



Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Masculinos**60 Metros Planos**

Top:

9,96

7,17	SANDRO HENRIQUES	01 Jun.	C P T SOBRAL CEIRA	25/01/2020	1º Pombal 30021
7,30	BRUNO RODRIGUES	00 Sub23	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	2º Pombal 30021
7,31	ALVARO SANTIAGO	99 Sub23	GRUPO REC EIRENSE	14/12/2019	1º Pombal 30007
7,49	DANIEL MANATA	02 Jun.	GIRA SOL	19/01/2020	2º Pombal 30013
7,49	RAFAEL SILVA	96 Sen.	GIRA SOL	25/01/2020	2º Pombal 30021
7,50	RODRIGO FONSECA	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	1º Pombal 30012
7,53	JOÃO SILVA	03 Juv.	GIRA SOL	18/01/2020	2º Pombal 30011
7,54	DIOGO DA LUÍSA	94 Sen.	C P T SOBRAL CEIRA	19/01/2020	6º Braga 47010
7,58	JOÃO PEDRO FERREIR	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	3º Pombal 30021
7,62	FERNANDO VICENTE	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	1º Pombal 30012
7,73	JOÃO FRANCISCO	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	18/01/2020	1º Pombal 30011
7,81	RICARDO MACHADO	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	14/12/2019	2º Pombal 30007
7,81	JOÃO OLIVEIRA	05 Inic.	A R CASAENSE - EAC	18/01/2020	2º Pombal 30011
7,83	SAMUEL SOUSA	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	14/12/2019	3º Pombal 30007
7,83	RAFAEL SACRAMENTO	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	14/12/2019	3º Pombal 30007
7,84	FRANCISCO SERRA	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	1º Pombal 30021
7,86	RUI PEDRO CORREIA	02 Jun.	C P T SOBRAL CEIRA	19/01/2020	1º Pombal 30013
7,94	AFONSO FERNANDES	04 Juv.	C VETERANOS COIMBRA	25/01/2020	1º Pombal 30021
7,99	TOMÁS MORGADO	01 Jun.	C P T SOBRAL CEIRA	19/01/2020	4º Pombal 30013
8,11	RAFAEL CUSTÓDIO	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	18/01/2020	1º Pombal 30011
8,15	JOÃO NEVES	03 Juv.	C P T SOBRAL CEIRA	18/01/2020	2º Pombal 30011
8,30	CARLOS MARQUES	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	3º Pombal 30012
8,37	TIAGO BUCO	03 Juv.	GIRA SOL	18/01/2020	2º Pombal 30011
8,41	RICARDO PEDROSA	04 Juv.	CLUBE DE CONDEIXA	18/01/2020	1º Pombal 30011
8,50	ANDRÉ OLIVEIRA	04 Juv.	C P T SOBRAL CEIRA	18/01/2020	3º Pombal 30011
8,52	HENRIQUE DIZ	05 Inic.	A R CASAENSE - EAC	18/01/2020	3º Pombal 30011
8,67	MÁRIO MONTEIRO	03 Juv.	C VETERANOS COIMBRA	28/12/2019	4º Pombal 30012
8,97	TIAGO FERNANDES	05 Inic.	C VETERANOS COIMBRA	18/01/2020	3º Pombal 30011
9,50	RODRIGO FERREIRA	05 Inic.	CLUBE DE CONDEIXA	18/01/2020	4º Pombal 30011
9,96	ARTUR FRANCISCO	06 Inic.	C VETERANOS COIMBRA	18/01/2020	3º Pombal 30011





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Masculinos**200 Metros**Top: **3 1,77**

2 3,01	BRUNO RODRIGUES	00 Sub23	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	1º Pombal 30021
2 3,52	SANDRO HENRIQUES	01 Jun.	C P T SOBRAL CEIRA	25/01/2020	1º Pombal 30021
2 3,94	DIOGO DA LUÍSA	94 Sen.	C P T SOBRAL CEIRA	25/01/2020	2º Pombal 30021
2 4,04	RODRIGO FONSECA	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	1º Pombal 30021
2 4,18	DANIEL MANATA	02 Jun.	GIRA SOL	25/01/2020	1º Pombal 30021
2 4,46	JOÃO FRANCISCO	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	1º Pombal 30021
2 4,50	ALVARO SANTIAGO	99 Sub23	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	2º Pombal 30021
2 4,55	FÁBIO FREIRE	01 Jun.	C P T SOBRAL CEIRA	25/01/2020	1º Pombal 30021
2 4,56	FERNANDO VICENTE	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	29/12/2019	1º Pombal 30013
2 4,68	JOÃO PEDRO FERREIR	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	29/12/2019	1º Pombal 30013
2 4,87	JOÃO SILVA	03 Juv.	GIRA SOL	05/01/2020	2º Pombal 30011
2 4,95	FRANCISCO SERRA	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	1º Pombal 30021
2 5,09	JOÃO FIGUEIREDO	01 Jun.	C P T SOBRAL CEIRA	29/12/2019	2º Pombal 30013
2 5,09	DIOGO LOPES	00 Sub23	C P T SOBRAL CEIRA	25/01/2020	1º Pombal 30021
2 5,39	RICARDO MACHADO	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	29/12/2019	1º Pombal 30013
2 5,69	SAMUEL SOUSA	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	29/12/2019	1º Pombal 30013
2 5,82	DIOGO SANTANA	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	05/01/2020	1º Pombal 30011
2 5,94	RUI PEDRO CORREIA	02 Jun.	C P T SOBRAL CEIRA	25/01/2020	2º Pombal 30021
2 6,02	RAFAEL CUSTÓDIO	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	05/01/2020	1º Pombal 30011
2 6,86	PEDRO RUI GOMES	05 Inic.	C P T SOBRAL CEIRA	05/01/2020	1º Pombal 30011
2 7,81	RICARDO PEDROSA	04 Juv.	CLUBE DE CONDEIXA	05/01/2020	2º Pombal 30011
2 8,85	ANDRÉ OLIVEIRA	04 Juv.	C P T SOBRAL CEIRA	05/01/2020	1º Pombal 30011
2 8,99	TOMÁS MORGADO	01 Jun.	C P T SOBRAL CEIRA	29/12/2019	3º Pombal 30013
3 0,67	JOÃO GUEDES	06 Inic.	A M C R SILVEIRINHO	05/01/2020	2º Pombal 30011
3 0,79	FRANCISCO CARVALH	06 Inic.	C VETERANOS COIMBRA	05/01/2020	3º Pombal 30011
3 0,86	AFONSO PRATA	06 Inic.	C VETERANOS COIMBRA	05/01/2020	2º Pombal 30011
3 1,77	RODRIGO FERREIRA	05 Inic.	CLUBE DE CONDEIXA	05/01/2020	3º Pombal 30011





Masculinos

300 Metros Planos

Top: 5 3,24

3 8,67	RODRIGO FONSECA	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	22/12/2019	1º Pombal 30011
3 9,47	JOÃO FRANCISCO	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	22/12/2019	2º Pombal 30011
3 9,87	JOÃO SILVA	03 Juv.	GIRA SOL	22/12/2019	3º Pombal 30011
4 0,20	DIOGO SANTANA	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	22/12/2019	4º Pombal 30011
4 1,02	FRANCISCO SERRA	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	22/12/2019	1º Pombal 30011
4 5,05	JOÃO NEVES	03 Juv.	C P T SOBRAL CEIRA	22/12/2019	2º Pombal 30011
4 5,47	ANDRÉ OLIVEIRA	04 Juv.	C P T SOBRAL CEIRA	22/12/2019	3º Pombal 30011
5 3,24	RODRIGO FERREIRA	05 Inic.	CLUBE DE CONDEIXA	22/12/2019	4º Pombal 30011





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Masculinos**400 Metros Planos**Top: **5 9,18**

5 1,10	ANTÓNIO CUNHA	98 Sub23	C P T SOBRAL CEIRA	26/01/2020	1º Pombal 30021
5 1,67	DIOGO SANTOS	01 Jun.	GIRA SOL	04/01/2020	1º Pombal 30013
5 2,93	BRUNO RODRIGUES	00 Sub23	GRUPO REC EIRENSE	26/01/2020	1º Pombal 30021
5 3,08	FÁBIO FREIRE	01 Jun.	C P T SOBRAL CEIRA	04/01/2020	2º Pombal 30013
5 3,45	EVANDRO DUARTE	89 Sen.	C P T SOBRAL CEIRA	26/01/2020	1º Pombal 30021
5 4,29	DIOGO DA LUÍSA	94 Sen.	C P T SOBRAL CEIRA	26/01/2020	1º Pombal 30021
5 5,85	JOÃO FRANCISCO	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	04/01/2020	3º Pombal 30013
5 6,42	RAFAEL CUSTÓDIO	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	04/01/2020	1º Pombal 30013
5 6,63	JOÃO SILVA	03 Juv.	GIRA SOL	04/01/2020	1º Pombal 30013
5 7,09	RICARDO MACHADO	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	04/01/2020	1º Pombal 30013
5 8,91	CARLOS MARQUES	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	26/01/2020	1º Pombal 30021
5 9,18	DANIEL MANATA	02 Jun.	GIRA SOL	04/01/2020	1º Pombal 30013





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Masculinos**800 Metros**

Top: 2 4 3,33

1 5 1,96	ANTÓNIO CUNHA	98 Sub23	C P T SOBRAL CEIRA	25/01/2020	1º Pombal 30021
1 5 5,59	ROGÉRIO AMARAL	01 Jun.	C P T SOBRAL CEIRA	25/01/2020	2º Pombal 30021
1 5 7,92	DIOGO SANTOS	01 Jun.	GIRA SOL	25/01/2020	1º Pombal 30021
1 5 9,92	EVANDRO DUARTE	89 Sen.	C P T SOBRAL CEIRA	25/01/2020	5º Pombal 30021
2 0 1,18	LEANDRO ROSAS	97 Sen.	C DESP PENACOVA	25/01/2020	1º Pombal 30021
2 0 2,80	MIGUEL FIGUEIRA	95 Sen.	GIRA SOL	25/01/2020	6º Pombal 30021
2 0 4,11	DANIEL COSTA	00 Sub23	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	7º Pombal 30021
2 0 5,02	GELSON FURTADO	99 Sub23	C P T SOBRAL CEIRA	25/01/2020	1º Pombal 30021
2 0 5,38	FÁBIO FREIRE	01 Jun.	C P T SOBRAL CEIRA	29/12/2019	1º Pombal 30013
2 0 6,09	RÚBEN FORTUNATO	02 Jun.	C P T SOBRAL CEIRA	29/12/2019	1º Pombal 30013
2 0 6,54	JOÃO ALBANO	03 Juv.	C P T SOBRAL CEIRA	29/12/2019	2º Pombal 30013
2 0 7,43	JOÃO SALGADO	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	29/12/2019	3º Pombal 30013
2 1 0,75	ANDRÉ FERREIRA	05 Inic.	GIRA SOL	05/01/2020	1º Pombal 30011
2 1 0,89	AFONSO OLIVEIRA	05 Inic.	C P T SOBRAL CEIRA	05/01/2020	1º Pombal 30011
2 1 2,38	NUNO LUCAS	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	29/12/2019	1º Pombal 30013
2 1 3,67	CARLOS MARQUES	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	05/01/2020	1º Pombal 30011
2 1 8,80	MAURO SIMÕES	04 Juv.	C P T SOBRAL CEIRA	05/01/2020	2º Pombal 30011
2 1 9,40	MÁRIO MONTEIRO	03 Juv.	C VETERANOS COIMBRA	25/01/2020	1º Pombal 30021
2 2 1,86	DAVID TINOCO	01 Jun.	GIRA SOL	29/12/2019	3º Pombal 30013
2 2 2,49	RICARDO MACHADO	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	2º Pombal 30021
2 2 5,86	DAVID JESUS	05 Inic.	GIRA SOL	05/01/2020	2º Pombal 30011
2 2 9,61	MANUEL DOS SANTOS	06 Inic.	GIRA SOL	05/01/2020	1º Pombal 30011
2 4 3,33	MIGUEL FERNANDES	05 Inic.	A M C R SILVEIRINHO	05/01/2020	2º Pombal 30011





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Masculinos

1.000 Metros

Top: 3 2 4,77

3 0 4,92	SAMUEL SOUSA	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	15/12/2019	1º Pombal 30007
3 0 5,29	FERNANDO VICENTE	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	15/12/2019	2º Pombal 30007
3 0 6,74	FRANCISCO SERRA	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	15/12/2019	3º Pombal 30007
3 1 0,64	JOÃO PEDRO FERREIR	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	15/12/2019	1º Pombal 30007
3 1 3,81	RODRIGO FONSECA	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	15/12/2019	4º Pombal 30007
3 2 4,77	RAFAEL SACRAMENTO	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	15/12/2019	2º Pombal 30007





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Masculinos**1.500 Metros**Top: **5 0 8,79**

3 5 1,93	ROGÉRIO AMARAL	01 Jun.	C P T SOBRAL CEIRA	26/01/2020	1º Pombal 30021
4 0 1,07	RODRIGO SERRA	96 Sen.	C P T SOBRAL CEIRA	26/01/2020	2º Pombal 30021
4 1 1,43	GELSON FURTADO	99 Sub23	C P T SOBRAL CEIRA	26/01/2020	3º Pombal 30021
4 1 2,29	FRANCISCO GRAÇA	03 Juv.	A S C VALEIRINHA	04/01/2020	1º Pombal 30013
4 1 3,03	ANDRÉ ANTUNES	02 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	26/01/2020	4º Pombal 30021
4 1 3,84	ANDRÉ FERREIRA	01 Jun.	C P T SOBRAL CEIRA	04/01/2020	2º Pombal 30013
4 1 5,81	RÚBEN FORTUNATO	02 Jun.	C P T SOBRAL CEIRA	04/01/2020	3º Pombal 30013
4 2 5,19	JOÃO SALGADO	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	22/12/2019	1º Pombal 30011
4 2 9,06	JOÃO ALBANO	03 Juv.	C P T SOBRAL CEIRA	22/12/2019	2º Pombal 30011
4 2 9,56	MIGUEL FIGUEIRA	95 Sen.	GIRA SOL	26/01/2020	1º Pombal 30021
4 3 2,60	MÁRCIO FERREIRA	97 Sen.	GRUPO REC EIRENSE	26/01/2020	3º Pombal 30021
4 3 2,62	ANDRÉ FERREIRA	05 Inic.	GIRA SOL	22/12/2019	3º Pombal 30011
4 3 5,95	NUNO LUCAS	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	04/01/2020	1º Pombal 30013
4 3 7,09	JOÃO PONTES	90 Sen.	C VETERANOS COIMBRA	26/01/2020	2º Pombal 30021
4 3 8,27	MIGUEL RODRIGUES	04 Juv.	A R CASAENSE - EAC	04/01/2020	2º Pombal 30013
4 3 9,90	CARLOS MARQUES	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	04/01/2020	3º Pombal 30013
4 4 8,93	MÁRIO MONTEIRO	03 Juv.	C VETERANOS COIMBRA	26/01/2020	3º Pombal 30021
5 0 8,79	DAVID JESUS	05 Inic.	GIRA SOL	22/12/2019	4º Pombal 30011





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Masculinos**3.000 Metros**

Top: 1 1 0 0,85

8 2 9,25	ROGÉRIO AMARAL	01 Jun.	C P T SOBRAL CEIRA	29/12/2019	1º Pombal 30013
9 0 2,16	ANDRÉ ANTUNES	02 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	1º Pombal 30021
9 0 8,06	CARLOS COSTA	90 Sen.	A R CASAENSE - EAC	25/01/2020	2º Pombal 30021
9 0 9,17	DAVID PEDROSA	99 Sub23	GIRA SOL	25/01/2020	3º Pombal 30021
9 1 4,31	FRANCISCO GRAÇA	03 Juv.	A S C VALEIRINHA	05/01/2020	1º Pombal 30011
9 2 1,37	RÚBEN FORTUNATO	02 Jun.	C P T SOBRAL CEIRA	25/01/2020	1º Pombal 30021
9 3 0,03	ANDRÉ FERREIRA	01 Jun.	C P T SOBRAL CEIRA	29/12/2019	4º Pombal 30013
9 3 1,38	JOÃO ALBANO	03 Juv.	C P T SOBRAL CEIRA	05/01/2020	2º Pombal 30011
9 3 2,65	JOÃO SALGADO	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	05/01/2020	3º Pombal 30011
1 0 0 3,84	MÁRCIO FERREIRA	97 Sen.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	2º Pombal 30021
1 0 1 0,77	JOÃO PONTES	90 Sen.	C VETERANOS COIMBRA	25/01/2020	3º Pombal 30021
1 0 4 2,44	MÁRIO MONTEIRO	03 Juv.	C VETERANOS COIMBRA	29/12/2019	1º Pombal 30013
1 0 4 5,06	RICARDO GERMANO	86 Sen.	C VETERANOS COIMBRA	25/01/2020	2º Pombal 30021
1 1 0 0,85	RÚBEN FERNANDES	96 Sen.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	3º Pombal 30021





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Masculinos

60 M Barreiras-0.84

Top: 1 3,01

1 0,50	PEDRO RUI GOMES	05 Inic.	C P T SOBRAL CEIRA	21/12/2019	1º Pombal 30008
1 0,76	ANDRÉ REIS	06 Inic.	C P T SOBRAL CEIRA	21/12/2019	2º Pombal 30008
1 1,67	AFONSO OLIVEIRA	05 Inic.	C P T SOBRAL CEIRA	21/12/2019	3º Pombal 30008
1 1,85	MIGUEL ANTUNES	05 Inic.	C P T SOBRAL CEIRA	21/12/2019	4º Pombal 30008
1 3,01	DIOGO FACHADA	06 Inic.	GRUPO REC EIRENSE	21/12/2019	5º Pombal 30008





Masculinos

60 M Barreiras-0.91

Top:

1 2,26

8,91	JOÃO FRANCISCO	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	18/01/2020	1º Pombal 30011
9,28	SAMUEL SOUSA	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	1º Pombal 30012
9,46	FERNANDO VICENTE	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	18/01/2020	2º Pombal 30011
9,54	DIOGO SANTANA	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	2º Pombal 30012
1 0,54	PEDRO RUI GOMES	05 Inic.	C P T SOBRAL CEIRA	18/01/2020	3º Pombal 30011
1 1,03	AFONSO FERNANDES	04 Juv.	C VETERANOS COIMBRA	18/01/2020	1º Pombal 30011
1 1,20	MAURO SIMÕES	04 Juv.	C P T SOBRAL CEIRA	18/01/2020	4º Pombal 30011
1 2,26	TIAGO FERNANDES	05 Inic.	C VETERANOS COIMBRA	18/01/2020	2º Pombal 30011





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Masculinos

60 M Barr.Jun.M.1,00

Top:

9,81

8,60	DAVID NEVES	02 Jun.	C P T SOBRAL CEIRA	19/01/2020	1º Pombal 30013
8,84	JOÃO PEDRO FERREIR	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	15/12/2019	1º Pombal 30007
9,81	JOÃO FIGUEIREDO	01 Jun.	C P T SOBRAL CEIRA	19/01/2020	3º Pombal 30013





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Masculinos

60 M Barreiras-1.06

Top: 1 0,25

1 0,25

JOÃO FIGUEIREDO

01 Jun. C P T SOBRAL CEIRA

26/01/2020

1º Pomba/30021





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Masculinos

60 M Barr.-76

Top:

1 4,62

1 3,02	TOMÁS MACHADO	07 Inf.	GRUPO REC EIRENSE	09/02/2020	1º Pombal 30025
1 3,42	LUIS NEVES	07 Inf.	GRUPO REC EIRENSE	09/02/2020	1º Pombal 30025
1 4,62	MARTIM ROSAS	07 Inf.	C DESP PENACOVA	09/02/2020	1º Pombal 30025





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Masculinos

60 M Barr.Juv.Mas-91

Top: 1 2,01

8,93	JOÃO FRANCISCO	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	18/01/2020	1º Pombal 30011
9,28	SAMUEL SOUSA	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	1º Pombal 30012
9,51	FERNANDO VICENTE	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	15/12/2019	2º Pombal 30007
9,54	DIOGO SANTANA	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	2º Pombal 30012
1 0,51	RODRIGO FONSECA	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	15/12/2019	3º Pombal 30007
1 0,63	PEDRO RUI GOMES	05 Inic.	C P T SOBRAL CEIRA	18/01/2020	3º Pombal 30011
1 2,01	FRANCISCO SERRA	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	15/12/2019	4º Pombal 30007





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Masculinos**Salto em Altura**

Top:

1

2	FRANCISCO SERRA	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	18/01/2020	2º Pombal 30011
1,82	RAFAEL SACRAMENTO	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	04/01/2020	1º Pombal 30013
1,80	EDUARDO VALÉRIO	96 Sen.	GIRA SOL	25/01/2020	2º Pombal 30021
1,75	SAMUEL SOUSA	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	1º Pombal 30012
1,63	FERNANDO VICENTE	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	04/01/2020	3º Pombal 30013
1,62	JOÃO PEDRO FERREIR	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	14/12/2019	2º Pombal 30007
1,59	DAVID NEVES	02 Jun.	C P T SOBRAL CEIRA	04/01/2020	5º Pombal 30013
1,55	PEDRO RUI GOMES	05 Inic.	C P T SOBRAL CEIRA	18/01/2020	1º Pombal 30011
1,50	RAFAEL CUSTÓDIO	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	18/01/2020	3º Pombal 30011
1,44	RODRIGO FONSECA	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	14/12/2019	4º Pombal 30007
1,43	DIOGO SANTANA	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	2º Pombal 30012
1,41	JOÃO FRANCISCO	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	14/12/2019	5º Pombal 30007





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Masculinos

Salto com Vara

Top:

2,20

3,50	EDUARDO VALÉRIO	96 Sen.	GIRA SOL	25/01/2020	2º Pombal 30021
2,70	SAMUEL SOUSA	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	15/12/2019	1º Pombal 30007
2,60	JOÃO PEDRO FERREIR	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	15/12/2019	1º Pombal 30007
2,20	FERNANDO VICENTE	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	15/12/2019	2º Pombal 30007





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Masculinos**Salto em Comprimento**

Top: 3,21

6,58	DAVID NEVES	02 Jun.	C P T SOBRAL CEIRA	29/12/2019	1º Pombal 30013
6,34	KEVIN SANTOS	93 Sen.	GIRA SOL	25/01/2020	2º Pombal 30021
6,27	RAFAEL SACRAMENTO	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	3º Pombal 30021
6,26	SAMUEL SOUSA	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	05/01/2020	1º Pombal 30011
5,85	FERNANDO VICENTE	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	05/01/2020	2º Pombal 30011
5,77	RAFAEL SILVA	96 Sen.	GIRA SOL	25/01/2020	2º Pombal 30021
5,58	JOÃO FIGUEIREDO	01 Jun.	C P T SOBRAL CEIRA	29/12/2019	3º Pombal 30013
5,56	JOÃO PEDRO FERREIR	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	14/12/2019	2º Pombal 30007
5,56	RODRIGO FONSECA	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	2º Pombal 30012
5,46	FRANCISCO SERRA	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	3º Pombal 30021
5,30	JOÃO FRANCISCO	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	14/12/2019	4º Pombal 30007
5,27	AFONSO FERNANDES	04 Juv.	C VETERANOS COIMBRA	05/01/2020	3º Pombal 30011
5,08	JOÃO NEVES	03 Juv.	C P T SOBRAL CEIRA	05/01/2020	4º Pombal 30011
4,97	PEDRO RUI GOMES	05 Inic.	C P T SOBRAL CEIRA	21/12/2019	1º Pombal 30008
4,89	JOÃO SILVA	03 Juv.	GIRA SOL	28/12/2019	5º Pombal 30012
4,60	ANDRÉ REIS	06 Inic.	C P T SOBRAL CEIRA	21/12/2019	2º Pombal 30008
4,58	CARLOS MARQUES	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	7º Pombal 30012
4,53	AFONSO OLIVEIRA	05 Inic.	C P T SOBRAL CEIRA	21/12/2019	3º Pombal 30008
4,40	MIGUEL ANTUNES	05 Inic.	C P T SOBRAL CEIRA	21/12/2019	4º Pombal 30008
4,10	MÁRIO MONTEIRO	03 Juv.	C VETERANOS COIMBRA	28/12/2019	8º Pombal 30012
4,08	RICARDO PEDROSA	04 Juv.	CLUBE DE CONDEIXA	05/01/2020	8º Pombal 30011
4,00	DIOGO FACHADA	06 Inic.	GRUPO REC EIRENSE	21/12/2019	5º Pombal 30008
3,97	JOÃO GUEDES	06 Inic.	A M C R SILVEIRINHO	05/01/2020	9º Pombal 30011
3,86	TOMÁS MACHADO	07 Inf.	GRUPO REC EIRENSE	09/02/2020	1º Pombal 30025
3,71	LUIS NEVES	07 Inf.	GRUPO REC EIRENSE	09/02/2020	2º Pombal 30025
3,50	RAFAEL DIAS	08 Inf.	CLUBE DE CONDEIXA	09/02/2020	3º Pombal 30025
3,21	MARTIM ROSAS	07 Inf.	C DESP PENACOVA	09/02/2020	4º Pombal 30025





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Masculinos

Triplo Salto

Top: 1 1,14

13,80	RAFAEL SACRAMENTO	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	04/01/2020	1º Pombal 30013
12,71	KEVIN SANTOS	93 Sen.	GIRA SOL	25/01/2020	2º Pombal 30021
11,32	FRANCISCO SERRA	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	18/01/2020	1º Pombal 30011
11,23	SAMUEL SOUSA	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	04/01/2020	2º Pombal 30013
11,14	JOÃO FIGUEIREDO	01 Jun.	C P T SOBRAL CEIRA	04/01/2020	3º Pombal 30013
11,14	FERNANDO VICENTE	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	18/01/2020	2º Pombal 30011





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Masculinos

Lançamento Peso-3Kg

Top:

3,87

6,24	RAFAEL DIAS	08 Inf.	CLUBE DE CONDEIXA	09/02/2020	1º Pombal 30025
5,42	TOMÁS MACHADO	07 Inf.	GRUPO REC EIRENSE	09/02/2020	2º Pombal 30025
5,02	LUIS NEVES	07 Inf.	GRUPO REC EIRENSE	09/02/2020	3º Pombal 30025
3,87	MARTIM ROSAS	07 Inf.	C DESP PENACOVA	09/02/2020	4º Pombal 30025





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Masculinos

Lançamento Peso-4Kg

Top:

6,59

7,64	MIGUEL ANTUNES	05 Inic.	C P T SOBRAL CEIRA	21/12/2019	1º Pombal 30008
7,26	ANDRÉ REIS	06 Inic.	C P T SOBRAL CEIRA	21/12/2019	2º Pombal 30008
7,10	DIOGO FACHADA	06 Inic.	GRUPO REC EIRENSE	21/12/2019	3º Pombal 30008
6,82	PEDRO RUI GOMES	05 Inic.	C P T SOBRAL CEIRA	21/12/2019	4º Pombal 30008
6,59	AFONSO OLIVEIRA	05 Inic.	C P T SOBRAL CEIRA	21/12/2019	5º Pombal 30008





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Masculinos**Lançamento Peso-5Kg**

Top:

6,12

13,37	BERNARDO SOARES	03 Juv.	S U OPERÁRIA VAIS	22/12/2019	1º Pombal 30011
11,34	SAMUEL SOUSA	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	1º Pombal 30012
8,70	AFONSO FERNANDES	04 Juv.	C VETERANOS COIMBRA	22/12/2019	3º Pombal 30011
8,54	FRANCISCO SERRA	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	1º Pombal 30012
8,52	RODRIGO FONSECA	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	2º Pombal 30012
7,94	DIOGO SANTANA	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	2º Pombal 30012
7,64	JOÃO NEVES	03 Juv.	C P T SOBRAL CEIRA	28/12/2019	4º Pombal 30012
7,55	JOÃO FRANCISCO	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	14/12/2019	4º Pombal 30007
7,21	MÁRIO MONTEIRO	03 Juv.	C VETERANOS COIMBRA	28/12/2019	5º Pombal 30012
7,11	JOÃO SILVA	03 Juv.	GIRA SOL	28/12/2019	6º Pombal 30012
7,01	FERNANDO VICENTE	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	7º Pombal 30012
6,76	CARLOS MARQUES	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	8º Pombal 30012
6,12	DIOGO LUCAS	04 Juv.	C P T SOBRAL CEIRA	22/12/2019	5º Pombal 30011





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Masculinos

Lançamento Peso-6Kg

Top:

7,64

12,44	BERNARDO SOARES	03 Juv.	S U OPERÁRIA VAIS	04/01/2020	1º Pombal 30013
12,04	RÚBEN SILVA	02 Jun.	C VETERANOS COIMBRA	04/01/2020	2º Pombal 30013
9,82	RAFAEL SACRAMENTO	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	14/12/2019	1º Pombal 30007
8,86	RAFAEL CONDE	04 Juv.	A M C R SILVEIRINHO	04/01/2020	3º Pombal 30013
8,41	JOÃO PEDRO FERREIR	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	14/12/2019	2º Pombal 30007
7,64	TIAGO MORAIS	01 Jun.	C P T SOBRAL CEIRA	04/01/2020	4º Pombal 30013





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Masculinos

Lançamento Peso-7.26

Top:

9,69

13,24	NUNO SERRA	74 V45	C P T SOBRAL CEIRA	25/01/2020	1º Pombal 30021
11,33	AUGUSTO CAVALEIRO	61 V55	C P T SOBRAL CEIRA	25/01/2020	2º Pombal 30021
10,82	LUÍS ASSUNÇÃO	78 V40	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	3º Pombal 30021
10,57	RÚBEN SILVA	02 Jun.	C VETERANOS COIMBRA	25/01/2020	4º Pombal 30021
9,69	FRANCISCO FACHADA	77 V40	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	5º Pombal 30021





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Masculinos

Triatlo - Infantis

Top:

234

516	TOMÁS MACHADO 117 184 215	07 Inf.	GRUPO REC EIRENSE	09/02/2020	1º Pombal 30025
436	LUIS NEVES 83 161 192	07 Inf.	GRUPO REC EIRENSE	09/02/2020	2º Pombal 30025
393	RAFAEL DIAS 0 130 263	08 Inf.	CLUBE DE CONDEIXA	09/02/2020	3º Pombal 30025
234	MARTIM ROSAS 16 91 127	07 Inf.	C DESP PENACOVA	09/02/2020	4º Pombal 30025





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Masculinos

Triatlo - Iniciados

Top:

637

1124	PEDRO RUI GOMES 10,50 6,82 4,97	05 Inic.	C P T SOBRAL CEIRA	21/12/2019	1º Pombal 30008
1038	ANDRÉ REIS 10,76 7,26 4,60	06 Inic.	C P T SOBRAL CEIRA	21/12/2019	2º Pombal 30008
864	MIGUEL ANTUNES 11,85 7,64 4,40	05 Inic.	C P T SOBRAL CEIRA	21/12/2019	3º Pombal 30008
848	AFONSO OLIVEIRA 11,67 6,59 4,53	05 Inic.	C P T SOBRAL CEIRA	21/12/2019	4º Pombal 30008
637	DIOGO FACHADA 13,01 7,10 4,00	06 Inic.	GRUPO REC EIRENSE	21/12/2019	5º Pombal 30008





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Masculinos

Triatlo - Juvenis

Top:

1332

1836	SAMUEL SOUSA 9,28 11,34 1,75	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	1º Pombal 30012
1332	DIOGO SANTANA 9,54 7,94 1,43	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	2º Pombal 30012





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Masculinos**Triatlo Opcional**

Top:

923

1604	RODRIGO FONSECA	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	1º Pombal 30012
	8,52 7,50 5,56				
1489	FERNANDO VICENTE	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	2º Pombal 30012
	7,01 7,62 5,62				
1444	FRANCISCO SERRA	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	3º Pombal 30012
	8,54 7,86 5,32				
1365	JOÃO SILVA	03 Juv.	GIRA SOL	28/12/2019	4º Pombal 30012
	7,11 7,57 4,89				
1244	AFONSO FERNANDES	04 Juv.	C VETERANOS COIMBRA	28/12/2019	5º Pombal 30012
	7,84 8,14 4,92				
1185	JOÃO NEVES	03 Juv.	C P T SOBRAL CEIRA	28/12/2019	6º Pombal 30012
	7,64 8,23 4,80				
1073	CARLOS MARQUES	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	7º Pombal 30012
	6,76 8,30 4,58				
923	MÁRIO MONTEIRO	03 Juv.	C VETERANOS COIMBRA	28/12/2019	8º Pombal 30012
	7,21 8,67 4,10				





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Masculinos**Heptatlo - Juvenis**

Top:

1706

3885	SAMUEL SOUSA	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	15/12/2019	1º Pombal 30007
	7.83 6.08 10.95 1.71 9.34 2.70 304.92				
3284	FERNANDO VICENTE	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	15/12/2019	2º Pombal 30007
	7.66 5.58 6.98 1.50 9.51 2.20 305.29				
2847	RODRIGO FONSECA	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	15/12/2019	3º Pombal 30007
	7,65 5,42 8,36 1,44 10,51 313,81				
2604	FRANCISCO SERRA	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	15/12/2019	4º Pombal 30007
	7,87 5,21 7,66 1,53 12,01 306,74				
1706	JOÃO FRANCISCO	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	15/12/2019	5º Pombal 30007
	7,86 5,30 7,55 1,41 -				





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Masculinos

Heptalo - Juniores

Top:

616

3630	JOÃO PEDRO FERREIR	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	15/12/2019	1º Pombal 30007
	7.68 5.56 8.41 1.62 8.84 2.60 310.64				
2734	RAFAEL SACRAMENTO	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	15/12/2019	2º Pombal 30007
	7,83 6,20 9,82 1,74 - 324,77				
616	RICARDO MACHADO	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	15/12/2019	3º Pombal 30007
	7,81				





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Masculinos**4X200 Metros**

Top: 1 5 3,92

1 3 3,68	ASS ACAD COIMBRA A	95 Sen.	ASS ACAD COIMBRA	09/02/2020	3º Braga 47017
	<i>Álvaro Betancor 1999 / Miguel Figueira 1995 / Diogo Santos 2001 / Pedro Mirassol 1999</i>				
1 3 7,43	GRUPO REC EIRENSE	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	04/01/2020	1º Pombal 30013
	<i>Fernando Vicente (2004) / João Pedro Ferreira (2001) / João Francisco (2003) / Rodrigo Fonseca (2003)</i>				
1 3 8,50	GRUPO REC EIRENSE	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	05/01/2020	1º Pombal 30011
	<i>Samuel Sousa (2003) / Fernando Vicente (2004) / João Francisco (2003) / Rodrigo Fonseca (2003)</i>				
1 4 0,88	ASS ACAD COIMBRA B	99 Sub23	ASS ACAD COIMBRA	09/02/2020	6º Braga 47017
	<i>Nuno Sénica 2000 / Jorge Vieira 2000 / Alexandre Azevedo 1999 / Mário Morais Neves 2000</i>				
1 4 4,25	GRUPO REC EIRENSE	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	04/01/2020	2º Pombal 30013
	<i>Rafael Custódio (2004) / Carlos Marques (2004) / Francisco Serra (2003) / Ricardo Machado (2001)</i>				
1 4 9,78	GRUPO REC EIRENSE	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	05/01/2020	2º Pombal 30011
	<i>Diogo Fachada (2006) / Francisco Serra (2003) / Diogo Santana (2004) / Rafael Custódio (2004)</i>				
1 5 2,71	CPT SOBRAL CEIRA	01 Jun.	C P T SOBRAL CEIRA	04/01/2020	3º Pombal 30013
	<i>Tomás Morgado (2001) / João Figueiredo (2001) / Tiago Morais (2001) / Pedro Duarte (2002)</i>				
1 5 3,92	CPT SOBRAL CEIRA	03 Juv.	C P T SOBRAL CEIRA	05/01/2020	3º Pombal 30011
	<i>André Oliveira (2004) / Diogo Lucas (2004) / Miguel Antunes (2005) / João Neves (2003)</i>				





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Masculinos

4X400 Metros

Top: 4 1 6,55

3 3 3,37	CPT SOBRAL CEIRA	89 Sen.	C P T SOBRAL CEIRA	25/01/2020	1º Pombal 30021
	<i>Fábio Freire (2001) / Evandro Duarte (1989) / Diogo Lopes (2000) / António Cunha (1998)</i>				
3 4 1,10	GRUPO REC.EIRENSE	99 Sub23	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	2º Pombal 30021
	<i>Alvaro Santiago (1999) / João Francisco (2003) / Bruno Rodrigues (2000) / Daniel Costa (2000)</i>				
4 1 6,55	CLUVE	69 Sen.	C VETERANOS COIMBRA	25/01/2020	3º Pombal 30021
	<i>João Pontes (1990) / Ricardo Germano (1986) / Hugo Coelho (1969) / Mário Monteiro (2003)</i>				





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Masculinos

5.000 Metros Marcha

Top: 2 6 5 8,86

2 6 5 8,86

JOÃO VIEIRA

99 Sub23 C P T SOBRAL CEIRA

25/01/2020

1º Pombal 30021





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Femininos**60 Metros Planos**Top: **1 0,49**

7,75	SARA SEABRA	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	1ª Pombal 30021
8,10	LURDES OLIVEIRA	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	1ª Pombal 30012
8,21	MARTA SERRA	02 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	2ª Pombal 30021
8,30	PATRICIA VAZ	94 Sen.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	1ª Pombal 30021
8,32	INÊS BRITES	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	18/01/2020	1ª Pombal 30011
8,49	JOANA BARRETO SANT	05 Inic.	MONTANHA CLUBE	18/01/2020	1ª Pombal 30011
8,52	JOANA SANTOS	05 Inic.	GRUPO REC EIRENSE	18/01/2020	1ª Pombal 30011
8,56	JOANA RODRIGUES	05 Inic.	C DESP PENACOVA	18/01/2020	2ª Pombal 30011
8,58	CATARINA GONÇALVE	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	18/01/2020	1ª Pombal 30011
8,67	LUÍSA PEREIRA	97 Sen.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	2ª Pombal 30021
8,72	MARIA INÊS NUNES	04 Juv.	CLUBE DE CONDEIXA	18/01/2020	3ª Pombal 30011
8,82	MARTA MORGADO	95 Sen.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	2ª Pombal 30021
8,85	BRUNA SANTA	04 Juv.	MONTANHA CLUBE	18/01/2020	2ª Pombal 30011
9,00	EVA OLIVEIRA	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	1ª Pombal 30021
9,01	BEATRIZ SARAIVA	02 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	19/01/2020	2ª Pombal 30013
9,02	CLÁUDIA TORRES	03 Juv.	CLUBE DE CONDEIXA	18/01/2020	1ª Pombal 30011
9,02	DANIELA MOTA	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	2ª Pombal 30021
9,05	ANA ROSA	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	1ª Pombal 30021
9,07	LAURA RODRIGUES	02 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	19/01/2020	1ª Pombal 30013
9,18	BEATRIZ FERNANDES	05 Inic.	CLUBE DE CONDEIXA	18/01/2020	2ª Pombal 30011
9,23	RAFAELA LOURENÇO	06 Inic.	CLUBE DE CONDEIXA	18/01/2020	3ª Pombal 30011
9,39	BRUNA PENETRA	06 Inic.	C DESP PENACOVA	18/01/2020	4ª Pombal 30011
9,51	NICOLE FERNANDES	06 Inic.	GRUPO REC EIRENSE	18/01/2020	1ª Pombal 30011
9,65	FRANCISCA FERNAND	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	18/01/2020	1ª Pombal 30011
9,75	SOFIA LAGINHAS	06 Inic.	A R CASAENSE - EAC	18/01/2020	3ª Pombal 30011
9,80	DIANA MOREIRA	04 Juv.	C VETERANOS COIMBRA	25/01/2020	3ª Pombal 30021
1 0,49	OLÍVIA MONTEIRO	01 Jun.	C VETERANOS COIMBRA	25/01/2020	1ª Pombal 30021





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Femininos**200 Metros**

Top:

3 6,29

2 5,24	SARA SEABRA	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	1ª Pombal 30021
2 6,96	LURDES OLIVEIRA	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	29/12/2019	1ª Pombal 30013
2 7,14	LUÍSA PEREIRA	97 Sen.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	1ª Pombal 30021
2 7,44	INÊS BRITES	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	1ª Pombal 30021
2 7,66	MARTA SERRA	02 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	1ª Pombal 30021
2 7,88	CATARINA GONÇALVE	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	2ª Pombal 30021
2 8,51	JOANA RODRIGUES	05 Inic.	C DESP PENACOVA	05/01/2020	1ª Pombal 30011
2 8,72	JOANA SANTOS	05 Inic.	GRUPO REC EIRENSE	05/01/2020	1ª Pombal 30011
2 9,11	DANIELA MOTA	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	1ª Pombal 30021
2 9,65	MARTA MORGADO	95 Sen.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	1ª Pombal 30021
3 0,29	EVA OLIVEIRA	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	2ª Pombal 30021
3 0,63	ANA ROSA	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	2ª Pombal 30021
3 0,64	BEATRIZ SARAIVA	02 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	29/12/2019	1ª Pombal 30013
3 0,67	MARIA INÊS NUNES	04 Juv.	CLUBE DE CONDEIXA	05/01/2020	2ª Pombal 30011
3 0,91	LAURA RODRIGUES	02 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	29/12/2019	2ª Pombal 30013
3 1,57	BEATRIZ FERNANDES	05 Inic.	CLUBE DE CONDEIXA	05/01/2020	1ª Pombal 30011
3 1,63	BRUNA PENETRA	06 Inic.	C DESP PENACOVA	05/01/2020	1ª Pombal 30011
3 2,39	FRANCISCA FERNAND	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	1ª Pombal 30021
3 2,77	CARINA MONTEIRO	00 Sub23	C VETERANOS COIMBRA	25/01/2020	2ª Pombal 30021
3 3,24	NICOLE FERNANDES	06 Inic.	GRUPO REC EIRENSE	05/01/2020	2ª Pombal 30011
3 6,29	INÊS ALMEIDA	06 Inic.	C DESP PENACOVA	05/01/2020	3ª Pombal 30011





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Femininos

300 Metros Planos

Top: 5 2,46

4 4,09	CATARINA GONÇALVE	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	22/12/2019	1ª Pombal 30011
4 7,06	INÊS BRITES	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	22/12/2019	2ª Pombal 30011
4 7,22	DANIELA MOTA	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	22/12/2019	3ª Pombal 30011
4 8,97	MARIA INÊS NUNES	04 Juv.	CLUBE DE CONDEIXA	22/12/2019	4ª Pombal 30011
5 2,46	RAFAELA LOURENÇO	06 Inic.	CLUBE DE CONDEIXA	22/12/2019	5ª Pombal 30011





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Femininos

400 Metros Planos

Top: 1 2 0,16

6 0,22	LUÍSA PEREIRA	97 Sen.	GRUPO REC EIRENSE	26/01/2020	1ª Pombal 30021
6 1,68	ANDREIA ELISEU	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	04/01/2020	1ª Pombal 30013
6 4,24	CATARINA GONÇALVE	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	26/01/2020	2ª Pombal 30021
6 6,10	INÊS BRITES	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	26/01/2020	1ª Pombal 30021
6 7,30	DANIELA MOTA	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	26/01/2020	2ª Pombal 30021
6 9,90	ANA REIS	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	26/01/2020	5ª Pombal 30021
1 2 0,16	FRANCISCA FERNAND	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	04/01/2020	3ª Pombal 30013





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Femininos**800 Metros**Top: **3 2 8,95**

2 2 3,60	ANDREIA ELISEU	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	29/12/2019	1ª Pombal 30013
2 2 5,49	STELA FERNANDES	06 Inic.	GIRA SOL	05/01/2020	1ª Pombal 30011
2 2 7,27	DANIELA ASSUNÇÃO	04 Juv.	C P T SOBRAL CEIRA	05/01/2020	1ª Pombal 30011
2 2 9,69	JOANA RODRIGUES	05 Inic.	C DESP PENACOVA	05/01/2020	2ª Pombal 30011
2 2 9,76	GABRIELA REIS	05 Inic.	GRUPO REC EIRENSE	05/01/2020	1ª Pombal 30011
2 3 2,53	INÊS RODRIGUES	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	29/12/2019	2ª Pombal 30013
2 3 9,93	CATARINA GONÇALVE	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	14/12/2019	1ª Pombal 30007
2 4 1,14	LURDES OLIVEIRA	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	14/12/2019	2ª Pombal 30007
2 4 1,17	VERA SIMÕES	02 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	29/12/2019	1ª Pombal 30013
2 4 6,57	ANA REIS	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	1ª Pombal 30021
2 4 8,91	BRUNA PENETRA	06 Inic.	C DESP PENACOVA	05/01/2020	2ª Pombal 30011
2 5 4,72	INÊS AGANTE	05 Inic.	GRUPO REC EIRENSE	05/01/2020	2ª Pombal 30011
2 5 7,02	CAROLINA FRANCISCO	04 Juv.	MONTANHA CLUBE	05/01/2020	3ª Pombal 30011
3 0 0,79	BRUNA SANTA	04 Juv.	MONTANHA CLUBE	05/01/2020	4ª Pombal 30011
3 0 3,68	MARINA PINTEA	05 Inic.	GIRA SOL	05/01/2020	3ª Pombal 30011
3 0 6,31	LUANA COSTA	06 Inic.	GIRA SOL	05/01/2020	5ª Pombal 30011
3 2 8,95	INÊS ALMEIDA	06 Inic.	C DESP PENACOVA	05/01/2020	4ª Pombal 30011





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Femininos

1.500 Metros

Top: 5 3 8,03

4 4 1,05	FRANCISCA CANTANTE	99 Sub23	GRUPO REC EIRENSE	26/01/2020	1ª Pombal 30021
5 0 0,35	RAQUEL CANTANTE	96 Sen.	GRUPO REC EIRENSE	26/01/2020	2ª Pombal 30021
5 0 8,44	INÊS RODRIGUES	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	04/01/2020	1ª Pombal 30013
5 2 9,55	VERA SIMÕES	02 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	04/01/2020	2ª Pombal 30013
5 3 8,03	MARGARIDA GARCIA	98 Sub23	A R CASAENSE - EAC	26/01/2020	4ª Pombal 30021





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Femininos

3.000 Metros

Top: 1 1 3 2,09

1 0 2 4,06	RAQUEL CANTANTE	96 Sen.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	1ª Pombal 30021
1 0 3 1,01	SANDRA PROTÁSIO	89 Sen.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	2ª Pombal 30021
1 1 3 2,09	INÊS RODRIGUES	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	3ª Pombal 30021





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Femininos

60 M Barreiras-0.84

Top: 1 1,09

9,58	LURDES OLIVEIRA	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	19/01/2020	1ª Pombal 30013
1 0,56	BEATRIZ SARAIVA	02 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	26/01/2020	1ª Pombal 30021
1 1,09	DANIELA MOTA	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	19/01/2020	3ª Pombal 30013





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Femininos

60 M Barr.-76

Top:

1 5,06

1 1,52	MARGARIDA OLIVEIRA	08 Inf.	GRUPO REC EIRENSE	09/02/2020	1ª Pombal 30025
1 1,98	LEONOR SARAIVA	07 Inf.	GRUPO REC EIRENSE	09/02/2020	1ª Pombal 30025
1 2,11	JESSICA MATEUS	07 Inf.	CLUBE DE CONDEIXA	09/02/2020	1ª Pombal 30025
1 4,20	RITA ABRANTES	07 Inf.	C DESP PENACOVA	09/02/2020	1ª Pombal 30025
1 5,06	MATILDE SEIÇA	07 Inf.	C VETERANOS COIMBRA	09/02/2020	2ª Pombal 30025





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Femininos

60 M Barr.Ini.Fem-76

Top: 1 6,82

1 1,47	JOANA RODRIGUES	05 Inic.	C DESP PENACOVA	21/12/2019	1ª Pombal 30008
1 1,82	BRUNA PENETRA	06 Inic.	C DESP PENACOVA	21/12/2019	2ª Pombal 30008
1 2,28	DIANA LARANJEIRA	05 Inic.	C VETERANOS COIMBRA	21/12/2019	3ª Pombal 30008
1 2,31	GABRIELA REIS	05 Inic.	GRUPO REC EIRENSE	21/12/2019	4ª Pombal 30008
1 2,71	JOANA SANTOS	05 Inic.	GRUPO REC EIRENSE	21/12/2019	5ª Pombal 30008
1 3,06	MARIANA COSTA	05 Inic.	C P T SOBRAL CEIRA	21/12/2019	6ª Pombal 30008
1 6,82	INÊS ALMEIDA	06 Inic.	C DESP PENACOVA	21/12/2019	7ª Pombal 30008





Femininos

60 M Barr.Juv.Fem-76

Top: 1 2,04

9,75	LURDES OLIVEIRA	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	14/12/2019	1ª Pombal 30007
1 0,60	CATARINA GONÇALVE	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	1ª Pombal 30012
1 0,63	DANIELA MOTA	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	2ª Pombal 30012
1 1,22	JOANA BARRETO SANT	05 Inic.	MONTANHA CLUBE	18/01/2020	2ª Pombal 30011
1 1,27	JOANA RODRIGUES	05 Inic.	C DESP PENACOVA	18/01/2020	3ª Pombal 30011
1 2,04	BRUNA PENETRA	06 Inic.	C DESP PENACOVA	18/01/2020	2ª Pombal 30011





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Femininos

Salto em Altura

Top:

1,37

1,47	LURDES OLIVEIRA	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	14/12/2019	1ª Pombal 30007
1,41	CATARINA GONÇALVE	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	1ª Pombal 30012
1,38	DANIELA MOTA	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	2ª Pombal 30012
1,37	JOANA BARRETO SANT	05 Inic.	MONTANHA CLUBE	05/01/2020	2ª Pombal 30011





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Femininos**Salto em Comprimento**

Top:

3,09

5,37	SUZANA CRUZ	98 Sub23	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	1ª Pombal 30021
5,35	LURDES OLIVEIRA	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	14/12/2019	1ª Pombal 30007
4,72	PATRICIA VAZ	94 Sen.	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	1ª Pombal 30021
4,57	INÊS BRITES	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	2ª Pombal 30012
4,24	JESSICA MATEUS	07 Inf.	CLUBE DE CONDEIXA	09/02/2020	1ª Pombal 30025
4,23	DIANA LARANJEIRA	05 Inic.	C VETERANOS COIMBRA	21/12/2019	1ª Pombal 30008
4,17	GABRIELA REIS	05 Inic.	GRUPO REC EIRENSE	21/12/2019	2ª Pombal 30008
4,17	JOANA SANTOS	05 Inic.	GRUPO REC EIRENSE	22/12/2019	2ª Pombal 30011
4,12	JOANA RODRIGUES	05 Inic.	C DESP PENACOVA	21/12/2019	3ª Pombal 30008
4,04	CATARINA GONÇALVE	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	14/12/2019	2ª Pombal 30007
3,95	MARGARIDA OLIVEIRA	08 Inf.	GRUPO REC EIRENSE	09/02/2020	2ª Pombal 30025
3,90	MARIANA COSTA	05 Inic.	C P T SOBRAL CEIRA	21/12/2019	4ª Pombal 30008
3,90	LEONOR SARAIVA	07 Inf.	GRUPO REC EIRENSE	09/02/2020	3ª Pombal 30025
3,84	RITA ABRANTES	07 Inf.	C DESP PENACOVA	09/02/2020	4ª Pombal 30025
3,79	BRUNA PENETRA	06 Inic.	C DESP PENACOVA	21/12/2019	5ª Pombal 30008
3,77	CLÁUDIA TORRES	03 Juv.	CLUBE DE CONDEIXA	22/12/2019	3ª Pombal 30011
3,63	ANA MORAIS	65 V50	S U OPERÁRIA VAIS	25/01/2020	2ª Pombal 30021
3,53	MARIA INÊS NUNES	04 Juv.	CLUBE DE CONDEIXA	22/12/2019	4ª Pombal 30011
3,09	MATILDE SEIÇA	07 Inf.	C VETERANOS COIMBRA	09/02/2020	5ª Pombal 30025





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Femininos

Lançamento Peso-2Kg

Top:

5,43

7,62	MARGARIDA OLIVEIRA	08 Inf.	GRUPO REC EIRENSE	09/02/2020	1ª Pombal 30025
7,06	JESSICA MATEUS	07 Inf.	CLUBE DE CONDEIXA	09/02/2020	2ª Pombal 30025
6,70	RITA ABRANTES	07 Inf.	C DESP PENACOVA	09/02/2020	3ª Pombal 30025
5,82	MATILDE SEIÇA	07 Inf.	C VETERANOS COIMBRA	09/02/2020	4ª Pombal 30025
5,43	LEONOR SARAIVA	07 Inf.	GRUPO REC EIRENSE	09/02/2020	5ª Pombal 30025





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Femininos**Lançamento Peso-3Kg**

Top:

5,55

9,32	NATÁLIA PINTO	03 Juv.	A M C R SILVEIRINHO	05/01/2020	1ª Pombal 30011
8,91	DIANA LARANJEIRA	05 Inic.	C VETERANOS COIMBRA	21/12/2019	1ª Pombal 30008
8,68	RENATA SANTOS	04 Juv.	A M C R SILVEIRINHO	05/01/2020	2ª Pombal 30011
8,27	LURDES OLIVEIRA	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	05/01/2020	3ª Pombal 30011
7,78	JULIANA NEVES	05 Inic.	C VETERANOS COIMBRA	05/01/2020	4ª Pombal 30011
7,51	INÊS BRITES	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	2ª Pombal 30012
6,58	INÊS ALMEIDA	06 Inic.	C DESP PENACOVA	21/12/2019	2ª Pombal 30008
6,54	GABRIELA REIS	05 Inic.	GRUPO REC EIRENSE	21/12/2019	3ª Pombal 30008
6,49	FRANCISCA FERNAND	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	3ª Pombal 30012
6,46	DANIELA MOTA	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	1ª Pombal 30012
6,25	MARIANA COSTA	05 Inic.	C P T SOBRAL CEIRA	21/12/2019	4ª Pombal 30008
6,08	CATARINA GONÇALVE	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	2ª Pombal 30012
5,87	JOANA RODRIGUES	05 Inic.	C DESP PENACOVA	21/12/2019	5ª Pombal 30008
5,64	JOANA SANTOS	05 Inic.	GRUPO REC EIRENSE	21/12/2019	6ª Pombal 30008
5,55	BRUNA PENETRA	06 Inic.	C DESP PENACOVA	21/12/2019	7ª Pombal 30008





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Femininos

Lançamento Peso-4Kg

Top:

7,66

10,56	CAROLINA FERNANDE	01 Jun.	S U OPERÁRIA VAIS	25/01/2020	1ª Pombal 30021
9,39	BEATRIZ SANTOS	00 Sub23	GRUPO REC EIRENSE	25/01/2020	3ª Pombal 30021
7,66	MARIANA FREITAS	02 Jun.	S U OPERÁRIA VAIS	25/01/2020	4ª Pombal 30021





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Femininos

Triatlo - Infantis

Top:

449

1125	MARGARIDA OLIVEIRA	08 Inf.	GRUPO REC EIRENSE	09/02/2020	1ª Pombal 30025
	375 454 296				
1071	JESSICA MATEUS	07 Inf.	CLUBE DE CONDEIXA	09/02/2020	2ª Pombal 30025
	339 368 364				
907	LEONOR SARAIVA	07 Inf.	GRUPO REC EIRENSE	09/02/2020	3ª Pombal 30025
	235 387 285				
720	RITA ABRANTES	07 Inf.	C DESP PENACOVA	09/02/2020	4ª Pombal 30025
	316 132 272				
449	MATILDE SEIÇA	07 Inf.	C VETERANOS COIMBRA	09/02/2020	5ª Pombal 30025
	260 67 122				





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Femininos**Triatlo - Iniciados**

Top:

308

1165	DIANA LARANJEIRA 4,23 12,28 8,91	05 Inic.	C VETERANOS COIMBRA	21/12/2019	1ª Pombal 30008
1061	JOANA RODRIGUES 4,12 11,47 5,87	05 Inic.	C DESP PENACOVA	21/12/2019	2ª Pombal 30008
994	GABRIELA REIS 4,17 12,31 6,54	05 Inic.	GRUPO REC EIRENSE	21/12/2019	3ª Pombal 30008
914	BRUNA PENETRA 3,79 11,82 5,55	06 Inic.	C DESP PENACOVA	21/12/2019	4ª Pombal 30008
820	MARIANA COSTA 3,90 13,06 6,25	05 Inic.	C P T SOBRAL CEIRA	21/12/2019	5ª Pombal 30008
539	JOANA SANTOS 12,71 5,64	05 Inic.	GRUPO REC EIRENSE	21/12/2019	6ª Pombal 30008
308	INÊS ALMEIDA 16,82 6,58	06 Inic.	C DESP PENACOVA	21/12/2019	7ª Pombal 30008





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Femininos

Triatlo - Juvenis

Top:

1395

1403	CATARINA GONÇALVE	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	1ª Pombal 30012
	1,41 10,60 6,08				
1395	DANIELA MOTA	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	2ª Pombal 30012
	1,38 10,63 6,46				





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Femininos

Triatlo Opcional						Top:	688
1871	LURDES OLIVEIRA 8,10 5,30 8,16	04 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	1ª Pombal 30012		
1549	INÉS BRITES 8,38 4,57 7,51	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	2ª Pombal 30012		
688	FRANCISCA FERNAND 9,76 6,49	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	28/12/2019	3ª Pombal 30012		





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Femininos

4X200 Metros

Top: 2 0 0,38

1 4 6,71	GRUPO REC EIRENSE	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	04/01/2020	1ª Pombal 30013
	<i>Marta Serra (2002) / Andreia Eliseu (2001) / Lurdes Oliveira (2004) / Sara Seabra (2001)</i>				
1 5 2,06	GRUPO REC EIRENSE	03 Juv.	GRUPO REC EIRENSE	05/01/2020	1ª Pombal 30011
	<i>Joana Santos (2005) / Daniela Mota (2004) / Inês Brites (2003) / Lurdes Oliveira (2004)</i>				
2 0 0,38	GRUPO REC EIRENSE	01 Jun.	GRUPO REC EIRENSE	04/01/2020	1ª Pombal 30013
	<i>Eva Oliveira (2001) / Francisca Fernandes (2003) / Daniela Mota (2004) / Inês Brites (2003)</i>				





Ranking 2020

Absoluto (até) P.Coberta

Femininos

4X400 Metros

Top: 5 2 4,73

5 2 4,73

CLUVE

75 Sen. C VETERANOS COIMBRA

25/01/2020

1ª Pombal 30021

Carina Monteiro (2000) / Sara Martins (1975) / Diana Moreira (2004) / Olívia Monteiro (2001)

