



Relatório Técnico AA Braga

Época 2012/2013

ÍNDICE

1. Filiações Associação Atletismo Braga.....	3
1.1. Filiações Atletas.....	3
1.2. Filiações Clubes.....	5
1.3. Filiações Treinadores.....	7
2. Oferta Competitiva Associação Atletismo Braga.....	9
2.1. Número Competições.....	9
2.2. Número Participações.....	12
3. Campeões Regionais Associação Atletismo Braga.....	14
3.1. Campeões Regionais Pista Absolutos.....	14
3.2. Campeões Regionais Pista Esperanças (Sub23).....	15
3.3. Campeões Regionais Pista Juniores.....	16
3.4. Campeões Regionais Pista Juvenis.....	17
3.5. Campeões Regionais Pista Iniciados.....	18
3.6. Campeões Regionais Pista Infantis.....	19
3.7. Campeões Regionais Pista Veteranos.....	20
3.8. Campeões Regionais Absolutos Pista Coberta.....	21
3.9. Outros Campeões Regionais.....	22
3.10. Outros Campeões Regionais Coletivos.....	23
4. Rankings Regionais Associação Atletismo Braga.....	24
4.1. Número de Atletas por Prova.....	24
4.2. Qualidade do Ranking.....	25
5. Recordes Regionais Associação Atletismo Braga.....	27
5.1. Recordes Regionais Gerais Masculinos.....	27
5.2. Recordes Regionais Gerais Femininos.....	31
5.3. Recordes Regionais Masculinos Pista Coberta.....	33
5.4. Recordes Regionais Femininos Pista Coberta.....	36
5.3. Análise Recordes Regionais.....	38
6. Competições Inter-Associações.....	40
6.1. Triatlo Técnico Jovem.....	40
6.2. Quilómetro Jovem.....	41
6.3. Olímpico Jovem.....	41
6.4. Atleta Completo.....	42
6.5. Reflexão Inter-Associações.....	42
7. Participações Campeonatos Nacionais.....	44
8. Reflexão Final.....	45

1. FILIAÇÕES ASSOCIAÇÃO ATLETISMO DE BRAGA

1.1. Filiações Atletas

A época desportiva de 2012/2013 permitiu obter mais um recorde de filiações de atletas na Associação de Atletismo de Braga (AAB), com um total de 766 atletas filiados, que representa um aumento de 1,5% relativamente à época anterior. Mais uma vez, a fasquia dos 800 atletas filiados ficou por atingir, no entanto, encontra-se cada vez mais próxima, ficando mais uma vez este objetivo adiado uma época desportiva.

As dificuldades crescentes na sociedade atual, trazem inevitavelmente repercussões no mundo desportivo, pelo que estes aumentos de filiações no atual contexto significam por si só um êxito assinalável, fruto do trabalho de todos os agentes ligados de forma direta ou indireta à AAB.

Efetuada uma análise mais atenta à temática das filiações pode-se concluir o seguinte:

- Os atletas do género feminino representam apenas 32% (245 atletas) do volume total de filiações;
- Apesar do aumento global do número de atletas filiados, as filiações femininas reduziram 11,8% relativamente à época transata, em contrapartida com o aumento de 9,2% do número de atletas do género masculino;
- Analisando o número de atletas por escalões, ao nível da formação, compreendendo os escalões de Benjamins A e B, Infantis, Iniciados e Juvenis, estes representam 56% (429) do volume total de filiações, sendo os restantes 44% (337) representados pelos escalões de Juniores, Seniores e Veteranos;
- Continuando ainda nos escalões, em femininos os escalões perderam atletas, com exceção das Juniores e Veteranas. Em contrapartida, em masculinos os escalões aumentaram o número de filiados, com exceção dos Infantis, Iniciados e Seniores;
- O escalão onde se registou o maior aumento de filiados foi o de Veteranos.

No Gráfico 1 é possível constatar as variações relativas ao número de atletas filiados na Associação de Atletismo de Braga, desde a época de 1990/1991.

Nas Tabelas 1 e 2 poderemos analisar de forma mais aprofundada o número de atletas filiados por escalão e por género.

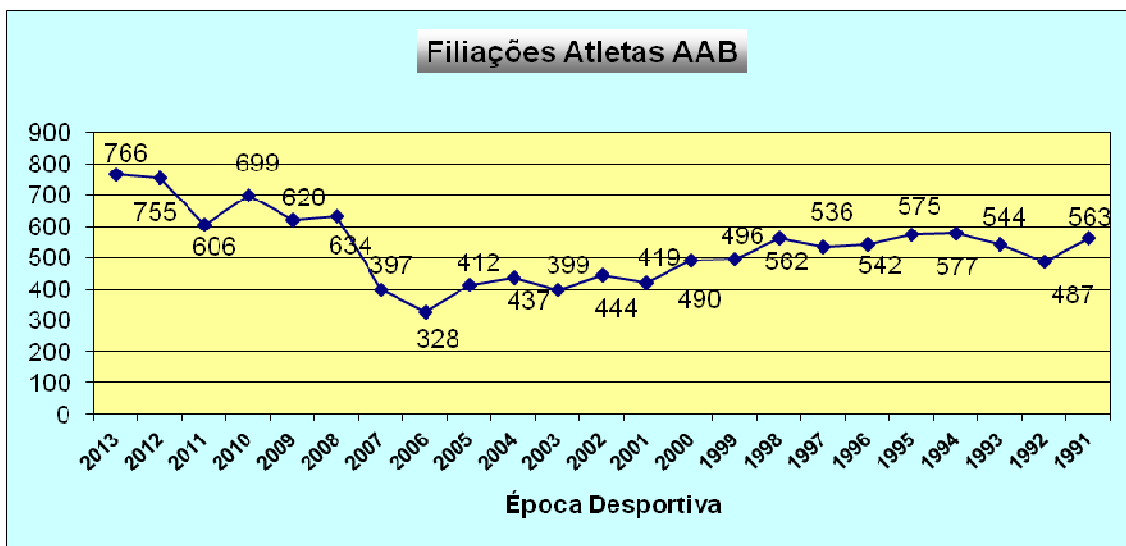


Gráfico 1: Filiações de Atletas na Associação de Atletismo de Braga

Época	Benj. A	Benj. B	Inf.	Ini.	Juv.	Jun.	Sen.	Vet.	SubTotal	Total
2013	14	31	44	55	37	25	18	21	245	766
2012	16	34	64	57	49	16	34	8	278	755
2011	12	23	43	39	33	17	24	6	197	606
2010	11	18	33	45	37	17	31	5	197	699
2009	4	12	36	66	30	15	26	3	192	620
2008	6	33	41	55	35	19	28	0	217	634
2007	1	3	28	27	29	17	26	0	131	397
2006	2	12	19	21	35	12	20	0	121	328
2005	2	16	23	35	35	22	24	0	157	412
2004	1	7	19	48	33	20	23	0	151	437
2003	2	3	15	42	37	16	25	1	141	399
2002	2	5	28	41	42	15	27	0	160	444
2001	0	5	31	46	35	24	27	0	168	419
2000	0	13	36	47	42	22	29	1	190	490
1999	0	8	21	26	38	28	32	1	154	496
1998	0	10	53	45	35	25	32	0	200	562
1997	1	15	38	55	41	23	25	1	199	536
1996	1	9	35	44	37	25	29	0	180	542
1995	1	9	51	50	54	18	27	0	210	575
1994	1	10	33	46	44	26	23	0	183	577
1993	0	15	37	50	38	17	14	0	171	544
1992	1	6	27	30	25	13	7	1	109	487
1991	0	4	36	35	24	7	10	0	117	563

Tabela 1: Filiações Femininas na Associação Atletismo Braga

Época	Benj. A	Benj. B	Inf.	Ini.	Juv.	Jun.	Sen.	Vet.	SubTotal	Total
2013	26	35	47	60	80	42	76	155	521	766
2012	16	31	54	78	69	37	84	108	477	755
2011	11	35	41	64	57	33	83	85	409	606
2010	14	28	42	97	85	50	106	80	502	699
2009	8	22	66	89	69	46	85	43	428	620
2008	9	32	66	62	65	50	88	0	419	634
2007	4	19	21	24	45	29	74	21	238	397
2006	5	9	18	33	46	25	52	17	207	328
2005	3	10	32	36	47	33	68	24	255	412
2004	4	15	25	43	41	29	87	38	286	437
2003	2	18	17	41	40	17	89	31	258	399
2002	5	17	34	46	42	32	74	29	284	444
2001	3	12	31	35	54	33	67	13	251	419
2000	0	22	38	41	65	41	80	10	300	490
1999	0	19	40	61	65	35	93	12	342	496
1998	0	17	44	60	71	47	96	11	362	562
1997	0	12	55	65	62	35	83	13	337	536
1996	3	18	55	71	57	45	90	10	362	542
1995	3	24	61	78	54	54	79	6	365	575
1994	3	22	60	84	68	53	87	13	394	577
1993	6	23	49	64	65	38	58	3	373	544
1992	2	11	18	30	55	26	73	6	378	487
1991	2	7	47	52	38	29	42	6	446	563

Tabela 2: Filiações Masculinas na Associação Atletismo Braga

1.2. Filiações Clubes

Observando agora as filiações dos Clubes, pode-se verificar a diminuição de dois Clubes (GRCD Candoso S. Tiago e Didáxis), contando agora a Associação de Atletismo de Braga com um total de 26 Clubes filiados.

Em contraponto, durante a presente época desportiva ocorreu a criação de apenas uma coletividade com a modalidade de atletismo, o Núcleo Atletismo das Taipas (NAT).

O objetivo de tornar a AAB com mais de 30 Clubes filiados continua, havendo a necessidade de promover medidas para promover o associativismo, ao nível da AAB e das autarquias respetivas.

Analisando os dados por concelhos, verificou-se um crescendo bastante assinalável do número de atletas filiados em Guimarães (+49), passando assim a ser a segunda força no distrito bracarense.

A capital de distrito, Braga, cai assim para terceiro lugar no número de concelhos com mais atletas filiados, apesar de possuir o Clube com maior número de filiações (SC Braga).

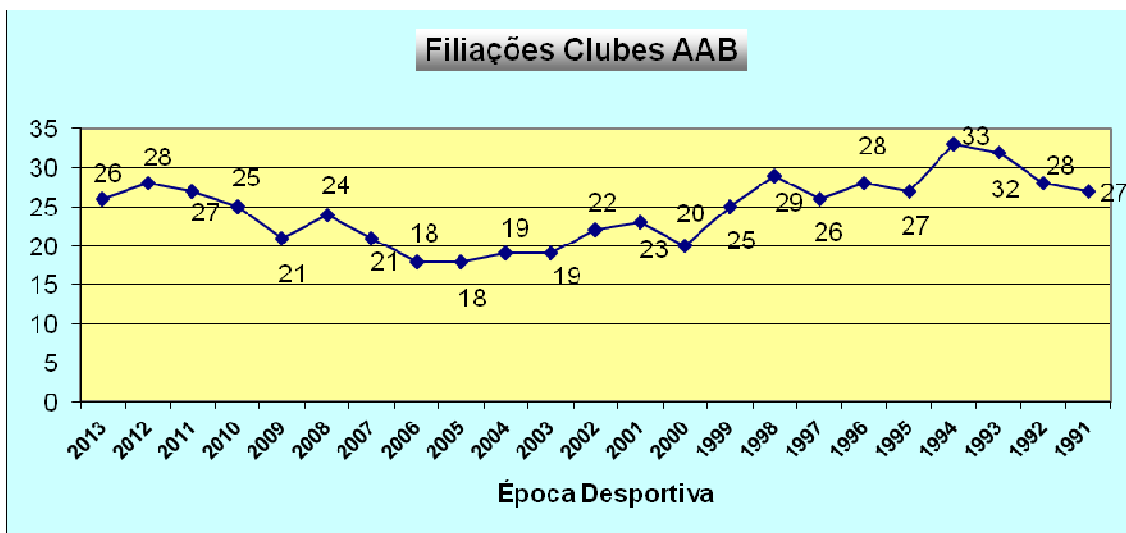


Gráfico 2: Filiações de Clubes da Associação de Atletismo de Braga

Na tabela (Tabela 3) seguinte podemos observar a lista discriminatória dos Clubes que durante a época de 2012/2013 fizeram parte da Associação de Atletismo de Braga, assim como o seu número e variação de atletas filiados relativamente à época anterior. Continua a ser bem visível o reduzido número de Clubes na capital do distrito, sendo notório também o elevado número de Clubes nos concelhos de Famalicão e Guimarães. Numa breve análise do número de Clubes filiados por concelho, e respetivo número de filiados, verifica-se a seguinte situação:

- Amares apresenta 1 Clube com um total de 2 atletas (-2);
- Barcelos apresenta 3 Clubes com um total de 42 atletas (+3);
- Braga apresenta 4 Clubes com um total de 152 atletas (+3);
- Celorico Basto 1 Clube com um total de 28 atletas (-11);
- Famalicão apresenta 9 Clubes com um total de 266 atletas (+11);
- Guimarães apresenta 5 Clubes com um total de 178 atletas (+49);
- Póvoa Lanhoso apresenta 1 Clube com um total de 22 atletas (-21);
- Vila Verde apresenta 1 Clube com um total de 20 atletas (-15);
- Vizela apresenta 1 Clube com um total de 43 atletas (-4);
- Cabeceiras de Basto, Esposende, Fafe, Terras de Bouro e Vieira do Minho não apresentam nenhuma coletividade filiada na modalidade.

Sigla	Designação	Concelho	Filiados	Dif.
ACB	Atletismo Clube de Braga	Braga	4	+ 1
ACRR	Associação Cultural Recreativa Roriz	Barcelos	19	+ 1
ACV	Associação Cultural Vermoim	Famalicão	4	- 1
ADCAST	Associação Desportiva Castelões	Famalicão	16	+ 5
ALVELOS	Associação Recr. Cult. Águias Alvelos	Barcelos	5	- 1
AMVE	Associação Moinho de Vermoim	Famalicão	40	+ 10
ARCVSC	Associação Rec. Cultural Vale S. Cosme	Famalicão	4	+ 1
ARPOUSA	Associação Recreativa Pousadense	Famalicão	23	+ 10
CACOD	Clube Atlético Codessoso	Celorico Basto	28	- 11
CCDR	Clube de Cultura e Desporto de Ribeirão	Famalicão	72	- 16
CDRCA	Clube Desp. Recr. Cultural Amarense	Amares	2	- 2
DVV	Dragões Vale Vizela	Vizela	43	- 4
EAMS	Escola de Atletismo Mário Silva	Braga	1	- 4
EAROS	Escola Atletismo Rosa Oliveira	Famalicão	63	+ 10
EBPGS	Escola Básica Prof. Gonçalo Sampaio	Póvoa Lanhoso	22	- 21
GDAIRAO	Grupo Desportivo Airão	Guimarães	17	+ 5
GDUC	Grupo Desportivo Unidos do Cano	Guimarães	38	- 14
GRAC	Grupo Recreativo Associativo da Cruz	Famalicão	6	- 3
JUNI	Jovens Unidos Num Ideal	Guimarães	35	- 1
LFC	Liberdade Futebol Clube	Famalicão	38	+ 14
MJM	Movimento Juventude Merelim	Braga	24	+ 6
MOURE	Escola Prof. Amaro Arantes – Moure	Vila Verde	20	- 15
NAT	Núcleo Atletismo Taipas	Guimarães	52	
SCB	Sporting Clube de Braga	Braga	123	0
SIRA	Sociedade Inst. Recreação Aldreense	Barcelos	18	+ 3
VSC	Vitória Sport Clube	Guimarães	36	+ 14
IND	Individual		13	- 2

Tabela 3: Clubes Filiados na Associação de Atletismo de Braga

1.3. Filiações Treinadores

Ao nível da filiação de treinadores continua a não existir, desde há várias épocas, um registo atualizado na base de dados da Associação de Atletismo de Braga, sendo ainda uma lacuna existente.

É necessário na próxima época desportiva instruir todos os técnicos a efetuarem o seu processo de filiação, sendo distribuída uma ficha de filiação a todos os técnicos durante a realização de uma competição, ou no decorrer da reunião técnica.

No entanto, não sendo a lista completa, já foram conseguidos os seguintes dados dos técnicos que se encontram em atividade, e outros que entretanto cessaram funções de treinador.

Nome	Formação	Clube	Atividade
Agostinho Carlos da Silva Costa	II Grau		S
Alberto Martinho Antunes	III Grau Lançamentos	CDRC Amarense	S
Alexandra Maria Sarmiento R. Silva	Licenciatura Ed. Física	CCD Ribeirão	S
Ana Isabel Ferreira da Silva	I Grau	DV Vizela	S
Ana Paula Pimentel	Lic. Ed. Física / I Grau	SC Braga	S
Armindo Sampaio Araújo	I Grau		S
Bruno Neto Vasconcelos	I Grau	SC Braga	S
Carlos Alberto da Costa Preliteiro	II Grau	Liberdade FC	S
Emanuel António da Silva Brandão	Lic. Ed. Física / III Grau	EBPG Sampaio	S
Francisco Lima Pereira	Ed. Física Militar	GDU Cano	S
Gaspar Ribeiro Gonçalves	I Grau	JUNI	S
Joaquim dos Santos Ferreira	II Grau	DV Vizela	S
Jorge Gabriel Costa e Silva	Licenciatura Ed. Física	Didáxis	N
Manuel Freitas Pacheco	I Grau	NA Taipas	S
Manuel Ribeiro Pinto	II Grau	ACB / GDAIRAO	S
Manuel Varejão	II Grau	CA Codessos	S
Maria Inês Oliveira	Licenciatura Ed. Física	CCD Ribeirão	S
Maria do Sameiro Macedo Araújo	II Grau	SC Braga	S
Mário Barbosa	Licenciatura Ed. Física	SC Braga	N
Miguel António C. Soares Caldas	Lic. Ed. Física / III Grau	AA Braga	S
Miguel Marinho		EA Rosa Oliveira	S
Paulo Manuel Pinto Soares	II Grau	AA Braga	S
Pedro Miguel Costa Carvalho	I Grau	GRA Cruz	S
Pedro Manuel Vale de Matos	I Grau	DV Vizela	S
Ramiro Pinheiro	I Grau	Vitória SC	S
Ricardo Ribas	I Grau	Vitória SC	S
Rosa Oliveira		EA Rosa Oliveira	S
Rui Manuel Azevedo Ferreira	II Grau	DV Vizela	S
Rui Medeiros	I Grau	SC Braga	S

Tabela 4: Treinadores na Associação de Atletismo de Braga

Continua a ser fundamental criar um conjunto de formações em vários domínios, para que os técnicos da AA Braga se tornem mais preparados para os futuros desafios, situação esta que continua a apresentar pouca dinâmica na AA Braga, um pouco por pouca procura dos técnicos neste tipo de situações.

2. OFERTA COMPETITIVA ASSOCIAÇÃO ATLETISMO DE BRAGA

2.1. Número de Competições

A Associação de Atletismo de Braga continua a ser uma das Associações de Atletismo que mais competições efetua, privilegiando assim a oferta competitiva, nas várias especialidades, aos seus Clubes filiados.

Para esta época a AAB considerou para a sua contagem total, tal como as restantes Associações Distritais, as provas de estrada em que se encontra diretamente relacionada na sua concretização.

Neste sentido, o número total de competições foi bastante superior considerando os valores dos anos transatos, no entanto, mesmo sem a consideração das provas de estrada, o valor total seria de 45 competições, que constituiria na mesma um recorde do número de competições organizadas.

Além destas competições, a AAB esteve presente em muitas outras à qual apenas forneceu apoio ao nível da organização e ajuizamento, tal como as duas jornadas do Torneio Eixo Atlântico que aqui não se encontra contabilizado.

O principal número de competições tem-se repartido pela Pista Coberta do Parque de Exposições de Braga, pela Pista do Estádio 1º de Maio e pela Pista de Atletismo Gémeos Castro. Neste sentido, é de realçar as relações estabelecidas com o Município de Vieira do Minho, que se concretizou com a realização do Campeonato Regional de Corta Mato Curto naquele concelho.

Nesta vertente competitiva, continua a existir o interesse da AA Braga em realizar um circuito de provas, criando assim um renovado interesse por esta importante especialidade do atletismo português e nomeadamente bracarense.

A aposta nos Torneios de Lançamentos têm-se revelado acertada, no entanto será de reavaliar o seu número de torneios, essencialmente durante o período da pista coberta, dada a sua reduzida participação, fruto claramente dos constrangimentos climatéricos.

No que diz respeito a outras competições realizaram-se quatro Torneios de Pavilhão, uma prova de Montanha, simultaneamente com o Campeonato Regional e Taça de Portugal de Montanha.

Alem destas competições, a AAB promoveu ainda Torneios Escolares da Pista Coberta, ajudando as escolas no ajuizamento das suas competições internas, assim como várias competições do Desporto Escolar.

Numa época em que a contenção de custos obrigou numa fase inicial a um menor número de competições, a procura competitiva ao longo da presente época, com solicitações de várias entidades tais como ANDDI, FADU, Eixo Atlântico, Desporto Escola, incrementaram o número inicial previsto, provocando assim a obtenção de um novo máximo de competições realizadas.

Época	Pista Coberta	Ar Livre	Corta Mato	Estrada	Outros	Total
2002/2003	11	21	2			34
2003/2004	12	12	3			27
2004/2005	15	19	8			42
2005/2006	12	19	7			38
2006/2007	13	16	8	1	1	39
2007/2008	12	18	7	1	2	40
2008/2009	9	20	6	1	2	38
2009/2010	12	24	5	1	3	45
2010/2011	11	27	4	1	2	45
2011/2012	13	24	4	1	2	44
2012/2013	12	23	5	20	5	65

Tabela 5: Número de competições por época e por especialidade

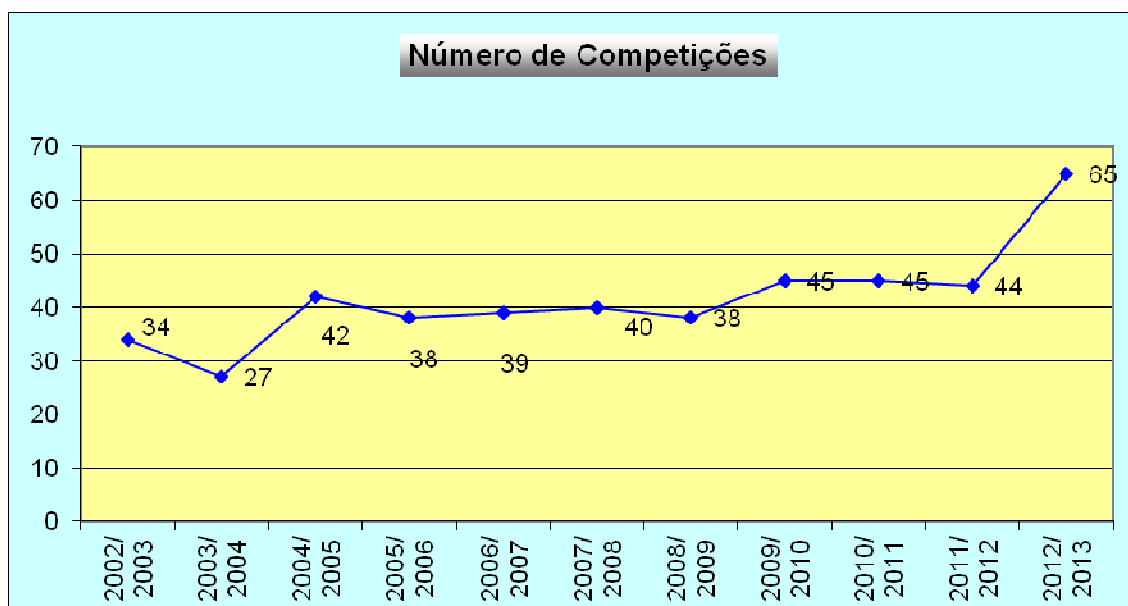


Gráfico 3: Número de competições realizadas pela AA Braga

Na seguinte tabela é possível observar de forma discriminada o número de competições, a sua data de realização e local, assim como o número de atletas presente em cada uma das competições.

Nº	Data	Designação	Local	Participantes
1	20-10-2012	Corta Mato Abertura	Guimarães	96
2	10-11-2012	Corta Mato Preparação	Braga	124
3	17-11-2012	VIII Torneio Atletismo Pavilhão	Celeirós	131
5	24-11-2012	I Torneio Lançamentos	Guimarães	30
6	25-11-2012	III Cross Airão S. João	Guimarães	204
7	08-12-2012	I Torneio Atletismo Pavilhão Celorico Basto	Celorico Basto	107
8	16-12-2012	Corta Mato Preparação	Guimarães	55
9	28-12-2012	Torneio Abertura Pista Coberta	Braga	235
10/11	29/30-12-2012	S. Altura Sala + C. Norte Combinadas + Extra	Braga	439
12	05-01-2013	III Torneio Lançamentos	Guimarães	35
13	05-01-2013	Campeonato Regional Corta Mato Curto	Vieira Minho	202
14	12-01-2013	Triatlo Técnico AAB	Braga	79
15/16	12/13-01-2013	Campeonato Regional Absoluto PC + ZN	Braga	435
17	19-01-2013	Provas Preparação	Braga	240
18	26-01-2013	Apuramento Camp. Nacional Clubes	Braga	195
19	02-02-2013	Triatlo Técnico Jovem Norte	Braga	133
20	09-02-2013	Camp. Nac. ANDDI + Provas Preparação	Braga	229
21	27-02-2013	Torneio Adaptado	Braga	80
22	01-03-2013	Torneio Inter-Escolas PC	Braga	477
23	09-03-2013	Torneio Mega Sprinter	Guimarães	502
24	16-03-2013	IV Torneio Lançamentos	Guimarães	5
25	16-03-2013	IX Torneio Atletismo Pavilhão	Famalicão	159
26	23-03-2013	Torneio Abertura Ar Livre	Braga	268
27	06-04-2013	V Torneio Lançamentos	Guimarães	32
28	13-04-2013	Torneio Inter-Escolas Ar Livre	Guimarães	202
29	20-04-2013	Quilómetro Jovem AAB + Provas Preparação	Braga	254
30	27-04-2013	Regional Norte Desporto Escolar	Guimarães	255
31	04-05-2013	VI Torneio Lançamentos	Guimarães	16
32	04-05-2013	Campeonato Regional Montanha	Atães	70
33/34	04/05-05-2013	Campeonato Regional Infantis e Juvenis	Braga	223
35	11-05-2013	Camp. Portugal ANDDI + Provas Preparação	Braga	157
36	12-05-2013	CNU Ar Livre	Guimarães	193
37/38	18/19-05-2013	Torneio Olímpico Jovem AAB	Braga	352
39	01-06-2013	Provas Preparação	Braga	264
40	10-06-2013	I Torneio Atletismo Pavilhão Priscos	Braga	81
41/42	29/30-06-2013	Torneio Atleta Completo AA Braga	Braga	123
43/44	10/17-07-2013	Campeonato Regional Iniciados e Veteranos	Braga	358
45/46	20/21-07-2013	Campeonato Regional Absoluto + Esperanças	Guimarães	306
Total				7346

Tabela 6: Discriminação competições AAB

Na tabela seguinte podemos apurar o número de competições de estrada efetuadas pela Associação de Atletismo de Braga na época desportiva de 2012/2013.

Nº	Data	Designação	Local	Participantes
1	23-09-2012	VII Prova Atletismo ACR Roriz	Barcelos	173
2	30-09-2012	XIII Famalicão – Joane	Famalicão	679
3	07-10-2012	2ª Corrida Solidária Internacional Helpo	Braga	72
4	27-10-2012	2ª Corrida Vital	Braga	197
5	14-12-2012	S. Silvestre Braga	Braga	493
6	23-12-2012	S. Silvestre Juventude	Famalicão	549
7	29-12-2012	S. Silvestre Requião	Famalicão	176
8	17-03-2013	18º GP Atletismo S. José	Póvoa Lanhoso	283
9	30-03-2013	GP Atletismo Vieira do Minho	Vieira Minho	79
10	01-05-2013	XI GP Atletismo Landim	Famalicão	256
11	25-05-2013	15ª Milha Cidade VN Famalicão	Famalicão	362
12	08-06-2013	4º GP Bernardino Machado	Famalicão	290
13	09-06-2013	8ª Corrida Caldas das Taipas / Reg. Estrada	Taipas	339
14	10-06-2013	Milha Urbana Atletismo Vizela	Vizela	240
15	16-06-2013	II GP AIREV	Vizela	91
16	16-06-2013	28º GP Atletismo GRA Cruz	Famalicão	186
17	22-06-2013	7ª Corrida Popular Gavião	Famalicão	345
18	29-06-2013	III Corrida S. Pedro	Famalicão	172
19	13-07-2013	4ª Corrida Amizade	Braga	326
20	27-07-2013	VI Prova Atletismo Terras de Vermoim	Famalicão	246
Total				5554

Tabela 7: Discriminação competições estrada AAB

2.2. Número de Participações

No que diz respeito ao número de participações de atletas nas competições organizadas pela Associação de Atletismo de Braga, este valor voltou a crescer, contabilizando-se 7346 atletas em competição, pelo segundo ano consecutivo acima das 7000 participações, crescendo assim 1%.

Na presente época constam para este relatório e sua contabilização, as provas de estrada, neste sentido, o valor ascende às 12900 participações de atletas, o que revela a procura dos atletas da AAB, Associações Distritais vizinhas e mesmo da Galiza pelas competições organizadas pela Associação de Atletismo de Braga.

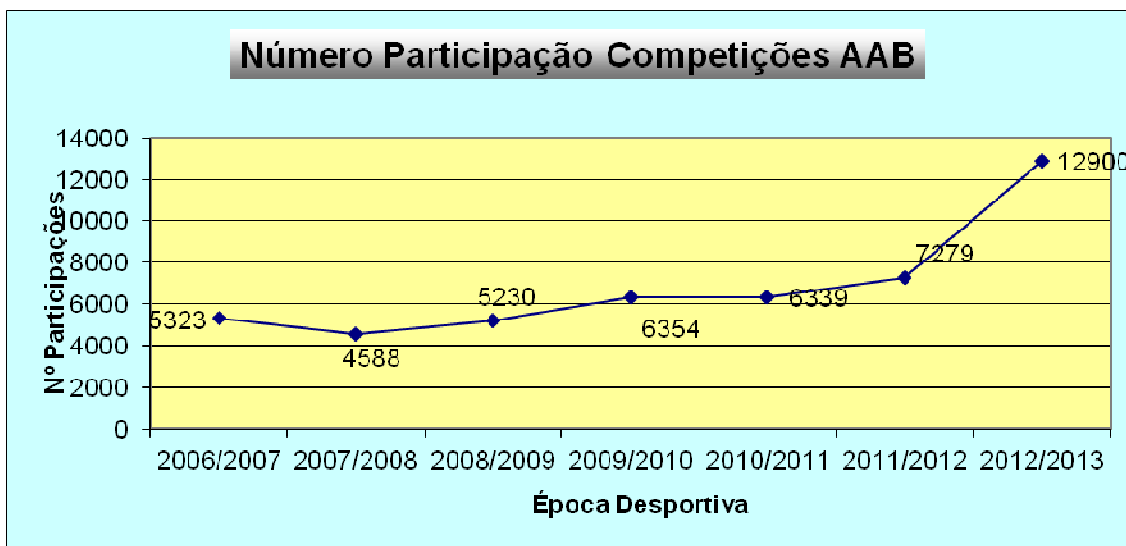


Gráfico 4: Variação do número de participações de atletas nas competições da AAB

Se dividirmos este número de participações pelas várias especialidades competitivas do Atletismo, encontramos os seguintes valores:

Especialidade	Nº Provas	Participantes
Corta Mato	5	681
Pista Coberta	12	2542
Pista Ar Livre	23	3575
Torneios Pavilhão	4	478
Provas Montanha	1	70
Estrada	20	5554

Tabela 8: Discriminação competições AAB por especialidade

3. CAMPEÕES REGIONAIS ASSOCIAÇÃO ATLETISMO BRAGA

3.1. Campeões Regionais Pista Absolutos

Campeão Braga	Clube	Marca	Provas	Campeã Braga	Clube	Marca
Eduardo Sá	CCD Ribeirão	10,89	100 Metros	Rose Trindade	SC Braga	12,64
Eduardo Sá	CCD Ribeirão	21,76	200 Metros			
David Fernandes	EBPG Sampaio	52,64	400 Metros	Elsa Gomes	SC Braga	60,30
Francisco Rodrigues	SC Braga	1.55,69	800 Metros	Elsa Gomes	SC Braga	2.15,90
Francisco Rodrigues	SC Braga	4.05,21	1500 Metros	Patrícia Caldas	SC Braga	4.35.3
Ângelo Ribeiro	AM Vermoim	15.46,28	5000 Metros			
Tiago Costa	CCD Ribeirão	17,10	110/100 MBarreiras			
Diogo Cruz	CCD Ribeirão	59,53	400 MBarreiras	Alexandra Fernandes	SC Braga	75,12
Tiago Silva	EBPG Sampaio	10.10,76	3000 MObstáculos			
Eduardo Cardoso	CCD Ribeirão	55.16,82	10.000 MX			
Sérgio Silva	CCD Ribeirão	6,97	S. Comprimento	Juliana Silva	Individual	4,38
Sérgio Silva	CCD Ribeirão	14,01	Triplo Salto			
Tiago Costa	CCD Ribeirão	1,97	S. Altura	Vera Castro	EBPG Sampaio	1,35
Gilberto Enes	Individual	3,00	S. Vara			
Pedro Veloso	SC Braga	13,26	L. Peso	Teresa Silva	SC Braga	9,94
Paulo Silva	CDRC Amarense	52,93	L. Dardo	Vera Castro	EBPG Sampaio	28,56
Pedro Veloso	SC Braga	36,63	L. Disco	Teresa Silva	SC Braga	38,00
Hélder Serrão	CDRC Amarense	41,86	L. Martelo	Teresa Silva	SC Braga	23,66
Renato Miranda João Simões Sérgio Silva Raul Veloso	CCD Ribeirão	45,05	4 x 100 Metros			
Rui Gomes Luís Costa João Simões Diogo Cruz	CCD Ribeirão	3.36,68	4 x 400 Metros	Marta Oliveira Andreia Santos Jéssica Lopes Tânia Silva	Liberdade FC	4.27,71
	CCD Ribeirão		Coletiva		SC Braga	

3.2. Campeões Regionais Pista Esperanças (Sub-23)

Campeão Braga	Clube	Marca	Provas	Campeã Braga	Clube	Marca
Eduardo Sá	CCD Ribeirão	10,89	100 Metros	Rose Trindade	SC Braga	12,64
Eduardo Sá	CCD Ribeirão	21,76	200 Metros			
Gabriel Fernandes	EBPG Sampaio	54,10	400 Metros			
Francisco Rodrigues	SC Braga	1.55,69	800 Metros	Patrícia Caldas	SC Braga	2.17,55
Francisco Rodrigues	SC Braga	4.05,21	1500 Metros	Patrícia Caldas	SC Braga	4.35.3
Ângelo Ribeiro	AM Vermoim	15.46,28	5000 Metros			
Tiago Costa	CCD Ribeirão	17,10	110/100 Mbarreiras			
Diogo Cruz	CCD Ribeirão	59,53	400 MBarreiras	Susana Fernandes	SC Braga	75,12
Tiago Silva	EBPG Sampaio	10.10,76	3000 MObstáculos			
Eduardo Cardoso	CCD Ribeirão	55.16,82	10.000 MX			
José Salgado	CCD Ribeirão	5,76	S. Comprimento			
Rafael Vilas Boas	SC Braga	13,84	Triplo Salto			
Tiago Costa	CCD Ribeirão	1,97	S. Altura	Vera Castro	EBPG Sampaio	1,35
Miguel Salgado	CCD Ribeirão	2,50	S. Vara			
Rui Costa	SC Braga	11,39	L. Peso	Vera Castro	EBPG Sampaio	8,56
Paulo Silva	CDRC Amarense	52,93	L. Dardo	Vera Castro	EBPG Sampaio	28,56
Jorge Rodrigues	CCD Ribeirão	26,49	L. Disco	Vera Castro	EBPG Sampaio	23,78
Gonçalo Pimenta	Vitória SC	19,12	L. Martelo			
			4 x 100 Metros			
			4 x 400 Metros			
			Coletiva			

3.3. Campeões Regionais Pista Juniores

Campeão Braga	Clube	Marca	Provas	Campeã Braga	Clube	Marca
Fábia Cunha	JUNI	11,09	100 Metros	Rose Trindade	SC Braga	12,72
César Gonçalves	SC Braga	24,97	200 Metros	Alexandra Fernandes	SC Braga	28,16
César Gonçalves	SC Braga	55,45	400 Metros	Juliana Silva	GRA Cruz	69,12
Paulo Rosário	SC Braga	1.57,90	800 Metros	Elsa Gomes	SC Braga	2.16,86
Paulo Rosário	SC Braga	4.08,98	1500 Metros	Patrícia Caldas	SC Braga	4.44,68
			3000 Metros			
			5000 Metros			
Pedro Silva	SC Braga	15,28	110/100 MBarreiras	Elsa Cruz	CCD Ribeirão	17,62
			400 MBarreiras	Alexandra Fernandes	SC Braga	77,35
Carlos Oliveira	SC Braga	10.31,37	3000 MObstáculos			
			10.000 MX			
Miguel Salgado	CCD Ribeirão	6,15	S. Comprimento	Márcia Costa	CCD Ribeirão	4,46
Rafael Vilas Boas	SC Braga	13,75	Triplo Salto	Elsa Cruz	CCD Ribeirão	10,04
Flávio Pereira	JUNI	1,55	S. Altura			
Miguel Salgado	CCD Ribeirão	2,80	S. Vara			
Rui Costa	SC Braga	12,60	L. Peso	Elsa Cruz	CCD Ribeirão	9,46
Paulo Silva	CDRC Amarense	50,97	L. Dardo	Raquel Lourenço	Vitória SC	23,12
Daniel Costa	SC Braga	34,35	L. Disco			
Daniel Costa	SC Braga	41.82	L. Martelo			
Manuel Fernandes João Ferreira José Azevedo Diogo Costa	SC Braga	47,71	4 x 100 Metros			
Fernando Pinto Luís Silva Rafael Vilas Boas Paulo Rosário	SC Braga	3.42,17	4 x 400 Metros			
SC Braga			Coletiva	CCD Ribeirão		

3.4. Campeões Regionais Pista Juvenis

Campeão Braga	Clube	Marca	Provas	Campeã Braga	Clube	Marca
Eduardo Sousa	AC Braga	11,64	100 Metros	Sara Rodrigues	Escola Celeirós	13,19
Jorge Paiva	SC Braga	24,42	200 Metros	Flávia Lopes	SC Braga	28,37
César Gonçalves	SC Braga	38,94	300 Metros	Juliana Silva	GRA Cruz	48,48
Rafael Silva	SC Braga	2.09,20	800 Metros	Elsa Gomes	SC Braga	2.24,68
David Fernandes	EBPG Sampaio	4.27,08	1500 Metros	Elsa Gomes	SC Braga	5.10,94
João Lopes	DV Vizela	9.07,44	3000 Metros	Diana Ribeiro	DV Vizela	10.43.1
Narciso Vieira	EBPG Sampaio	16,47	110/100 MBarreiras	Elsa Cruz	CCD Ribeirão	16,93
Narciso Vieira	EBPG Sampaio	42,76	300 MBarreiras	Ana Silva	CA Codessoso	61,31
Luís Costa	CCD Ribeirão	6.26,39	2000 MObstáculos	Diana Ribeiro	DV Vizela	7.24,38
			5.000 MX			
Narciso Vieira	EBPG Sampaio	5,98	S. Comprimento	Flávia Lopes	SC Braga	4,63
Manuel Fernandes	SC Braga	11,55	Triplo Salto	Elsa Cruz	CCD Ribeirão	10,15
Manuel Fernandes	SC Braga	1,62	S. Altura	Elsa Cruz	CCD Ribeirão	1,35
			S. Vara			
Francisco Ribeiro	DV Vizela	13,25	L. Peso	Teresa Silva	SC Braga	12,57
Pedro Meireles	SC Braga	35,68	L. Dardo	Raquel Lourenço	Vitória SC	21,51
Francisco Ribeiro	DV Vizela	32,19	L. Disco	Teresa Silva	SC Braga	37,19
Francisco Ribeiro	DV Vizela	26,19	L. Martelo	Teresa Silva	SC Braga	23,98
Pedro Silva Bruno Sampaio Nélson Oliveira João Castro	EA Rosa Oliveira	51,43	4 x 100 Metros	Sara Oliveira Ana Silva Sílvia Oliveira Sara Oliveira	EA Rosa Oliveira	59,83
Jorge Damião Viktor Zombori Rafael Sousa André Silva	CCD Ribeirão	2.28,94	4 x 100/200/300/400			
SC Braga			Coletiva	SC Braga		

3.5. Campeões Regionais Pista Iniciados

Campeão Braga	Clube	Marca	Provas	Campeã Braga	Clube	Marca
João Silva	CCD Ribeirão	10,16	80 Metros	Flávia Lopes	SC Braga	10,72
Pedro Cardoso	SC Braga	33,26	250 Metros	Flávia Lopes	SC Braga	36,44
Diogo Silveira	DV Vizela	2.15,97	800 Metros	Susana Malheiro	Liberdade FC	2.28,47
Luís Alves	SC Braga	4.41,83	1500 Metros	Susana Malheiro	Liberdade FC	5.05,75
Diogo Peixoto	SC Braga	15,92	100/80 MBarreiras	Sara Rodrigues	Escola Celeirós	13,84
			250 MBarreiras	Adriana Gonçalves	SC Braga	53,46
Diogo Silveira	DV Vizela	4.53,75	1500 MObstáculos	Ana Azevedo	CCD Ribeirão	5.33,80
			4.000 MX			
João Silva	CCD Ribeirão	5,46	S. Comprimento	Flávia Lopes	SC Braga	4,90
João Aguilar	SC Braga	13,20	Quadruplo Salto	Palmira Martins	SC Braga	12,60
Bruno Cunha	Escola Celeirós	1,45	S. Altura	Sara Fernandes	SC Braga	1,36
			S. Vara			
Mário Carneiro	CCD Ribeirão	11,12	L. Peso	Isabel Soares	SC Braga	9,57
Flávio Coelho	EBPG Sampaio	29,41	L. Dardo	Ana Araújo	EBPG Sampaio	22,17
			L. Disco	Isabel Soares	SC Braga	28,81
			L. Martelo	Isabel Soares	SC Braga	23,03
João Oliveira Eduardo Araújo João Aguilar Luís Ferreira	SC Braga	42,95	4 x 80 Metros	Sara Fernandes Gabriela Martins Carolina Nunes Margarida Carvalho	SC Braga	45,40
SC Braga			Coletiva	SC Braga		

3.6. Campeões Regionais Pista Infantis

Campeão Braga	Clube	Marca	Provas	Campeã Braga	Clube	Marca
Luís Santos	CCD Ribeirão	8,20	60 Metros	Francisca Silva	AC Braga	8,81
João Aguilar	SC Braga	20,61	150 Metros	Beatriz Santos	SC Braga	21,96
Luís Santos	CCD Ribeirão	1.37,55	600 Metros	Adriana Costa	SC Braga	1.48,11
André Natário	DV Vizela	3.04,98	1000 Metros	Adriana Costa	SC Braga	3.15,86
			60 MBarreiras	Paula Costa	Escola Celeirós	13,01
			3.000 MX			
Luís Santos	CCD Ribeirão	5,12	S. Comprimento	Filipa Costa	GRA Cruz	4,19
Gonçalo Carrasco	CCD Ribeirão	1,30	S. Altura	Beatriz Santos	SC Braga	1,35
			Quadruplo Salto	Beatriz Santos	SC Braga	12,15
Luís Ferreira	SC Braga	10,06	L. Peso	Francisca Silva	AC Braga	10,03
Ricardo Cunha	CA Codessos	17,58	L. Dardo	Margarida Andrade	Individual	11,72
			L. Disco			
			L. Martelo			
João Juncal Carlos Ferreira Tiago Oliveira Pedro Sousa	EDMII	37,18	4 x 60 Metros	Rita Silva Ana Marinho Maria Oliveira Beatriz Fernandes	EA Rosa Oliveira	38,16
	SC Braga		Coletiva		SC Braga	

3.7. Campeões Regionais Pista Veteranos

Campeão Braga	Clube	Marca	Provas	Campeã Braga	Clube	Marca
Gilberto Enes	Individual	13,11	100 Metros			
Simão Mendes	ARCVS Cosme	25,21	200 Metros			
Simão Mendes	ARCVS Cosme	54,37	400 Metros	Hermínia Pereira	EA Rosa Oliveira	75,63
Augusto Antunes	AM Vermoim	2.18,31	800 Metros	Hermínia Pereira	EA Rosa Oliveira	2.47,03
Hélder Oliveira	DV Vizela	4.27,24	1500 Metros	Elisa Rodrigues	Individual	5.52,91
Manuel Azevedo	GD Airão	10.21,58	3000 Metros	Elisa Rodrigues	Individual	12.34,25
Gilberto Enes	Individual	5,41	Salto Comprimento			
Pedro Veloso	SC Braga	13,15	L. Peso			
Miguel Almeida	SC Braga	27,95	L. Dardo			
Pedro Veloso	SC Braga	36,63	L. Disco			

3.8. Campeões Regionais Absolutos Pista Coberta

Campeão Braga	Clube	Marca	Provas	Campeã Braga	Clube	Marca
Eduardo Sá	CCD Ribeirão	7,20	60 Metros	Cíntia Costa	SC Braga	8,54
Eduardo Sá	CCD Ribeirão	22,99	200 Metros	Susana Fernandes	SC Braga	29,31
Ricardo Ferreira	SC Braga	53,42	400 Metros	Elsa Gomes	SC Braga	61,23
Francisco Rodrigues	SC Braga	1.58,32	800 Metros	Elsa Gomes	SC Braga	2.19,46
Paulo Rosário	SC Braga	4.01,85	1500 Metros	Catarina Araújo	Liberdade FC	5.02,14
André Silva	EAR Oliveira	8.53,58	3000 Metros	Rosa Oliveira	EAR Oliveira	10.48,36
Pedro Silva	SC Braga	8.7	60 M Barreiras	Vera Castro	EBPG Sampaio	11,20
			3.000 MX			
Eduardo Cardoso	CCD Ribeirão	23.53,20	5.000 MX			
Sérgio Silva	CCD Ribeirão	6,63	S. Comprimento	Rita Alves	SC Braga	4,59
Sérgio Silva	CCD Ribeirão	13,90	Triplo Salto	Daniela Costa	SC Braga	10,34
Tiago Costa	CCD Ribeirão	1,97	S. Altura			
			S. Vara			
Pedro Veloso	SC Braga	13,13	L. Peso	Teresa Silva	SC Braga	10,45
	CCD Ribeirão		Coletiva		SC Braga	

3.9. Outros Campeões Regionais

Campeão Braga	Clube	Marca	Provas	Campeã Braga	Clube	Marca
Gonçalo Carrasco	CCD Ribeirão	1,20	Salto Altura Infantis	Juliana Rodrigues	EBPG Sampaio	1,28
Bruno Dias	Escola Celeirós	1,57	Salto Altura Iniciados	Elsa Cruz	CCD Ribeirão	1,53
Manuel Fernandes	SC Braga	1,60	Salto Altura Juvenis			
Luís Santos	CCD Ribeirão	2.56,94	KM Jovem Infantis	Bruna Monteiro	DV Vizela	3.20,38
Luís Alves	SC Braga	2.52,91	KM Jovem Iniciados	Paula Martins	DV Vizela	3.17,46
João Ferreira	SC Braga	2.41,87	KM Jovem Juvenis	Elsa Gomes	SC Braga	3.02,23
			Pentatlo Júnior PC			
			Pentatlo Sénior PC			
Tiago Costa	CCD Ribeirão	2569	Heptatlo Júnior PC			
Sérgio Silva	CCD Ribeirão	3909	Heptatlo Sénior PC			
Luís Santos	CCD Ribeirão	1020	Triatlo Técnico Infantil	Beatriz Santos	SC Braga	1025
Diogo Peixoto	SC Braga	1209	Triatlo Técnico Iniciado	Palmira Martins	SC Braga	1320
Narciso Vieira	EBPG Sampaio	1470	Triatlo Técnico Juvenil	Elsa Cruz	CCD Ribeirão	1708
Luís Santos	CCD Ribeirão	2509	Atleta Completo Infantil	Marta Sousa	SC Braga	1235
Diogo Peixoto	SC Braga	2813	Atleta Completo Iniciado	Flávia Lopes	SC Braga	2899
Narciso Vieira	SC Braga	4242	Atleta Completo Juvenil	Elsa Cruz	CCD Ribeirão	3877
Diogo Rosário	SC Braga	4.25	Corta Mato Curto Infantil	Adriana Costa	SC Braga	5.48
Diogo Silveira	DV Vizela	9.30	Corta Mato Curto Iniciado	Juliana Carneiro	DV Vizela	11.15
João Lopes	DV Vizela	11.52	Corta Mato Curto Juvenil	Diana Ribeiro	DV Vizela	10.07
Paulo Rosário	SC Braga	11.27	Corta Mato Curto Júnior	Jéssica Lopes	Liberdade FC	13.40
Óscar Mendes	Liberdade FC	11.30	Corta Mato Curto Sénior	Tânia Silva	Liberdade FC	13.27
Fernando Grilo	SIR Aldreense	12.04	Corta Mato Curto Veterano	Cláudia Pereira	AM Vermoim	13.37
Óscar Mendes	Liberdade FC	31.29	Corta Mato Longo Sénior	Lúcia Pereira	DV Vizela	22.15
Nuno Pires	GDU Cano	4.20	Montanha Infantis	Natália Nogueira	GRA Cruz	4.46
Paulo Nogueira	GRA Cruz	6.12	Montanha Iniciados	Juliana Mota	GDU Cano	7.50
Diogo Peixoto	GDU Cano	19.00	Montanha Juvenis	Ana Fernandes	GRA Cruz	27.23
Tiago Silva	EBPG Sampaio	38.06	Montanha Juniores			
Paulo Mendes	GDU Cano	57.30	Montanha Seniores	Lúcia Pereira	DV Vizela	40.53
Mihail Lalev	GD Airão	30.21	Estrada Seniores	Elisabete Lopes	NA Taipas	34.28

3.10. Outros Campeões Regionais Coletivos

De realçar também os títulos regionais coletivos conquistados nas seguintes competições:

Competição	Feminino	Masculino
Corta Mato Curto Infantis	SC Braga	SC Braga
Corta Mato Curto Iniciados	SC Braga	SC Braga
Corta Mato Curto Juvenis	EA Rosa Oliveira	DV Vizela
Corta Mato Curto Juniores	Liberdade FC	EA Rosa Oliveira
Corta Mato Curto Seniores		AM Vermoim
Corta Mato Curto Veteranos	EA Rosa Oliveira	AM Vermoim
Corta Mato Longo Juniores	Liberdade FC	SC Braga
Corta Mato Longo Seniores		AM Vermoim
Estrada Seniores	NA Taipas	NA Taipas
Estrada Veteranos	NA Taipas	NA Taipas
Montanha		

Tabela 9: Campeões Regionais Coletivos

4. RANKINGS REGIONAIS ASSOCIAÇÃO ATLETISMO BRAGA

4.1. Número de Atletas por Prova

Na próxima tabela irão ser indicadas as provas onde não foram atingidas dez marcas, ou seja, são provas com reduzida participação dos atletas da AA Braga.

Nº	Prova	Escalão	Género	Nº de Marcas
1	300 Metros	Juvenis	Feminino	8
2	3000 Metros	Juvenis - Seniores		9
3	5000 Metros	Juniores / Seniores		2
4	10000 Metros	Seniores		2
5	60 Metros Barreiras	Infantis		2
6	100 Metros Barreiras (76)	Juvenis		6
7	100 Metros Barreiras (84)	Juniores / Seniores		3
8	250 Metros Barreiras	Iniciados		2
9	300 Metros Barreiras	Juvenis		1
10	400 Metros Barreiras	Juniores / Seniores		2
11	1500 Metros Obstáculos	Iniciados		5
12	2000 Metros Obstáculos	Juvenis		3
13	3000 Metros Obstáculos	Juniores / Seniores		0
14	Salto Vara	Juvenis – Seniores		0
15	Tripló Salto	Juvenis – Seniores		3
16	Quadruplo Salto	Infantis		4
17	Quadruplo Salto	Iniciados		2
18	Lançamento Martelo 3 Kg	Iniciados / Juvenis		2
19	Lançamento Martelo 4 Kg	Juniores / Seniores		2
20	Lançamento Peso 4 Kg	Juniores / Seniores		4
21	Lançamento Dardo 400 Gr	Infantis		2
22	Lançamento Dardo 600 Gr	Juvenis – Seniores		3
23	Lançamento Disco 0,750 Gr	Iniciados		2
24	Lançamento Disco 1 Kg	Juvenis / Seniores		4
25	Pentatlo	Infantis		1
26	Heptatlo	Juvenis		6
27	Heptatlo	Júnior		0
28	Heptatlo	Sénior		0
29	3000 Metros Marcha	Juvenis – Seniores		0
1	5000 Metros	Juniores / Seniores	Masculino	5
2	10000 Metros	Juniores / Seniores		2
3	100 Metros Barreiras	Iniciados		4
4	110 Metros Barreiras 100	Juniores		1
5	110 Metros Barreiras 106	Seniores		3
6	250 Metros Barreiras	Iniciados		0
7	300 Metros Barreiras	Juvenis		5
8	400 Metros Barreiras	Juniores / Seniores		5
9	1500 Metros Obstáculos	Iniciados		8
10	2000 Metros Obstáculos	Juvenis		7
11	3000 Metros Obstáculos	Juniores / Seniores		3
12	Salto Vara	Juvenis – Seniores		4
13	Quadruplo Salto	Infantis		4
14	Quadruplo Santo	Iniciados		2
15	Lançamento Martelo 3 Kg	Infantis		0

16	Lançamento Martelo 4 Kg	Iniciados		0
17	Lançamento Martelo 5 Kg	Juvenis		1
18	Lançamento Martelo 6 Kg	Juniores		1
19	Lançamento Martelo 7 Kg	Seniores		5
20	Lançamento Peso 6 Kg	Juniores		6
21	Lançamento Peso 7 Kg	Seniores		6
22	Lançamento Disco 0,750 Kg	Infantis		1
23	Lançamento Disco 1 Kg	Iniciados		1
24	Lançamento Disco 1,5 Kg	Juvenis		1
25	Lançamento Disco 1,750	Juniores		2
26	Lançamento Disco 2 Kg	Seniores		6
27	Heptatlo	Iniciados		9
28	4000 Metros Marcha	Iniciados		0
29	5000 Metros Marcha	Juvenis – Seniores		1

Tabela 10: N° de Atletas por Prova e Escalão

Efetuada uma análise dos dados anteriores, poderemos concluir que no género feminino, apesar de algumas variações, verificou-se o acréscimo de uma prova, que desta forma passaram a ter 10 ou menos marcas presentes no ranking da especialidade., contando agora com um total de 29 provas.

No entanto, este aumento acaba por ser artificial, pois como ocorreu o acréscimo de duas novas provas (quádruplos) o que relativamente significa o decréscimo de uma competição pouco participativa.

Numa análise geral, as provas relacionadas com a velocidade longa, fundo, obstáculos, saltos com vara e triplo, lançamentos longos, provas combinadas e marcha continuam a ser as especialidades com menor profundidade de ranking, existindo poucos atletas a participar nas mesmas.

No género masculino, ocorreu um aumento de duas disciplinas com reduzida expressão no ranking, no entanto, o programa de provas aumentou também no mesmo valor, com o incremento do Quadruplo Salto para Infantis e Iniciados.

Em masculinos, as provas de barreiras, obstáculos, salto com vara, lançamentos longos e marcha são as que apresentam menor número de participação de atletas.

4.2 Qualidade dos Rankings

Para a realização da próxima tabela foram efetuadas as médias dos dez primeiros atletas do ranking de cada disciplina, das últimas seis épocas.

Desta forma é possível efectuar uma análise qualitativa das marcas alcançadas pelos atletas filiados na AA Braga.

	06 / 07	07 / 08	08/09	09 / 10	10 / 11	11 / 12	12 / 13
Masculino	4	9	11	7	11	13	13
Feminino	9	5	3	11	10	7	2

Tabela 11: N° de Melhores Médias dos Rankings

Analisando o presente quadro verificam-se duas situações distintas. Por um lado os atletas masculinos filiados na AA Braga continuam com bons desempenhos, alcançando treze melhores médias de marcas, no entanto, as atletas femininas encontram-se em perda de qualidade de marcas, sendo apenas registadas duas melhores médias de marcas, perda esta que se prolonga deste a época de 2009/2010.

Nas duas últimas épocas verifica-se perfeitamente a perda de capacidade do SC Braga recrutar atletas femininas de elevada performance, algo que ocorreu em todas as épocas anteriores, e que, naturalmente se traduziu numa quebra de qualidade dos rankings femininos.

5. RECORDES REGIONAIS AA BRAGA

5.1. Recordes Regionais Masculinos Gerais

Provas	Infantis	Iniciados	Juvenis	Juniores	Seniores
60 Metros	7.6 (90) Paulo Campos (CSP) Custódio Betencourt (GFS)	7.1 (89) Roland Andrade (GDAS)	7.22 (08) Jorge Moreira (VSC)	6.96 (96) Mário Barbosa (CAB)	6.82 (99) Mário Barbosa (GDAS)
80 Metros	10.2 (90) Sérgio Pinto (GDAS)	9.44 (12) Luís Machado (LFC)			
100 Metros			11.07 (91) Roland Andrade (GDAS)	10.60 (00) Pedro Silva (GDAS)	10.57 (99) Vítor Vasconcelos (GDAS)
150 Metros	19.19 (07) Carlos Costa (EFS)				
200 Metros		24.27 (11) Sérgio Campos (SCB)	22.22 (05) Flávio Cardoso (SCB)	21.37 (00) Pedro Silva (GDAS)	21.37 (00) Pedro Silva (GDAS)
250 Metros		31,31 (13) Luís Machado (LFC)			
300 Metros		38.1 (92) Sérgio Azevedo (GDAS)	36.33 (12) Ricardo Ferreira (SCB)	35.89 (96) Olavo Lopes (CAB)	35.52 (07) Carlos Gonçalves (SCB)
400 Metros			50.94 (94) Sérgio Azevedo (GDAS)	49.77 (01) Pedro Silva (SCB)	48.72 (84) Jaime Cruz (AG)
600 Metros	1.32,98 (08) Francisco Rodrigues (GRAC)				
800 Metros		1.57,73 (10) Francisco Rodrigues (GRAC)	1.54.27 (12) Francisco Rodrigues (SCB)	1.50.86 (67) João Cunha (SCB)	1.46.69 (91) Mário Silva (SCB)
1.000 Metros	2.46.8 (89) Ricardo Cunha (GDAS)	2.34,70 (10) Francisco Rodrigues (AAB)	2.32.43 (06) Miguel Gonçalves (SCB)	2.28.6 (92) Francisco Coelho (CAB)	2.20.71 (93) Mário Silva (SCB)
1.500 Metros		4.09.40 (94) Hernâni Vaz (CMG)	3.57.38 (12) Francisco Rodrigues (SCB)	3.45.94 (90) João Cunha (ACB)	3.35.76 (91) Mário Silva (SCB)
Milha		4.35,14 (10) Francisco Rodrigues (GRAC)	4.30.76 (02) Ricardo Mendes (LFC)	4.23.1 (92) Francisco Coelho (SCB)	3.55.04 (91) Mário Silva (SCB)
3.000 Metros		10.13.88 (93) Joel Freitas (DFH)	8.25.6 (92) Ângelo Pacheco (ACG)	8.19.7 (93) Ângelo Pacheco (ACG)	7.55.89 (89) Mário Silva (SCB)
5.000 Metros				14.14.10 (93) Ângelo Pacheco (ACG)	13.35.78 (91) António Rodrigues (NDS)
10.000 Metros					28.25.05 (04) Manuel Magalhães (NAJ)
60 Metros Barr. (76)	9.1 (94) António Barreiros (GDAS)				

Relatório Técnico Associação Atletismo de Braga 2012/ 2013

60 Metros Barr. (84)		8.92 (95) António Barreiros (GDAS)			
60 Metros Barr. (91)			8.22 (13) Pedro P. Silva (SCB)		
60 Metros Barr. (1.00)				8.27 (13) Pedro P. Silva (SCB)	
60 Metros Barr. (1.06)				8.57 (13) Pedro P. Silva (SCB)	8.47 (99) Paulo Ferreira (GDAS)
100 Metros Barr. (84)		14.23 (10) Pedro P. Silva (AAB)			
110 Metros Barr. (91)			14.84 (12) Pedro P. Silva (SCB)		
110 Metros Barr. (1.00)				14.99 (13) Pedro P. Silva (SCB)	
110 Metros Barr. (1.06)				15.62 (13) Pedro P. Silva (SCB)	14.72 (01) Paulo Ferreira (GDAS)
250 Metros Barr. (76)		37,95 (08) Iuri Costa (EBPGS)			
300 Metros Barr. (76)		42.21 (02) André Araújo (CCDR)			
300 Metros Barr. (84)			40.40 (12) Rafael Vilas Boas (SCB)		
400 Metros Barr. (84)			57.20 (01) Ivo Costa (CCDR)		
400 Metros Barr. (91)				56.04 (92) Rui Ferreira (GDAS)	54.8 (83) Fernando Orosa (AG)
1.500 Metros Obst.			4.23,56 (10) Hélder Costa (GRAC)		
2.000 Metros Obst.			5.59.61 (93) Nélson Ferreira (GDAS)		
3.000 Metros Obst.				9.21.85 (08) Paulo Lopes (NAJ)	8.43.95 (05) Manuel Silva (ARDGC)
S. Altura	1.69 (08) Rafael Vilas Boas (SCB)	1.90 (10) Rafael Vilas Boas (SCB)	2,02 (12) Rafael Vilas Boas (SCB)	2.07 (13) Tiago Costa (CCDR)	2.09 (05) Paulo Gonçalves (SCB)
S. Vara		3.00 (96) João Sousa (SCB)	3.76 (97) Carlos Forte (SCB)	4,34 (08) Diogo Silva (CCDR)	5.00 (00) Hélder Fernandes (SCB)
S. Comprimento	5.53 (08) Rafael Vilas Boas (SCB)	6.31 (88) João Sousa (SCB) Roland Andrade (GDAS)	6.61 (98) Rui Raposo (CCDR)	7.37 (01) Sérgio Costa (CCDR)	7.37 (01) Sérgio Costa (CCDR)
Quadruplo Salto	13.29 (13) Luís Santos (CCDR)	12.70 (13) Pedro Cardoso (SCB)			
Triplo Salto		13.41 (10) Rafael Vilas Boas (SCB)	14.58 (12) Rafael Vilas Boas (SCB)	15.02 (01) Sérgio Costa (CCDR)	15.02 (01) Sérgio Costa (CCDR)

Relatório Técnico Associação Atletismo de Braga 2012/ 2013

L. Peso (3)	11.60 (94) António Barreiros (GDAS)				
L. Peso (4)		14.83 (06) Adriano Lopes (SCB)			
L. Peso (5)			16.67 (08) Adriano Lopes (SCB)		
L. Peso (6)				15,71 (09) Adriano Lopes (CCDR)	
L. Peso (7.260)				14,19 (09) Adriano Lopes (CCDR)	14,28 (99) Bráulio Silva (GDAS)
L. Martelo (3)	23.20 (12) Nuno Pinto (SCB)				
L. Martelo (4)		41.10 (10) Rui Silva (SCB)			
L. Martelo (5)			53.02 (12) Daniel Costa (SCB)		
L. Martelo (6)				51.80 (03) Hélder Serrão (CDRCA)	
L. Martelo (7.260)				41.91 (03) Hélder Serrão (CDRCA)	48.88 (04) Hélder Serrão (CDRCA)
Arr. Bola (0.163)	62.54 (93) Luís Bogas (AAB)				
L. Dardo (400)		52.78 (98) Dani Vieira (CDRCA)			
L. Dardo (500)	20.20 (09) Vitor Barbosa (EBPGS)				
L. Dardo (600)		41.26 (07) Luís Vinhas (SCB)	53.71 (02) André Caldas (SCB)		
L. Dardo (700)			53.95 (08) Adriano Lopes (SCB)		
L. Dardo (800)				55.03 (13) Paulo Silva (CDRCA)	59.74 (89) José Silva (VSC)
L. Disco (0.750)	23.84 (11) Nuno Pinto (SCB)				
L. Disco (1)		44.48 (94) Nuno Veiga (SCB)			
L. Disco (1.5)			47.17 (08) Adriano Lopes (SCB)		
L. Disco (1.750)				44,72 (09) Adriano Lopes (CCDR)	
L. Disco (2)				40,58 (09) Adriano Lopes (CCDR)	49.87 (99) Bráulio Silva (GDAS)

Relatório Técnico Associação Atletismo de Braga 2012/ 2013

4 x 60 Metros	31.53 (90) Seleção Regional AAB				
4 x 80 Metros		37.11 (10) Eduardo Sá, Ricardo Ferreira, Pedro Silva, Rafael V. Boas			
4 x 100 Metros			43.68 (99) GDAS	42.94 (95) CAB	41.54 (00) GDAS
4 x 400 Metros			3.32,53 (93) Seleção Regional AAB	3.24.21 (95) GDAS	3.23.00 (07) CCDR
2.000 Metros Mx	17.07.4 (94) Saul Gomes (MJM)				
3.000 Metros Mx		16.15.8 (89) Luís Fernandes (CDRCA) Paulo Ribeiro (ASM)			
4.000 Metros Mx		22.16,45 (10) Joaquim Rodrigues (ACB)			
5.000 Metros Mx		29.44.57 (09) Luís Carneiro (EBPGS)	27.09,8 (87) Paulo Ribeiro (DFH)	23.12.93 (10) Eduardo Cardoso (CCDR)	21.31.64 (03) Mário Contreiras (SCB)
50.000 Metros Mx					4.30.47 (99) Mário Contreiras (SCB)
Pentatlo Infantil	2391 (08) Rafael Vilas Boas (SCB)				
Heptatlo Iniciado		3684 (10) Rafael Vilas Boas (SCB)			
Octatlo Juvenil			4985 (12) Rafael Vilas Boas (SCB)		
Maratona					2.11.18 (93) António Rodrigues (NDS)
Decatlo					6638 (97) Pedro Veloso (GDAS)

5.2. Recordes Regionais Femininos Gerais

Provas	Infantis	Iniciados	Juvenis	Juniores	Seniores
60 Metros	7.9 (88) Sandra Castilho (GDAS)	7.7 (91) Clementina Pacheco (SCB)	7.78 (92) Sandra Castilho (SCB)	7.76 (01) Liliana Correia (SCB)	7.5 (86) Mª João Maia (SCB)
80 Metros		10.28 (91) Clementina Pacheco (GFS)			
100 Metros			12.28 (93) Lúcia Pereira (SCB)	12.07 (00) Liliana Correia (SCB)	12.07 (00) Liliana Correia (SCB)
150 Metros	20,54(09) Flávia Taveira (SCB)				
200 Metros		26.0 (91) Clementina Pacheco (SCB)	24.98 (93) Clementina Pacheco (SCB)	24.98 (93) Clementina Pacheco (SCB)	24.98 (93) Clementina Pacheco (SCB)
250 Metros		35,9 (08) Patrícia Caldas (SCB)			
300 Metros		41.9 (90) Sandra Castilho (GDAS)	41.11 (97) Ana Pacheco (SCB)	41.11 (97) Ana Pacheco (SCB)	41.11 (97) Ana Pacheco (SCB)
400 Metros			58.39 (97) Ana Pacheco (SCB)	57.04 (98) Ana Pacheco (SCB)	56.06 (86) Teresa Oliveira (SCB)
600 Metros	1.43,18 (12) Susana Malheiro (LFC)				
800 Metros		2.14,36 (95) Marisa Barros (FCV)	2.12.30 (90) Margarida Silva (SCB)	2.08.12 (85) Rosa Oliveira (SCB)	2.04.1 (84) Albertina Machado (SCB)
1.000 Metros	3.00.24 (88) Rosa Mota (DFH)	2.57,81 (95) Marisa Barros (FCV)	3.00,2 (92) Rita Ribeiro (SCB)	3.00,2 (92) Rita Ribeiro (SCB)	2.49.5 (01) Jessica Augusto (SCB)
1.500 Metros		4.39.7 (87) Cristina Ribeiro (CAF)	4.27.04 (98) Jessica Augusto (SCB)	4.17,39 (99) Jessica Augusto (SCB)	4.08.32 (10) Jessica Augusto (IND)
Milha		5.26.30 (95) Patrícia Pereira (CMG)	5.07.71 (00) Laura Silva (SCB)	5.04,35 (96) Natália Ferreira (SCB)	4.52.52 (02) Hermínia Silva (LFC)
3.000 Metros			9.45,89 (98) Jessica Augusto (SCB)	9.08,97 (00) Jessica Augusto (SCB)	8.46,59 (10) Jessica Augusto (IND)
5.000 Metros				16.35.40 (00) Patrícia Pereira (SCB)	14.37,07 (10) Jessica Augusto (IND)
10.000 Metros					31.16.42 (92) Conceição Ferreira (SCB)
60 Metros Barr. (76)	9,87 (96) Clara Araújo (LFC)	9.51 (95) Ana Pacheco (SCB)	9.04 (96) Ana Pacheco (SCB)		
60 Metros Barr. (84)				9.05 (98) Ana Pacheco (SCB)	9.05 (98) Ana Pacheco (SCB)
80 Metros Barr. (76)		12.60 (95) Ana Pacheco (SCB)	12.12 (97) Ana Pacheco (SCB)		

Relatório Técnico Associação Atletismo de Braga 2012/ 2013

100 Metros Barr. (76)			14.51 (97) Ana Pacheco (SCB)		
100 Metros Barr. (84)				14.68 (96) Ana Pacheco (SCB)	14.68 (96) Ana Pacheco (SCB)
250 Metros Barr. (76)		40.36 (08) Vanda Pinto (SCB)			
300 Metros Barr. (76)		46.63 (95) Ana Pacheco (SCB)	45.80 (92) Sandra Lopes (SCB)		
400 Metros Barr. (76)			62.53 (96) Ana Pacheco (SCB)	61.64 (99) Ana Pacheco (SCB)	61.64 (99) Ana Pacheco (SCB)
1.500 Metros Obst.		5.01,75 (10) Elsa Gomes (SCB)			
2.000 Metros Obst.			6.48.85 (07) Salomé Rocha (FCV)	7.04,22 (04) Filomena Costa (SCB)	6.20,56 (04) Anália Rosa (SCB)
3.000 Metros Obst.				10.47,67 (09) Salomé Rocha (FCV)	9.18,54 (10) Jessica Augusto (IND)
S. Altura	1.44 (04) Ana Rita Pereira (SCB)	1.65 (06) Ana Rita Pereira (SCB)	1.72 (10) Ana Monjane (SCB)	1.77 (11) Ana Monjane (SCB)	1.77 (11) Ana Monjane (SCB)
S. Vara		2.76 (01) Sara Negrões (SCB)	3.31 (03) Sara Negrões (SCB)	3.67 (05) Sara Negrões (SCB)	3.84 (99) Tânia Costa (SCB)
S. Comprimento	4.98 (89) Clementina Pacheco (GFS)	5.52 (90) Sandra Sá (SCB)	5.69 (98) Liliana Correia (GDAS)	5.96 (04) Sara Negrões (SCB)	5.96 (04) Sara Negrões (SCB)
Quadruplo Salto	12.15 (13) Beatriz Santos (SCB)	12.60 (13) Palmira Martins (SCB)			
Triplo Salto		10.84 (95) Susana Magalhães (SCB)	11.61 (10) Ana Monjane (SCB)	12.10 (95) Cláudia Rêgo (SCB)	12.37 (01) Sandra Sá (SCB)
L. Peso (2)	12.13 (01) Isabel Ribeiro (PALME)				
L. Peso (3)		13.98 (03) Isabel Ribeiro (SCB)	15.76 (05) Isabel Ribeiro (SCB)		
L. Peso (4)				13.97 (06) Isabel Ribeiro (SCB)	13.97 (06) Isabel Ribeiro (SCB)
L. Martelo (2)	30.63 (13) Isabel Soares (SCB)				
L. Martelo (3)		36.90 (10) Filipa Brito (SCB)	52.42 (10) Alda Fernandes (SCB)		
L. Martelo (4)				52.35 (99) Mª José Conde (SCB)	64.59 (05) Mª José Conde (SCB)
Arr. Bola (0.163)	46.56 (90) Vera Oliveira (SCB)				
L. Dardo (400)		34.56 (97) Cecília Magalhães (CAB)			
L. Dardo (500)		29.85 (11)			

Relatório Técnico Associação Atletismo de Braga 2012/ 2013

		Vanessa Cruz (SCB)			
L. Dardo (600)			35.89 (07) Cláudia Râmoa (SCB)	39.47 (09) Cláudia Râmoa (SCB)	40.67 (05) Alexandra Gonçalves (SCB)
L. Disco (0.5)		32.82 (88) Sandra Pereira (GFS)			
L. Disco (0.750)	27.63 (13) Isabel Soares (SCB)	40.18 (12) Teresa Silva (SCB)			
L. Disco (1)			39.80 (13) Teresa Silva (SCB)	40.12 (11) Alda Fernandes (SCB)	47.38 (85) Elisa Costa (SCB)
4 x 60 Metros	31.97 (89) Seleção AAB				
4 x 80 Metros		40.2 (90) Seleção AAB			
4 x 100 Metros			49.17 (99) SCB	48.79 (93) SCB	48.04 (96) SCB
4 x 400 Metros			3.96.70 (02) SCB	4:01,45 (94) SCB	3.53.59 (88) SCB
2.000 Metros Mx	15.01.59 (00) Rosa Silva (GD1M)	10.33.6 (89) Mariana Costa (SCB)			
3.000 Metros Mx		18.35.04 (02) Mariana Dantas (SCB)	15.01.06 (99) Teresa Costa (SCB)	13.44,48 (08) Cláudia Conceição (SCB)	13.44,48 (08) Cláudia Conceição (SCB)
4.000 Metros Mx		26.24.5 (97) Eduarda Gomes (RAHC)	20.10.99 (94) Sandra Oliveira (SCB)		
5.000 Metros Mx			26.59.88 (99) Teresa Costa (SCB)	24.54.0 (01) Teresa Costa (SCB)	24.54.0 (01) Teresa Costa (SCB)
10.000 Metros Mx				48.11 (08) Cláudia Conceição (SCB)	48.11 (08) Cláudia Conceição (SCB)
20.000 Metros Mx					1.47.01 (02) Teresa Costa (SCB)
Pentatlo Infantil	2346 (10) Elsa Cruz (CCDR)				
Heptatlo Iniciado		3263 (11) Elsa Gomes (SCB)			
Heptatlo Juvenil			3559 (13) Elsa Cruz (CCDR)		
Heptatlo					4214 (88) Susana Lemos (SCB)
Maratona					2.24.33 (11) Jessica Augusto (IND)

5.3. Recordes Regionais Masculinos Pista Coberta

Provas	Infantis	Iniciados	Juvenis	Juniores	Seniores
60 Metros	7,6 (90) Paulo Campos (CSP) Custódio Betencourt (GFS)	7,1 (89) Roland Andrade (GDAS)	7,22 (08) Jorge Moreira (VTSC)	6,96 (96) Mário Barbosa (CAB)	6,82 (99) Mário Barbosa (GDAS)
150 Metros	21,24 (13) João Aguilar (SCB)				
200 Metros		25,1 (90) César Ribeiro (SCB)	23,22 (95) Olavo Lopes (CAB)	22,51 (01) Pedro Silva (SCB)	21,63 (99) Mário Barbosa (GDAS)
250 Metros		31,31 (13) Luís Machado (LFC)			
300 Metros		38,1 (92) Sérgio Azevedo (GDAS)	37,64 (10) Hélder Pinto (SCB)	36,33 (00) Pedro Silva (SCB)	35,82 (99) Mário Barbosa (GDAS)
400 Metros			51,86 (94) Sérgio Azevedo (GDAS)	50,76 (08) Miguel Gonçalves (SCB)	49,7 (91) Mário Silva (SCB)
600 Metros	1.38.42 (11) Rafael Silva (LFC)				
800 Metros		2.01,74 (10) Francisco Rodrigues (GRAC)	1.57,31 (12) Francisco Rodrigues (SCB)	1.53,94 (08) Miguel Gonçalves (SCB)	1.49,72 (93) Mário Silva (SCB)
1.000 Metros	2.55,06 (08) Francisco Rodrigues (GRAC)	2.37,68 (94) Hernâni Vaz (CMG)	2.32,3 (92) Ângelo Pacheco (ACG)	2.28,6 (92) Francisco Coelho (CAB)	2.20,71 (93) Mário Silva (SCB)
1.500 Metros		4.12,98 (94) Hernâni Vaz (CMG)	3.58,25 (13) Francisco Rodrigues (SCB)	3.53,35 (13) Francisco Rodrigues (SCB)	3.36,46 (91) Mário Silva (SCB)
Milha		4.35,14 (10) Francisco Rodrigues (GRAC)	4.35,14 (10) Francisco Rodrigues (GRAC)	4.23,1 (92) Francisco Coelho (SCB)	4.11,3 (93) Mário Silva (SCB)
3.000 Metros			8.39,71 (11) Paulo Rosário (SCB)	8.28,8 (91) Carlos Ferreira (CBB)	7.55,89 (89) Mário Silva (SCB)
60 Metros Barr. (76)	9,1 (94) António Barreiros (GDAS)				
60 Metros Barr. (84)		8,92 (95) António Barreiros (GDAS)			
60 Metros Barr. (91)			8,22 (13) Pedro P Silva (SCB)		
60 Metros Barr. (1,00)				8,27 (13) Pedro P Silva (SCB)	
60 Metros Barr. (1.06)				8,57 (13) Pedro P Silva (SCB)	8,47 (99) Paulo Ferreira (GDAS)
S. Altura	1,61 (89) Sérgio Pinheiro (CDRCA)	1,84 (10) Rafael Vilas Boas (SCB)	1,95 (93) (94) (12) Rui Ferreira (GDAS) Pedro Veloso (GDAS) Rafael Vilas Boas (SCB)	2,05 (03) (13) Paulo Gonçalves (SCB) Tiago Costa (CCDR)	2,09 (05) Paulo Gonçalves (SCB)

Relatório Técnico Associação Atletismo de Braga 2012/ 2013

S. Vara		2,80 (95) João Sousa (SCB)	3,50 (97) João Sousa (SCB)	3,90 (08) Diogo Silva (CCDR)	4,80 (01) Hélder Fernandes (SCB/GDAS)
S. Comprimento	5,03 (90) Sérgio Pinto (GDAS)	6,05 (90) Paulo Estoura (GDAS)	6,24 (98) João Sousa (SCB) Sérgio Azevedo (GDAS)	6,69 (00) João Sousa (SCB)	7,22 (08) António Costa (CCDR)
Triplo Salto		12,18 (10) Rafael Vilas Boas (SCB)	14,09 (12) Rafael Vilas Boas (SCB)	14,51 (01) Sérgio Costa (CCDR)	14,77 (99) António Santos (GDAS)
L. Peso (3)	11,60 (94) António Barreiros (GDAS)				
L. Peso (4)		14,44 (06) Adriano Lopes (SCB)			
L. Peso (5)			15,86 (08) Adriano Lopes (SCB)		
L. Peso (6)				15,71 (09) Adriano Lopes (CCDR)	
L. Peso (7.260)				13,88 (09) Adriano Lopes (CCDR)	13,88 (09) Adriano Lopes (CCDR)
4 x 200 Metros			1.37,74 (94) CAB	1.33,67 (95) CAB	1.32,55 (00) GDAS
4 x 400 Metros			3.40,37 (94) CAB	3.32,09 (96) CAB	3.24,98 (08) Tiago Costa, Rui Gomes, José Araújo, Renato Silva (CCDR)
2.000 Metros Mx	17.07,4 (94) Saul Gomes (MJM)				
3.000 Metros Mx		16.15,8 (89) Luís Fernandes (CDRCA) Paulo Ribeiro (ASM)			
5.000 Metros Mx			27.40,25 (11) Luís Novais (EBPGS)	23.56,73 (11) Eduardo Cardoso (CCDR)	21.31,64 (03) Mário Contreiras (SCB)
Triatlo Infantil	1120 (08) Rafael Vilas Boas (SCB)				
Triatlo Iniciado		1784 (06) Adriano Lopes (SCB)			
Triatlo Juvenil			2065 (08) Adriano Lopes (SCB)		
Octatlo					

5.4. Recordes Regionais Femininos Pista Coberta

Provas	Infantis	Iniciados	Juvenis	Juniores	Seniores
60 Metros	7.9 (88) Sandra Castilho (GDAS)	7.7 (91) Clementina Pacheco (SCB)	7.78 (92) Sandra Castilho (SCB)	7.76 (01) Liliana Correia (SCB)	7.5 (86) Mª João Maia (SCB)
150 Metros	22,03 (12) Beatriz Santos (SCB)				
200 Metros		26,0 (91) Clementina Pacheco (SCB)	25,35 (92) Sandra Castilho (SCB)	25,13 (98) Ana Pacheco (SCB)	25,13 (01) Ana Pacheco (SCB)
250 Metros		36,24 (13) Flávia Lopes (SCB)			
300 Metros		42,1 (91) Sandra Castilho (GDAS)	41,11 (97) Ana Pacheco (SCB)	41,11 (97) Ana Pacheco (SCB)	41,11 (97) Ana Pacheco (SCB)
400 Metros			58,90 (96) Ana Pacheco (SCB)	57,04 (98) Ana Pacheco (SCB)	56,87 (01) Ana Pacheco (SCB)
600 Metros	1.47,62 (11) Catarina Araújo (LFC)				
800 Metros		2.17,36 (95) Marisa Barros (FCV)	2.13,93 (11) Patrícia Caldas (SCB)	2.13,93 (11) Patrícia Caldas (SCB)	2.07,97 (02) Jessica Augusto (SCB)
1.000 Metros	3.04,2 (89) Rosa Mota (DFH)	2.57,81 (95) Marisa Barros (FCV)	2.56,7 (92) Rita Ribeiro (SCB)	2.56,50 (98) Jessica Augusto (SCB)	2.52,92 (99) Rita Ribeiro (SCB)
1.500 Metros		4.45,21 (95) Marisa Barros (FCV)	4.37,36 (11) Patrícia Caldas (SCB)	4.30,72 (99) Jessica Augusto (SCB)	4.14,96 (10) Dulce Félix (SCB)
Milha		5.26,30 (95) Patrícia Pereira (CMG)	5.07,71 (00) Laura Silva (SCB)	5.04,35 (96) Natália Ferreira (SCB)	4.52,65 (00) Rita Ribeiro (SCB)
3.000 Metros			9.45,89 (98) Jessica Augusto (SCB)	9.08,97 (00) Jessica Augusto (SCB)	8.56,84 (10) Dulce Félix (SCB)
60 Metros Barr. (76)	9,87 (96) Clara Araújo (LFC)	9,51 (95) Ana Pacheco (SCB)	9,04 (96) Ana Pacheco (SCB)		
60 Metros Barr. (84)				9,05 (98) Ana Pacheco (SCB)	9,05 (98) Ana Pacheco (SCB)
S. Altura	1,43 (94) Elsa Carreira (JUNI)	1,56 (06) Ana Rita Pereira (SCB)	1,68 (10) Ana Monjane (SCB)	1,73 (11) Ana Monjane (SCB)	1,73 (11) Ana Monjane (SCB)
S. Vara		2,50 (00) Sara Negrões (SCB)	2,90 (03) Sara Negrões (SCB)	3,61 (05) Sara Negrões (SCB)	3,68 (99) Tânia Costa (SCB)
S. Comprimento	4,72 (89) Clementina Pacheco (GFS)	5,48 (90) Sandra Sá (SCB)	5,59 (91) Sandra Sá (SCB)	5,71 (00) Liliana Correia (SCB)	5,71 (00) Liliana Correia (SCB)
Triplo Salto		10,82 (92) Sandra Sá (SCB)	10,83 (06) Catarina Veiga (SCB)	11,52 (11) Ana Monjane (SCB)	12,28 (02) Sandra Sá (SCB)
L. Peso (2)	12,13 (01) Isabel Ribeiro (EB2,3 Palmeira)				

Relatório Técnico Associação Atletismo de Braga 2012/ 2013

L. Peso (3)		12,18 (03) Isabel Ribeiro (EB2,3 Palmeira)	14,77 (05) Isabel Ribeiro (SCB)		
L Peso (4)				13,68 (06) Isabel Ribeiro (SCB)	13,68 (06) Isabel Ribeiro (SCB)
4 x 200 Metros			1.50,70 (99) SCB	1.50,70 (99) SCB	1.45,05 (98) SCB
4 x 400 Metros			4.21,06 (02) SCB	4.10,91 (99) SCB	4.00,52 (09) Inês Oliveira, Susana Vieira, Joana Costa, Cêu Nunes (SCB)
2.000 Metros Mx		13.12,6 (92) Margarida Oliveira (SCB)			
3.000 Metros Mx			15.19,3 (91) Mariana Costa (SCB)	13.44,48 (08) Cláudia Conceição (SCB)	13.44,48 (08) Cláudia Conceição (SCB)
Triatlo Infantil	1363 (10) Elsa Cruz (CCDR)				
Triatlo Iniciado		1587 (12) Elsa Cruz (CCDR)			
Triatlo Juvenil			1936 (10) Ana Monjane (SCB)		
Pentatlo					

5.5. Análise Recordes Regionais

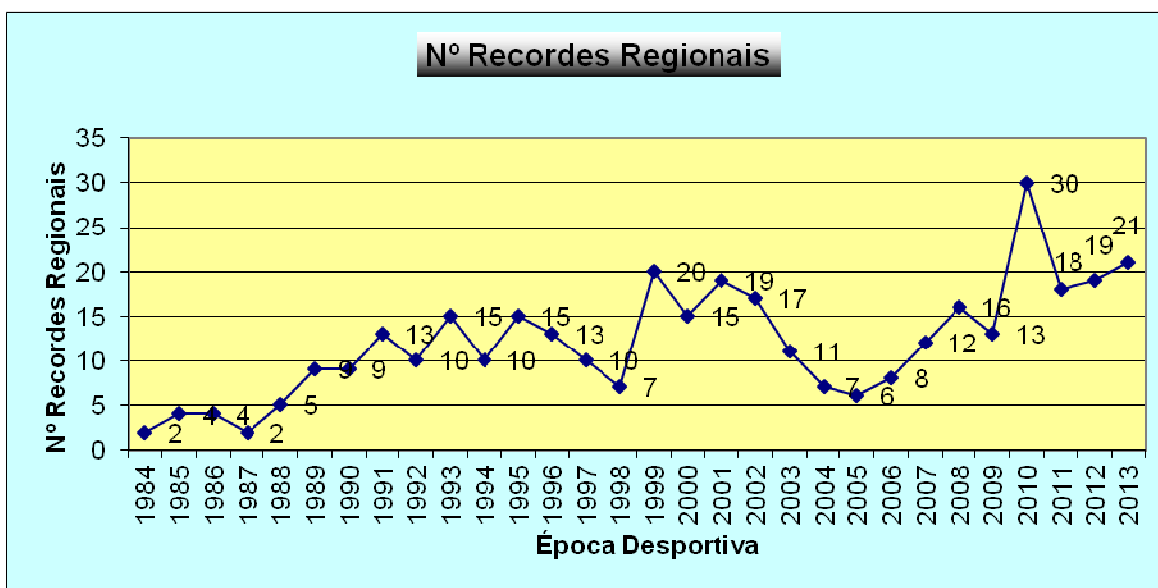


Gráfico 5: Número de Recordes Regionais por Época

A presente época desportiva trouxe 21 novos recordes regionais ao atletismo da Associação de Atletismo de Braga, o que se revelou bastante positivo, mostrando que o atletismo bracarense ainda apresenta capacidade de progressão com jovens atletas a mostrar o seu valor, no entanto, quatro destes recordes relacionam-se com a criação de novas provas (quadruplo salto para infantis e iniciados).

Da totalidade dos recordes obtidos, 8 tiveram proveniência do setor de velocidade/barreiras, 4 foram alcançados através do setor de lançamentos, 6 no setor de saltos, 2 no setor de meio fundo/marcha e 1 no setor de provas combinadas.

Se efetuarmos uma análise por escalões, foram alcançados 5 recordes no escalão de infantis, 4 no escalão de iniciados, 4 no escalão de juvenis, 7 nos escalão de juniores e 1 no escalão sénior.

Efetuando uma análise por géneros, verifica-se aqui uma maior disparidade, sendo que dos 21 recordes alcançados, apenas 7 foram conseguidos por atletas do sexo feminino, contabilizando assim 14 para o sexo masculino.

Desta forma, os novos recordistas da Associação de Atletismo de Braga são os seguintes:

- Luís Machado (LFC) nos 250 metros em pista coberta, escalão iniciados;
- Pedro P. Silva (SCB) nos 60 metros barreiras com 0.91m, 1.00m e 1.06m, assim como nos 110 metros barreiras de 1.00m e 1.06m, escalões juvenis, juniores e seniores;
- Tiago Costa (CCDR) no salto em altura escalão júnior ar livre e pista coberta;
- Paulo Silva (CDRCA) no lançamento do dardo escalão júnior;

- Isabel Soares (SCB) no lançamento do disco e lançamento do martelo escalão infantil;
- Teresa Silva (SCB) no lançamento do disco escalão juvenil;
- Elsa Cruz (CCDR), no atleta completo escalão juvenil;
- João Aguilar (SCB) nos 150 metros pista coberta no escalão infantil;
- Francisco Rodrigues (SCB) nos 1500 metros nos escalões juvenil e júnior;
- Flávia Lopes (SCB) nos 250 metros pista coberta no escalão iniciado;
- Beatriz Santos (SCB) no quadruplo salto escalão infantil;
- Palmira Martins (SCB) no quadruplo salto escalão iniciado;
- Luís Santos (CCDR) no quadruplo salto escalão infantil;
- Pedro Cardoso (SCB) no quadruplo salto escalão iniciado.

6. COMPETIÇÕES INTER-ASSOCIAÇÕES (CAMPANHA VIVA O ATLETISMO)

A Campanha Viva o Atletismo, instituída à várias épocas pela Federação Portuguesa de Atletismo, é atualmente um dos principais aferidores da qualidade da formação das várias Associações Distritais de Atletismo.

6.1. Triatlo Jovem

Época	Inf. F.	Inf. M.	Ini. F.	Ini. M.	Juv. F.	Juv. M.	Total	Lugar
2005/2006	827 (13)	1145 (4)	1297 (11)	1784 (4)	1559 (11)	1896 (5)	8508	7º
2006/2007	1210 (4)	914 (9)	1362 (9)	1695 (4)	1633 (8)	1608 (12)	8422	5º
2007/2008	857 (15)	1120 (6)	1175 (12)	1433 (11)	1647 (9)	2065 (3)	8297	9º
	Ini. F.	Ini. M.	Juv. F.	Juv. M.	Ini. F.	Ini. M.	Total	Lugar
2008/2009	1338 (8)	1471 (10)	1582 (10)	1655 (11)	1853 (3)	1613 (6)	9512	7º
2009/2010	1160 (13)	1536 (7)	1936 (1)	1883 (5)	1462 (8)	1731 (2)	9708	4º
2010/2011	1307 (10)	1576 (8)	1228 (17)	1852 (6)	1552 (5)	1545 (6)	9060	9º
2011/2012	1587 (4)	1159 (16)	1288 (14)	1831 (7)	1556 (4)	1384 (10)	8805	8º
2012/2013	1425 (5)	1221 (17)	1852 (4)	1574 (13)	1312 (11)	1266 (14)	8650	9º

Tabela 12: Resultados Triatlo Técnico Jovem

No Triatlo Jovem a seleção da AA Braga desceu uma posição relativamente à época transata, igualando assim o pior registo desde que alterou o seu sistema de funcionamento (inclusão do triatlo opcional). Para esta situação contribui a lesão de uma das atletas selecionadas que não permitiu o concretizar de maior pontuação para que a classificação fosse mais positiva.

A seleção foi constituída pela Elsa Cruz (CCD Ribeirão), Palmira Martins (SC Braga), Flávia Lopes (SC Braga), Viktor Zombori (CCD Ribeirão), João Silva (Escola D. Maria II) e Manuel Fernandes (SC Braga).

Neste tipo de competições tem-se verificado demasiadas vezes a ausência de preparação para a mesma, sendo a competição propriamente dita o único momento de execução das especialidades implicadas na competição do Triatlo Jovem.

6.2. Quilómetro Jovem

Época	Inf. F.	Inf. M.	Ini. F.	Ini. M.	Juv. F.	Juv. M.	Total	Lugar
2007/2008	4°	1°	3°	4°	7°	6°	17:41,32	3°
	Ini. F.	Ini. M.	Juv. F.	Juv. M.	Juv. F.	Juv. M.	Total	Lugar
2008/2009	5°	2°	10°	8°	16°	17°	17:56,45	5°
2009/2010	5°	1°	2°	19°	4°	31°	17:34,31	3°
2010/2011	1°	3°	1°	6°	4°	12°	17:07,01	1°
2011/2012	5°	2°	4°	20°	6°	23°	17:29,76	4°
2012/2013	13°	9°	2°	9°	7°	13°	17:54,05	5°

Tabela 13: Resultados do Quilómetro Jovem Nacional

Na prova do Quilómetro Jovem, a equipa da AA Braga foi constituída pelos atletas Paula Martins (DV Vizela), Luís Alves (SC Braga), Elsa Gomes (SC Braga), Sara Dias Oliveira (EA Rosa Oliveira), David Fernandes (EBP Gonçalo Sampaio) e Rafael Silva (SC Braga), que alcançaram a quinta posição final, igualando a pior classificação das últimas cinco épocas.

De realçar o segundo lugar conquistado pela Elsa Gomes (SC Braga) no escalão de juvenis.

6.3. Olímpico Jovem

Época	1º Lugar	2º Lugar	3º Lugar	Finalista	Pontos	Lugar
2005/2006	3	2	1	14	489	9°
2006/2007	3	1	1	17	492	7°
2007/2008	1	4	1	13	505,5	8°
2008/2009*	1	1	4	14	220	8°
2009/2010	6	4	5	12	293,5	7°
2010/2011	2	4	2	23	261,5	9°
2011/2012	4	2	3	13	259	8°
2012/2013	3	2		10	192	10°

Tabela 14: Resultados do Olímpico Jovem Nacional

A equipa da A. A. Braga que se fez deslocar à prova do Torneio Olímpico Jovem alcançou a 10ª posição coletiva final, piorando assim duas posições relativamente à época transata, e sendo a pior classificação alcançada nas últimas oito épocas.

Apesar da posição coletiva não ser a desejada, fruto da equipa que se apresentou pouco harmoniosa, são de realçar as cinco medalhas alcançadas pelos jovens atletas, nomeadamente:

- Teresa Silva (SC Braga), 1ª classificada no lançamento do disco e 2ª classificada no lançamento do peso;
- Diana Ribeiro (DV Vizela), 1ª classificada nos 2000 metros obstáculos e 2ª classificada nos 3000 metros;
- Elsa Gomes (SC Braga), 1ª classificada nos 800 metros.

6.4. Atleta Completo

Durante a presente época voltou-se a realizar o Torneio Atleta Completo Nacional, onde a seleção da Associação de Atletismo de Braga foi constituída pelos seguintes atletas:

- Flávia Lopes (SC Braga) 12ª classificada com 2680 pontos;
- Diogo Peixoto (SC Braga) 13º classificado com 2640 pontos;
- Elsa Cruz (CCD Ribeirão) 3ª classificada com 3559 pontos;
- Narciso Vieira (EBPG Sampaio) 11º classificado com 4062 pontos.

Coletivamente a AA Braga terminou na 10ª posição com um total de 12941 pontos.

6.5. Reflexão Competições Inter-Associações

Após análise de todas as competições das Competições Inter-Associações, pode-se observar que durante a presente época as classificações da AA Braga cotaram-se com posições que igualaram ou pioraram os registos das últimas épocas.

Tal situação surge em contraponto com o aumento do número de atletas filiados e o número de recordes jovens, o que em certa medida parece algo contraditório.

No entanto, tal situação poderá ser justificada da seguinte forma. O aumento do número de atletas que tem ocorrido nas últimas épocas não tem tido acompanhamento no número de clubes e no número de técnicos, o que implica o aumento do número de atletas por treinador, tendo neste momento provavelmente sido ultrapassado o número ideal de atletas por técnico, o que origina uma menor qualidade no enquadramento dos mesmos e resultante disto, piores resultados e maior discrepância entre atletas, fruto do maior ou

menor investimento dos treinadores no momento de decidir os atletas a quem dirigem maior atenção no processo de treino.

7. PARTICIPAÇÕES CAMPEONATOS NACIONAIS

	1º Lugar	2º Lugar	3º Lugar	Finalista	Participantes	1º Colectivo	2º Colectivo	3º Colectivo
05/06	10	19	22	95	261	4	7	2
06/07	11	25	21	94	217	5	6	3
07/08	11	16	21	88	267	4	5	4
08/09	5	16	14	55	233	1	4	2
09/10	14	19	17	63	252	1	4	2
10/11	13	20	23	68	206	2	4	3
11/12	7	14	14	61	190	0	6	3
12/13	10	10	12	51	169	1	1	0

Tabela 15: Situação das Participações em Campeonatos Nacionais

Analisando este quadro resumo, que nos mostra toda a atividade dos atletas filiados em Clubes da A. A. Braga envolvidos em Campeonatos Nacionais, poderemos concluir que foram conquistadas 32 medalhas, sendo este o menor número de medalhas alcançadas nas últimas 8 épocas.

Nesta mesma análise, a única situação positiva surge com a conquista de 10 títulos individuais, que traduzem um acréscimo relativamente à época transata.

Também a quebra, esta ainda mais significativa se verificou nos resultados coletivos, onde apenas foram alcançados um título e um segundo lugar.

Aliás, estes resultados poderão ser vistos como os piores resultados das últimas oito épocas, no que diz respeito a medalhas nacionais, posições de finalistas e número de participantes.

8. REFLEXÃO FINAL

Nesta reflexão final será procurada fazer uma radiografia do atual estado da Associação de Atletismo de Braga, tendo em consideração os vários aspetos abordados anteriormente neste relatório técnico, assim como assumir algumas lacunas e apontar caminhos para a melhoria de aspetos menos positivos, que naturalmente existem na Associação de Atletismo de Braga (AA Braga).

No espetro filiativo, a AA Braga voltou mais uma vez a alcançar um novo recorde de número de atletas filiados, contando agora com um total de 766 atletas, ocorrendo assim um incremento de 1,5% de atletas, dando continuidade à evolução que vem existindo nas últimas épocas desportivas.

Tal situação não se revelou homogénea, dado que no género feminino as filiações diminuíram em 11,8%, apresentando este género apenas 32% do número total de filiações. Analisando por escalões, os escalões de formação (benjamins a juvenis) representam 56% do valor total de filiações de atletas.

Os Clubes filiados na AA Braga diminuíram, passando agora a assumir um valor de 27 Clubes, ou seja, menos um que na época transata. Foram extintos o GRCD Candoso S. Tiago e o Didáxis, ocorrendo em contraponto o início de atividade no Núcleo de Atletismo das Taipas (NAT).

Efetuando uma análise pelo número de atletas filiados em Clubes, por Concelhos, Vila Nova de Famalicão lidera o associativismo na AA Braga, com um total de 9 Clubes filiados e 266 atletas, de seguida surge Guimarães com 5 Clubes e 178 atletas. A capital de distrito, Braga, surge em terceiro lugar com 4 Clubes e 152 atletas filiados.

Também de destacar a ausência de Clubes em 5 concelhos do distrito de Braga, nomeadamente Cabeceiras de Basto, Esposende, Fafe, Terras de Bouro e Vieira do Minho. Ao nível das filiações de treinadores, continua a existir uma lacuna no processo de filiação dos mesmos, não havendo registos dos mesmos. Apesar desta lacuna, o corpo técnico da AA Braga manteve-se estável, não havendo alterações a registar.

Abordando de seguida a oferta competitiva da AA Braga, foram contabilizadas esta época as provas de estrada, à semelhança do que ocorre noutras Associações de Atletismo. Neste sentido, naturalmente o número de competições registou um elevado aumento, sendo contabilizadas na corrente época 65 competições, onde a especialidade de estrada surge com 20 provas. Se não tivermos em consideração as 20 provas de estrada contabilizadas,

registariam-se 45 competições, o que por si só revelaria também um recorde do número de competições.

Numa época em que se pretendia a redução do número de competições, tal situação não foi possível, dada a procura de várias entidades em solicitar à AA Braga a realização de competições.

A realização de tão vasto número de competições possibilitou a obtenção de um novo recorde de participações competitivas, aumentando o número em 1%, que se traduziu num total de 7346, pela segunda vez acima das 7000 participações. Assumindo a contagem das provas de estrada para esta situação, o valor total de participações competitivas ascende a 12900 participações de atletas em competição.

Prosseguindo esta reflexão final, uma análise das 10 melhores marcas dos rankings da AA Braga permite retirar ilações diversas, tais como as competições menos participadas, assim como as provas que registaram um melhor desempenho ao nível da sua qualidade.

Neste sentido, no género feminino as especialidades de velocidade longa, fundo, obstáculos, salto com vara, triplo salto, lançamentos longos, provas combinadas e marcha são aqueles onde os rankings possuem reduzida profundidade, não existindo 10 marcas em cada prova.

Já no género masculino, provas como as barreiras, obstáculos, salto com vara, lançamentos longos e marcha são aquelas que menos participações possuem.

Efetivamente, a AA Braga possui desde há algumas épocas algumas lacunas que poderão justificar esta reduzida profundidade no ranking destas competições.

Em Vila Nova de Famalicão, concelho com maior número de atletas filiados, a falta de uma pista de atletismo e seu apetrechamento, implica a falta de condições para treinos de especialidades mais técnicas como o salto com vara, os lançamentos longos, as barreiras e as provas combinadas.

Guimarães possui a pista com melhores condições de treino e competição, possuindo todo o apetrechamento necessário, no entanto, neste concelho, a falta de um Clube de âmbito alargado, assim como um reduzido número de treinadores, traduz-se numa maior lacuna em algumas especialidades.

Por último, a capital de distrito, Braga, possui insuficiências na possibilidade de treino para lançamentos longos, salto com vara, barreiras e provas combinadas.

Nos restantes Concelhos, a situação é bastante próxima de Vila Nova de Famalicão, ou seja, sem instalações específicas para a modalidade, acrescendo o facto de possuírem menor associativismo.

Tenta-se assim justificar desta forma a reduzida participação de atletas em algumas especialidades.

O outro lado da análise dos rankings é a possibilidade de averiguar a qualidade do atletismo praticado na AA Braga. Neste ponto, a situação é alternada. O género masculino tem-se pautado por uma qualidade crescente, tendo sido alcançado a melhor média de marcas em 13 especialidades, marca que se repete pela segunda época consecutiva. Por outro lado, no género feminino tem-se verificado uma quebra de qualidade crescente, sendo apenas registadas duas melhores médias de marcas.

Pensamos que para esta situação contribui de forma assinalável a perda de capacidade do SC Braga em recrutar e segurar atletas de elevado nível, facto que se registou nas épocas transatas, que naturalmente faziam evoluir as médias dos rankings de várias especialidades. Esta situação também se encontra obviamente relacionada com a quebra de filiações no género feminino.

Durante a presente época foram criadas mais competições nestas especialidades, no entanto, tal facto não apresentou resultados assinaláveis na grande maioria das especialidades. Outra situação criada foi o retomar das classificações coletivas, na tentativa de este mesmo problema, apesar da ideia levada em prática, a ausência de um prémio palpável reduziu o impacto da medida.

Os recordes regionais são também um fator essencial na averiguação da qualidade do atletismo da AA Braga e neste ponto os 21 novos recordes estabelecidos mostram que o atletismo bracarense não se encontra adormecido.

Fazendo uma análise mais aprofundada, e dividindo os recordes por especialidades, foram alcançados 8 novos recordes em velocidade / barreiras, 6 nos saltos, 4 nos lançamentos, 2 no meio fundo e 1 em provas combinadas. É de referir que 4 novos recordes foram estabelecidos através da criação de novas competições, o quadruplo salto para infantis e iniciados. Desta forma, é de assinalar o crescimento dos setores de velocidade / barreiras e saltos, e também de referir a perda de rendimento do setor de lançamentos, que nas épocas anteriores liderava o número de recordes.

Por outro lado, ao efetuar uma análise por escalões, 13 foram alcançados nos escalões de formação (infantis a juvenis) e os restantes 8 nos escalões de competição efetiva. Estes valores mostram-se bastante positivos, dada a possibilidade de evolução dos jovens atletas, possibilitando a quebra de novos recordes nas épocas seguintes.

Ao nível dos géneros, mais uma vez se denota a quebra de rendimento do género feminino, ao assinalar apenas 7 novos recordes regionais, contando o género masculino com o dobro deste valor.

No âmbito das competições inter-associações, a AA Braga durante a presente época cotou-se com resultados menos positivos, tendo sido registadas novas piores classificações coletivas, ou sendo igualadas estas mesmas piores classificações.

No Quilómetro Jovem foi conseguido o 5º lugar, enquanto no Triatlo Jovem foi alcançada a 9ª posição. No Olímpico Jovem e no Atleta Completo foi o 10º lugar obtido na classificação coletiva.

Somando a estes resultados menos conseguidos, os resultados individuais também registaram decréscimo ano nível da conquista de medalhas e lugares de finalistas.

As participações nacionais também apresentam relação com os resultados alcançados nas competições inter-associações, decorrendo na corrente época menos medalhas, menos finalistas, menos participantes e menos pódios coletivos nas competições nacionais. O único ponto que cresceu foi a conquista de títulos individuais.

Se nos campeonatos nacionais, o número de atletas presentes se possa ter ressentido com a dificuldade económica dos clubes, nas restantes situações a justificação poderá estar no ultrapassar do limite ideal do número de atletas por treinador. A AA Braga tem, ano após ano, aumentando o seu número de atletas filiados, no entanto, o número de treinadores tem-se mantido praticamente inalterável o que implica obrigatoriamente um maior número de atletas por treinador, o que a partir de determinado limite implica um decréscimo na qualidade de treino produzida. Talvez tenha sido esta mesma uma das razões pelo decréscimo de qualidade nos resultados produzidos a nível nacional, quer nas competições individuais, quer nas competições inter-associações.

Passando a outras situações importantes no desenrolar da modalidade, as condições de treino do Estádio 1º de Maio não apresentaram melhorias significativas nos três principais locais de treino. Continua a ausência de um colchão de salto com vara, de um local para treino de lançamentos longos, de um maior número de barreiras para diversos tipos de treino, de um local para albergar caixas de forma a melhorar o processo de treino nos saltos e de engenhos de todos os pesos para treino de lançamento do peso.

Em Vila Nova de Famalicão foram alcançadas novas condições de treino com a construção do Parque da Cidade de Famalicão e de um colchão de salto em altura cedido pela autarquia ao CCD Ribeirão, no entanto continua a existir a lacuna de uma pista de atletismo, situação idêntica à da Póvoa de Lanhoso e Celorico de Basto.

Na cidade de Guimarães as condições de treino continuam iguais, sendo o local com melhor condições de treino e competição.

Relativamente à formação esta resumiu-se a um curso de juízes regionais, pelo que na próxima época esta lacuna deverá sofrer alterações assinaláveis, retomando a AA Braga o realizar de formações do interesse dos técnicos e Clubes da AA Braga.