



| Data | # | Compet | Nome | Local | Tipo/Grau |
|----------------------|--------|--------|---|---------------------------------|-----------------|
| Setembro 2009 | | | | | |
| 20 | 1 / 1 | | III Mini-Maratona APCG | Guimarães | Nacional |
| Outubro 2009 | | | | | |
| 04 | 2 / 1 | | Meia Maratona Portugal | Lisboa | Internacional |
| 11 | 3 / 1 | | 18º Campeonato Mundo Meia Maratona | Birmingham <i>Inglaterra</i> | Internacional |
| 18 | 4 / 1 | | 22ª Taça Clubes Campeões Europeus Estrada | St. Denis <i>FRANCE</i> | Internacional |
| 25 | 5 / 1 | | 16º GP Atletismo ADC Tregosa | Tregosa (Barcelos) | Regional |
| Novembro 2009 | | | | | |
| 08 | 6 / 1 | | Campeonato Portugal Maratona | Porto | Nacional |
| 08 | 7 / 1 | | Corta Mato Abertura | Guimarães | Regional |
| 14 | 8 / 1 | | IV Torneio Atletismo Pavilhão AAB | Moure | Regional |
| 15 | 9 / 1 | | Corta Mato Torres Vedras | Torres Vedras | Internacional |
| 21 | 10 / 1 | | Corta Mato Oeiras | Oeiras | Internacional |
| 22 | 11 / 1 | | Corta Mato Preparação | Guimarães | Regional |
| 28 | 12 / 1 | | I Torneio Lançamentos | Guimarães | Regional |
| 29 | 13 / 1 | | XX Corta Mato Amora | Amora | Internacional |
| Dezembro 2009 | | | | | |
| 05 | 14 / 1 | | Congresso Internacional Corrida | Porto | Outros Organism |
| 05 | 15 / 1 | | 2ª Concentração Zona Norte | Guimarães | Outros Organism |
| 06 | 14 / 2 | | Congresso Internacional Corrida | Porto | Outros Organism |
| 06 | 15 / 2 | | 2ª Concentração Zona Norte | Guimarães | Outros Organism |
| 12 | 16 / 1 | | Torneio Abertura Pista Coberta | Braga | Regional |
| 12 | 17 / 1 | | 1ª Concentração Infantis - Iniciados | Braga | Outros Organism |
| 13 | 18 / 1 | | 16º Campeonato Europa Corta Mato | Dublin <i>IRELAND</i> | Internacional |
| 19 | 19 / 1 | | 37ª S. Silvestre Requião | Requião (VN Famalicão) | Nacional |
| 19 | 21 / 1 | | Salto Altura Sala e Km Jovem Norte | Braga | Zonal |
| 19 | 22 / 1 | | Campeonato Norte Provas Combinadas | Braga | Zonal |
| 20 | 22 / 2 | | Campeonato Norte Provas Combinadas | Braga | Zonal |
| 27 | 20 / 1 | | II Torneio Lançamentos | Guimarães | Regional |
| 27 | 23 / 1 | | Corta Mato Inverno | Guimarães | Regional |



| Data | # | Compet | Nome | Local | Tipo/Grau |
|---------------------|---------|--------|--|--------------|-----------------|
| Janeiro 2010 | | | | | |
| 09 | 25 / 1 | | Taça FPA Velocidade / Barreiras | Pombal | Nacional |
| 09 | 26 / 1 | | Triatlo Técnico Jovem AA Braga + Provas Extra | Braga | Regional |
| 09 | 27 / 1 | | Taça FPA Provas Combinadas | Pombal | Nacional |
| 09 | 29 / 1 | | III Torneio Lançamentos | Guimarães | Regional |
| 10 | 27 / 2 | | Taça FPA Provas Combinadas | Pombal | Nacional |
| 10 | 28 / 1 | | Taça FPA Saltos | Alpiarça | Nacional |
| 16 | 31 / 1 | | Triatlo Técnico Jovem Norte | Braga | Zonal |
| 16 | 32 / 1 | | Campeonato Norte Pista Coberta | Braga | Zonal |
| 17 | 32 / 2 | | Campeonato Norte Pista Coberta | Braga | Zonal |
| 17 | 33 / 1 | | Campeonato Nacional Estrada | Pico (Faial) | Nacional |
| 23 | 34 / 1 | | Provas Preparação | Braga | Regional |
| 23 | 35 / 1 | | Campeonato Nacional Juniores Pista Coberta | Pombal | Nacional |
| 23 | 121 / 1 | | Camp. Nacional ANDDI Escalões + Provas Extras | Braga | Outros Organism |
| 24 | 35 / 2 | | Campeonato Nacional Juniores Pista Coberta | Pombal | Nacional |
| 30 | 36 / 1 | | Provas Preparação | Braga | Regional |
| 30 | 37 / 1 | | Apuramento Campeonato Nacional Clubes PC - Femin | Pombal | Nacional |
| 30 | 38 / 1 | | Apuramento Campeonato Nacional Clubes PC - Masc | Espinho | Nacional |
| 31 | 38 / 2 | | Apuramento Campeonato Nacional Clubes PC - Masc | Espinho | Nacional |
| 31 | 39 / 1 | | Campeonato Regional Corta Mato Curto | Famalicão | Regional |



| Data | # | Compet | Nome | Local | Tipo/Grau |
|------------------------------|---------|--------|--------------------------------------|-----------------|-----------------|
| <i>Fevereiro 2010</i> | | | | | |
| 06 | 40 / 1 | | Triatlo Técnico Jovem Nacional | Alpiarça | Nacional |
| 06 | 41 / 1 | | Provas Preparação | Braga | Regional |
| 06 | 42 / 1 | | Campeonato Nacional Esperanças PC | Espinho | Nacional |
| 06 | 122 / 1 | | Jornada Atletismo CM Braga (Manhã) | Braga | Outros Organism |
| 07 | 42 / 2 | | Campeonato Nacional Esperanças PC | Espinho | Nacional |
| 07 | 124 / 1 | | Corta Mato Preparação INATEL | Guimarães | Outros Organism |
| 10 | 43 / 1 | | Torneio Atletismo Adaptado | Braga | Outros Organism |
| 12 | 44 / 1 | | Torneio Inter-Escolas Pista Coberta | Braga | Outros Organism |
| 13 | 45 / 1 | | Torneio Encerramento Pista Coberta | Braga | Regional |
| 13 | 46 / 1 | | Final Campeonato Nacional Clubes PC | Pombal | Nacional |
| 14 | 46 / 2 | | Final Campeonato Nacional Clubes PC | Pombal | Nacional |
| 14 | 123 / 1 | | 1ª Corrida Cidade Braga | Braga | Nacional |
| 20 | 47 / 1 | | Campeonato Nacional Marcha Estrada | Olhão | Nacional |
| 20 | 48 / 1 | | IV Torneio Lançamentos | Guimarães | Regional |
| 20 | 49 / 1 | | Campeonato Norte Corta Mato | Felgueiras | Zonal |
| 20 | 50 / 1 | | Meeting Pista Coberta Pombal | Pombal | Nacional |
| 21 | 51 / 1 | | Campeonato Nacional Universitário PC | Pombal | Outros Organism |
| 24 | 52 / 1 | | Corta Mato Desporto Escolar | Guimarães | Outros Organism |
| 27 | 53 / 1 | | Campeonato Portugal Pista Coberta | Espinho | Nacional |
| 28 | 53 / 2 | | Campeonato Portugal Pista Coberta | Espinho | Nacional |
| 28 | 125 / 1 | | Corta-Mato Moreirense FC | Moreira Cónegos | Regional |



| Data | # | Compet | Nome | Local | Tipo/Grau |
|-------------------|---------|--------|--|----------------------|-----------------|
| Março 2010 | | | | | |
| 06 | 54 / 1 | | Campeonato Nacional Lançamentos Longos | Leiria | Nacional |
| 07 | 55 / 1 | | Taça Nacional Lançamentos Juvenis | Leiria | Nacional |
| 07 | 56 / 1 | | Campeonato Nacional Corta Mato Longo, Juniores e J | Albufeira | Nacional |
| 07 | 57 / 1 | | 33º Cross Amendoeiras Flor | Albufeira | Internacional |
| 12 | 58 / 1 | | 13º Campeonato Mundo Pista Coberta | Doha QATAR | Internacional |
| 13 | 58 / 2 | | 13º Campeonato Mundo Pista Coberta | Doha QATAR | Internacional |
| 13 | 59 / 1 | | Campeonato Nacional Corta Mato Curto, DE e Univers | Vagos | Nacional |
| 13 | 60 / 1 | | V Torneio Atletismo Pavilhão AAB | Celeirós (Braga) | Regional |
| 14 | 58 / 3 | | 13º Campeonato Mundo Pista Coberta | Doha QATAR | Internacional |
| 14 | 128 / 1 | | 15º Grande Prémio Atletismo S. José | Póvoa Lanhoso | Regional |
| 20 | 61 / 1 | | 10ª Taça Europa Lançamentos Inverno | | Internacional |
| 20 | 64 / 1 | | II Concentração Infantis - Iniciados | Braga | Regional |
| 21 | 61 / 2 | | 10ª Taça Europa Lançamentos Inverno | | Internacional |
| 21 | 62 / 1 | | 1º GP Didáxis Movimento | Riba D'Ave | Regional |
| 21 | 65 / 1 | | V Torneio Lançamentos | Guimarães | Regional |
| 21 | 126 / 1 | | Campeonato Inter-Agências de Estrada INATEL | Braga | Outros Organism |
| 27 | 63 / 1 | | Torneio Atleta Completo AA Braga + Provas Extra | Braga | Regional |
| 28 | 63 / 2 | | Torneio Atleta Completo AA Braga + Provas Extra | Braga | Regional |
| 28 | 66 / 1 | | 38º Campeonato Mundo Corta Mato | Bydgoszcz HUNGARY | Internacional |
| Abril 2010 | | | | | |
| 10 | 67 / 1 | | 19º Challenge Marcha Rio Maior | Rio Maior | Internacional |
| 11 | 69 / 1 | | VI Torneio Lançamentos | Guimarães | Regional |
| 17 | 70 / 1 | | Torneio Mega | Guimarães | Outros Organism |
| 17 | 71 / 1 | | Torneio Atleta Completo Norte | Guimarães | Zonal |
| 18 | 71 / 2 | | Torneio Atleta Completo Norte | Guimarães | Zonal |
| 24 | 72 / 1 | | Torneio Inter Escolas DE | Braga | Outros Organism |
| 24 | 73 / 1 | | Campeonato Nacional Universitário | | Outros Organism |
| 24 | 131 / 1 | | Campeonato Norte Provas Combinadas | Luso | Zonal |
| 25 | 131 / 2 | | Campeonato Norte Provas Combinadas | Luso | Zonal |



| Data | # | Compet | Nome | Local | Tipo/Grau |
|------------------|---------|--------|--|---------------------|-----------------|
| Maio 2010 | | | | | |
| 01 | 74 / 1 | | Taça FPA Marcha | | Nacional |
| 01 | 75 / 1 | | Meeting | | Nacional |
| 01 | 76 / 1 | | Provas Preparação | Braga | Regional |
| 01 | 127 / 1 | | Campeonato Nacional Estrada INATEL | Esposende | Outros Organism |
| 07 | 77 / 1 | | 6ª Final Torneio Mega | | Nacional |
| 07 | 78 / 1 | | Meeting | | Nacional |
| 08 | 77 / 2 | | 6ª Final Torneio Mega | | Nacional |
| 08 | 79 / 1 | | Camp. Reg. Infantis - Iniciados + Km Jovem AAB | Braga | Regional |
| 09 | 79 / 2 | | Camp. Reg. Infantis - Iniciados + Km Jovem AAB | Braga | Regional |
| 09 | 81 / 1 | | Campeonato Regional Montanha - GP Montanha Atãe | Atães | Regional |
| 15 | 80 / 1 | | VII Torneio Lançamentos (Manhã) | Guimarães | Regional |
| 15 | 82 / 1 | | Torneio Olímpico Jovem Regional | Braga | Regional |
| 15 | 83 / 1 | | 24ª Taça Mundo Marcha | Chihuahua MEXICO | Internacional |
| 16 | 82 / 2 | | Torneio Olímpico Jovem Regional | Braga | Regional |
| 16 | 83 / 2 | | 24ª Taça Mundo Marcha | Chihuahua MEXICO | Internacional |
| 21 | 84 / 1 | | 1º Trials Jogos Olímpicos Juventude | | Internacional |
| 22 | 84 / 2 | | 1º Trials Jogos Olímpicos Juventude | | Internacional |
| 22 | 85 / 1 | | Meeting | | Nacional |
| 22 | 86 / 1 | | X Quilómetro Jovem Nacional | | Nacional |
| 22 | 87 / 1 | | Campeonato Regional Juvenis + Inter-Agências INATE | Guimarães | Regional |
| 22 | 88 / 1 | | Campeonatos Portugal e Juvenis Provas Combinadas | Lisboa | Nacional |
| 23 | 84 / 3 | | 1º Trials Jogos Olímpicos Juventude | | Internacional |
| 23 | 87 / 2 | | Campeonato Regional Juvenis + Inter-Agências INATE | Guimarães | Regional |
| 23 | 88 / 2 | | Campeonatos Portugal e Juvenis Provas Combinadas | Lisboa | Nacional |
| 29 | 90 / 1 | | Apuramento Campeonato Nacional Clubes | Guimarães | Nacional |
| 29 | 91 / 1 | | Taça Clubes Campeões Europeus Pista | | Internacional |
| 30 | 90 / 2 | | Apuramento Campeonato Nacional Clubes | Guimarães | Nacional |
| 30 | 91 / 2 | | Taça Clubes Campeões Europeus Pista | | Internacional |



| Data | # | Compet | Nome | Local | Tipo/Grau |
|-------------------|---------|--------|---|-------------------------------|---------------|
| Junho 2010 | | | | | |
| 02 | 95 / 1 | 1ª | Jornada Campeonato Juniores Norte + Campeonat | Póvoa Varzim | Zonal |
| 03 | 92 / 1 | | Meeting | | Nacional |
| 04 | 93 / 1 | | Campeonatos Ibero-Americanos | S. Fernando <i>Espanha</i> | Internacional |
| 05 | 93 / 2 | | Campeonatos Ibero-Americanos | S. Fernando <i>Espanha</i> | Internacional |
| 05 | 94 / 1 | | 14ª Taça Europa 10.000 Metros | | Internacional |
| 05 | 96 / 1 | | Provas Preparação + Campeonato Portugal ANDDI | Braga | Nacional |
| 05 | 129 / 1 | | Torneio Olímpico Jovem Nacional | Leiria | Nacional |
| 05 | 130 / 1 | | Campeonato Portugal Montanha | Penha (Guimarães) | Nacional |
| 06 | 93 / 3 | | Campeonatos Ibero-Americanos | S. Fernando <i>Espanha</i> | Internacional |
| 06 | 96 / 2 | | Provas Preparação + Campeonato Portugal ANDDI | Braga | Nacional |
| 06 | 129 / 2 | | Torneio Olímpico Jovem Nacional | Leiria | Nacional |
| 09 | 97 / 1 | 2ª | Jornada Campeonato Juniores Norte + Campeonat | Braga | Regional |
| 10 | 98 / 1 | | Meeting | | Nacional |
| 12 | 99 / 1 | | Campeonato Jovem Norte | Viana Castelo | Zonal |
| 12 | 100 / 1 | | Final Campeonato Nacional Clubes | Lisboa | Nacional |
| 13 | 100 / 2 | | Final Campeonato Nacional Clubes | Lisboa | Nacional |
| 19 | 101 / 1 | | Campeonato Nacional Juvenis | Guimarães | Nacional |
| 19 | 102 / 1 | 2º | Campeonato Europa Equipas (1ª Liga) | Budapeste <i>HUNGARY</i> | Internacional |
| 20 | 101 / 2 | | Campeonato Nacional Juvenis | Guimarães | Nacional |
| 20 | 102 / 2 | 2º | Campeonato Europa Equipas (1ª Liga) | Budapeste <i>HUNGARY</i> | Internacional |
| 26 | 103 / 1 | | Campeonato Nacional Esperanças | Lisboa | Nacional |
| 26 | 104 / 1 | 2ª | Taça Europa Provas Combinadas (2ª Liga) | Ribeira Brava | Internacional |
| 27 | 103 / 2 | | Campeonato Nacional Esperanças | Lisboa | Nacional |
| 27 | 104 / 2 | 2ª | Taça Europa Provas Combinadas (2ª Liga) | Ribeira Brava | Internacional |



| Data | # | Compet | Nome | Local | Tipo/Grau |
|-------------------|---------|--------|---|----------------------|---------------|
| Julho 2010 | | | | | |
| 02 | 105 / 1 | | Meeting | | Nacional |
| 03 | 106 / 1 | | Provas Preparação | Braga | Regional |
| 03 | 107 / 1 | | Campeonato Nacional Juniores | Setúbal | Nacional |
| 04 | 107 / 2 | | Campeonato Nacional Juniores | Setúbal | Nacional |
| 07 | 108 / 1 | | 2ª Noite Atlética | Braga | Regional |
| 09 | 109 / 1 | | Meeting | | Nacional |
| 10 | 110 / 1 | | Campeonato Portugal 10.000 Metros | | Nacional |
| 10 | 111 / 1 | | Campeonato Absoluto Norte + Sub 23 + Campeonato | Guimarães | Zonal |
| 11 | 111 / 2 | | Campeonato Absoluto Norte + Sub 23 + Campeonato | Guimarães | Zonal |
| 17 | 112 / 1 | | Campeonatos Portugal | Leiria | Nacional |
| 17 | 113 / 1 | | Jogos CPLP | | Internacional |
| | | | | <i>Moçambique</i> | |
| 18 | 112 / 2 | | Campeonatos Portugal | Leiria | Nacional |
| 18 | 113 / 2 | | Jogos CPLP | | Internacional |
| | | | | <i>Moçambique</i> | |
| 19 | 113 / 3 | | Jogos CPLP | | Internacional |
| | | | | <i>Moçambique</i> | |
| 20 | 113 / 4 | | Jogos CPLP | | Internacional |
| | | | | <i>Moçambique</i> | |
| 20 | 114 / 1 | | 13º Campeonatos Mundo Juniores | Moncton CANADA | Internacional |
| 21 | 113 / 5 | | Jogos CPLP | | Internacional |
| | | | | <i>Moçambique</i> | |
| 21 | 114 / 2 | | 13º Campeonatos Mundo Juniores | Moncton CANADA | Internacional |
| 22 | 113 / 6 | | Jogos CPLP | | Internacional |
| | | | | <i>Moçambique</i> | |
| 22 | 114 / 3 | | 13º Campeonatos Mundo Juniores | Moncton CANADA | Internacional |
| 23 | 113 / 7 | | Jogos CPLP | | Internacional |
| | | | | <i>Moçambique</i> | |
| 23 | 114 / 4 | | 13º Campeonatos Mundo Juniores | Moncton CANADA | Internacional |
| 24 | 114 / 5 | | 13º Campeonatos Mundo Juniores | Moncton CANADA | Internacional |
| 25 | 114 / 6 | | 13º Campeonatos Mundo Juniores | Moncton CANADA | Internacional |
| 27 | 115 / 1 | | 20º Campeonatos Europa | Barcelona Espanha | Internacional |
| 28 | 115 / 2 | | 20º Campeonatos Europa | Barcelona Espanha | Internacional |
| 29 | 115 / 3 | | 20º Campeonatos Europa | Barcelona Espanha | Internacional |



| Data | # | Compet | Nome | Local | Tipo/Grau |
|------|---|--------|------|-------|-----------|
|------|---|--------|------|-------|-----------|

Julho 2010

| | | | | | |
|----|---------|-----|--------------------|-----------------------------|---------------|
| 30 | 115 / 4 | 20º | Campeonatos Europa | Barcelona <i>Espanha</i> | Internacional |
| 31 | 115 / 5 | 20º | Campeonatos Europa | Barcelona <i>Espanha</i> | Internacional |

Agosto 2010

| | | | | | |
|----|----------|-----|---------------------------|-----------------------------|---------------|
| 01 | 115 / 6 | 20º | Campeonatos Europa | Barcelona <i>Espanha</i> | Internacional |
| 14 | 116 / 1 | 1º | Jogos Olímpicos Juventude | <i>SINGAPORE</i> | Internacional |
| 15 | 116 / 2 | 1º | Jogos Olímpicos Juventude | <i>SINGAPORE</i> | Internacional |
| 16 | 116 / 3 | 1º | Jogos Olímpicos Juventude | <i>SINGAPORE</i> | Internacional |
| 18 | 116 / 4 | 1º | Jogos Olímpicos Juventude | <i>SINGAPORE</i> | Internacional |
| 19 | 116 / 5 | 1º | Jogos Olímpicos Juventude | <i>SINGAPORE</i> | Internacional |
| 20 | 116 / 6 | 1º | Jogos Olímpicos Juventude | <i>SINGAPORE</i> | Internacional |
| 21 | 116 / 7 | 1º | Jogos Olímpicos Juventude | <i>SINGAPORE</i> | Internacional |
| 22 | 116 / 8 | 1º | Jogos Olímpicos Juventude | <i>SINGAPORE</i> | Internacional |
| 23 | 116 / 9 | 1º | Jogos Olímpicos Juventude | <i>SINGAPORE</i> | Internacional |
| 24 | 116 / 10 | 1º | Jogos Olímpicos Juventude | <i>SINGAPORE</i> | Internacional |
| 25 | 116 / 11 | 1º | Jogos Olímpicos Juventude | <i>SINGAPORE</i> | Internacional |
| 26 | 116 / 12 | 1º | Jogos Olímpicos Juventude | <i>SINGAPORE</i> | Internacional |

Setembro 2010

| | | | | | |
|----|---------|-----|--|--------------------------|---------------|
| 04 | 117 / 1 | 11ª | Taça Mundo | Split <i>CROATIA</i> | Internacional |
| 05 | 117 / 2 | 11ª | Taça Mundo | Split <i>CROATIA</i> | Internacional |
| 06 | 117 / 3 | 11ª | Taça Mundo | Split <i>CROATIA</i> | Internacional |
| 11 | 118 / 1 | | World Athletics Final | Rabat <i>Marrocos</i> | Internacional |
| 12 | 118 / 2 | | World Athletics Final | Rabat <i>Marrocos</i> | Internacional |
| 18 | 119 / 1 | | Taça Clubes Campeões Europeus Pista Juniores | | Internacional |



| Data | # | Compet | Nome | Local | Tipo/Grau |
|------|---|--------|------|-------|-----------|
|------|---|--------|------|-------|-----------|

Outubro 2010

| | | | | | |
|----|---------|--|-------------------------------|------------------|---------------|
| 16 | 120 / 1 | | Campeonato Mundo 1/2 Maratona | Nanning China | Internacional |
|----|---------|--|-------------------------------|------------------|---------------|