



Melhores Marcas da Época

(Femininos)

100 Metros planos	A	1 2,94	+ 1,3	Susana Fernandes	1994 S23	SCB	17-05-2014	1403024
100 Metros planos	A	1 3,15	0,0	Ana Mendes	1998 Juv	GDAIRAO	19-07-2014	Guimaraes 47015
100 Metros planos	A	1 3,20	+ 0,7	Cíntia Costa	1996 Jun	SCB	14-06-2014	Braga 47013
100 Metros planos	A	1 3,37	+ 0,1	Sara Rodrigues	1999 Ini	CCDR	10-05-2014	Viana do Castelo 49023
100 Metros planos	A	1 7,13	- 0,1	Herminia Pereira	1963 V50	EAROS	25-06-2014	Braga 47014
80 Metros Planos	A	1 0,66	0,0	Sara Rodrigues	1999 Ini	CCDR	24-05-2014	Braga 47011
80 Metros Planos	A	1 1,5	+ 0,5	Margarida Silva	2002 Inf	SCB	25-06-2014	Braga 47014
60 Metros Planos	A	8,91	0,0	Gabriela Nunes	2001 Inf	ESCCB	07-06-2014	Braga 47012
60 Metros Planos	A	9,04	- 5,0	Alexandra Silva	2003 Ben-B	ESCCB	07-06-2014	Braga 47012
60 Metros Planos	A	9,97	+ 0,2	Matilde Fernandes	2005 Ben-A	MJM	03-05-2014	Braga 47009
40 Metros	A	6,75		Juliana Rodrigues	1999 Ini	EBPGS	01-03-2014	Guimarães 47513
40 Metros	A	7,02		Matilde Fernandes	2002 Inf	EBPGS	01-03-2014	Guimarães 47513
40 Metros	A	7,10		Maria João Ribeiro	2003 Ben-B	PRADO	01-03-2014	Guimarães 47513
200 Metros	A	2 6,71	+ 1,4	Daniela Cruz	1993 S23	SCB	20-07-2014	Guimaraes 47015
200 Metros	A	2 7,73	- 0,1	Sara Rodrigues	1999 Ini	CCDR	08-06-2014	Braga 47012
200 Metros	A	2 7,99	- 0,1	Flávia Lopes	1998 Juv	SCB	08-06-2014	Braga 47012
200 Metros	A	2 8,48	+ 0,8	Juliana Silva	1996 Jun	SCB	14-06-2014	Braga 47013
150 Metros	A	2 1,30	0,0	Carlota Ribeiro	2002 Inf	JUNI	26-04-2014	Braga 47008
150 Metros	A	2 1,93	+ 0,2	Maria Miguel Andrade	2003 Ben-B	JUNI	02-07-2014	Braga 47014
150 Metros	A	2 4,39	0,0	Matilde Fernandes	2005 Ben-A	MJM	26-04-2014	Braga 47008
250 Metros Planos	A	3 4,58		Sara Rodrigues	1999 Ini	CCDR	26-04-2014	Braga 47008
300 Metros Planos	A	4 5,06		Elsa Cruz	1997 Juv	AAB	14-06-2014	Lisboa 03029
300 Metros Planos	A	4 9,32		Filipa Araújo	1999 Ini	SCB	07-06-2014	Braga 47012
400 Metros Planos	A	6 0,81		Daniela Cruz	1993 S23	SCB	17-05-2014	1403024
400 Metros Planos	A	6 2,25		Elsa Gomes	1996 Jun	SCB	03-05-2014	Braga 47009
400 Metros Planos	A	7 4,31		Claudia Simoes	1997 Juv	EAROS	09-07-2014	Póvoa de Varzim 41033
400 Metros Planos	A	7 6,73		Herminia Pereira	1963 V50	EAROS	02-07-2014	Braga 47014
600 Metros	A	1 4 9,48		Beatriz Carneiro	2002 Inf	DVV	08-06-2014	Braga 47012
600 Metros	A	1 5 4,30		Margarida Araújo	2003 Ben-B	IND-B	25-06-2014	Braga 47014
600 Metros	A	2 3 1,47		Lara Pereira	2005 Ben-A	EAROS	10-05-2014	Braga 47010
800 Metros	A	2 1 7,63		Tânia Silva	1988 Sen	LFC-F	20-07-2014	Guimaraes 47015
800 Metros	A	2 1 8,17		Sara Dias Oliveira	1997 Juv	AAB	15-06-2014	Lisboa 03029
800 Metros	A	2 1 9,50		Patrícia Caldas	1994 S23	SCB	25-06-2014	Braga 47014
800 Metros	A	2 2 0,29		Elsa Gomes	1996 Jun	SCB	01-06-2014	Fátima 03026
800 Metros	A	2 2 8,61		Ana Azevedo	1999 Ini	CCDR	02-07-2014	Braga 47014
800 Metros	A	2 3 6,25		Rosa Oliveira	1966 V45	EAROS	25-06-2014	Braga 47014
800 Metros	A	2 3 9,28		Lara Costa	2001 Inf	SCB	02-07-2014	Braga 47014
800 Metros	A	2 5 3,02		Herminia Pereira	1963 V50	EAROS	10-05-2014	Braga 47010
1.000 Metros	A	3 0 4,40		Sara Dias Oliveira	1997 Juv	EAROS	26-04-2014	Braga 47008
1.000 Metros	A	3 0 9,91		Susana Malheiro	1999 Ini	CSCOSME	01-03-2014	Guimarães 47513
1.000 Metros	A	3 1 0,71		Sílvia Oliveira	1996 Jun	EAROS	26-04-2014	Braga 47008
1.000 Metros	A	3 1 4,43		Beatriz Carneiro	2002 Inf	DVV	07-06-2014	Braga 47012
1.000 Metros	A	3 4 1,2		Beatriz Rios	2003 Ben-B	IND-B	26-04-2014	Braga 47008
1.000 Metros	A	3 4 3,89		Herminia Pereira	1963 V50	EAROS	26-04-2014	Braga 47008
1.000 Metros	A	4 2 8,3		Lara Pereira	2005 Ben-A	EAROS	26-04-2014	Braga 47008
1.500 Metros	A	4 3 5,04		Patrícia Caldas	1994 S23	SCB	12-07-2014	Braga 03034
1.500 Metros	A	4 4 9,22		Tânia Silva	1988 Sen	LFC-F	14-06-2014	Braga 47013
1.500 Metros	A	4 5 1,61		Sara Oliveira	1997 Juv	EAROS	14-05-2014	Maia 41024
1.500 Metros	A	4 5 3,48		Sílvia Oliveira	1996 Jun	EAROS	09-07-2014	Póvoa de Varzim 41033
1.500 Metros	A	5 0 6,4		Susana Malheiro	1999 Ini	EDMII	05-04-2014	BRAGA 47517
1.500 Metros	A	5 1 8,66		Rosa Oliveira	1966 V45	EAROS	02-07-2014	Braga 47014
1.500 Metros	A	5 2 0,86		Rosa Oliveira	1966 Vet	EAROS	09-07-2014	Póvoa de Varzim 41033
1.500 Metros	A	5 5 2,2		Mariana Costa	2001 Inf	PALME	05-04-2014	BRAGA 47517
1.500 Metros	A	5 5 4,75		Herminio Pereira	1963 V50	EAROS	19-07-2014	Guimaraes 47015



Melhores Marcas da Época

(Femininos)

1.500 Metros	A	6 1 2,68	Fátima Sousa	1973 V40	DVV	02-07-2014	Braga 47014
3.000 Metros	A	1 0 1 4,15	Diana S Ribeiro	1996 Jun	DVV	06-07-2014	Luso 03032
3.000 Metros	A	1 0 4 0,86	Bárbara Ferreira	1991 Sen	SCB	01-06-2014	Fátima 03026
3.000 Metros	A	1 1 1 5,06	Catarina Araújo	1997 Juv	AAB	15-06-2014	Lisboa 03029
3.000 Metros	A	1 1 2 4,33	Joana Fernandes	1992 S23	SCB	18-05-2014	1403024
3.000 Metros	A	1 3 3 6,03	Fátima Sousa	1973 V40	DVV	25-06-2014	Braga 47014
5.000 Metros	A	1 8 4 9,48	Sílvia Oliveira	1996 Jun	EAROS	20-07-2014	Guimaraes 47015
5.000 Metros	A	1 9 2 1,98	Joana Fernandes	1992 S23	SCB	31-05-2014	Fátima 03026
5.000 Metros	A	1 9 3 1,30	Rosa Oliveira	1966 V45	EAROS	20-07-2014	Guimaraes 47015
10.000 Metros	A	3 1 5 7,02	Jéssica Augusto	1981 Sen	IND-B	29-03-2014	Lisboa 03020
60 M Barr.Inf.M/F-76	A	1 2,25 - 1,1	Carlota Ribeiro	2002 Inf	JUNI	04-05-2014	Braga 47009
60 M Barr.Ini.Fem-76	A	1 0,00 0,0	Sara Rodrigues	1999 Ini	CLDE-B	03-05-2014	Guimaraes 47523
60 M Barr.Ini.Fem-76	A	1 2,15 0,0	Andreia Silva	2002 Inf	PALME	03-05-2014	Guimaraes 47523
80 M Barreiras-0,76	A	1 2,61 0,0	Elsa Cruz	1997 Juv	EDMII	03-05-2014	Guimaraes 47523
80 M Barreiras-0,76	A	1 3,64 + 0,2	Sara Rodrigues	1999 Ini	CCDR	25-05-2014	Braga 47011
100 M Barreiras-0,76	A	1 5,45 + 1,4	Elsa Cruz	1997 Juv	AAB	14-06-2014	Lisboa 03029
100 M Barreiras-0,84	A	1 5,90 + 1,2	Elsa Cruz	1997 Juv	CCDR	05-07-2014	Luso 03033
100 M Barreiras-0,84	A	1 5,94 + 0,4	Vera Castro	1992 S23	SCB	01-06-2014	Fátima 03026
300 M Barreiras-0,76	A	5 1,44	Elsa Cruz	1997 Juv	CCDR	08-06-2014	Braga 47012
250 M Barreiras-0,76	A	4 5,76	Filipa Costa	2000 Ini	LFC	02-07-2014	Braga 47014
400 M Barreiras-0,76	A	6 6,15	Vera Castro	1992 S23	SCB	18-05-2014	1403024
1.500 Mt.Obstáculos	A	5 2 1,09	Ana Azevedo	1999 Ini	CCDR	25-06-2014	Braga 47014
3.000 Mt.Obstáculos	A	1 0 5 2,14	Diana S Ribeiro	1996 Jun	DVV	05-07-2014	Luso 03032
3.000 Mt.Obstáculos	A	1 1 2 8,09	Bárbara Ferreira	1991 Sen	SCB	17-05-2014	1403024
Salto em Comprimento	A	5,19 + 0,5	Sónia Marques	1986 Sen	SCB	17-05-2014	1403024
Salto em Comprimento	A	5,15 + 0,3	Flávia Lopes	1998 Juv	SCB	22-06-2014	Viana do Castelo 49030
Salto em Comprimento	A	4,94 + 1,7	Vera Castro	1992 S23	SCB	26-04-2014	Braga 47008
Salto em Comprimento	A	4,67 0,0	Sara Rodrigues	1999 Ini	CELEI	01-03-2014	Guimarães 47513
Salto em Comprimento	A	4,44 + 1,6	Márcia Costa	1996 Jun	CCDR	22-06-2014	Viana do Castelo 49030
Salto em Comprimento	A	4,33 + 0,3	Margarida Silva	2002 Inf	SCB	02-07-2014	Braga 47014
Salto em Comprimento	A	3,70 - 1,4	Maria Andrade	2003 Ben-B	JUNI	07-06-2014	Braga 47012
Salto em Comprimento	A	3,30 - 2,3	Herminia Pereira	1963 V50	EAROS	02-07-2014	Braga 47014
Salto em Comprimento	A	2,80 + 1,0	Lara Lopes	2005 Ben-A	PLF	14-06-2014	Braga 47013
Triplo Salto	A	11,85 + 2,0	Iolanda Xavier	1994 S23	UCRA	02-07-2014	Lisboa 12032
Triplo Salto	A	11,16 - 1,1	Sónia Marques	1986 Sen	SCB	18-05-2014	1403024
Triplo Salto	A	10,54 - 0,1	Elsa Cruz	1997 Juv	CCDR	08-06-2014	Braga 47012
Quadruplo Salto Ini.	A	12,09 + 0,1	Beatriz Santos	2000 Ini	SCB	25-06-2014	Braga 47014
Lançam.Martelo-3Kg	A	31,44	Teresa Silva	1997 Juv	SCB	10-06-2014	Viana do Castelo 49028
Lançam.Martelo-3Kg	A	24,48	Isabel Soares	1999 Ini	SCB	02-07-2014	Braga 47014
Lançam.Martelo-4Kg	A	30,06	Filipa Brito	1995 Jun	SCB	31-05-2014	Fátima 03026
Lançamento Peso-2Kg	A	11,22	Carla Novais	1999 Ini	EBPGS	01-03-2014	Guimarães 47513
Lançamento Peso-2Kg	A	7,77	Carlota Ribeiro	2002 Inf	JUNI	07-06-2014	Braga 47012
Lançamento Peso-2Kg	A	4,41	Sara Alves	2004 Ben-B	PLF	26-04-2014	Braga 47008
Lançamento Peso-2Kg	A	2,34	Mariana Leite	2005 Ben-A	PLF	04-05-2014	Braga 47009
Lançamento Peso-3Kg	A	13,65	Elsa Cruz	1997 Juv	CCDR	25-05-2014	Braga 47011
Lançamento Peso-3Kg	A	11,08	Isabel Soares	1999 Ini	SCB	25-06-2014	Braga 47014
Lançamento Peso-3Kg	A	6,99	Sara Costa	2001 Inf	CLDE-B	03-05-2014	Guimaraes 47523
Lançamento Peso-4Kg	A	11,00	Teresa Silva	1997 Juv	SCB	19-07-2014	Guimaraes 47015
Lançamento Peso-4Kg	A	9,69	Vera Castro	1992 S23	SCB	25-06-2014	Braga 47014
Lançamento Peso-4Kg	A	9,45	Elsa Gonçalves	1979 Sen	SCB	01-06-2014	Fátima 03026
Arremesso Bola-163Gr	A	13,50	Sara Alves	2004 Ben-B	PLF	03-05-2014	Braga 47009
Arremesso Bola-163Gr	A	9,84	Mariana Leite	2005 Ben-A	PLF	03-05-2014	Braga 47009
Dardo 400 Gr	A	15,59	Lara Carvalho	2002 Inf	CACOD	08-06-2014	Braga 47012
Dardo 500 Gr	A	26,77	Elsa Cruz	1997 Juv	CCDR	26-04-2014	Braga 47008



Melhores Marcas da Época

(Femininos)

Dardo 500 Gr	A	23,58	Carla Novais	1999 Ini	EBPGS	25-06-2014 Braga 47014
Dardo 500 Gr	A	13,31	Soraia Lavandeira	2001 Inf	JUNI	25-06-2014 Braga 47014
Dardo 600 Gr	A	30,23	Elsa Cruz	1997 Juv	CCDR	06-07-2014 Luso 03033
Dardo 600 Gr	A	26,06	Paula Pimentel	1963 V50	SCB	01-06-2014 Fátima 03026
Dardo 600 Gr	A	23,84	Vera Castro	1992 S23	SCB	04-05-2014 Braga 47009
Disco 0,750 Kg	A	30,85	Isabel Soares	1999 Ini	SCB	11-05-2014 Vila Nova de Cerveira 490.
Disco 1 Kg	A	41,49	Teresa Silva	1997 Juv	SCB	03-07-2014 Vila Nova de Cerveira 490.
Disco 1 Kg	A	29,17	Isabel Soares	1999 Ini	SCB	28-06-2014 Abrantes 03030
Disco 1 Kg	A	22,28	Filipa Brito	1995 Jun	SCB	31-05-2014 Fátima 03026
Pentatlo - Infantis	A	1974	Carlota Ribeiro	2002 Inf	JUNI	04-05-2014 Braga 47009
			574 370 349 196 485			
Heptatlo - Iniciados	A	2876	Sara Rodrigues	1999 Ini	CCDR	04-05-2014 Braga 47009
			603 120 321 707 438 386 301			
Heptatlo - Juvenis	A	3791	Elsa Cruz	1997 Juv	CCDR	04-05-2014 Braga 47009
			638 555 676 594 441 400 487			
Heptalo - Juniores	A	3945	Elsa Cruz	1997 Juv	CCDR	06-07-2014 Luso 03033
			727 555 551 625 454 481 552			
Heptalo - Seniores	A	3614	Vera Castro	1992 S23	SCB	04-05-2014 Braga 47009
			682 512 465 641 301 361 652			
4X80 Metros	A	4 3,04	A A Braga	1997 Ini	AAB	14-06-2014 Lisboa 03029
			Beatriz Santos (2000) / Loanne Pinto (1999) / Sara Rodrigues (1999) / Carla Novais (1999)			
4X100 Metros Planos	A	5 1,84	Sporting Clube Braga	1986 Sen	SCB	31-05-2014 Fátima 03026
			Cíntia Costa (1996) / Susana Fernandes (1994) / Sónia Marques (1986) / Flávia Lopes (1998)			
4X100 Metros Planos	A	5 2,49	Sporting Clube Braga	1998 Juv	SCB	17-05-2014 1403024
			Cíntia Costa (1996) / Susana Fernandes (1994) / Sónia Marques (1986) / Flávia Lopes (1998)			
4X400 Metros	A	4 1 1,65	Sporting Clube Braga	1990 Sen	SCB	01-06-2014 Fátima 03026
			Juliana Silva (1996) / Susana Fernandes (1994) / Elsa Gomes (1996) / Daniela Cruz (1993)			
4X400 Metros	A	4 1 3,46	Sporting Clube Braga	1993 S23	SCB	13-07-2014 Braga 03034
			Juliana Silva (1996) / Vera Castro (1992) / Susana Fernandes (1994) / Daniela Cruz (1993)			
Maratona	A	2 2 4 2 5,00	Jéssica Augusto	1981 Sen	IND-B	13-04-2014 Londres-GBR 00001



Melhores Marcas da Época

(Masculinos)

100 Metros planos	A	1 0,4	0,0	Eduardo Sá	1995 Jun	CCDR	19-07-2014	Guimaraes 47015
100 Metros planos	A	1 1,23	+ 1,9	Fábio Cunha	1994 S23	JUNI	12-07-2014	Braga 03034
100 Metros planos	A	1 1,23	+ 1,3	Fábio Cunha	1994 S23	JUNI	14-05-2014	Maia 41024
100 Metros planos	A	1 1,32	+ 0,9	Luís M F Machado	1997 Juv	AAB	15-06-2014	Lisboa 03029
100 Metros planos	A	1 1,80	- 0,4	João Azevedo	1999 Ini	CCDR	07-06-2014	Braga 47012
100 Metros planos	A	1 2,45	- 4,7	Simão Mendes	1977 V35	ARCVSC	07-06-2014	Braga 47012
100 Metros planos	A	1 5,92	+ 0,3	José Costa	1947 V65	CDPRI	03-05-2014	Braga 47009
80 Metros Planos	A	9,66	- 0,1	João Azevedo	1999 Ini	CCDR	25-06-2014	Braga 47014
80 Metros Planos	A	1 0,46	0,0	Pedro Vilas Boas	2001 Inf	SCB	25-06-2014	Braga 47014
60 Metros Planos	A	8,02	+ 0,8	Pedro Vilas Boas	2001 Inf	SCB	03-05-2014	Braga 47009
60 Metros Planos	A	9,21	0,0	Pedro Vieira	2003 Ben-B	EBPGS	07-06-2014	Braga 47012
60 Metros Planos	A	9,84	+ 0,1	Francisco Mendes	2005 Ben-A	ARCVSC	03-05-2014	Braga 47009
40 Metros	A	5,97		Rui Azevedo	1999 Ini	PRADO	01-03-2014	Guimarães 47513
40 Metros	A	6,21		José Sá	2001 Inf	PRADO	01-03-2014	Guimarães 47513
40 Metros	A	6,24		Fábio Gonçalves	1998 Juv	EBPGS	01-03-2014	Guimarães 47513
40 Metros	A	7,09		Gonçalo Barros	2003 Ben-B	PRADO	01-03-2014	Guimarães 47513
200 Metros	A	2 1,75	+ 1,2	Eduardo Sá	1995 Jun	CCDR	20-07-2014	Guimaraes 47015
200 Metros	A	2 2,99	+ 1,9	Fábio Cunha	1994 S23	JUNI	20-07-2014	Guimaraes 47015
200 Metros	A	2 3,79	- 0,1	José Ferreira	1997 Juv	GDAIRAO	08-06-2014	Braga 47012
200 Metros	A	2 4,29	- 0,1	João Azevedo	1999 Ini	CCDR	08-06-2014	Braga 47012
200 Metros	A	2 4,39	+ 2,0	Simão Mendes	1977 V35	ARCVSC	20-07-2014	Guimaraes 47015
200 Metros	A	2 4,69	+ 1,2	Bonifacio Da Silva	1985 Sen	IND-B	20-07-2014	Guimaraes 47015
200 Metros	A	3 3,51	0,0	José Costa	1947 V65	CDPRISC	02-07-2014	Braga 47014
150 Metros	A	1 9,24	0,0	Filipe Morais	2001 Inf	EDMII	26-04-2014	Braga 47008
150 Metros	A	2 3,97	0,0	Alexandra Faria	2003 Ben-B	EDMII	26-04-2014	Braga 47008
150 Metros	A	2 4,28	0,0	Francisco Mendes	2005 Ben-A	ARCVSC	02-07-2014	Braga 47014
250 Metros Planos	A	3 1,17		João Maranhão	1999 Ini	SCB	26-04-2014	Braga 47008
300 Metros Planos	A	3 7,25		David Fernandes	1997 Juv	AAB	14-06-2014	Lisboa 03029
300 Metros Planos	A	4 4,82		Marcos Carvalho	2000 Ini	CACOD	07-06-2014	Braga 47012
400 Metros Planos	A	5 1,27		João P Ferreira	1996 Jun	SCB	05-07-2014	Luso 03032
400 Metros Planos	A	5 1,69		David Fernandes	1997 Juv	EBPGS	02-07-2014	Braga 47014
400 Metros Planos	A	5 2,91		Diogo Cruz	1994 S23	CCDR	17-05-2014	1403024
400 Metros Planos	A	5 3,59		Simão Mendes	1977 V35	ARCVSC	02-07-2014	Braga 47014
400 Metros Planos	A	5 4,50		José Araújo	1983 Sen	CCDR	19-07-2014	Guimaraes 47015
400 Metros Planos	A	8 2,00		José Costa	1947 V65	CDPRISC	02-07-2014	Braga 47014
600 Metros	A	1 3 0,44		Pedro Vilas Boas	2001 Inf	SCB	08-06-2014	Braga 47012
600 Metros	A	1 5 3,87		Bruno Oliveira	2003 Ben-B	CACOD	10-05-2014	Braga 47010
600 Metros	A	2 0 6,94		João Moura	2005 Ben-A	EAROS	10-05-2014	Braga 47010
800 Metros	A	1 5 3,86		Francisco Rodrigues	1995 Jun	SCB	20-07-2014	Guimaraes 47015
800 Metros	A	1 5 6,94		David Fernandes	1997 Juv	EBPGS	25-06-2014	Braga 47014
800 Metros	A	1 5 7,08		Diogo Cruz	1994 S23	CCDR	18-05-2014	1403024
800 Metros	A	2 0 5,17		José Azevedo	1988 Sen	AMVE	20-07-2014	Guimaraes 47015
800 Metros	A	2 0 6,20		Pedro Vilas Boas	2001 Inf	SCB	02-07-2014	Braga 47014
800 Metros	A	2 0 6,25		Nelson Oliveira	1977 V35	EAROS	14-06-2014	Braga 47013
800 Metros	A	2 0 6,93		Luís Santos	2000 Ini	CCDR	02-07-2014	Braga 47014
800 Metros	A	2 1 2,60		Carlos Monteiro	1973 V40	DVV	25-06-2014	Braga 47014
800 Metros	A	2 1 2,66		André Silva	1977 Vet	CCDR	11-06-2014	Póvoa de Varzim 41029
800 Metros	A	2 1 8,48		Manuel Pacheco	1967 V45	NATAIPAS	14-06-2014	Braga 47013
1.000 Metros	A	2 3 7,44		Álvaro Carvalho	1995 Jun	GDUC	26-04-2014	Braga 47008
1.000 Metros	A	2 4 7,12		David Fernandes	1997 Juv	EBPGS	04-05-2014	Braga 47009
1.000 Metros	A	2 4 7,20		João Sousa	1999 Ini	LFC	25-05-2014	Braga 47011
1.000 Metros	A	2 5 1,44		Pedro Vilas Boas	2001 Inf	SCB	26-04-2014	Braga 47008
1.000 Metros	A	3 0 8,96		José Araújo	1959 V55	EAROS	26-04-2014	Braga 47008
1.000 Metros	A	3 1 4,62		Bruno Oliveira	2003 Ben-B	CACOD	07-06-2014	Braga 47012



Melhores Marcas da Época

(Masculinos)

1.000 Metros	A	4 0 2,73	Daniel Oliveira	2005 Ben-A	LFC-F	26-04-2014 Braga 47008
1.500 Metros	A	3 5 1,36	Francisco Rodrigues	1995 Jun	SCB	14-06-2014 Braga 47013
1.500 Metros	A	4 0 7,33	José Azevedo	1988 Sen	AMV	14-05-2014 Maia 41024
1.500 Metros	A	4 0 7,92	André Silva	1992 S23	EAROS	14-06-2014 Braga 47013
1.500 Metros	A	4 1 2,95	Augusto Costa	1969 V40	NATAIPAS	02-07-2014 Braga 47014
1.500 Metros	A	4 1 4,01	Rafael Silva	1997 Juv	SCB	21-06-2014 Viana do Castelo 49030
1.500 Metros	A	4 2 8,87	Hélder D P Oliveira	1978 V35	DVV	02-07-2014 Braga 47014
1.500 Metros	A	4 3 0,90	João Sousa	1999 Ini	EDMII	03-05-2014 Guimaraes 47523
1.500 Metros	A	5 0 4,86	Armindo Araújo	1964 V50	LFC-F	02-07-2014 Braga 47014
1.500 Metros	A	5 3 1,5	Bruno Oliveira	2001 Inf	EBABELS	05-04-2014 BRAGA 47517
3.000 Metros	A	8 5 1,36	João Lopes	1996 Jun	DVV	06-07-2014 Luso 03032
3.000 Metros	A	8 5 5,06	Ricardo Vale	1988 Sen	SCB	01-06-2014 Almada 03027
3.000 Metros	A	8 5 6,33	André Silva	1992 S23	EAROS	25-06-2014 Braga 47014
3.000 Metros	A	9 3 1,50	Bruno Sampaio	1997 Juv	AAB	15-06-2014 Lisboa 03029
3.000 Metros	A	9 3 2,46	Hélder D P Oliveira	1978 V35	DVV	25-06-2014 Braga 47014
3.000 Metros	A	9 4 3,99	Pedro Carrasco	1972 V40	CCDR	01-06-2014 Almada 03027
3.000 Metros	A	1 0 3 8,43	José Araújo	1959 V55	EAROS	10-05-2014 Braga 47010
5.000 Metros	A	1 5 0 3,97	Ricardo Vale	1988 Sen	SCB	19-07-2014 Guimaraes 47015
5.000 Metros	A	1 5 0 8,57	André Silva	1992 S23	EAROS	14-05-2014 Maia 41024
5.000 Metros	A	1 5 1 3,46	João Lopes	1996 Jun	DVV	05-07-2014 Luso 03032
5.000 Metros	A	1 5 4 0,62	Augusto Costa	1969 V40	NATAIPAS	19-07-2014 Guimaraes 47015
10.000 Metros	A	3 2 0 0,91	João Lopes	1996 Jun	DVV	29-03-2014 Lisboa 03020
10.000 Metros	A	3 2 2 6,24	José Pires	1987 Sen	DVV	29-03-2014 Lisboa 03020
10.000 Metros	A	3 4 3 2,45	Hélder D P Oliveira	1978 V35	DVV	29-03-2014 Lisboa 03020
10.000 Metros	A	3 4 3 3,77	Carlos Monteiro	1973 V40	DVV	29-03-2014 Lisboa 03020
60 M Barr.Inf.M/F-76	A	1 1,06 - 0,5	Pedro Vilas Boas	2001 Inf	SCB	04-05-2014 Braga 47009
80 M Barreiras-0,84	A	1 3,09 0,0	Luís Santos	2000 Ini	EDMII	03-05-2014 Guimaraes 47523
80 M Barreiras-0,84	A	1 3,63 0,0	Filipe Morais	2001 Inf	EDMII	03-05-2014 Guimaraes 47523
100 M Barreiras-0,84	A	1 6,50 + 0,4	Luís Santos	2000 Ini	CCDR	04-05-2014 Braga 47009
110 M Barreiras-0,91	A	1 6,73 + 0,8	Viktor Zombori	1998 Juv	AAB	14-06-2014 Lisboa 03029
110 M Barreiras-1,00	A	1 6,70 0,0	Manuel M Fernandes	1996 Jun	SCB	25-06-2014 Braga 47014
110 M Barreiras-1,06	A	1 7,12 + 1,5	Manuel M Fernandes	1996 Jun	SCB	20-07-2014 Guimaraes 47015
110 M Barreiras-1,06	A	1 7,77 0,0	Tiago Costa	1994 S23	CCDR	18-05-2014 1403024
300 M Barreiras-0,84	A	4 4,62	Viktor Zombori	1998 Juv	CCDR	08-06-2014 Braga 47012
300 M Barreiras-0,84	A	5 3,72	Carlos Mota	1999 Ini	MOURE	08-06-2014 Braga 47012
400 M Barreiras-0,91	A	6 0,90	Gabriel Fernandes	1993 S23	EBPGS	19-07-2014 Guimaraes 47015
400 M Barreiras-0,91	A	6 1,88	Pedro Meireles	1996 Jun	SCB	01-06-2014 Almada 03027
400 M Barreiras-0,91	A	6 5,60	Viktor Zombori	1998 Juv	CCDR	01-06-2014 Almada 03027
1.500 Mt.Obstáculos	A	4 3 6,36	Diogo Silveira	1999 Ini	DVV	24-05-2014 Braga 47011
2.000 Mt.Obst 0,76	A	6 4 8,64	Luís Alves	1998 Juv	SCB	24-05-2014 Braga 47011
2.000 Mt.Obst.0,84	A	6 4 9,32	Luís Alves	1998 Juv	AAB	14-06-2014 Lisboa 03029
3.000 Mt.Obstáculos	A	9 4 1,19	Jorge Santa Cruz	1989 Sen	SCB	20-07-2014 Guimaraes 47015
3.000 Mt.Obstáculos	A	9 5 9,51	Tiago Silva	1995 Jun	EBPGS	10-05-2014 Braga 47010
Salto em Comprimento	A	6,43 - 1,2	Rafael Vilas Boas	1995 Jun	SCB	17-05-2014 1403024
Salto em Comprimento	A	6,23 + 1,8	Tiago Costa	1994 S23	CCDR	11-06-2014 Póvoa de Varzim 41029
Salto em Comprimento	A	6,14 + 0,9	Armando Santos	1997 Juv	AAB	14-06-2014 Lisboa 03029
Salto em Comprimento	A	6,11 + 1,8	José Salgado	1980 Sen	CCDR	11-06-2014 Póvoa de Varzim 41029
Salto em Comprimento	A	5,86 + 0,9	Luís Santos	2000 Ini	AAB	15-06-2014 Lisboa 03029
Salto em Comprimento	A	5,60 + 0,5	Gilberto Enes	1975 V35	PLF	25-06-2014 Braga 47014
Salto em Comprimento	A	5,03 + 0,1	Filipe Morais	2001 Inf	EDMII	25-06-2014 Braga 47014
Salto em Comprimento	A	3,88 0,0	Daniel Sá	2003 Ben-B	CLASAL	01-03-2014 Guimarães 47513
Triplo Salto	A	14,74 - 1,1	Rafael Vilas Boas	1995 Jun	SCB	01-06-2014 Almada 03027
Triplo Salto	A	13,51 + 0,3	Tiago Costa	1994 S23	CCDR	20-07-2014 Guimaraes 47015
Triplo Salto	A	11,78 + 0,1	Viktor Zombori	1998 Juv	AAB	15-06-2014 Lisboa 03029



Melhores Marcas da Época

(Masculinos)

Triplo Salto	A	10,32	+ 0,8	João Aguilar	2000	Ini	SCB	07-06-2014	Braga 47012
Quadruplo Salto Inf.	A	12,89	+ 0,1	Pedro Vilas Boas	2001	Inf	SCB	07-06-2014	Braga 47012
Quadruplo Salto Inf.	A	11,58	+ 0,5	Pedro Vieira	2003	Ben-B	EBPGS	07-06-2014	Braga 47012
Quadruplo Salto Ini.	A	13,77	0,0	João Lopes	2000	Ini	CDRCA	02-07-2014	Braga 47014
Quadruplo Salto Ini.	A	13,38	- 0,7	Bruno Nunes	2001	Inf	SCB	02-07-2014	Braga 47014
Lançam.Martelo-5Kg	A	31,52		Pedro Antunes	1997	Juv	AAB	14-06-2014	Lisboa 03029
Lançam.Martelo-6 Kg	A	27,50		António Ribeiro	1963	V50	MJM	14-06-2014	Coimbra 30035
Lançam.Martelo-6 Kg	A	23,89		Rui Costa	1995	Jun	SCB	21-06-2014	Viana do Castelo 49030
Lançam.Martelo-7,26K	A	46,49		Bruno Gomes	1992	S23	CCDR	14-12-2013	Vila Nova de Cerveira 490
Lançam.Martelo-7,26K	A	40,79		Hélder Serrao	1984	Sen	CDRCA	19-07-2014	Guimaraes 47015
Lançamento Peso-2Kg	A	7,08		Hugo Ribeiro	2003	Ben-B	JUNI	04-05-2014	Braga 47009
Lançamento Peso-2Kg	A	4,19		Henrique Macedo	2005	Ben-A	PLF	04-05-2014	Braga 47009
Lançamento Peso-3Kg	A	10,88		Rafael Sousa	1999	Ini	EBRIBEI	01-03-2014	Guimarães 47513
Lançamento Peso-3Kg	A	7,90		Ricardo Cunha	2001	Inf	CACOD	14-06-2014	Braga 47013
Lançamento Peso-3Kg	A	7,90		Daniel Cunha	2001	Inf	JUNI	14-06-2014	Braga 47013
Lançamento Peso-3Kg	A	5,90		Ângelo Silva	2003	Ben-B	SCB	07-06-2014	Braga 47012
Lançamento Peso-4Kg	A	11,06		José Gomes	1999	Ini	MOURE	24-05-2014	Braga 47011
Lançamento Peso-4Kg	A	9,04		Filipe Morais	2001	Inf	EDMII	25-06-2014	Braga 47014
Lançamento Peso-4Kg	A	7,77		Gonçalo Soares	1998	Juv	CELEI	05-04-2014	BRAGA 47517
Lançamento Peso-5Kg	A	12,75		Francisco Ribeiro	1997	Juv	DVV	07-06-2014	Braga 47012
Lançamento Peso-5Kg	A	9,51		Paulo Silva	1999	Ini	EBPGS	05-04-2014	BRAGA 47517
Lançamento Peso-5Kg	A	7,81		José Miguel Salgado	1994	S23	CCDR	26-04-2014	Braga 47008
Lançamento Peso-6Kg	A	15,35		Rui Costa	1995	Jun	SCB	05-07-2014	Luso 03032
Lançamento Peso-6Kg	A	11,06		Gonçalo Borges	1997	Juv	SCB	21-06-2014	Viana do Castelo 49030
Lançamento Peso-6Kg	A	9,68		António Ribeiro	1963	V50	MJM	14-06-2014	Coimbra 30035
Lançamento Peso-7.26	A	14,22		Pedro Veloso	1977	V35	SCB	10-05-2014	Braga 47010
Lançamento Peso-7.26	A	14,02		Rui Costa	1995	Jun	SCB	12-07-2014	Braga 03034
Lançamento Peso-7.26	A	11,67		Gonçalo Pimenta	1993	S23	SCB	25-06-2014	Braga 47014
Lançamento Peso-7.26	A	10,33		António Ribeiro	1963	V50	MJM	20-07-2014	Guimaraes 47015
Lançamento Peso-7.26	A	9,04		Manuel Pinto	1956	V55	ACB	26-04-2014	Braga 47008
Arremesso Bola-163Gr	A	24,41		Alexandra Faria	2003	Ben-B	EDMII	26-04-2014	Braga 47008
Arremesso Bola-163Gr	A	21,28		Henrique Macedo	2005	Ben-A	PLF	03-05-2014	Braga 47009
Dardo 500 Gr	A	27,27		Ricardo Cunha	2001	Inf	CACOD	08-06-2014	Braga 47012
Dardo 600 Gr	A	30,16		Rafael Sousa	1999	Ini	AAB	15-06-2014	Lisboa 03029
Dardo 600 Gr	A	18,48		Daniel Cunha	2001	Inf	JUNI	25-06-2014	Braga 47014
Dardo 700 Gr	A	31,93		António Ribeiro	1963	V50	MJM	14-06-2014	Coimbra 30035
Dardo 700 Gr	A	28,86		Gonçalo Borges	1997	Juv	SCB	08-06-2014	Braga 47012
Dardo 700 Gr	A	24,10		Rafael Sousa	1999	Ini	CCDR	08-06-2014	Braga 47012
Dardo 800 Gr	A	52,23		Hugo Silva	1990	Sen	CCDR	17-05-2014	1403024
Dardo 800 Gr	A	51,52		Paulo Silva	1994	S23	CDRCA	12-07-2014	Braga 03034
Dardo 800 Gr	A	40,39		Pedro Meireles	1996	Jun	SCB	21-06-2014	Viana do Castelo 49030
Dardo 800 Gr	A	34,26		António Ribeiro	1963	V50	MJM	25-06-2014	Braga 47014
Dardo 800 Gr	A	29,28		Gonçalo Borges	1997	Juv	SCB	21-06-2014	Viana do Castelo 49030
Dardo 800 Gr	A	29,21		Gilberto Enes	1975	V35	PLF	25-06-2014	Braga 47014
Disco 1 Kg	A	30,45		António Ribeiro	1963	V50	MJM	02-07-2014	Braga 47014
Disco 1 Kg	A	19,97		Daniel Cunha	2001	Inf	JUNI	02-07-2014	Braga 47014
Disco 1.5 Kg	A	30,80		António Ribeiro	1963	V50	MJM	14-06-2014	Coimbra 30035
Disco 1.750 Kg	A	37,53		Rui Costa	1995	Jun	SCB	22-06-2014	Viana do Castelo 49030
Disco 1.750 Kg	A	22,71		Gonçalo Borges	1997	Juv	SCB	22-06-2014	Viana do Castelo 49030
Disco 2 KgS	A	38,27		Pedro Veloso	1977	V35	SCB	18-05-2014	1403024
Disco 2 KgS	A	36,60		Rafael Venade	1992	S23	CCDR	19-07-2014	Guimaraes 47015
Disco 2 KgS	A	33,09		Rui Costa	1995	Jun	SCB	19-07-2014	Guimaraes 47015
Disco 2 KgS	A	27,11		António Ribeiro	1963	V50	MJM	19-07-2014	Guimaraes 47015
Pentatlo - Infantis	A	2333		Pedro Vilas Boas	2001	Inf	SCB	04-05-2014	Braga 47009

554 345 359 343 732



Melhores Marcas da Época

(Masculinos)

Heptatlo - Iniciados	A	3 159	Luís Santos	2000 Ini	CCDR	04-05-2014 Braga 47009
			536 443 130 537 458 345 710			
Octatlo Juv(Atl.Com)	A	4 109	David Fernandes	1997 Juv	EBPGS	04-05-2014 Braga 47009
			657 485 370 645 545 389 222 796			
4X60 Metros	A	3 5,94	Cacod	2001 Inf	CACOD	07-06-2014 Braga 47012
			David Mota (2001) / José Cunha (2001) / Bruno Pereira (2001) / Ricardo Cunha (2001)			
4X80 Metros	A	3 7,6	A A Braga	1998 Ini	AAB	14-06-2014 Lisboa 03029
			Tomás Casimiro (1999) / João Maranhão (1999) / João Azevedo (1999) / Luís Santos (2000)			
4X100 Metros Planos	A	4 4,06	C C D Ribeirão	1981 Sen	CCDR	31-05-2014 Almada 03027
			Viktor Zombori (1998) / Raúl Veloso (1981) / José Miguel Salgado (1994) / Eduardo Sá (1995)			
4X100 Metros Planos	A	4 4,99	C C D Ribeirão	1975 V35	CCDR	17-05-2014 1403024
			Viktor Zombori (1998) / Raúl Veloso (1981) / José Miguel Salgado (1994) / Eduardo Sá (1995)			
4X100 Metros Planos	A	4 5,13	Sporting Clube Braga	1995 Jun	SCB	17-05-2014 1403024
			Eduardo Sousa (1996) / João P Ferreira (1996) / Armando Santos (1997) / Rafael Vilas Boas (1995)			
4X100 Metros Planos	A	4 7,74	Esc.Eb.2,3 D.Mar.II	1997 Juv	EDMII	03-05-2014 Guimaraes 47523
			Fernando Coelho (1998) / Viktor Zombori (1998) / Vitor Teixeira (1997) / José Ferreira (1997)			
4X100 Metros Planos	A	6 1,5	Arq Mário Cardoso	2000 Ini	EBAMC	05-04-2014 BRAGA 47517
			Marcelo Pereira (2000) / Daniel Miranda (2000) / Diogo Peixoto (1999) / Vitor Marques (2000)			
4X400 Metros	A	3 2 9,80	Sporting Clube Braga	1996 Jun	SCB	13-07-2014 Braga 03034
			Manuel M Fernandes (1996) / Pedro Meireles (1996) / Francisco Rodrigues (1995) / João P Ferreira (1996)			
4X400 Metros	A	3 3 0,75	Sporting Clube Braga	1990 Sen	SCB	01-06-2014 Almada 03027
			Manuel M Fernandes (1996) / Pedro Meireles (1996) / Francisco Rodrigues (1995) / João P Ferreira (1996)			
4X400 Metros	A	3 4 1,95	C C D Ribeirão	1992 S23	CCDR	18-05-2014 1403024
			André F Silva (1997) / José Araújo (1983) / Raúl Veloso (1981) / Diogo Cruz (1994)			
5.000 Metros Marcha	A	2 4 0 4,09	Eduardo Cardoso	1992 S23	CCDR	31-05-2014 Almada 03027
100m-cadeiras Rodas	A	3 0,4	João Correia	1983 Sen	IND-B	19-07-2014 Guimaraes 47015