



4ª Milha da Liberdade | CR Milhas

FPA **COMPETIÇÕES**

Póvoa de Lanhoso - 26/04/2025

Sub-10 F - 600 metros | SUB-10 - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Gabriela Costa	2016	SUB-10		LIBERDADE F C	2:14
2	Margarida Carvalho	2016	SUB-10		E A ROSA OLIVEIRA	2:19
3	Diana Cunha	2018	SUB-10		E A ROSA OLIVEIRA	2:24
4	Lara Pinheiro	2016	SUB-10		LIBERDADE F C	2:27
5	Matilde Félix	2017	SUB-10		TEAM EL COMANDANTE	2:35
6	Inês Oliveira	2016	SUB-10		LIBERDADE F C	2:36
7	Isabela		SUB-10		TEAM EL COMANDANTE	2:38
8	Francisca Santos	2016	SUB-10		S CLUBE DE BRAGA	2:41
9	Julieta Martins	2016	SUB-10		S CLUBE DE BRAGA	2:43
10	Maria Farinha	2018	SUB-10		S CLUBE DE BRAGA	2:46
11	Biatriz Almeida	2018	SUB-10		LIBERDADE F C	3:04
12	Daniela Araújo	2019	SUB-10		S CLUBE DE BRAGA	3:22

Sub-10 M - 600 metros | SUB-10 - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Paulo Bourbon	2016	SUB-10		LIBERDADE F C	2:10
2	Enzo Moreira		SUB-10		LIBERDADE F C	2:14
3	Henrique Garcia	2016	SUB-10		F C VIZELA	2:15
4	Rúben Alves	2016	SUB-10		TEAM EL COMANDANTE	2:17
5	João Bola	2017	SUB-10		S CLUBE DE BRAGA	2:18
6	Antonio Azevedo	2016	SUB-10		E A ROSA OLIVEIRA	2:21
7	Gustavo Costa		SUB-10		TEAM EL COMANDANTE	2:22
8	Leonardo Rodrigues	2018	SUB-10		S CLUBE DE BRAGA	2:23
9	Rodrigo Marques	2016	SUB-10		E A ROSA OLIVEIRA	2:26
10	Duarte Ramalheiro	2016	SUB-10		E A ROSA OLIVEIRA	2:27
11	Dinis Costa	2017	SUB-10		S CLUBE DE BRAGA	2:32
12	Santiago Ferreira	2019	SUB-10		E A ROSA OLIVEIRA	2:35
13	Dinis Abreu	2016	SUB-10		E A ROSA OLIVEIRA	3:17

Sub-12 F - 600 metros | SUB-12 - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Leonor Ribeiro	2015	SUB-12		S CLUBE DE BRAGA	2:00
2	Beatriz Freitas	2014	SUB-12		TEAM EL COMANDANTE	2:03
3	Mafalda Soares	2014	SUB-12		S CLUBE DE BRAGA	2:04
4	Penélope Rodrigues	2015	SUB-12		S CLUBE DE BRAGA	2:08
5	Marta Araújo	2014	SUB-12		S CLUBE DE BRAGA	2:11
6	Beatriz Monteiro	2015	SUB-12		LIBERDADE F C	2:13
7	Carolina Pinto	2014	SUB-12		F C VIZELA	2:17
8	Eduarda Martins	2014	SUB-12		S CLUBE DE BRAGA	2:22
9	Carolina Gonçalves	2014	SUB-12		S CLUBE DE BRAGA	2:24
10	Carolina Alves	2014	SUB-12		TEAM EL COMANDANTE	2:26
11	Alice Pinto	2015	SUB-12		S CLUBE DE BRAGA	2:27

Sub-12 M - 600 metros | SUB-12 - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Tiago Silva	2014	SUB-12		F C VIZELA	1:51
2	Luís Neto	2014	SUB-12		E A ROSA OLIVEIRA	1:55
3	Santiago Alves	2015	SUB-12		S CLUBE DE BRAGA	1:56
4	Martim Sousa	2015	SUB-12		LIBERDADE F C	2:02
5	João Costa	2014	SUB-12		A C VALE S MARTINHO	2:03



MAIS Atletismo!

www.fpatletismo.pt

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
6	Matthew Amorim	2015	SUB-12		S CLUBE DE BRAGA	2:09
7	Henrique Silva	2014	SUB-12		E A ROSA OLIVEIRA	2:11

Sub-14 F - Milha | SUB-14 - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Leonor Ferreira	2012	SUB-14		F C VIZELA	5:43
2	Maria Monteiro	2012	SUB-14		F C VIZELA	5:57
3	Petra Miranda	2012	SUB-14		F C VIZELA	5:58
4	Matilde Mendes	2013	SUB-14		E A ROSA OLIVEIRA	6:08
5	Leonor Monteiro	2012	SUB-14		LIBERDADE F C	6:15
6	Iara Sathler	2012	SUB-14		LIBERDADE F C	6:25
7	Diana Silva	2013	SUB-14		S CLUBE DE BRAGA	6:31
8	Margarida Barbosa	2013	SUB-14		E A ROSA OLIVEIRA	6:33
9	Isa Pinheiro	2012	SUB-14		F C VIZELA	6:43
10	Ema Machado	2013	SUB-14		TEAM EL COMANDANTE	7:19
11	Margarida Marques	2013	SUB-14		E A ROSA OLIVEIRA	7:41
12	Catarina Machado	2012	SUB-14		F C VIZELA	8:27

Sub-14 M - Milha | SUB-14 - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Afonso Dinis Mendes	2012	SUB-14		TEAM EL COMANDANTE	5:16
2	Salvador Fernandes		SUB-14		TEAM EL COMANDANTE	5:36
3	Duarte Oliveira	2013	SUB-14		TEAM EL COMANDANTE	6:03
4	Daniel Talagaia	2013	SUB-14		F C VIZELA	6:12
5	Martim Pereira	2012	SUB-14		TEAM EL COMANDANTE	6:26
6	Guilherme Martins	2013	SUB-14		S CLUBE DE BRAGA	6:27
7	João Baltarejo	2013	SUB-14		S CLUBE DE BRAGA	6:43
8	Hugo Vaz	2012	SUB-14		E A ROSA OLIVEIRA	7:12

Sub-16 F - Milha | SUB-16 - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Carolina Faria	2011	SUB-16		LIBERDADE F C	5:40
2	Margarida Almeida	2011	SUB-16		F C VIZELA	5:45
3	Mafalda Ferreira	2011	SUB-16		E A ROSA OLIVEIRA	5:54
4	Luísa Castro	2010	SUB-16		E A ROSA OLIVEIRA	5:59
5	Matilde Cunha	2011	SUB-16		E A ROSA OLIVEIRA	6:03
6	Leonor Gonçalves	2010	SUB-16		E A ROSA OLIVEIRA	6:09
7	Alice Correia	2011	SUB-16		F C VIZELA	6:10
8	Yasmin Pereira	2011	SUB-16		F C VIZELA	6:55
9	Sara Ferreira	2011	SUB-16		F C VIZELA	7:28
10	Inês Castro	2010	SUB-16		E A ROSA OLIVEIRA	7:29
11	Leonor Ferreira	2011	SUB-16		E A ROSA OLIVEIRA	8:12

Sub-16 M - Milha | SUB-16 - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Tomás Ramos	2011	SUB-16		E A ROSA OLIVEIRA	5:08
2	Tiago Costa	2010	SUB-16		A C VALE S MARTINHO	5:13
3	João Figueiredo	2010	SUB-16		S CLUBE DE BRAGA	5:16
4	Pedro Guimarães	2010	SUB-16		A FIGUEIREDO RUNNERS	5:19
5	Tomás Pinto	2010	SUB-16		F C VIZELA	5:22
6	Tomás Silva	2010	SUB-16		F C VIZELA	6:01
7	João Pereira	2010	SUB-16		E A ROSA OLIVEIRA	6:24



MAIS Atletismo!

www.fpatletismo.pt

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Maria Rodrigues	2008	SUB-18		LIBERDADE F C	5:29
2	Ana Pereira	2008	SUB-18		E A ROSA OLIVEIRA	5:35
3	Maria Machado	2008	SUB-18		E A ROSA OLIVEIRA	5:48
4	Clara Gonçalves	2009	SUB-18		F C VIZELA	6:00
5	Ana Oliveira	2009	SUB-18		E A ROSA OLIVEIRA	6:05
6	Ana Silva	2009	SUB-18		E A ROSA OLIVEIRA	6:14
7	Ana Soares	2008	SUB-18		E A ROSA OLIVEIRA	6:19
8	Inês Silva	2009	SUB-18		F C VIZELA	6:23
9	Carolina Leite	2009	SUB-18		F C VIZELA	6:25
10	Rita Fernandes	2008	SUB-18		E A ROSA OLIVEIRA	6:41
11	Carolina Freitas	2009	SUB-18		F C VIZELA	6:49
12	Joana Fernandes	2009	SUB-18		E A ROSA OLIVEIRA	7:01
13	Daniela Pereira	2009	SUB-18		F C VIZELA	7:31
14	Leonor Costa		SUB-18		TEAM EL COMANDANTE	8:34

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Tiago José Silva	2009	SUB-18		E A ROSA OLIVEIRA	4:57
2	Francisco Barros	2008	SUB-18		E A ROSA OLIVEIRA	4:59
3	Telmo Martins	2008	SUB-18		F C VIZELA	5:03
4	Tomás Campos	2008	SUB-18		E A ROSA OLIVEIRA	5:06
5	Martim Araújo	2008	SUB-18		S CLUBE DE BRAGA	5:14
6	André Rodrigues	2008	SUB-18		E A ROSA OLIVEIRA	5:50
7	Manuel Cossa		SUB-18		E A ROSA OLIVEIRA	7:05

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Cristina Oliveira	1980	M 45		365 RUNNING PROJECT	6:15
2	Micaela Martins		M 45		E A ROSA OLIVEIRA	6:41
3	Anabela Silva	1975	M 45		E A ROSA OLIVEIRA	6:51
4	Rosa Oliveira	1966	M 55		E A ROSA OLIVEIRA	7:01
5	Rita Teixeira	1981	M 40		E A ROSA OLIVEIRA	8:06
6	Renata Barros	1979	M 45		E A ROSA OLIVEIRA	8:23
7	Elsa Gonçalves		M 55		E A ROSA OLIVEIRA	10:13

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Marco Correia	1981	M 40		F C VIZELA	4:56
2	Nuno Fernandes	1982	M 40		FAFE RUNNERS	4:57
3	Jaime Gonçalves	1983	M 40		LIBERDADE F C	4:59
4	Domingos Fernandes	1967	M 55		C D S SALVADOR CAMPO	5:01
5	Joaquim Pacheco	1970	M 55		VITÓRIA S C	5:02
6	Rui Ramos	1977	M 45		E A ROSA OLIVEIRA	5:12
7	Rafa Miranda		M 45		PROMESSAS	5:22
8	Paulo Mendes	1973	M 50		TEAM EL COMANDANTE	5:27
9	Nelson Pinto	1979	M 45		F C VIZELA	5:29
10	Augusto Antunes	1964	M 60		A FIGUEIREDO RUNNERS	5:37
11	Sérgio Talagaia	1978	M 45		F C VIZELA	5:39
12	Joel Cunha		M 40		E A ROSA OLIVEIRA	5:56
13	Severino Ribeiro	1962	M 60		Individual	5:58
14	Rui Martins	1977	M 45		E A ROSA OLIVEIRA	5:59
15	Raúl Machado	1976	M 45		F C VIZELA	6:10
16	Joaquim Coelho	1964	M 60		E A ROSA OLIVEIRA	6:12



MAIS Atletismo!

www.fpatletismo.pt

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
17	José Araújo		M 65		E A ROSA OLIVEIRA	6:21
18	Saúl Vilhena	1964	M 60		LIBERDADE F C	6:24
19	Miguel Marinho	1964	M 60		E A ROSA OLIVEIRA	6:49
20	Américo Lopes		M 70		Individual	9:31

Sub-20 e Seniores F - Milha | SUB-20 a MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Maria João Pimentel	2006	SUB-20		C F OLIVEIRA DOURO	5:29
2	Inês Almeida	2007	SUB-20		E A ROSA OLIVEIRA	5:40
3	Inês Sousa	2006	SUB-20		LIBERDADE F C	5:49
4	Tânia Silva	1988	M 35		LIBERDADE F C	5:53
5	Sara R F Oliveira	1998	SEN		E A ROSA OLIVEIRA	5:57
6	Daniela Costa	2002	SEN		LIBERDADE F C	6:33
7	Raquel Soares	2007	SUB-20		F C VIZELA	6:40
8	Joana Azevedo	2005	SUB-23		E A ROSA OLIVEIRA	6:49
9	Leonor Pereira	2007	SUB-20		E A ROSA OLIVEIRA	7:18

Sub-20 e Seniores M - Milha | SUB-20 a MASTER - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	João Azevedo	2005	SUB-23		E A ROSA OLIVEIRA	4:41
2	Gonçalo Rodrigues	2007	SUB-20		E A ROSA OLIVEIRA	4:45
3	Miguel Ribeiro	2001	SEN		MAIA A C	4:51
4	Tiago D Silva	2002	SEN		E A ROSA OLIVEIRA	4:57
5	Rodrigo Rouxinol	2007	SUB-20		LIBERDADE F C	5:20
6	Daniel Machado	2000	SEN		F C VIZELA	5:32
7	Tiago Vieira	1990	M 35		TEAM EL COMANDANTE	5:34



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO

MAIS Atletismo!

www.fpatletismo.pt

Jovem

Posicao	Clube	Pontos										
1	EAROS	354.0	29.0	35.0	25.0	28.0	9.0	63.0	26.0	74.0	65.0	
2	FCV	230.0		14.0	10.0	16.0	58.0	13.0	42.0	23.0	40.0	14.0
3	SCB	216.0	29.0	27.0	78.0	25.0	10.0	21.0		14.0		12.0
4	LFC-F	156.0	46.0	31.0	11.0	13.0	23.0		16.0		16.0	
5	ELCT	134.0	22.0	23.0	22.0		7.0	57.0			3.0	
6	ACVSM	27.0				12.0				15.0		
7	AFR F	13.0								13.0		

Absoluta

Posicao	Clube	Pontos										
1	EAROS	183.0						44.0	44.0	75.0	20.0	
2	LFC-F	64.0						12.0	38.0		14.0	
3	FCV	53.0						11.0	10.0		32.0	
4	ELCT	19.0						10.0			9.0	
5	365 RP	16.0								16.0		
5	CFOD	16.0							16.0			
7	CAF-FR	15.0									15.0	
8	MAC	14.0						14.0				
9	CDSSC	13.0									13.0	
10	VTSC	12.0									12.0	
11	PROMESSAS	10.0									10.0	
12	AFR F	7.0									7.0	



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO

MAIS Atletismo!

www.fpatletismo.pt

Estatística Clubes

Sigla	Associação	Nº atletas Masculino	Nº atletas Feminino	Nº atletas Total	Participações Masculino	Participações Feminino	Participações Total
365 RP	Braga	0	1	1	0	1	1
ACVSM	Braga	2	0	2	2	0	2
AFR F	Braga	2	0	2	2	0	2
CAF-FR	Braga	1	0	1	1	0	1
CDSSC	Porto	1	0	1	1	0	1
CFOD	Porto	0	1	1	0	1	1
EAROS	Braga	21	26	47	21	26	47
ELCT	Braga	6	4	10	6	4	10
FCV	Braga	11	16	27	11	16	27
IND	None	1	0	1	1	0	1
LFC-F	Braga	5	12	17	5	12	17
MAC	Porto	1	0	1	1	0	1
SCB	Braga	9	12	21	9	12	21
VTSC	Braga	1	0	1	1	0	1
_NaoFederado		-	-	12	-	-	12
_Total		61	72	145	61	72	145



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO

MAIS Atletismo!

www.fpatletismo.pt

Estatística Escalão

Escalão	Nº atletas Masculino	Nº atletas Feminino	Nº atletas Total	Participações Masculino	Participações Feminino	Participações Total
SUB-10	11	11	22	11	11	22
SUB-12	7	11	18	7	11	18
SUB-14	7	12	19	7	12	19
SUB-16	7	11	18	7	11	18
SUB-18	6	13	19	6	13	19
SUB-20	2	5	7	2	5	7
SUB-23	1	1	2	1	1	2
SEN	3	2	5	3	2	5
M 35	1	1	2	1	1	2
M 40	3	1	4	3	1	4
M 45	5	3	8	5	3	8
M 50	1	0	1	1	0	1
M 55	2	1	3	2	1	3
M 60	5	0	5	5	0	5
_NaoFederado	-	-	12	-	-	12



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO

MAIS Atletismo!

www.fpatletismo.pt