-2009	18º	Maia 41023
17	1 5 5 0,17	JOSÉ AZEVEDO	89 S23	Moreirense Futebol Clube	09-06-2009	4º	Póvoa de Varzim 41031
18	1 6 0 3,45	RICARDO COSTA	90 JUN	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	11-07-2009	6º	Lisboa (EUL) 03033
19	1 7 0 4,58	FÁBIO COELHO	86 SEN	Núcleo de Atletismo de Joane	13-05-2009	21º	Maia 41023



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos

10.000 Metros

Top 3 3 0 5,91

1	2 9 5 7,64	RUI TEIXEIRA	82 SEN	Núcleo de Atletismo de Joane	27-06-2009	3º	Maia 41034
2	3 0 2 6,84	DANIEL PINHEIRO	83 SEN	Núcleo de Atletismo de Joane	27-06-2009	5º	Maia 41034
3	3 1 1 5,61	SÉRGIO DIAS	85 SEN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	27-06-2009	7º	Maia 41034
4	3 2 3 0,30	JOSÉ AZEVEDO	88 S23	Moreirense Futebol Clube	27-06-2009	9º	Maia 41034
5	3 3 0 5,91	JOÃO ANTUNES	89 S23	Moreirense Futebol Clube	27-06-2009	11º	Maia 41034



Masculinos

60 M Barr.Inf.M/F-76

Top

1 3,53

1	1 0,69	+ 0,6	NARCISO VIEIRA	96 INF	Associação de Atletismo de Braga	19-04-2009	3º Braga 47030
2	1 1,95	+ 0,1	DAVID FERNANDES	97 INF	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	05-04-2009	4º Guimarães 47028
3	1 1,98	+ 0,1	JOSÉ FARIA	96 INF	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	05-04-2009	5º Guimarães 47028
4	1 1,98	+ 0,6	PEDRO MEIRELES	96 INF	Associação de Atletismo de Braga	19-04-2009	5º Braga 47030
5	1 2,64	- 2,0	SÉRGIO CAMPOS	96 INF	Sporting Clube de Braga	10-05-2009	2º Braga 47033
6	1 3,53	- 2,0	TIAGO LOBO	96 INF	Atletismo Clube De Braga	10-05-2009	3º Braga 47033



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos**100 M Barreiras-0.84**

Top

2 3,16

1	1 5,50	- 1,4	PEDRO SILVA	95 INI	Sporting Clube de Braga	03-05-2009	2º Braga 47031	
2	1 6,02	+ 1,0	RAFAEL VILAS BOAS	95 INI	Associação de Atletismo de Braga	19-04-2009	1º Braga 47030	
3	1 6,73	+ 1,0	DIOGO CRUZ	94 INI	Associação de Atletismo de Braga	19-04-2009	3º Braga 47030	
4	1 7,51	+ 1,2	TIAGO COSTA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	03-05-2009	3º Braga 47031	Q
5	1 7,89	+ 0,6	JORGE RODRIGUES	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	3º Guimarães 47028	
6	1 9,25	+ 0,6	RUI SILVA	95 INI	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	5º Guimarães 47028	
7	1 9,39	- 1,4	HUGO RUIVO	95 INI	Sporting Clube de Braga	03-05-2009	6º Braga 47031	
8	1 9,73	+ 0,9	MIGUEL SALGADO	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	3º Guimarães 47028	
9	1 9,79	+ 1,2	JOSÉ GOMES	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	03-05-2009	5º Braga 47031	q
10	1 9,84	+ 0,9	NUNO COSTA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	4º Guimarães 47028	
11	2 0,52		RENATO MIRANDA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	28-03-2009	4º Braga 47026	
12	2 0,93	+ 0,7	RUI RAMOS	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	3º Guimarães 47028	
13	2 1,35	+ 0,9	DIOGO MENDES	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	5º Guimarães 47028	
14	2 1,47	+ 0,9	RICARDO FERREIRA	95 INI	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	6º Guimarães 47028	
15	2 2,56	+ 1,0	TIAGO SILVA	95 INI	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	03-05-2009	4º Braga 47031	
16	2 3,05	+ 0,7	HUGO AZEVEDO	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	05-04-2009	4º Guimarães 47028	
17	2 3,16	+ 0,7	EDUARDO LOPES	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	05-04-2009	5º Guimarães 47028	



Masculinos

110 M Barreiras-0.91

Top

2 1,92

1	1 5,80	+ 0,4	HÉLDER PINTO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	06-06-2009	1º Braga 47035
2	1 6,03		DUARTE SILVA	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	28-03-2009	1º Braga 47026
3	1 7,95	0,0	DIOGO MIRANDA	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	1º Guimarães 47028
4	1 8,19	0,0	BRUNO GIESTEIRA	93 JUV	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	2º Guimarães 47028
5	1 8,30	0,0	GABRIEL FERNANDES	93 JUV	Associação de Atletismo de Braga	19-04-2009	6º Braga 47030
6	1 9,81	+ 0,3	HUGO FERREIRA	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	2º Guimarães 47028
7	2 0,16	+ 0,3	JOÃO SÁ	93 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	3º Guimarães 47028
8	2 0,29	0,0	JOÃO PACHECO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	3º Guimarães 47028
9	2 0,97	0,0	ANDRÉ ARAÚJO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	4º Guimarães 47028
10	2 1,12	0,0	FRANCISCO ARAÚJO	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	05-04-2009	5º Guimarães 47028
11	2 1,92	+ 0,3	LEONARDO SÁ	93 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	4º Guimarães 47028



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos

110 M Barreiras-1.06

Top

1 9,76

1 **1 9,76** - 1,7 **BRUNO MAGALHÃES** 90 JUN Clube de Cultura e Desporto Ribeirão 31-05-2009 5º *Vários 03021*



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos

300 M Barreiras-0,84

Top

5 2,83

1	4 5,39	LUÍS PEIXOTO	94 INI	Escola EB 2,3 Prof. Amaro Arantes - 07-06-2009	4º Braga 47035
2	5 2,83	RENATO MIRANDA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão 07-06-2009	7º Braga 47035



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos

250 M Barreiras-0.76

Top

4 0,49

1	4 0,49	TIAGO SILVA	95 INI	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	10-05-2009	1º Braga 47033
---	---------------	--------------------	--------	-------------------------------------	------------	----------------



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos

400 M Barreiras-0.91

Top

6 1,95

1	5 7,17	RUI GOMES	87 S23	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	30-05-2009	2º	Vários 03021
2	5 9,86	ÂNGELO ARAÚJO	76 SEN	Individual	08-07-2009	1º	Braga 47038
3	6 1,95	ALBERTO CASTRO	90 JUN	Individual	09-06-2009	2º	Braga 47036



Masculinos

1.500 Mt.Obstáculos

Top 5 2 0,93

1	4 4 8,69	CARLOS OLIVEIRA	95 INI	Grupo Recreativo Associativo da Cru	09-05-2009	1º Braga 47033
2	4 5 0,44	FERNANDO PINTO	94 INI	Sporting Clube de Braga	09-05-2009	2º Braga 47033
3	4 5 0,79	TIAGO SILVA	95 INI	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	02-05-2009	2º Braga 47031
4	5 0 1,43	EDUARDO LOPES	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	02-05-2009	3º Braga 47031
5	5 0 5,54	SÉRGIO PEREIRA	94 INI	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	09-05-2009	4º Braga 47033
6	5 0 5,70	DIOGO CRUZ	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	28-03-2009	3º Braga 47026
7	5 0 6,71	HUGO FERNANDES	94 INI	Grupo Desportivo Unidos do Cano	02-05-2009	5º Braga 47031
8	5 1 5,71	LUÍS CARNEIRO	94 INI	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	02-05-2009	6º Braga 47031
9	5 2 0,93	JOÃO RIBEIRO	95 INI	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	02-05-2009	7º Braga 47031



Masculinos

2.000 Mt.Obstáculos

Top 8 0 1,16

1	6 3 7,15	MIGUEL FARIA	92 JUV	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	28-06-2009	15º LUSO 03031
2	7 0 9,53	EMANUEL OLIVEIRA	93 JUV	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	02-05-2009	2º Braga 47031
3	7 2 7,04	LUÍS MACHADO	93 JUV	Grupo Desportivo Unidos do Cano	02-05-2009	3º Braga 47031
4	8 0 1,16	LUÍS TEIXEIRA	92 JUV	Grupo Desportivo Unidos do Cano	02-05-2009	4º Braga 47031



Masculinos

3.000 Mt.Obstáculos

Top 10 08,77

1	9 2 4,62	RICARDO DIAS	85 SEN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	14-06-2009	4º	Leiria 03028
2	9 2 9,70	MARCO OLIVEIRA	90 JUN	Núcleo de Atletismo de Joane	12-07-2009	2º	Lisboa (EUL) 03033
3	9 3 4,95	RICARDO COSTA	90 JUN	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	21-06-2009	1º	Guimarães 41033
4	9 4 4,36	MIGUEL RIBEIRO	87 S23	Sporting Clube de Braga	31-05-2009	2º	Vários 03021
5	9 4 5,06	RICARDO MENDES	85 SEN	LIBERDADE FUTEBOL CLUBE	19-07-2009	2º	Maia 41037
6	9 5 8,64	SÉRGIO DIAS	85 SEN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	19-07-2009	4º	Maia 41037
7	1 0 0 8,77	EMANUEL MACHADO	89 S23	ESC.PROF.GONCALO SAMPAIO	19-07-2009	5º	Maia 41037



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos**Salto em Altura**

Top

1,20

1	1,92	SÉRGIO COSTA	82 SEN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	23-05-2009	2º	Braga 47034
2	1,80	SÉRGIO SILVA	85 SEN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	18-07-2009	5º	Maia 41037
3	1,75	RAFAEL VILAS BOAS	95 INI	Sporting Clube de Braga	28-03-2009	1º	Braga 47026
4	1,75	MARCO CUNHA	92 JUV	Escola EB 2,3 Prof. Amaro Arantes -	09-05-2009	1º	Braga 47033
5	1,75	HÉLDER PINTO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	07-06-2009	1º	Braga 47035
6	1,60	LUÍS PEIXOTO	94 INI	Escola EB 2,3 Prof. Amaro Arantes -	07-06-2009	2º	Braga 47035
7	1,58	NUNO COSTA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	02-05-2009	1º	Braga 47031
8	1,56	JOÃO PACHECO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	2º	Guimarães 47028
9	1,56	BRUNO GIESTEIRA	93 JUV	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	1º	Guimarães 47028
10	1,55	TIAGO COSTA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	28-03-2009	2º	Braga 47026
11	1,52	FRANCISCO ARAÚJO	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	05-04-2009	3º	Guimarães 47028
12	1,48	DIOGO MIRANDA	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	4º	Guimarães 47028
13	1,48	JORGE RODRIGUES	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	4º	Guimarães 47028
14	1,48	RICARDO FERREIRA	95 INI	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	6º	Guimarães 47028
15	1,44	DIOGO CRUZ	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	8º	Guimarães 47028
16	1,42	GABRIEL FERNANDES	93 JUV	Associação de Atletismo de Braga	19-04-2009	8º	Braga 47030
17	1,42	JOSÉ FARIA	96 INF	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	10-05-2009	1º	Braga 47033
18	1,40	LEONARDO SÁ	93 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	5º	Guimarães 47028
19	1,40	HUGO FERREIRA	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	5º	Guimarães 47028
20	1,40	IURI COSTA	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	05-04-2009	5º	Guimarães 47028
21	1,40	ANDRÉ ARAÚJO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	5º	Guimarães 47028
22	1,40	RUI SILVA	95 INI	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	9º	Guimarães 47028
23	1,40	DIOGO MENDES	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	10º	Guimarães 47028
24	1,40	JOSÉ SALGADO	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	13-06-2009	11º	Póvoa de Varzim 41030
25	1,36	JOÃO SÁ	93 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	9º	Guimarães 47028
26	1,36	PEDRO SILVA	95 INI	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	11º	Guimarães 47028
27	1,32	MIGUEL SALGADO	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	13º	Guimarães 47028
28	1,32	EDUARDO LOPES	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	05-04-2009	12º	Guimarães 47028
29	1,32	JOSÉ GOMES	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	05-04-2009	14º	Guimarães 47028
30	1,20	HUGO AZEVEDO	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	05-04-2009	16º	Guimarães 47028
31	1,20	RENATO MIRANDA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	15º	Guimarães 47028



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos

Salto Com Vara

Top

2,40

1	4,38	DIOGO SILVA	89 S23	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	14-06-2009	1º Leiria 03028
2	2,50	HÉLDER PINTO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	10-05-2009	2º Braga 47033
3	2,40	MANUEL PINTO	56 VET	Atletismo Clube De Braga	04-07-2009	1º Luso 38040

**Masculinos****Salto em Comprimento**

Top 2,85

1	6,82	+ 1,2	SÉRGIO SILVA	85 SEN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	01-07-2009	4º	Maia 41035
2	6,16	+ 1,6	JOAQUIM RODRIGUES	90 JUN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	18-07-2009	4º	Maia 41037
3	6,15	0,0	DIOGO MIRANDA	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	02-05-2009	1º	Braga 47031
4	5,84	+ 1,2	HÉLDER PINTO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	02-05-2009	2º	Braga 47031
5	5,80	+ 0,3	DAVID MELO	89 S23	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	09-05-2009	6º	Braga 47033
6	5,80	+ 0,2	BRUNO MARTINS	90 JUN	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	09-05-2009	5º	Braga 47033
7	5,67	+ 0,1	FRANCISCO ARAÚJO	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	02-05-2009	3º	Braga 47031
8	5,63	+ 1,6	RUI GOMES	87 S23	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	18-07-2009	16º	Maia 41037
9	5,62	- 0,3	JOSÉ DIAS	92 JUV	Sporting Clube de Braga	02-05-2009	4º	Braga 47031
10	5,59	+ 0,3	ANDRÉ ARAÚJO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	02-05-2009	5º	Braga 47031
11	5,51	+ 0,6	RAFAEL VILAS BOAS	95 INI	Sporting Clube de Braga	04-04-2009	1º	Guimarães 47028
12	5,49	+ 1,9	BRUNO GIESTEIRA	93 JUV	Sporting Clube de Braga	04-04-2009	2º	Guimarães 47028
13	5,46	+ 1,9	RICARDO FERREIRA	95 INI	Sporting Clube de Braga	27-06-2009	1º	Braga 47037
14	5,44	+ 0,4	GABRIEL FERNANDES	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	08-07-2009	7º	Braga 47038
15	5,40	- 0,8	DUARTE SILVA	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	28-03-2009	2º	Braga 47026
16	5,40	+ 0,1	PEDRO NOVAIS	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	02-05-2009	7º	Braga 47031
17	5,35	+ 0,4	PAULO SILVA	94 INI	Clube Recreativo Cultural Amarense	03-05-2009	1º	Braga 47031
18	5,30	- 0,1	JOÃO PACHECO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	02-05-2009	8º	Braga 47031
19	5,20	+ 1,3	DIOGO ARAÚJO	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	03-05-2009	4º	Braga 47031
20	5,09	0,0	RUI SILVA	95 INI	Sporting Clube de Braga	06-06-2009	5º	Braga 47035
21	5,08	+ 0,7	JOÃO SÁ	93 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	09-05-2009	11º	Braga 47033
22	5,07	- 0,4	JOSÉ SALGADO	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	03-05-2009	5º	Braga 47031
23	5,06	+ 1,8	CHISOKA SIMÕES	92 JUV	Sporting Clube de Braga	27-06-2009	8º	Braga 47037
24	4,98	0,0	PEDRO SILVA	95 INI	Sporting Clube de Braga	14-03-2009	4º	Braga 47024
25	4,93	+ 0,4	TIAGO COSTA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	03-05-2009	8º	Braga 47031
26	4,89	+ 0,2	DIOGO CRUZ	94 INI	Associação de Atletismo de Braga	18-04-2009	6º	Braga 47030
27	4,86	+ 0,4	LEONARDO SÁ	93 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	02-05-2009	10º	Braga 47031
28	4,87	+ 0,9	HUGO FERREIRA	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	01-07-2009	22º	Maia 41035
29	4,80		NARCISO VIEIRA	96 INF	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	28-03-2009	4º	Guimarães 47025
30	4,80	+ 1,9	NUNO COSTA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	04-04-2009	7º	Guimarães 47028
31	4,80	+ 1,5	RENATO MIRANDA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	06-06-2009	8º	Braga 47035
32	4,77	+ 1,5	GUILHERME CAPELA	94 INI	Clube Recreativo Cultural Amarense	03-05-2009	10º	Braga 47031
33	4,77	+ 0,6	JOÃO CUNHA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	09-05-2009	4º	Braga 47033
34	4,76	+ 0,1	PEDRO MEIRELES	96 INF	Sporting Clube de Braga	14-03-2009	1º	Braga 47024
35	4,73	0,0	IURI COSTA	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	04-04-2009	10º	Guimarães 47028
36	4,69	- 0,6	TIAGO SILVA	95 INI	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	03-05-2009	12º	Braga 47031
37	4,69	- 0,3	JOSÉ FARIA	96 INF	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	09-05-2009	2º	Braga 47033
38	4,66	0,0	LUÍS MORAIS	92 JUV	ESC.PROF.GONCALO SAMPAIO	20-06-2009	20º	Guimarães 41033
39	4,62	0,0	ROMEU SILVA	96 INF	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	09-05-2009	3º	Braga 47033
40	4,58	+ 1,7	MIGUEL SALGADO	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	04-04-2009	10º	Guimarães 47028
41	4,54	+ 0,2	MARCO SANTOS	92 JUV	Vitória Sport Clube	06-06-2009	10º	Braga 47035
42	4,53	0,0	TIAGO FERREIRA	93 JUV	Grupo Desportivo Unidos do Cano	06-06-2009	11º	Braga 47035
43	4,51	- 0,6	DANIEL COSTA	91 JUN	Individual	09-05-2009	13º	Braga 47033
44	4,36	+ 0,7	LUÍS CARNEIRO	94 INI	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	03-05-2009	16º	Braga 47031
45	4,37	+ 2,0	DIOGO MENDES	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	03-05-2009	15º	Braga 47031
46	4,37	- 0,4	JOÃO FERNANDES	93 JUV	Vitória Sport Clube	06-06-2009	12º	Braga 47035
47	4,27	+ 0,3	EDUARDO LOPES	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	04-04-2009	11º	Guimarães 47028
48	4,25	+ 2,0	JOSÉ GOMES	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	03-05-2009	18º	Braga 47031
49	4,23	+ 0,7	EDUARDO SOUSA	96 INF	Escola de Atletismo Mário Silva	14-03-2009	5º	Braga 47024
50	4,23	+ 0,3	RICARDO CUNHA	95 INI	Escola EB 2,3 Prof. Amaro Arantes -	09-05-2009	7º	Braga 47033
51	4,20	- 0,4	JORGE RODRIGUES	93 JUV	Escola de Atletismo Mário Silva	02-05-2009	13º	Braga 47031
52	4,18	+ 0,4	DAVID FERNANDES	97 INF	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	04-04-2009	3º	Guimarães 47028
53	4,11	+ 0,4	JORGE RODRIGUES	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	04-04-2009	15º	Guimarães 47028



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos

Salto em Comprimento						Top	2,85
54	4,10	+ 1,1	JOÃO FERNADES	93 JUV	Vitória Sport Clube	20-06-2009	23º Guimarães 41033
55	3,99	+ 0,6	MÁRCIO OLIVEIRA	95 INI	Escola EB 2,3 Prof. Amaro Arantes -	09-05-2009	8º Braga 47033
56	3,96	+ 0,3	HUGO AZEVEDO	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	04-04-2009	17º Guimarães 47028
57	3,77	+ 0,4	BRUNO SANTOS	94 INI	Vitória Sport Clube	06-06-2009	13º Braga 47035
58	3,74	- 0,4	JOÃO FERREIRA	93 JUV	Escola de Atletismo Mário Silva	02-05-2009	14º Braga 47031
59	3,74	+ 0,5	SÉRGIO CAMPOS	95 INI	Sporting Clube de Braga	03-05-2009	22º Braga 47031
60	3,71	+ 0,3	NUNO SILVA	97 INF	Associação de Moradores da Embola	14-03-2009	7º Braga 47024
61	3,71	- 0,3	RUI RAMOS	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	04-04-2009	18º Guimarães 47028
62	3,55	- 0,3	LUÍS MACHADO	96 INF	Associação de Moradores da Embola	14-03-2009	8º Braga 47024
63	3,51	+ 1,7	SEBASTIÃO FREITAS	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	03-05-2009	23º Braga 47031
64	3,40	+ 0,5	PEDRO SOUSA	95 INI	Associação de Moradores da Embola	14-03-2009	12º Braga 47024
65	3,36	+ 0,7	FÁBIO MELO	97 INF	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	09-05-2009	6º Braga 47033
66	3,25	+ 0,4	LUÍS TEIXEIRA	92 JUV	Grupo Desportivo Unidos do Cano	06-06-2009	14º Braga 47035
67	3,11	- 0,1	AUGUSTO PERES	95 INI	Sporting Clube de Braga	14-03-2009	14º Braga 47024
68	2,99	0,0	SEBASTIÃO FREITAS	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	14-03-2009	4º Braga 47024
69	2,85	0,0	HUGO MOURA	96 INF	Escola de Atletismo Mário Silva	14-03-2009	10º Braga 47024



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos**Triplo Salto**

Top

9,61

1	14,50	+ 1,2	SÉRGIO SILVA	85 SEN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	19-07-2009	1º	Maia 41037
2	12,64	0,0	MANUEL VELOSO	89 S23	Sporting Clube de Braga	31-05-2009	6º	Vários 03021
3	12,44	+ 0,8	IVO COSTA	84 SEN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	15-07-2009	8º	Maia 41036
4	12,20	+ 0,9	JOAQUIM RODRIGUES	90 JUN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	15-07-2009	9º	Maia 41036
5	12,10	+ 0,7	DUARTE SILVA	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	21-06-2009	11º	Guimarães 41033
6	12,09	0,0	BRUNO MAGALHÃES	90 JUN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	21-06-2009	12º	Guimarães 41033
7	11,85	+ 0,6	PEDRO NAVAIS	93 JUV	ESC.PROF.GONCALO SAMPAIO	21-06-2009	13º	Guimarães 41033
8	11,42	+ 0,4	JOÃO SÁ	93 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	23-05-2009	2º	Braga 47034
9	11,39	+ 0,5	HUGO FERREIRA	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	23-05-2009	3º	Braga 47034
10	11,19	+ 0,3	IURI COSTA	93 JUV	ESC.PROF.GONCALO SAMPAIO	21-06-2009	16º	Guimarães 41033
11	11,16	+ 0,6	ANDRÉ ARAÚJO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	07-06-2009	2º	Braga 47035
12	11,14	0,0	GABRIEL FERNANDES	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	07-06-2009	3º	Braga 47035
13	10,90	+ 1,2	TIAGO SILVA	95 INI	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	10-05-2009	2º	Braga 47033
14	10,59	+ 1,7	PEDRO SILVA	95 INI	Sporting Clube de Braga	07-06-2009	5º	Braga 47035
15	10,48	0,0	RICARDO FERREIRA	95 INI	Sporting Clube de Braga	07-06-2009	6º	Braga 47035
16	10,46	+ 0,4	PAULO SILVA	94 INI	Clube Recreativo Cultural Amarense	07-06-2009	7º	Braga 47035
17	10,32	+ 0,7	JOSÉ SALGADO	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	07-06-2009	8º	Braga 47035
18	10,25	+ 0,3	NUNO COSTA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	07-06-2009	9º	Braga 47035
19	10,10	+ 1,2	RENATO MIRANDA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	07-06-2009	11º	Braga 47035
20	9,79	+ 0,2	GUILHERME CAPELA	94 INI	Clube Recreativo Cultural Amarense	07-06-2009	12º	Braga 47035
21	9,61	- 0,1	TIAGO COSTA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	07-06-2009	13º	Braga 47035



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos

Lançam.Martelo-5Kg

Top

1 5,39

1	15,39	PEDRO ARAÚJO	94 INI	Sporting Clube de Braga	06-06-2009	1º Braga 47035
---	--------------	---------------------	--------	-------------------------	------------	----------------



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos

Lançam.Martelo-7,26K

Top

4 1,29

1	41,29	SÉRGIO SANTOS	86 SEN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	31-05-2009	1º	Vários 03021
---	--------------	----------------------	--------	--------------------------------------	------------	----	--------------



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos

Lançamento Peso-2Kg

Top

5,79

1

5,79

LUÍS GOMES

98 BEN-B Escola de Atletismo Mário Silva

14-03-2009

1º Braga 47024



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos

Lançamento Peso-3Kg

Top

5,62

1	10,32	PEDRO MEIRELES	96 INF	Associação de Atletismo de Braga	19-04-2009	1º Braga 47030
2	9,19	CARLOS SERINO	96 INF	Sporting Clube de Braga	09-05-2009	1º Braga 47033
3	8,40	PEDRO LOBO	96 INF	Atletismo Clube De Braga	11-04-2009	1º Guimarães 47029
4	7,96	NARCISO VIEIRA	96 INF	Associação de Atletismo de Braga	19-04-2009	6º Braga 47030
5	7,95	JOSÉ RIBEIRO	97 INF	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	09-05-2009	1º Guimarães 47032
6	7,55	TIAGO LOBO	96 INF	Atletismo Clube De Braga	11-04-2009	2º Guimarães 47029
7	7,03	JOSÉ FARIA	96 INF	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	05-04-2009	5º Guimarães 47028
8	7,00	FRANCISCO RIBEIRO	97 INF	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	13-06-2009	6º Póvoa de Varzim 41030
9	5,62	DAVID FERNANDES	97 INF	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	05-04-2009	6º Guimarães 47028



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos**Lançamento Peso-4Kg**

Top

4,99

1	12,41	JORGE RODRIGUES	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	14-03-2009	1º	Braga 47024
2	11,88	PAULO SILVA	94 INI	Clube Recreativo Cultural Amarense	02-05-2009	1º	Braga 47031
3	11,34	NUNO MONTEIRO	94 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	09-05-2009	2º	Braga 47033
4	9,95	TIAGO VEIGA	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	27-06-2009	2º	Braga 47037
5	9,55	RUI SILVA	95 INI	Sporting Clube de Braga	02-05-2009	3º	Braga 47031
6	9,33	PEDRO ARAÚJO	94 INI	Sporting Clube de Braga	28-03-2009	2º	Guimarães 47027
7	9,25	JOSÉ CARLOS MOTA	95 INI	Escola EB 2,3 Prof. Amaro Arantes -	09-05-2009	4º	Braga 47033
8	9,09	NUNO COSTA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	4º	Guimarães 47028
9	8,79	GUILHERME CAPELA	94 INI	Clube Recreativo Cultural Amarense	02-05-2009	6º	Braga 47031
10	8,76	MÁRCIO LOBO	94 INI	Atletismo Clube De Braga	02-05-2009	7º	Braga 47031
11	8,55	RUI RENO	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	13-06-2009	12º	Póvoa de Varzim 41030
12	8,47	TIAGO COSTA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	09-05-2009	8º	Braga 47033
13	8,39	TIAGO SILVA	95 INI	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	14-03-2009	3º	Braga 47024
14	8,36	RUI RAMOS	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	11-04-2009	5º	Guimarães 47029
15	8,28	PEDRO SILVA	95 INI	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	6º	Guimarães 47028
16	8,12	HUGO RUIVO	95 INI	Sporting Clube de Braga	02-05-2009	8º	Braga 47031
17	7,58	DIOGO MENDES	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	8º	Guimarães 47028
18	7,58	RAFAEL VILAS BOAS	95 INI	Associação de Atletismo de Braga	19-04-2009	8º	Braga 47030
19	7,13	DIOGO CRUZ	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	10º	Guimarães 47028
20	6,86	JOSÉ GOMES	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	05-04-2009	11º	Guimarães 47028
21	6,65	MIGUEL SALGADO	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	12º	Guimarães 47028
22	6,54	RICARDO FERREIRA	95 INI	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	14º	Guimarães 47028
23	6,46	HUGO AZEVEDO	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	05-04-2009	15º	Guimarães 47028
24	6,19	RENATO MIRANDA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	16º	Guimarães 47028
25	4,99	EDUARDO LOPES	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	05-04-2009	17º	Guimarães 47028



Masculinos

Lançamento Peso-5Kg

Top

4,76

1	13,02	JOÃO LOPES	92 JUV	Sporting Clube de Braga	07-06-2009	1º Braga 47035
2	12,28	ANDRÉ SANTOS	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	03-05-2009	2º Braga 47031
3	11,56	LUÍS LOPES	92 JUV	Sporting Clube de Braga	28-03-2009	1º Braga 47026
4	10,38	JORGE RODRIGUES	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	07-06-2009	2º Braga 47035
5	10,08	HUGO FERREIRA	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	09-05-2009	2º Braga 47033
6	9,28	JOÃO PACHECO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	04-04-2009	1º Guimarães 47028
7	9,19	JOÃO SÁ	93 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	14-03-2009	4º Braga 47024
8	9,15	IURI COSTA	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	28-03-2009	2º Braga 47026
9	8,94	DUARTE SILVA	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	04-04-2009	2º Guimarães 47028
10	8,75	ANDRÉ ARAÚJO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	04-04-2009	5º Guimarães 47028
11	8,32	PEDRO ARAÚJO	94 INI	Sporting Clube de Braga	07-06-2009	4º Braga 47035
12	8,08	GABRIEL FERNANDES	93 JUV	Associação de Atletismo de Braga	18-04-2009	7º Braga 47030
13	8,07	DIOGO MIRANDA	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	04-04-2009	7º Guimarães 47028
14	8,07	BRUNO GIESTEIRA	93 JUV	Sporting Clube de Braga	04-04-2009	8º Guimarães 47028
15	7,53	LEONARDO SÁ	93 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	04-04-2009	9º Guimarães 47028
16	7,50	RUI RAMOS	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	07-06-2009	5º Braga 47035
17	7,09	FRANCISCO ARAÚJO	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	04-04-2009	11º Guimarães 47028
18	5,61	JORGE RODRIGUES	93 JUV	Escola de Atletismo Mário Silva	14-03-2009	5º Braga 47024
19	4,76	JOÃO FERREIRA	93 JUV	Escola de Atletismo Mário Silva	14-03-2009	6º Braga 47024



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos

Lançamento Peso-6Kg

Top

1 1,30

1	15,71	ADRIANO LOPES	91 JUN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	20-06-2009	1º Guimarães 41033	R J
2	11,43	JOÃO LOPES	92 JUV	Sporting Clube de Braga	20-06-2009	5º Guimarães 41033	
3	11,30	ANDRÉ SANTOS	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	08-07-2009	2º Braga 47038	



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos

Lançamento Peso-7.26

Top

6,64

1	14,19	ADRIANO LOPES	91 JUN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	04-07-2009	4º	Viseu 03032	RR
2	10,26	SÉRGIO SANTOS	86 SEN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	19-07-2009	2º	Maia 41037	
3	6,64	NUNO CASTRO	90 JUN	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	31-05-2009	6º	Vários 03021	



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos

Dardo 400 Gr

Top

1 4,53

1	20,10	VITOR BARBOSA	96 INF	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	10-05-2009	1º Braga 47033
2	16,47	JOSÉ RIBEIRO	97 INF	FUTEBOL CLUBE DE VIZELA	27-12-2008	1º Guimarães 47007
3	16,14	PEDRO LOBO	96 INF	Atletismo Clube De Braga	10-05-2009	2º Braga 47033
4	14,53	TIAGO LOBO	96 INF	Atletismo Clube De Braga	11-04-2009	1º Guimarães 47029



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos

Dardo 500 Gr

Top

2 0,20

1	20,20	VITOR BARBOSA	96 INF	ESC.PROF.GONCALO SAMPAIO	13-06-2009	6º Póvoa de Varzim 41030
---	--------------	----------------------	--------	--------------------------	------------	--------------------------



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos

Dardo 600 Gr

Top

1 0,00

1	38,29	PAULO SILVA	94 INI	Clube Recreativo Cultural Amarense	04-04-2009	1º	Guimarães 47028
2	37,26	JORGE RODRIGUES	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	10-05-2009	1º	Braga 47033
3	29,92	RUI SILVA	95 INI	Sporting Clube de Braga	13-06-2009	5º	Póvoa de Varzim 41030
4	29,45	GUILHERME CAPELA	94 INI	Clube Recreativo Cultural Amarense	10-05-2009	3º	Braga 47033
5	26,07	TIAGO COSTA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	04-04-2009	5º	Guimarães 47028
6	25,68	NUNO COSTA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	28-03-2009	2º	Braga 47026
7	24,74	TIAGO SILVA	95 INI	ESC.PROF.GONCALO SAMPAIO	13-06-2009	11º	Póvoa de Varzim 41030
8	22,54	DIOGO MENDES	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	13-06-2009	15º	Póvoa de Varzim 41030
9	20,63	RENATO MIRANDA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	04-04-2009	7º	Guimarães 47028
10	19,36	MIGUEL SALGADO	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	04-04-2009	9º	Guimarães 47028
11	12,79	HUGO AZEVEDO	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	04-04-2009	10º	Guimarães 47028
12	12,18	RUI RAMOS	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	04-04-2009	11º	Guimarães 47028
13	12,04	RICARDO FERREIRA	95 INI	Sporting Clube de Braga	04-04-2009	12º	Guimarães 47028
14	10,75	DIOGO CRUZ	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	04-04-2009	13º	Guimarães 47028
15	10,00	RAFAEL VILAS BOAS	95 INI	Sporting Clube de Braga	04-04-2009	14º	Guimarães 47028



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos

Dardo 700 Gr

Top

1 1,98

1	32,93	GABRIEL FERNANDES	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	07-06-2009	2º Braga 47035
2	31,41	HÉLDER PINTO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	10-05-2009	2º Braga 47033
3	31,16	IURI COSTA	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	14-03-2009	1º Braga 47024
4	29,99	DUARTE SILVA	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	07-06-2009	4º Braga 47035
5	27,90	ANDRÉ SANTOS	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	03-05-2009	3º Braga 47031
6	27,59	JOÃO LOPES	92 JUV	Sporting Clube de Braga	03-05-2009	4º Braga 47031
7	26,81	PEDRO NOVAIS	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	14-03-2009	2º Braga 47024
8	23,43	HUGO FERREIRA	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	3º Guimarães 47028
9	21,59	BRUNO GIESTEIRA	93 JUV	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	4º Guimarães 47028
10	21,42	LEONARDO SÁ	93 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	5º Guimarães 47028
11	20,45	ANDRÉ ARAÚJO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	6º Guimarães 47028
12	17,73	DIOGO MIRANDA	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	7º Guimarães 47028
13	14,77	FRANCISCO ARAÚJO	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	05-04-2009	8º Guimarães 47028
14	11,98	JOÃO SÁ	93 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	9º Guimarães 47028



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos

Dardo 800 Gr

Top 2 4,01

1	47,81	ADRIANO LOPES	91 JUN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	28-03-2009	1º Braga 47026
2	43,47	JOÃO PEREIRA	87 S23	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	28-03-2009	2º Braga 47026
3	39,63	MIGUEL CALDAS	81 SEN	Individual	09-05-2009	1º Guimarães 47032
4	38,07	DAVID MELO	89 S23	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	10-05-2009	2º Braga 47033
5	28,57	SÉRGIO SILVA	85 SEN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	28-03-2009	5º Braga 47026
6	24,01	RUI GOMES	87 S23	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	19-07-2009	16º Maia 41037



Masculinos

Disco 1 Kg

Top

1 6,17

1	30,59	PEDRO ARAÚJO	94 INI	Sporting Clube de Braga	23-07-2009	2º Lovelhe 49040
2	25,88	JORGE RODRIGUES	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	09-05-2009	2º Braga 47033
3	25,44	PAULO SILVA	94 INI	Clube Recreativo Cultural Amarense	09-05-2009	3º Braga 47033
4	25,37	GUILHERME CAPELA	94 INI	Clube Recreativo Cultural Amarense	09-05-2009	4º Braga 47033
5	20,99	RUI RAMOS	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	11-04-2009	2º Guimarães 47029
6	16,72	JOSÉ SALGADO	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	09-05-2009	6º Braga 47033
7	16,17	MÁRCIO LOBO	94 INI	Atletismo Clube De Braga	09-05-2009	7º Braga 47033



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos

Disco 1.5 Kg

Top

2 5,65

1	40,08	ANDRÉ SANTOS	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	06-06-2009	1º Braga 47035
2	29,50	HUGO FERREIRA	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	06-06-2009	2º Braga 47035
3	29,35	HUGO FREREIRA	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	02-05-2009	2º Braga 47031
4	25,65	JOÃO LOPES	92 JUV	Sporting Clube de Braga	02-05-2009	3º Braga 47031



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos

Disco 1.750 Kg

Top

4 4,72

1	44,72	ADRIANO LOPES	91 JUN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	12-07-2009	4º Lisboa (EUL) 03033	RR
---	--------------	----------------------	--------	--------------------------------------	------------	-----------------------	----



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos

		Disco 2 KgS		Top	2 3,95
1	41,20	SÉRGIO SANTOS	86 SEN Clube de Cultura e Desporto Ribeirão 23-05-2009	1º Braga 47034	
2	40,58	ADRIANO LOPES	91 JUN Clube de Cultura e Desporto Ribeirão 17-06-2009	1º Póvoa de Varzim 41031	R J
3	38,28	RICARDO CRUZ	83 SEN Clube de Cultura e Desporto Ribeirão 09-05-2009	1º Braga 47033	
4	30,93	ANDRÉ SANTOS	92 JUV Clube de Cultura e Desporto Ribeirão 18-07-2009	3º Maia 41037	
5	25,96	SÉRGIO SILVA	85 SEN Clube de Cultura e Desporto Ribeirão 18-07-2009	5º Maia 41037	
6	25,52	JOÃO OLIVEIRA	86 SEN Juni - Jovens Unidos Num Ideal 30-05-2009	4º Vários 03021	
7	23,95	HUGO FERREIRA	92 JUV Clube de Cultura e Desporto Ribeirão 18-07-2009	8º Maia 41037	



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos

Pentatlo - Infantis

Top

5 6,00

1	2112	+ 1,2	NARCISO VIEIRA 421 330 418 364 579	96 INF	Associação de Atletismo de Braga	19-04-2009	3º Braga 47030
2	2023	+ 1,2	PEDRO MEIRELES 401 292 229 505 596	96 INF	Associação de Atletismo de Braga	19-04-2009	4º Braga 47030
3	1601	+ 3,2	DAVID FERNANDES 343 235 233 227 563	97 INF	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	05-04-2009	4º Guimarães 47028
4	1541	+ 3,2	JOSÉ FARIA 362 222 229 309 419	96 INF	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	05-04-2009	5º Guimarães 47028
5	56	+ 3,2	JOÃO SILVA 56 0	96 INF	Escola de Atletismo Mário Silva	05-04-2009	7º Guimarães 47028



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos**Heptatlo - Iniciados**

Top 1 2 1,2,00

1	3060	+ 1,0	RAFAEL VILAS BOAS	95 INI	Associação de Atletismo de Braga	19-04-2009	1º	Braga 47030
			400 467 25 499 341 560					
			768					
2	2654	+ 1,0	DIOGO CRUZ	94 INI	Associação de Atletismo de Braga	19-04-2009	6º	Braga 47030
			495 361 35 448 306 317					
			692					
3	2645	+ 0,6	JORGE RODRIGUES	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	4º	Guimarães 47028
			508 224 250 368 569 374					
			352					
4	2541	+ 1,4	RUI SILVA	95 INI	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	6º	Guimarães 47028
			470 324 246 271 444 317					
			469					
5	2529	+ 1,9	NUNO COSTA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	7º	Guimarães 47028
			464 345 162 227 431 374					
			526					
6	2284	+ 1,4	PEDRO SILVA	95 INI	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	8º	Guimarães 47028
			508 377 0 437 383 290					
			289					
7	2056	+ 1,3	TIAGO COSTA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	9º	Guimarães 47028
			263 245 244 259 326 404					
			315					
8	1932	+ 1,4	DIOGO MENDES	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	10º	Guimarães 47028
			349 237 191 111 341 317					
			386					
9	1857	+ 1,7	MIGUEL SALGADO	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	11º	Guimarães 47028
			368 304 153 232 287 263					
			250					
10	1796	+ 1,3	JOSÉ GOMES	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	05-04-2009	12º	Guimarães 47028
			410 207 0 158 299 263					
			459					
11	1739	+ 0,9	RICARDO FERREIRA	95 INI	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	13º	Guimarães 47028
			384 363 58 100 280 374					
			180					
12	1488	+ 0,7	EDUARDO LOPES	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	05-04-2009	14º	Guimarães 47028
			231 250 0 0 190 263					
			554					
13	1443	+ 1,4	RENATO MIRANDA	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	15º	Guimarães 47028
			292 239 170 0 260 188					
			294					
14	1437	+ 1,4	HUGO AZEVEDO	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	05-04-2009	16º	Guimarães 47028
			412 199 67 23 276 188					
			272					
15	1241	+ 1,3	PAULO SILVA	94 INI	Clube Recreativo Cultural Amarense	05-04-2009	18º	Guimarães 47028
			422 402					
			417					
16	1212	+ 0,7	RUI RAMOS	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	17º	Guimarães 47028
			126 161 59 147 359 0					
			360					



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos**Octatlo Juv(Atl.Com)**

Top 2 4 9,00

1	3982	+ 0,6	DIOGO MIRANDA	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	1º	Guimarães 47028
			675 523 370 653 529 374 131					
			727					
2	3722	+ 1,9	BRUNO GIESTEIRA	93 JUV	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	2º	Guimarães 47028
			673 479 370 568 506 434 183					
			509					
3	3501	+ 2,4	GABRIEL FERNANDES	93 JUV	Associação de Atletismo de Braga	19-04-2009	7º	Braga 47030
			444 521 371 477 496 331 267					
			594					
4	3287	+ 0,5	ANDRÉ ARAÚJO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	4º	Guimarães 47028
			659 425 411 517 277 317 167					
			514					
5	3221	+ 0,3	JOÃO PACHECO	93 JUV	Sporting Clube de Braga	05-04-2009	5º	Guimarães 47028
			556 435 443 484 327 434 0					
			542					
6	3088	+ 1,6	FRANCISCO ARAÚJO	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	05-04-2009	6º	Guimarães 47028
			527 378 313 563 266 404 92					
			545					
7	3062	0,0	IURI COSTA	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	05-04-2009	7º	Guimarães 47028
			501 332 421 460 0 317 308					
			723					
8	2630	+ 1,2	JOÃO SÁ	93 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	8º	Guimarães 47028
			532 358 392 376 337 290 57					
			288					
9	2611	+ 0,4	HUGO FERREIRA	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	9º	Guimarães 47028
			399 346 422 280 364 317 208					
			275					
10	2329	+ 1,7	LEONARDO SÁ	93 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	10º	Guimarães 47028
			283 328 339 258 213 317 181					
			410					
11	1465	+ 0,7	DUARTE SILVA	92 JUV	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	05-04-2009	11º	Guimarães 47028
			612 431					
			422					
12	249	- 0,3	JOÃO FERREIRA	93 JUV	Escola de Atletismo Mário Silva	05-04-2009	12º	Guimarães 47028
			249					



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos

4X60 Metros

Top

4 2,57

1	4 2,57	ESC ATL. MÁRIO SILVA 96 INF	Escola de Atletismo Mário Silva	09-05-2009	1º Braga 47033
---	---------------	------------------------------------	---------------------------------	------------	----------------

*João Silva (1996) / Luís Gomes (1998) /
Manuel Fernandes (1996) / Guilherme
Freitas (1998)*



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos**4X80 Metros**Top **4 3,72**

1	4 0,35	SC BRAGA	95 INI	Sporting Clube de Braga	09-05-2009	1º Braga 47033
		<i>Rui Silva (1995) / Rafael Vilas Boas (1995) / Ricardo Ferreira (1995) / Pedro Silva (1995)</i>				
2	4 1,00	CCD RIBEIRÃO	94 INI	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	13-06-2009	2º Póvoa de Varzim 41030
		<i>Jorge Rodrigues (1994) / Fabiana Lopes (1996) / Diogo Cruz (1994) / João Simões (1994)</i>				
3	4 1,30	ESC ATL. MÁRIO SILVA	95 INI	Escola de Atletismo Mário Silva	09-05-2009	2º Braga 47033
		<i>José Gomes (1995) / Eduardo Lopes (1995) / Hugo Azevedo (1995) / Diogo Araújo (1995)</i>				
4	4 3,35	GRAC	95 INI	Grupo Recreativo Associativo da Cru	02-05-2009	3º Braga 47031
		<i>André Alves (1995)/ Francisco Rodrigues (1995)/ Hélder Salazar (1995)/ Miguel Costa (1995)</i>				
5	4 3,72	SC BRAGA	94 INI	Sporting Clube de Braga	13-06-2009	6º Póvoa de Varzim 41030
		<i>Rui Silva (1995) / Hélder Durães (1994) / Ricardo Ferreira (1995) / Pedro Silva (1995)</i>				



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos**4X100 Metros Planos**

Top 4 9,19

1	4 3,79	CCD RIBEIRÃO	81 SEN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	30-05-2009	2º	Vários 03021	
		<i>Sérgio Silva (1985) / Bruno Magalhães (1990) / Joaquim Rodrigues (1990) / Raúl Veloso (1981)</i>						
2	4 5,46	JUNI- JOV.UNI.NUM ID	89 S23	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	30-05-2009	1º	Vários 03021	
		<i>Diogo Ribeiro (1990) / David Melo (1989) / Bruno Martins (1990) / Nuno Sousa (1989)</i>						
3	4 7,80	ESC. PROF GONÇ. SAM	90 JUV	ESC.PROF.GONCALO SAMPAIO	20-06-2009	3º	Guimarães 41033	
		<i>Francisco Araújo (1993) / Pedro Novais (1993) / Gabriel Fernandes (1993) / Vera Castro (1992)</i>						
4	4 8,43	EB P G SAMPAIO	92 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	27-06-2009	2º	LUSO 03031	
		<i>Francisco Araújo 1993/ Pedro Novais (1993) / Gabriel Fernandes (1993) / Iuri Costa (1993)</i>						
5	4 8,77	SELECÇÃO REGIONAL	92 JUV	Associação de Atletismo de Braga	17-05-2009	6º	Albufeira 03020	
		<i>José Rodrigues (1993) / André Araújo (1993) / Gabriel Fernandes (1993) / Hélder Pinto (1993)</i>						
6	4 9,19	SC BRAGA	92 JUV	Sporting Clube de Braga	06-06-2009	1º	Braga 47035	
		<i>João Pacheco (1993) / Pedro Silva (1995) / Ricardo Ferreira (1995) / José Dias (1992)</i>						



Masculinos

4X300 Metros

Top 2 4 6,22

1	2 4 0,12	SC BRAGA	92 JUV	Sporting Clube de Braga	07-06-2009	1º Braga 47035
		<i>Hélder Pinto (1993) / André Araújo (1993) / João Pacheco (1993) / José Dias (1992)</i>				
2	2 4 2,50	EB P G SAMPAIO	92 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	28-06-2009	3º LUSO 03031
		<i>Francosco Araújo (1993)/ Pedro Novais (1993)/ Gabriel Fernandes (1993)/ Iuri Costa (1993)</i>				
3	2 4 6,22	JUN.- JOV.UNI.NUM ID	93 JUV	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	07-06-2009	2º Braga 47035
		<i>Fábio Cunha (1994) / Pedro Pinheiro (1994) / Gil Freitas (1993) / Marco Freitas (1993)</i>				



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos**4X400 Metros**

Top 3 4 1,84

1	3 2 4,79	CCD RIBEIRÃO	70 SEN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	14-06-2009	1º	Leiria 03028
		<i>Márcio Pereira (1989) / Rui Gomes (1987) / José Araújo (1983) / Renato Silva (1981)</i>					
2	3 2 5,39	CCD RIBEIRÃO	81 SEN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	26-07-2009	2º	Seixal 03034
		<i>diogo miranda (1992)/ josé araujo (1983)/ ricardo torres (1989)/ reanto silva (1981)</i>					
3	3 4 0,19	LIBERDADE FUT. CLUB	90 JUN	LIBERDADE FUTEBOL CLUBE	19-07-2009	1º	Maia 41037
		<i>Miguel Moreira (1992)/ Tiago Loureiro (1991)/ André Filipe (1992)/ José Silva (1990)</i>					
4	3 4 1,54	SC BRAGA	87 S23	Sporting Clube de Braga	31-05-2009	5º	Vários 03021
		<i>Miguel Gonçalves (1989) / Alexandra Gonçalves (1979) / Miguel Ribeiro (1987) / José Silva (1989)</i>					
5	3 4 1,84	JUNI- JOV.UNI.NUM ID	85 SEN	Juni - Jovens Unidos Num Ideal	19-07-2009	3º	Maia 41037
		<i>Bruno Martins (1990) / Luís Abreu (1990)/ Nuno Sousa (1989) / Vitor Bravo (1985)</i>					



Ranking 2009

Absoluto (até Seniores) Ar Livre

Masculinos

4.000 Metros Marcha

Top **2 3 0 8,08**

1	2 3 0 8,08	LUÍS CARNEIRO	94 INI	ESC.PROF.GONCALO SAMPAIO	13-06-2009	1º Póvoa de Varzim 41030	R IN
---	-------------------	----------------------	--------	--------------------------	------------	--------------------------	------



Masculinos

5.000 Metros Marcha

Top 3 1 0 8,76

1	2 9 4 4,57	LUÍS CARNEIRO	94 INI	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	06-06-2009	1º Braga 47035	RR
2	3 0 5 1,53	NUNO SILVA	90 JUN	Clube de Cultura e Desporto Ribeirão	30-05-2009	5º Vários 03021	
3	3 1 0 8,76	GABRIEL FERNANDES	93 JUV	Escola Básica 2/3 Professor Gonçalo	02-05-2009	1º Braga 47031	