



# RELATÓRIO TÉCNICO 2017/2018

ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DE BRAGA

## ÍNDICE

<b>Introdução</b> .....	<b>2</b>
<b>1. Caraterização da AAB</b> .....	<b>4</b>
1.1. Filiações de Atletas .....	4
1.2. Filiações de Clubes .....	6
1.3. Filiações de Juízes .....	7
<b>2. Oferta Competitiva da AAB</b> .....	<b>8</b>
2.1. Competições .....	8
2.2. Participações .....	10
2.3. Meeting de São João .....	11
<b>3. Competições Nacionais</b> .....	<b>13</b>
3.1. Participações de atletas da AAB .....	13
3.2. Campeões da AAB .....	14
3.3. Títulos Coletivos .....	15
<b>4. Competições Regionais</b> .....	<b>16</b>
4.1. Campeões Individuais .....	16
4.2. Campeões coletivos .....	22
<b>5. Recordes</b> .....	<b>23</b>
5.1. Nacionais .....	23
5.2. Regionais .....	24
<b>6. Rankings</b> .....	<b>29</b>
6.1. Nacionais .....	29
6.2. Regionais .....	30
<b>7. Representações da Seleção Nacional</b> .....	<b>40</b>
7.1. Representações .....	40
7.2. Medalhados .....	40
<b>8. Competições Inter-Associações</b> .....	<b>41</b>
<b>Reflexões Finais</b> .....	<b>42</b>
<b>Anexos</b> .....	<b>44</b>



## INTRODUÇÃO

A época finda foi marcada pela mudança da Direção da Associação de Atletismo de Braga. Com a entrada em funções desta nova Direção, foram implementadas algumas medidas que faziam parte do projeto de candidatura às eleições. Assim, indo de encontro aos objetivos propostos, estabeleceram-se contactos com clubes que tinham a atividade suspensa, a par de outros “grupos de atletas” organizados de forma não oficial, no intuito de conseguirmos trazer para a modalidade mais clubes e através deles mais atletas e se possível, que contemplassem todos os escalões e todas as vertentes do atletismo. Isso foi conseguido em parte, com o acréscimo de clubes e atletas, nomeadamente na área do Trail, onde, pela primeira vez, foi criado um Circuito que teve bastante adesão e criou uma nova dinâmica a este “público alvo”.

Fruto das parcerias estabelecidas com diversos municípios, nomeadamente, os de Braga, Guimarães, Vila Nova de Famalicão, Póvoa de Lanhoso e Vizela, foi possível aventurarmos na realização de várias competições nacionais, as quais decorreram com a normalidade desejada, ou seja, dentro dos elevados padrões de qualidade a que estas organizações obrigam.

Outra das propostas passava por tentar conseguir a inclusão de um Meeting. Conforme é sabido, não só foi conseguido como foi um êxito reconhecido quer pelas instituições ligadas à modalidade, que o classificaram como o melhor de Portugal e 197º do mundo, quer por outras de âmbito desportivo e ainda pela imprensa especializada.

Mas este é o momento de refletirmos sobre aquilo que nos propusemos fazer e aquilo que efetivamente realizámos. De forma resumida podemos afirmar que toda a atividade se desenrolou conforme o previsto. Porém, houve constrangimentos que não controlamos, como seja a inexistência da pista coberta, o que para a AAB foi uma situação nova à qual teríamos de dar resposta. Em boa hora, conseguimos uma parceria com a AA Lisboa que permitiu a realização do Campeonato Regional Absoluto de Pista Coberta em Pombal. Este proporcionou uma boa participação dos nossos atletas, que aproveitaram a oportunidade para baterem recordes nacionais, recordes regionais e realizarem mínimos para os campeonatos nacionais nos diferentes escalões. As concentrações jovens também sofreram pela falta de datas disponíveis nas pistas Gêmeos Castro e Estádio 1º de Maio, e pelas condições climatéricas. No entanto, as duas que se realizaram, constituíram marcos importantes no processo de formação dos atletas e na criação de um espírito de grupo, que foi fundamental para a obtenção de excelentes prestações nas provas em que as seleções da AAB estiveram envolvidas, conseguindo resultados memoráveis, melhorando ou igualando as melhores prestações de sempre da AAB.

A par destes êxitos, foram alcançados ao longo da época, resultados históricos e únicos para a nossa Associação. Muitos recordes regionais, recordes nacionais e inúmeros títulos nacionais. Resultados de excelência em Campeonatos da Europa e do Mundo, nos escalões de juvenis e juniores, assim como no Campeonato da Europa IPC.

A Mudança de instalações, foi assumida por esta Direção tendo por base duas razões fundamentais. Por um lado, como mais uma forma de contenção nas despesas, já que estávamos confrontados com muitos gastos no imediato, nomeadamente, a aquisição do novo sistema de foto-finish e de equipamento informático. Por outro lado, a grande vantagem de estarmos no estádio 1º de Maio, local onde se realizam a maior parte das provas e sobretudo onde



diariamente treinam a maior parte dos atletas. Com isto, proporcionamos maior proximidade e mais fácil acesso à AAB, aos clubes e aos atletas.

Quanto ao apoio aos clubes, foi dado um primeiro passo no sentido de os ajudar na medida do possível, de forma criteriosa e transparente. Daí ter sido criada uma tabela contemplando vários itens que são também eles, “referência nacional” para apoio às associações distritais. Porém, temos a consciência de que ficamos aquém daquilo que gostaríamos de ter feito para compensar e premiar todo o esforço e mérito dos nossos filiados.

Por último, dizer que tudo isto só foi possível ser alcançado graças ao trabalho em equipa, onde os principais protagonistas foram os atletas, os pais, os dirigentes dos clubes, os treinadores e os juízes, que de forma competente, empenhada e abnegada, convergiram esforços rumo à “mudança”.

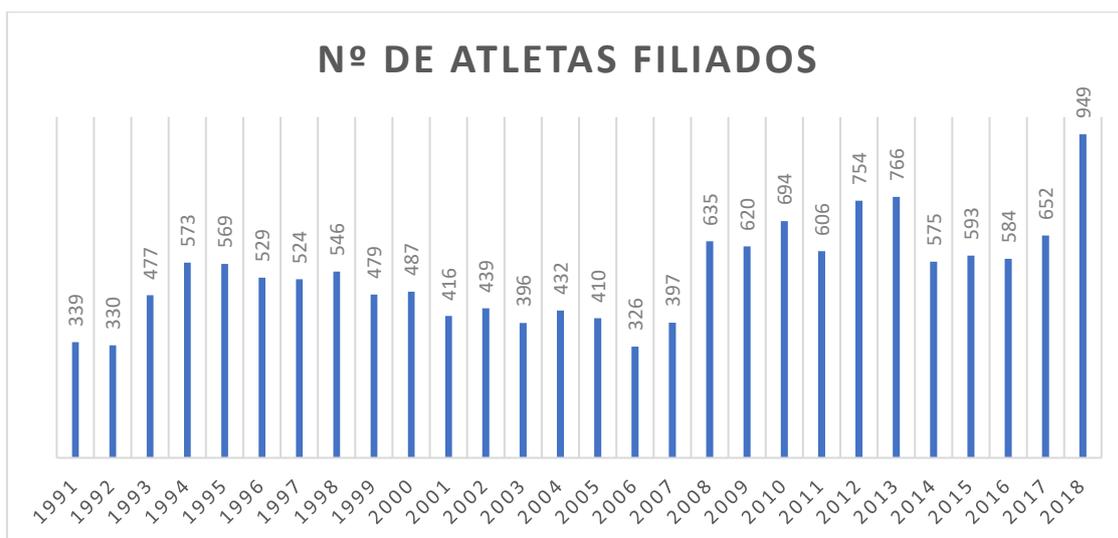


## 1. CARATERIZAÇÃO DA AAB

Para análise destes dados devemos ter em conta que os escalões de formação contemplam os Juniores, para uniformizar com os critérios da FPA e de outras instituições que supervisionam o desporto. A proporção entre os setores de formação e competição, estão em conformidade com o verificado em anos anteriores e também com o que se verifica um pouco por todo o país. Quanto aos escalões de competição, verificou-se um aumento generalizado em todos eles, sendo de realçar o maior aumento no escalão de veteranos, talvez explicado pela filiação de clubes cujo os atletas estão mais vocacionados para as provas de *Trail*.

### 1.1. Atletas Filiados

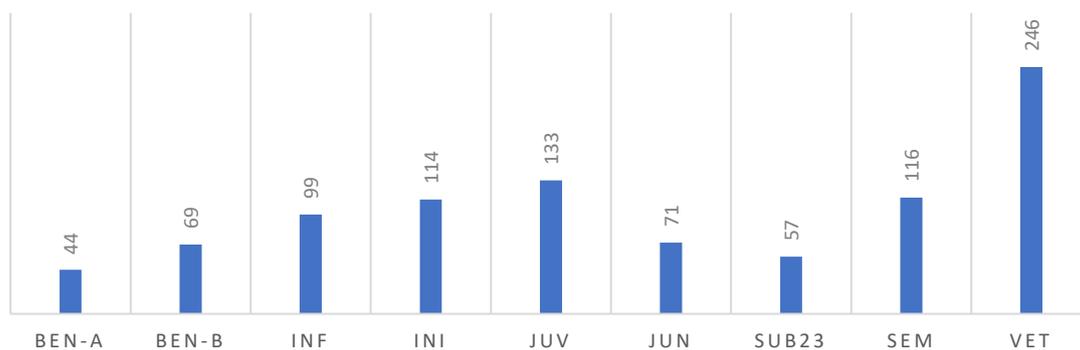
Verifica-se que a AAB teve esta época o maior número de atletas filiados de sempre, traduzindo-se num aumento de 46,5% em relação à época anterior, conforme consta numa nota da FPA, que vai mais longe dizendo que foi a Associação que mais cresceu na época finda.



Constata-se uma predominância dos atletas masculinos, 64% (603 filiados), relativamente aos femininos, com apenas 36% (346 filiadas).

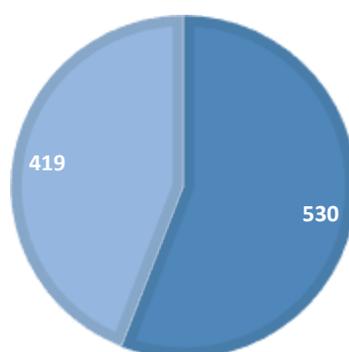


### FILIADOS POR ESCALÃO

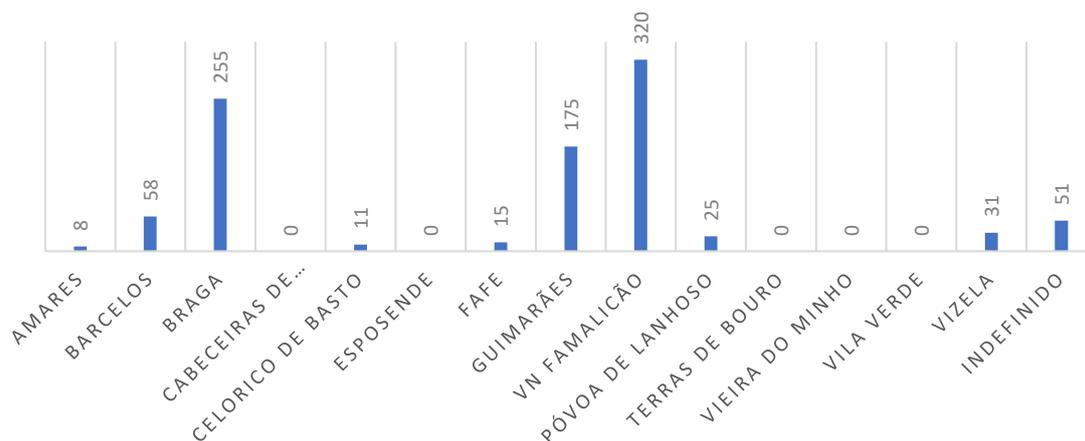


### FILIADOS POR ESCALÃO

■ Formação ■ Competição



### ATLETAS POR CONCELHO

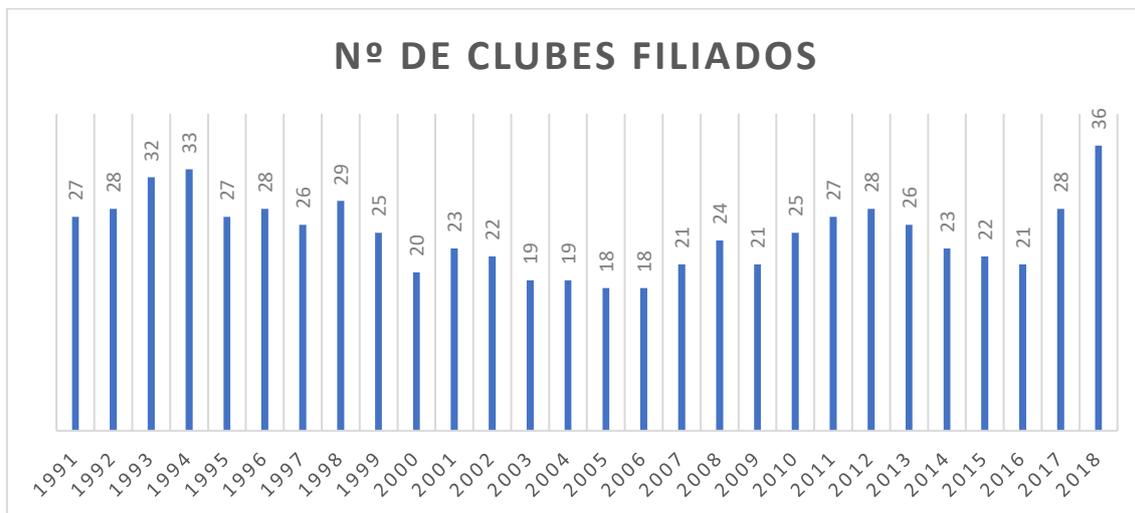


## 1.2. Clubes Filiados

SIGLA	DESIGNAÇÃO	CONCELHO	FILIADOS	DIF.
ABLS	Associação Boccia Luís Silva	Braga	2	0
ACB	Atletismo Clube de Braga	Braga	2	+2
ACVSM	Atlético Clube de Vale S.Martinho	VN Famalicão	15	+15
ADECA	Associação Desportiva de Castelões	VN Famalicão	1	-1
ADOSA	Associação Desportiva de Pousada de Saramagos	VN Famalicão	25	+25
AEAMC	Agrupamento Escolas Arqueólogo Mário Cardoso	Guimarães	28	+28
AFR&F	Associação Figueiredo's Runner's and Friends	VN Famalicão	12	+4
AGM	Águias da Misericórdia	Braga	9	+9
AMONT	Amigos da Montanha / E Leclerc Barcelos	Barcelos	28	+4
AMVE	Associação Moinhos de Vermoim	VN Famalicão	9	+1
ARCAA	Associação Recreativa e Cultural Águias de Alvelos	Barcelos	30	+8
ARCVSC	Associação Recreativa e Cultural de Vale S. Cosme	VN Famalicão	20	-1
BR	A R Ferreira Unipessoal Lda	Braga	4	+4
CAB	C.A. Bracara – Clube de Atletismo	Braga	29	+26
CACOD	Clube Atlético de Codessoso	Celorico de Basto	11	-10
CCDR	Clube de Cultura e Desporto de Ribeirão	VN Famalicão	89	+52
CDPRI	Clube Desportivo e Cultural de Priscos	Braga	9	-8
CDRCA	Clube Desportivo Recreativo Cultural Amarense	Amares	8	0
EAROS	Escola de Atletismo Rosa Oliveira	VN Famalicão	59	+10
EBPGS	Escola Básica Professor Gonçalo Sampaio	Póvoa de Lanhoso	25	+6
FAMARUNN	Maratona Rebelde – Associação	VN Famalicão	0	0
FCV	Futebol Clube de Vizela	Vizela	31	+7
GDAIRAO	Grupo Desportivo Airão Curvia	Guimarães	9	-1
GDUC	Grupo Desportivo: “Os Unidos do Cano”	Guimarães	20	-8
GUIMAR	Associação Desportiva Guimarunning	Guimarães	21	+19
JUNI	Jovens Unidos Num Ideal	Guimarães	9	-20
LFC-F	Liberdade Futebol Clube	VN Famalicão	28	-7
MJM	Movimento Juventude de Merelim	Braga	9	+7
NAJ	Núcleo Atletismo Joane	VN Famalicão	5	+4
NATAIPAS	Núcleo Atletismo das Taipas	Guimarães	27	+4
PLF	Associação Papa Léguas de Famalicão	VN Famalicão	57	+2
SCB	Sporting Clube de Braga	Braga	168	+7
SJBGOND	Associação C. S. R. D. São João Batista de Gondar	Guimarães	13	+12
SRC	Sociedade de Recreio Capanense	Fafe	15	+11
VTSC	Vitória Sport Clube	Guimarães	48	+33
XALLENGE	Dumiense Futebol Clube	Braga	23	+23
IND-B	Individual Braga	-	51	+30



Relativamente ao número de clubes, também este aumentou de 28, na época passada para 36 nesta época, o que corresponde a um aumento de 33,3%. No entanto é de referir que ainda não conseguimos chegar a todos os concelhos do Distrito.



### 1.3. Juízes Filiados

Quanto aos Juízes, aumentou o número de filiados e aumentou o número de presenças dos mesmos, em provas organizadas pela AAB. Estes organizaram um curso para novos juízes, que resultou num total de 67 juízes ativos na época 2017/2018 (anexo 1).

## 2. OFERTA COMPETITIVA DA AAB

### 2.1. Competições

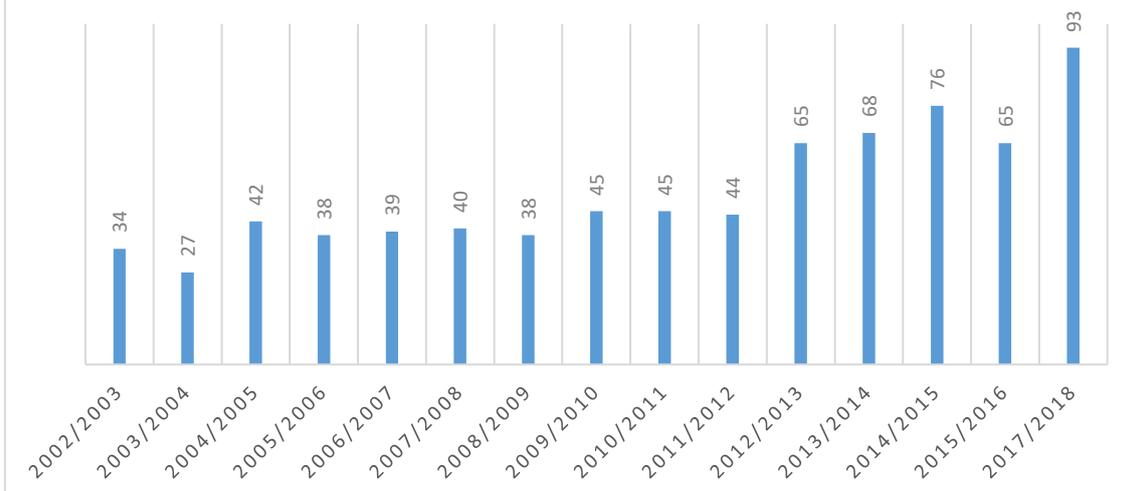
Realizaram-se 93 competições onde a principal preocupação foi a elaboração de um calendário equilibrado e ajustado ao Calendário Nacional, contemplando por isso todos os Campeonatos Regionais. Procuramos introduzir o maior número possível de provas de preparação para dar resposta às necessidades e solicitações dos clubes e atletas. A par desta preocupação, houve sempre o cuidado que estas provas não colidissem com outras, afim de salvaguardar o interesse dos nossos filiados. No entanto, cabe aqui referir, que tivemos muita dificuldade na gestão do calendário, por indisponibilidade das pistas e pela realização de provas “que não controlamos” e que já estavam agendadas com muita antecedência.

A lista com a todas as competições em que a AAB esteve envolvida pode ser consultada no anexo 2.

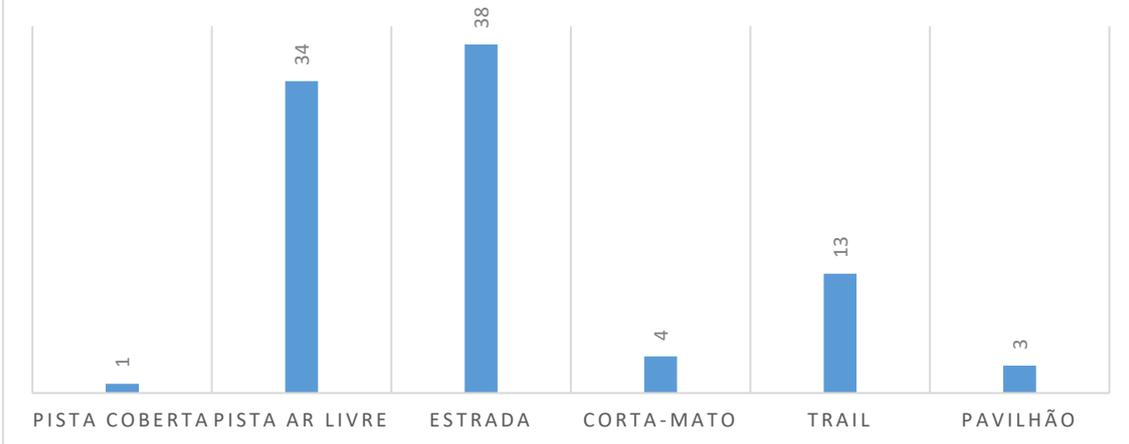
Época	Pista Coberta	Pista Ar Livre	Corta Mato	Estrada	Outros (Trail + Pav)	TOTAL
2002/2003	11	21	2			34
2003/2004	12	12	3			27
2004/2005	15	19	8			42
2005/2006	12	19	7			38
2006/2007	13	16	8	1	1	39
2007/2008	12	18	7	1	2	40
2008/2009	9	20	6	1	2	38
2009/2010	12	24	5	1	3	45
2010/2011	11	27	4	1	2	45
2011/2012	13	24	4	1	2	44
2012/2013	12	23	5	20	5	65
2013/2014	15	21	6	22	4	68
2014/2015	19	26	5	22	4	76
2015/2016	17	19	4	21	4	65
2017/2018	1	34	4	38	16	93



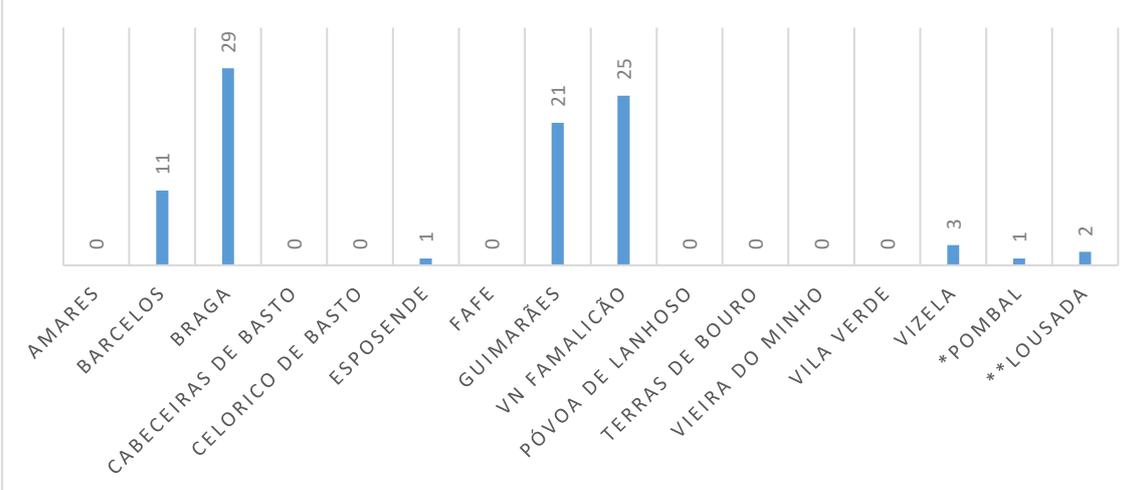
### COMPETIÇÕES POR ÉPOCA



### Nº DE COMPETIÇÕES POR ESPECIALIDADE

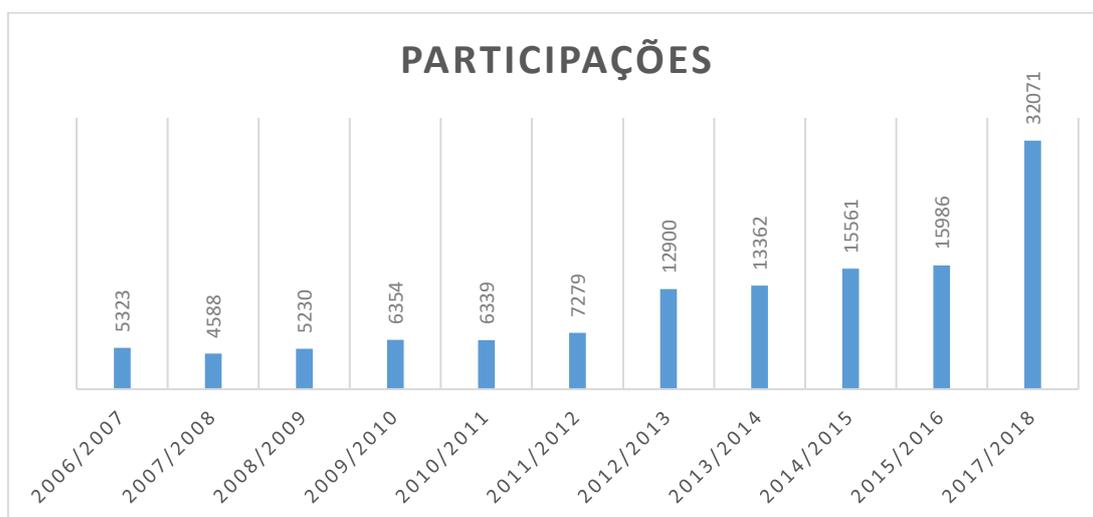


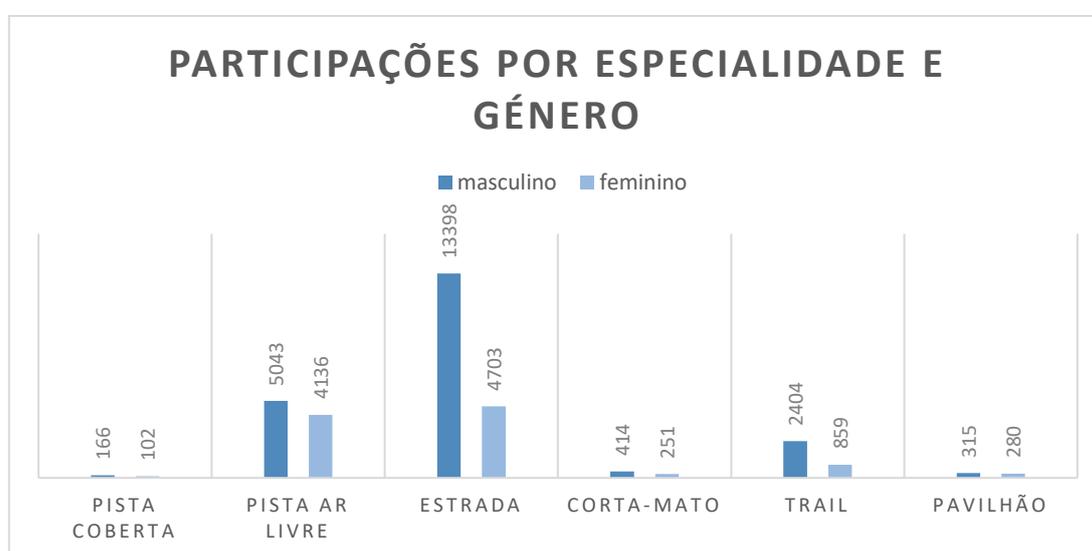
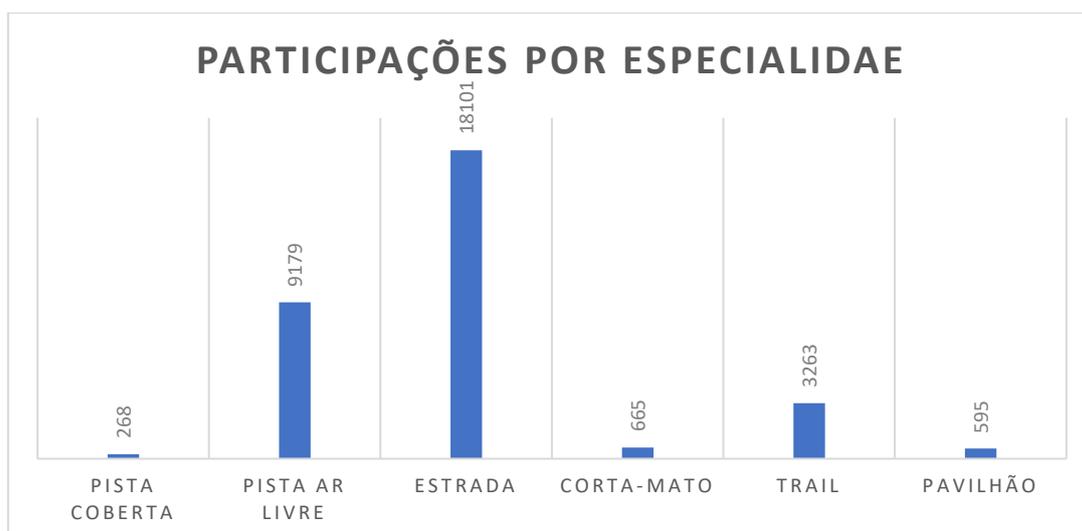
### Nº COMEPETIÇÕES POR CONCELHO



## 2.2. Participações

As 93 competições do calendário regional registaram também elas o maior número de participações de sempre, com um total de 32071 participações. Sendo que ainda ficaram por apurar as participações de 4 competições. De verificar que são os atletas do sexo masculino que continuam a participar em maior número nas competições realizadas no distrito de Braga, representando cerca de dois terços do total de participações. Excetuando as competições em Pista Ar Livre, onde esta diferença tem uma menor visibilidade. De realçar ainda que as competições de estrada, derivada a sua componente popular fortemente vincada, são as competições mais participas, estando logo de seguida as competições de Pista Ar Livre.





### 2.3. Meeting de São João 2018

Uma das grandes apostas para a época 2017/2018 era a organização de um meeting de elevada qualidade, que dignificasse a AAB, a cidade de Braga e o atletismo regional e nacional. Ora, orgulhosamente afirmamos que foi uma aposta inteiramente ganha. Conseguimos, em colaboração com a Câmara Municipal de Braga e com o apoio de muitos outros parceiros e colaboradores, realizar, com um reconhecimento quase unânime, o melhor Meeting de atletismo nacional de 2018. Os Rankings anuais de Meetings, publicado pela IAAF, assim o comprovam: 197º melhor meeting organizado no mundo no ano de 2018 e primeiro português, a uma larga distância do segundo.

Mas tudo isto porque, nas 22 provas que compunham o calendário da competição, estiveram os melhores atletas nacionais (de 49 clubes distintos) e um elevado número de atletas estrangeiros (46 de 11 nacionalidades distintas) de elevada qualidade.



No final da competição contabilizaram-se 42 marcas acima dos 1000 pontos das tabelas da IAAF, o que demonstra o grande espetáculo desportivo que todos os atletas proporcionaram a um público que compôs muito bem a bancada principal, como há muito não se via no Estádio 1º de Maio. De destacar ainda, as duas marcas de qualificação para o Campeonato da Europa de Berlim, as duas marcas de qualificação para o Campeonato da Europa de Juvenis e as duas marcas líderes do ranking nacional conseguidas pelos seguintes atletas:

<b>Principais feitos:</b>		
<b>Mínimos para o Europeu de Berlim:</b>		
Carlos Nascimento	100m	10'13
José Lopes	100m	10'32
<b>Mínimos para o Europeu Juvenil:</b>		
Rogério Amaral	1500m	3'54''84
Maria João Barbosa	100m	12'13
<b>Marcas Líderes do Ranking Nacional:</b>		
Catarina Ribeiro	5000m	15'51''05
Carlos Nascimento	100m	10'13



### 3. Competições Nacionais

O número de participações em competições nacionais teve o maior registo de sempre, tendo aumentado para mais do dobro do que tem sido prática nos últimos anos. Ainda neste âmbito, podemos salientar o facto de ter aumentado a qualidade dos participantes, já que foi o ano em que houve mais atletas em lugares de pódio, nomeadamente o recorde de títulos conquistados, a par do recorde de atletas que conseguiram um lugar entre os finalistas.

Época	1º Lugar	2º Lugar	3º Lugar	Finalista	Participações	1º Coletivo	2º Coletivo	3º Coletivo
2005/2006	10	19	22	95	261	4	7	2
2006/2007	11	25	21	94	217	5	6	3
2007/2008	11	16	21	88	267	4	5	4
2008/2009	5	16	14	55	233	1	4	2
2009/2010	14	19	17	63	252	1	4	2
2010/2011	13	20	23	68	206	2	4	3
2011/2012	7	14	14	61	190	0	6	3
2012/2013	10	10	12	51	169	1	1	0
2013/2014	7	12	10	54	120	1	0	0
2014/2015	4	10	8	59	163	1	1	1
2015/2016	6	8	15	42	161	0	0	2
2017/2018	17	22	22	128	365	0	2	6

#### 3.1. Participações

Houve uma grande participação de clubes em campeonatos nacionais distribuídas um pouco por todas as vertentes do atletismo. Ou seja, tivemos clubes nos corta-matos curto e longo, nos nacionais de estrada e nos campeonatos de pista coberta e pista ao ar livre. Embora que de forma mais reduzida, tivemos ainda a participação de atletas nos campeonatos nacionais de maratona e marcha.

Clubes	Participações
ABLS	2
ADOSA	7
AFR&F	2
AMONT	7
ARCAA	15
CAB	12
CCDR	26
EAROS	28
FCV	10
GDUC	6
LFC-F	5

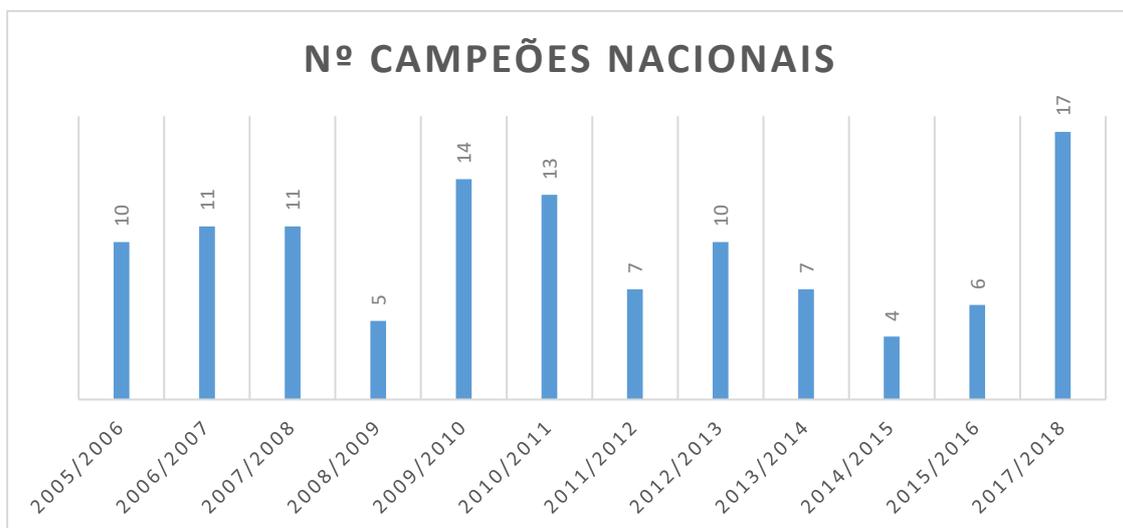


NATAIPAS	14
SCB	189
SRC	12
VTSC	30
<b>TOTAL</b>	<b>365</b>

### 3.2. Campeões

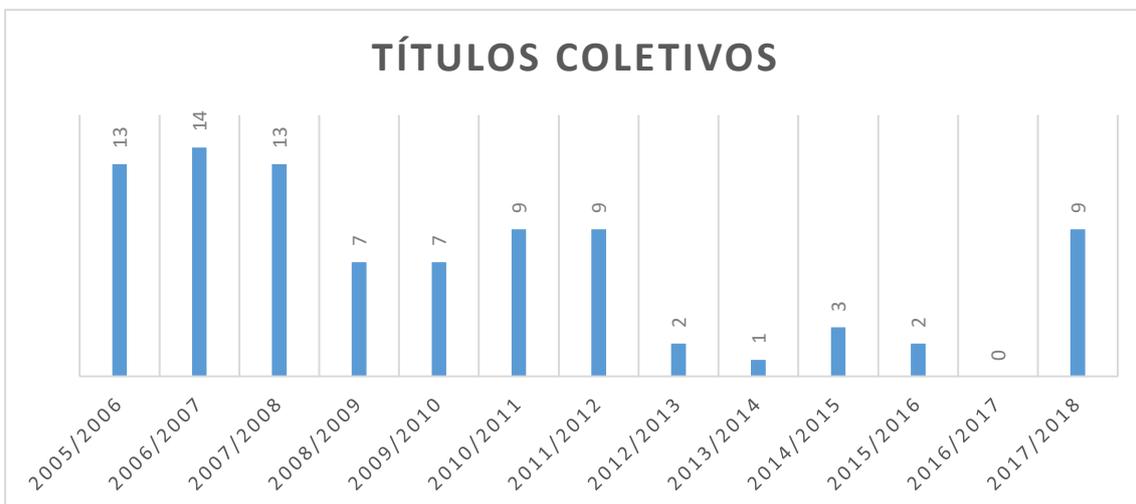
No que respeita aos títulos de Campeões Nacionais, estão distribuídos um pouco por todos os escalões e género e é notória maior predominância no setor do meio fundo.

CAMPEÕES NACIONAIS INDIVIDUAIS			
Campeão	Clube	Prova	Competição
Manuel Mendes	VTSC	10KM Adaptado Motor	CN Estrada
João Peixoto	SCB	800 metros	CN Sub18 Pista Coberta
Mariana Machado	SCB	1500 metros	CN Sub20 Pista Coberta
Mariana Machado	SCB	800 metros	
Bárbara Mota	SCB	S. Vara	
António Pereira	SCB	20 MX V40	CN Marcha 20km
Mariana Machado	SCB	Júnior	CN Corta-Mato Curto
Mariana Machado	SCB	Absoluta	
Mariana Machado	SCB	Juniores	CN Corta-Mato Longo
Davide Figueiredo	AFR&F	10000 m. V45	CP 10.000 metros
João Peixoto	SCB	800 metros	CN Sub18 Pista Ar Livre
João Peixoto	SCB	1500 metros	
SC Braga	SCB	Estafeta Medley	
Pedro Matos	CCDR	110 metros barr	
Mariana Machado	SCB	1500 metros	CN Sub20 Pista Ar Livre
Mariana Machado	SCB	1500 metros	CN Sub-23 Pista Ar Livre
Ana Silva	SCB	Altura	



### 3.3. Títulos Coletivos

Em termos coletivos também se verificou uma ligeira recuperação nos lugares de pódio relativamente às últimas épocas. O destaque vai sobretudo para a qualidade dos pódios, já que estes correspondem, na sua maioria, a campeonatos da 1ª divisão (absolutos), havendo apenas um 2º lugar no CNCM em juvenis masculinos e um 2º lugar no KM Jovem Nacional.



PÓDIOS NACIONAIS COLETIVOS			
Competição	Clube	Lugar de Pódio	Escalão
Campeonato Nacional de Estrada	SCB	3º	Absoluto Masculino
Campeonato Nacional de Clubes Pista Coberta	SCB	3º	Absoluto Feminino
	SCB	3º	Absoluto Masculino
Campeonato Nacional de Corta-mato Curto	SCB	2ª	Absoluto Feminino
	SCB	3º	Absoluto Masculino
Campeonato Nacional de Corta-mato Longo	SCB	2º	Juvenis Masculinos
	SCB	3ª	Absoluto Feminino
Campeonato Nacional de Clubes Pista Ar Livre	SCB	3º	Absoluto Masculino
KM Jovem Nacional	EAROS	2º	Absoluto Jovem



## 4. Competições Regionais

### 4.1. Campeões Individuais

#### 4.1.1. Pista Ar Livre

Quanto aos títulos de Campeão Regional nos escalões de infantis e iniciados, os resultados são de valia média, mas um pouco heterogéneos, o que se explica, pelo facto dos clubes “jogarem” com os atletas, em provas que não são as suas, por causa da classificação coletiva. Fica uma nota, que é a de não ter havido qualquer atleta a participar nas provas de marcha nos 2 escalões e em ambos os géneros.

Campeões Regionais de Pista - Infantis						
Masculinos			Prova	Femininos		
Campeão de Braga	Clube	Marca		Campeã de Braga	Clube	Marca
José Ribeiro	PLF	8,70	<b>60 metros</b>	Ana C Fernandes	CAB	8,51
David Martins	CDPRI	19,80	<b>150 metros</b>	Matilde Fernandes	SCB	21,13
João Azevedo	EAROS	1.40,83	<b>600 metros</b>	Ana Faria	EAROS	1.49,76
João Azevedo	EAROS	3.02,59	<b>1000 metros</b>	Lara Sampaio	EAROS	-
Tomás Azevedo	PLF	11,49	<b>60 m. barreiras</b>	Camile Oliveira	PLF	13,4
-	-	-	<b>3000 MX</b>	-	-	-
Pedro Fernandes	AMONT	4,13	<b>S. Comprimento</b>	Ana C Fernandes	CAB	4,56
Hélder Faria	PLF	11,72	<b>Quadruplo S.</b>	Inês Araújo	CDPRI	10,85
Tomás Azevedo	PLF	1,33	<b>S. Altura</b>	Camile Oliveira	PLF	1,1
Tomás Azevedo	PLF	8,78	<b>L. Peso</b>	Carolina Rodrigues	AMONT	8,63
Vítor Martins	CDPRI	17,34	<b>L. Dardo</b>	Carolina Rodrigues	AMONT	16,72
Francisco Mendes	PLF	19,84	<b>L. Disco</b>	Carolina Rodrigues	AMONT	23,29
Francisco Mendes	PLF	15,33	<b>L. Martelo</b>	Leonor Barros	PLF	21,78
Vítor Martins	CDPRI	36,20	<b>4x60 metros</b>	Bruna Silva	CDPRI	37,06
Alberto Martins				Romane Vilaça		
David Martins				Carolina Martins		
Dinis Vilaça				Inês Araújo		

Campeões Regionais de Pista - Iniciados						
Masculinos			Prova	Femininos		
Campeão de Braga	Clube	Marca		Campeã de Braga	Clube	Marca
Francisco Costa	CCDR	9,54	<b>80 metros</b>	Alessandra Silva	CCDR	10,59
Diogo Castro	SCB	33,14	<b>250 metros</b>	Mariana Marques	VTSC	36,64
Vasco Ribeiro	FCV	2.15,19	<b>800 metros</b>	Beatriz Rios	AMONT	2.25,21
Luís Sá	GDUC	4.44,69	<b>1500 metros</b>	Ana Talagaia	FCV	5.22,00
Francisco Costa	CCDR	14,25	<b>100/80 m. Barreiras</b>	Ana Araújo	PLF	13,82
Pedro Rodrigues	CCDR	34,22	<b>250 m. Barreiras</b>	Ana Araújo	PLF	40,03
Vasco Ribeiro	FCV	4.50,50	<b>1500 m. Obst.</b>	Beatriz Rios	AMONT	4.58,20



			4000 MX			
Francisco Costa	CCDR	6,00	<b>S. Comprimento</b>	Francisca Antunes	GDUC	4,76
Guilherme Enes	PLF	13,49	<b>Quadruplo S.</b>	Ana C Fernandes	CAB	12,24
Guilherme Enes	PLF	1,65	<b>S. Altura</b>	Sofia Araújo	PLF	1,39
Pedro Soares	SCB	9,62	<b>L. Peso</b>	Francisca Veiga	AMONT	8,02
Guilherme Enes	PLF	33,77	<b>L. Dardo</b>	Leonor Viamonte	VTSC	27,08
Ricardo Teixeira	VTSC	29,42	<b>L. Disco</b>	Francisca Veiga	AMONT	31,99
João Campos	PLF	19,63	<b>L. Martelo</b>	Joana Pimenta	PLF	19,58
Pedro Fernandes	AMONT	44,47	<b>4x80 metros</b>	Inês Dantas	PLF	45,23
Guilherme Fontes				Ana Araújo		
Bártolo Paiva				Joana Costa		
José Fernandes				Diana Araújo		

No que respeita ao Campeonato Regional Juvenil, as marcas dos campeões regionais foram de um modo geral boas, tendo sido inclusive, batidos 4 recordes regionais. As provas de marcha e salto com vara, voltaram a não ter qualquer atleta em ambos os sexos.

Campeões Regionais de Pista - Juvenis						
Masculinos			Prova	Femininos		
Campeão de Braga	Clube	Marca		Campeã de Braga	Clube	Marca
Gabriel Maia	CCDR	11,57	<b>100 metros</b>	Carlota Ribeiro	VTSC	12,69
João Peixoto	SCB	23,56	<b>200 metros</b>	Inês Esteves	SCB	26,75
Pedro Vilas Boas	SCB	35,71	<b>300 metros</b>	Lara Costa	SCB	42,78
André Natário	FCV	2.01,22	<b>800 metros</b>	Ana Marinho	EAROS	2.16,80
André Natário	FCV	4.15,76	<b>1500 metros</b>	Beatriz Rios	AMONT	4.37,46
Eduardo Dias	SCB	9.34,00	<b>3000 metros</b>	Beatriz Fernandes	EAROS	10.53,40
Pedro Matos	CCDR	14,82	<b>110/100 m. Barreiras</b>	Maria M Andrade	VTSC	15,94
Vasco Martins	AMONT	47,91	<b>300 m. Barreiras</b>	Ana Araújo	AMONT	48,97
José Moreira	CCDR	6.23,21	<b>2000 m. Obst.</b>	Bruna Ortiga	EAROS	7.57,88
-	-	-	<b>5000 MX</b>	-	-	-
André Couto	CCDR	5,68	<b>S. Comprimento</b>	Mariana Costa	SCB	5,25
Hugo Rodrigues	AMONT	12,52	<b>Triplo S.</b>	Alessandra Silva	CCDR	11,26
Pedro Sá	AMONT	1,76	<b>S. Altura</b>	Ana Sousa	VTSC	1,45
-	-	-	<b>S. Vara</b>	-	-	-
Gaspar Lopes	VTSC	11,02	<b>L. Peso</b>	Inês Melo	SCB	9,69
Luís Silva	VTSC	41,22	<b>L. Dardo</b>	Leonor Viamonte	VTSC	25,42
Gaspar Lopes	VTSC	32,54	<b>L. Disco</b>	Francisca Veiga	AMONT	27,38
Gaspar Lopes	VTSC	22,03	<b>L. Martelo</b>	Beatriz Almeida	AMONT	17,83
Virgílio Loureiro	AMONT	56,79	<b>4x100 metros</b>	Marta Ribeiro	VTSC	58,01
Bártolo Paiva				Lara Nunes		
Diogo Azevedo				Leonor Viamonte		
Nuno Dinis				Mariana Marques		
-	-	-	<b>Estafeta Medley</b>	Gabriela Martins	SCB	2.23,74



				Mariana Costa		
				Inês Esteves		
				Beatriz Peres		

O Campeonato Regional Júnior teve pouca adesão por parte dos nossos filiados, não havendo qualquer atleta a participar em 16 provas do programa. A par disto, foi notória a baixa qualidade dos resultados alcançados.

Campeões Regionais de Pista - Júniores						
Masculinos			Prova	Femininos		
Campeão de Braga	Clube	Marca		Campeã de Braga	Clube	Marca
Miguel Gonçalves	SCB	11,57	<b>100 metros</b>	Carlota Ribeiro	VTSC	12,75
Miguel Gonçalves	SCB	23,77	<b>200 metros</b>	Loanne Pinto	SCB	26,33
Carlos Freitas	CAB	54,11	<b>400 metros</b>	Loanne Pinto	SCB	60,25
Pedro Oliveira	ARCAA	2.08,16	<b>800 metros</b>	Beatriz Peres	SCB	2.24,88
Eduardo Dias	SCB	4.23,61	<b>1500 metros</b>	-	-	-
Vicente Correia	GDUC	9.16,45	<b>3000 metros</b>	Mónica Silva	VTSC	10.34,90
-	-	-	<b>5000 metros</b>			
-	-	-	<b>110/100 m. Barreiras</b>	-	-	-
-	-	-	<b>400 m. Barreiras</b>	Jerusa Semedo	VTSC	70,25
-	-	-	<b>3000 m. Obst.</b>	Nádia Custódio	GDUC	15.42,24
-	-	-	<b>10000 MX</b>	-	-	-
Nuno Machado	SCB	5,90	<b>S. Comprimento</b>	-	-	-
João Aguilar	SCB	13,23	<b>Triplo S.</b>	Beatriz Santos	SCB	11,28
Bernardo Carvalho	CCDR	1,65	<b>S. Altura</b>	Ana Sousa	VTSC	1,3
-	-	-	<b>S. Vara</b>	-	-	-
Rui Rodrigues	SCB	12,05	<b>L. Peso</b>	Marta Vinhas	SCB	9,29
-	-	-	<b>L. Dardo</b>	Soraia Lavandeiro	JUNI	16,87
Domingos Magalhães	CAB	32,38	<b>L. Disco</b>	Marta Vinhas	SCB	23,81
-	-	-	<b>L. Martelo</b>	-	-	-
André Pinto	SCB	46,58	<b>4x100 metros</b>	Inês Amorim	SCB	52,08
João Aguilar				Loanne Pinto		
Miguel Gonçalves				Gabriela Martins		
João Oliveira				Francisca Silva		
			<b>4x400 metros</b>			

Relativamente ao Campeonato Regional Absoluto, os resultados alcançados pelos nossos atletas foram de excelente nível, a ponto de muitos deles terem sido simultaneamente Campeões da Zona Norte.



Campeões Regionais de Pista - Absoluto						
Masculinos			Prova	Femininos		
Campeão de Braga	Clube	Marca		Campeã de Braga	Clube	Marca
Edi Sousa	SCB	10,63	<b>100 metros</b>	Maria João Barbosa	CCDR	12,17
Eduardo Sá	SCB	22,04	<b>200 metros</b>	Tatiana Rosário	SCB	25,68
Pedro Vilas Boas	SCB	50,50	<b>400 metros</b>	Francisca Martins	SCB	59,79
Pedro Vilas Boas	SCB	1.56,11	<b>800 metros</b>	Francisca Martins	SCB	2.15,35
Hugo Almeida	SCB	3.55,42	<b>1500 metros</b>	Vanessa Carvalho	SCB	4.50,23
Luís Saraiva	SCB	15.17,00	<b>5000 metros</b>	Jéssica Pontes	SCB	19.03,57
Manuel M Fernandes	SCB	16,68	<b>110/100 m. Barreiras</b>	Rafaela Vitorino	SCB	15,38
João Juncal	CCDR	65,82	<b>400 m. Barreiras</b>	Vera Castro	SCB	65,31
Leandro Martins	EAROS	10.26,37	<b>3000 m. Obst.</b>	-	-	-
-	-	-	<b>10000 MX</b>	-	-	-
Luís Machado	SCB	5,81	<b>S. Comprimento</b>	Shaina Mags	SCB	5,9
Rafael Vilas Boas	SCB	14,03	<b>Triplo S.</b>	Shaina Mags	SCB	12,9
Rafael Vilas Boas	SCB	1,88	<b>S. Altura</b>	Rafaela Vitorino	SCB	1,68
-	-	-	<b>S. Vara</b>	Bárbara Mota	SCB	2,80
Adriano Lopes	SCB	15,59	<b>L. Peso</b>	Elsa Cruz	SCB	10,87
Mário Marques	SCB	64,19	<b>L. Dardo</b>	Marlene Araújo	SCB	41,29
Adriano Lopes	SCB	42,43	<b>L. Disco</b>	Elsa Cruz	SCB	30,78
João Venade	SCB	59,09	<b>L. Martelo</b>	Andreia Venade	SCB	53,32
Luís Machado	SCB	43,38	<b>4x100 metros</b>	Gabriela Martins	SCB	50,5
Edi Sousa				Inês Esteves		
João Aguilár				Mariana Costa		
Eduardo Sá				Ana Mendes		
Miguel Torres	EAROS	3.48,77	<b>4x400 metros</b>	Beatriz Peres	SCB	4.05,55
João P Silva				Francisca Martins		
Nuno Fernandes				Francisca Silva		
Nelson Oliveira				Vera Castro		

Por último, uma referência ao Campeonato Regional de Veteranos, que continua com uma expressão reduzida, não havendo qualquer atleta na maioria das provas e tendo apenas uma atleta no género feminino.

Campeões Regionais de Pista - Veteranos						
Masculinos			Prova	Femininos		
Campeão de Braga	Clube	Marca		Campeã de Braga	Clube	Marca
-	-	-	<b>100 metros</b>	-	-	-
Simão Mendes	ACVSM	25,66	<b>200 metros</b>	-	-	-
Simão Mendes	ACVSM	55,92	<b>400 metros</b>	-	-	-
José Araújo	NATAIPAS	2.06,05	<b>800 metros</b>	Lurdes Pereira	NATAIPAS	2.40,24
Carlos Monteiro	FCV	4.29,63	<b>1500 metros</b>	-	-	-
Carlos Monteiro	FCV	10.01,98	<b>3000 metros</b>	-	-	-



-	-	-	<b>110/100 m. Barreiras</b>	-	-	-
-	-	-	<b>400 m. Barreiras</b>	-	-	-
-	-	-	<b>3000 m. Obst.</b>	-	-	-
-	-	-	<b>10000 MX</b>	-	-	-
-	-	-	<b>S. Comprimento</b>	-	-	-
-	-	-	<b>Triplo S.</b>	-	-	-
-	-	-	<b>S. Altura</b>	-	-	-
-	-	-	<b>S. Vara</b>	-	-	-
José Carlos Araújo	AMONT	7,27	<b>L. Peso</b>	-	-	-
Guilherme Enes	PLF	37,49	<b>L. Dardo</b>	-	-	-
-	-	-	<b>L. Disco</b>	-	-	-
-	-	-	<b>L. Martelo</b>	-	-	-

#### 4.1.2. Pista Coberta

O Campeonato Regional de Pista Coberta foi disputado em condições excecionais, desde logo porque foi em Pombal e apenas numa jornada. Daí terem ficado de fora muitas provas do programa oficial e haver limitação na participação de atletas. Apesar de tudo os resultados não se ressentiram, foram até muito bons, permitindo a obtenção de um recorde nacional, recordes regionais e a obtenção de mínimos para os campeonatos nacionais nos diferentes escalões.

Campeões Regionais de Pista Coberta - Absoluto						
Masculinos			Prova	Femininos		
Campeão de Braga	Clube	Marca		Campeã de Braga	Clube	Marca
Eduardo Sá	SCB	7,22	60 metros	Maria João Barbosa	CCDR	8,01
Ricardo Lima	SCB	51,14	400 metros	Loanne Pinto	SCB	62,08
Marcelo Pereira	NATAIPAS	1.55,73	800 metros	Francisca Martins	SCB	2.19,88
Francisco Rodrigues	SCB	8.18,05	3000 metros	Mariana Machado	SCB	9.27,92
-	-	-	60 m. Barreiras	Vera Castro	SCB	9,69
Rafael Vilas Boas	SCB	13,78	Triplo S.	Beatriz Santos	SCB	11,26
Rafael Vilas Boas	SCB	1,89	S. Altura	Ana Silva	SCB	1,53
Tomás Marreiros	SCB	4,50	S. Vara	Bárbara Mota	SCB	3,21
Adriano Lopes	SCB	14,85	L. Peso	-	-	-
	SCB	1.35,13	4x200 metros	Ana Mendes	SCB	1.49,80
				Francisca Silva		
				Mariana Costa		
				Inês Esteves		

#### 4.1.3. Outros

Os Campeonatos Regionais de Corta-mato curto e longo e ainda de estrada, decorreram dentro da normalidade. Porém, é de realçar o CRCM curto que teve uma maior participação e um maior “despique” para encontrar os campeões em cada escalão.



Campeões Regionais - Corta Mato						
Masculinos			Prova	Femininos		
Campeão de Braga	Clube	Marca		Campeã de Braga	Clube	Marca
Gonçalo Rodrigues	EAROS	4.46	<b>Curto - Benjamins</b>	Cláudia Ribeiro	FCV	4.36
João Azevedo	EAROS	5.19	<b>Curto - Infantis</b>	Ana Faria	EAROS	5.39
Francisco Silva	EAROS	10.41	<b>Curto - Iniciados</b>	Beatriz Rios	AMONT	10.50
Rui Oliveira	EAROS	13.51	<b>Curto - Juvenis</b>	Alice Marques	GDUC	11.52
Miguel Torres	EAROS	14.52	<b>Curto - Juniores</b>	Mónica Silva	VTSC	16.40
Nuno Fernandes	EAROS	13.26	<b>Curto - Seniores</b>	Tânia Silva	LFC-F	16.10
Carlos Monteiro	FCV	14.15	<b>Curto - Veteranos I</b>	Celina Silva	AFR&F	19.34
Joaquim Pacheco	NATAIPAS	14.49	<b>Curto - Veteranos II</b>	-	-	-
Adelino Fernandes	LFC-F	14.56	<b>Curto - Veteranos III</b>	-	-	-
Nuno Azevedo	LFC-F	31.22	<b>Longo - Juniores</b>	Susana Malheiro	LFC-F	25.55
Luís Saraiva	SCB	32,08	<b>Longo - Seniores</b>	Tânia Silva	LFC-F	23.27
Bruno Silva	ARCAA	32.50	<b>Longo - Veteranos I</b>	-	-	-
Pedro Pereira	ARCAA	37.15	<b>Longo - Veteranos II</b>	-	-	-
Armindo Araújo	LFC-F	39.22	<b>Longo - Veteranos II</b>	-	-	-

Campeões Regionais - Estrada						
Masculinos			Prova	Femininos		
Campeão de Braga	Clube	Marca		Campeã de Braga	Clube	Marca
Tiago Pinheiro	NATAIPAS	37.32	<b>Juniores</b>	Susana Malheiro	LFC-F	45.29
Rui Borges	SCB	33.57	<b>Sub23</b>	-	-	-
António P Rocha	ARCAA	31.29	<b>Seniores</b>	Marta Martins	SCB	37.58
Davide Figueiredo	AFR&F	34.16	<b>Veteranos 40</b>	Elisabete Lopes	NATAIPAS	41.44
Adelino Fernades	LFC-F	36.32	<b>Veteranos 50</b>	Rosa Oliveira	EAROS	43.49
Avelino Feitas	VTSC	48.43	<b>Veteranos 60</b>	-	-	-

O Campeonato Regional de *Trail* foi organizado pela 1ª vez pela AAB e teve características muito próprias, disputando-se em "circuito de provas", nas quais, os atletas iam pontuando para apuramento final do Título de Campeão/ã, nos diferentes escalões.

Campeões Regionais - Trail						
Masculinos			Prova	Femininos		
Campeão de Braga	Clube	Marca		Campeã de Braga	Clube	Marca
Rui Araújo	ARCAA	-	<b>Sub23</b>	Sara Machado	AFR&F	-
Nuno Fernandes	IND-B	-	<b>Seniores</b>	Mariana Machado	ADOSA	-
Carlos Monteiro	FCV	-	<b>Veteranos 40</b>	Sandra Mesquita	ADOSA	-
Jorge Machado	ADOSA	-	<b>Veteranos 50</b>	-	-	-

Os campeões Regionais do KM Jovem, do Triatlo e do Tetratlo, conseguiram marcas de excelente qualidade, que lhes permitiu representar as seleções da AAB ao mais elevado nível, contribuindo cada um dos atletas, com o seu máximo, de forma a honrar a nossa Associação.



Campeões Regionais - KM Jovem						
Masculinos			Prova	Femininos		
Campeão de Braga	Clube	Marca		Campeã de Braga	Clube	Marca
João Azevedo	EAROS	3.00,71	<b>Infantis</b>	Ana Faria	EAROS	3.18,63
Francisco Silva	EAROS	2.50,40	<b>Iniciados</b>	Ana Marinho	EAROS	3.07,51
Pedro Vilas Boas	SCB	2.37,89	<b>Juvenis</b>	Beatriz Fernandes	EAROS	3.10,32

Campeões Regionais - Provas Combinadas						
Masculinos			Prova	Femininos		
Campeão de Braga	Clube	Marca		Campeã de Braga	Clube	Marca
Vítor Senra	ESBARC	692	<b>Triatlo Técnico Infantis</b>	Matilde Fernandes	SCB	1139
Francisco Costa	CCDR	1193	<b>Triatlo Técnico Iniciados</b>	Maria M Andrade	VTSC	1497
Pedro Sá	ESBARC	1560	<b>Triatlo Técnico Juvenis</b>	Jerusa Semedo	VTSC	1363
Pedro Matos	CCDR	1694	<b>Triatlo Opcional Juvenis</b>	Mariana Costa	SCB	1673
João Simões	AMONT	2373	<b>Tetratlo Técnico Iniciados 1</b>	Maria M Andrade	VTSC	2271
Rúben Reis	CCDR	1978	<b>Tetratlo Técnico Iniciados 2</b>	Ana Araújo	PLF	2084
Pedro Matos	CCDR	2219	<b>Tetratlo Técnico Juvenis</b>	Jerusa Semedo	VTSC	2007

## 4.2. Campeões Coletivos

Quanto aos Campeões coletivos nos diferentes Campeonatos Regionais, o realce vai para um leque alargado de clubes que conquistaram os diversos títulos em disputa.

CAMPEÕES COLETIVOS		
Competição	Clube	Escalão
Campeonato Regional de Corta Mato Curto	EAROS	INF Femininos
	AMONT	INI Femininos
	AMONT	INF Masculinos
	FCV	INI Masculinos
	FCV	JUV Masculinos
	EAROS	ABSOLUTA Masc.
Campeonato Regional de Lançamentos	PLF	ABSOLUTA
Campeonato Regional de Estrada	SCB	Femininos
	ARCAA	Masculinos
KM Jovem Regional	EAROS	ABSOLUTA
Campeonato Regional de Infantis	PLF	ABSOLUTA
Campeonato Regional de Iniciados	PLF	ABSOLUTA
Campeonato Regional de Juvenis	AMONT	ABSOLUTA
Campeonato Regional Absoluto	SCB	ABSOLUTA
Campeonato Regional de Trail	ARCAA	ABSOLUTA



## 5. Recordes

### 5.1. Nacionais

Os Recordes Nacionais são o que melhor exprime a valia técnica dos atletas. Por tal motivo, a AAB fica reconhecida e agradece à Beatriz Rios, à Maria João Barbosa, à Mariana Machado e ao João Peixoto, o facto da nossa Associação ficar associada a 6 recordes nacionais na época 2017/2018.

#### 5.1.1. Pista Ar Livre

RECORDES NACIONAIS - PISTA AR LIVRE INICIADOS FEMININOS				
Prova	Marca	Recordista	Clube	Data obtenção
1500 m. Obst	4.54,56	Beatriz Rios	AMONT	09/06/2018
	4.58,20	Beatriz Rios	AMONT	19/05/2018

RECORDES NACIONAIS - PISTA AR LIVRE JUVENIS FEMININOS				
Prova	Marca	Recordista	Clube	Data obtenção
Estafeta 4x100	46.89	Maria João Barbosa (Seleção Nacional)	CCDR	23/06/2018
Estafeta Medley	2.10.85	Maria João Barbosa (Seleção Nacional)	CCDR	08/07/2018

RECORDES NACIONAIS - PISTA AR LIVRE JUNIORES FEMININOS				
Prova	Marca	Recordista	Clube	Data obtenção
1500m.	4.13,31	Mariana Machado	SCB	08/06/2018

RECORDES NACIONAIS - PISTA AR LIVRE JUNIORES MASCULINOS				
Prova	Marca	Recordista	Clube	Data obtenção
800m.	1.49.42	João Peixoto	SCB	08/07/2018

#### 5.1.2. Pista Coberta

RECORDES NACIONAIS - PISTA COBERTA JUVENIS FEMININOS				
Prova	Marca	Recordista	Clube	Data obtenção
3000 m.	9.27,92	Mariana Machado	SCB	23/12/2018



## 5.2. Regionais

Os Recordes Regionais são também um aferidor da evolução do atletismo na nossa Associação. Daí, nada melhor que os 74 recordes batidos esta época (número que triplicou a média dos anos anteriores) para atestar o desenvolvimento dos nossos atletas. Este foi um feito nunca alcançado na AAB e que superou por larga margem as expectativas mais otimistas da Direção. De referir que os recordes foram conseguidos em vários escalões, em 44 disciplinas distintas, por 24 atletas diferentes e 7 equipas de estafeta, bem como repartidos por ambos os géneros.

### 5.2.1. Pista Ar Livre

#### 5.2.1.1. Femininos

RECORDES REGIONAIS - PISTA AR LIVRE INICIADOS FEMININOS				
Prova	Marca	Recordista	Clube	Data obtenção
250 m. Barreiras	40,03	Ana Araújo	AMONT	20/05/2018
Triplo S.	11,26	Alessandra Silva	CCDR	27/05/2018
	10,84	Alessandra Silva	CCDR	21/04/2018
1500 m.	4.37,46	Beatriz Rios	AMONT	27/05/2018
1500 m. Obst	4.54,56	Beatriz Rios	AMONT	09/06/2018
	4.58,20	Beatriz Rios	AMONT	19/05/2018

RECORDES REGIONAIS - PISTA AR LIVRE JUVENIS FEMININOS				
Prova	Marca	Recordista	Clube	Data obtenção
100 m.	11,99	Maria João Barbosa	CCDR	30/06/2018
	12,13	Maria João Barbosa	CCDR	20/06/2018
	12,20	Maria João Barbosa	CCDR	20/06/2018
	12,22	Maria João Barbosa	CCDR	09/06/2018
4X100 m.	48,61	Seleção AAB	AAB	10/06/2018
Estafeta Medley	2.20,00	S C Braga	SCB	24/06/2018
	2.23,74	S C Braga	SCB	27/05/2018

RECORDES REGIONAIS - PISTA AR LIVRE JUNIORES FEMININOS				
Prova	Marca	Recordista	Clube	Data obtenção
100 m.	11,99	Maria João Barbosa	CCDR	30/06/2018
800 m.	2.06,97	Mariana Machado	SCB	02/06/2018
1500 m.	4.13,31	Mariana Machado	SCB	08/06/2018



RECORDES REGIONAIS - PISTA AR LIVRE				
ABSOLUTOS FEMININOS				
Prova	Marca	Recordista	Clube	Data obtenção
100 m.	11,99	Maria João Barbosa	CCDR	30/06/2018
100 m. Barreiras	13,78	Andreia Felisberto	SCB	24/06/2018
	14,07	Andreia Felisberto	SCB	24/06/2018
	14,14	Andreia Felisberto	SCB	09/06/2018
S. Comprimento	6,00	Shaina Mags	SCB	21/07/2018
Triplo S.	13,37	Shaina Mags	SCB	22/07/2018
	13,23	Shaina Mags	SCB	08/07/2018
	13,22	Shaina Mags	SCB	20/06/2018
	13,20	Shaina Mags	SCB	02/06/2018
L. Dardo	44,80	Marlene Araújo	SCB	03/02/2018
	42,02	Marlene Araújo	SCB	28/01/2018

### 5.2.1.2. Masculinos

RECORDES REGIONAIS - PISTA AR LIVRE				
INFANTIS MASCULINOS				
Prova	Marca	Recordista	Clube	Data obtenção
150 m.	18,30	Jorge Oliveira	SCB	08/12/2017
Quadruplo S.	13,57	David Carvalho	CAB	19/11/2018
	13,47	Guilherme Enes	PLF	19/11/2018

RECORDES REGIONAIS - PISTA AR LIVRE				
INICIADOS MASCULINOS				
Prova	Marca	Recordista	Clube	Data obtenção
100 m. Barreiras	14,18	Francisco Costa	AAB	10/06/2018
250 m. Barreiras	34,22	Pedro Rodrigues	CCDR	20/05/2018
4X80 m.	36,62	Seleção AAB	AAB	09/06/2018
	36,73	Seleção AAB	AAB	06/06/2018

RECORDES REGIONAIS - PISTA AR LIVRE				
JUVENIS MASCULINOS				
Prova	Marca	Recordista	Clube	Data obtenção
300 m.	35,71	Pedro Vilas Boas	SCB	26/05/2018
400 m.	49,99	Pedro Vilas Boas	SCB	21/07/2018



	50,00	João Peixoto	SCB	30/06/2018
800 m.	1.49,42	João Peixoto	SCB	08/07/2018
	1.52,50	João Peixoto	SCB	07/07/2018
	1.53,21	João Peixoto	SCB	25/05/2018
	14,28	Pedro Matos	AECCB	14/04/2018
100 m. Barreiras	14,28	Pedro Matos	AECCB	14/04/2018
110 m. Barreiras	14,64	Pedro Matos	CCDR	07/07/2018
	14,64	Pedro Matos	AAB	24/06/2018
	14,70	Pedro Matos	CCDR	24/06/2018
	14,70	Pedro Matos	CCDR	24/06/2018

**RECORDES REGIONAIS - PISTA AR LIVRE  
JUNIORES MASCULINOS**

Prova	Marca	Recordista	Clube	Data obtenção
400 m.	49,42	Marcelo Pereira	NATAIPAS	30/06/2018
800 m.	1.49,42	João Peixoto	SCB	08/07/2018
	1.49,51	Marcelo Pereira	NATAIPAS	08/06/2018
	1.49,99	Marcelo Pereira	NATAIPAS	05/05/2018

**RECORDES REGIONAIS - PISTA AR LIVRE  
ABSOLUTOS MASCULINOS**

Prova	Marca	Recordista	Clube	Data obtenção
110 m. Barreiras	14,47	João Fontela	SCB	22/07/2018
	14,70	João Fontela	SCB	12/05/2018
L. Peso	16,25	Adriano Lopes	SCB	21/07/2018
L. Dardo	66,86	Mário Marques	SCB	28/07/2018
	65,36	Mário Marques	SCB	07/07/2018
	64,84	Mário Marques	SCB	24/02/2018

## 5.2.2. Pista Coberta

### 5.2.2.1. Femininos

**RECORDES REGIONAIS - PISTA COBERTA  
INICIADOS FEMININOS**

Prova	Marca	Recordista	Clube	Data obtenção
Triatlo Técnico	1732	Maria M. Andrade	VTSC	03/03/2018

**RECORDES REGIONAIS - PISTA COBERTA  
JUVENIS FEMININOS**

Prova	Marca	Recordista	Clube	Data obtenção
3000 m.	9.27,92	Mariana Machado	SCB	23/12/2017



RECORDES REGIONAIS - PISTA COBERTA JUNORES FEMININOS				
Prova	Marca	Recordista	Clube	Data obtenção
1500 m.	4.27,45	Mariana Machado	SCB	17/02/2018
4X200 m.	1.47,87	S C Braga	SCB	21/01/2018

RECORDES REGIONAIS - PISTA COBERTA ABSOLUTOS FEMININOS				
Prova	Marca	Recordista	Clube	Data obtenção
60 m. Barreiras	8,57	Andreia Felisberto	SCB	18/02/2018
S. Altura	1,76	Rafaela Vitorino	SCB	27/01/2018
S. Comprimento	5,92	Shaina Mags	SCB	10/02/2018
	5,85	Shaina Mags	SCB	27/01/2018
Triplo S.	13,01	Shaina Mags	SCB	11/02/2018
	12,79	Shaina Mags	SCB	27/01/2018
Pentatlo	3059	Vera Castro	SCB	11/02/2018
4X400 m.	3.59,66	S C Braga	SCB	18/02/2018

### 5.2.2.2. Masculinos

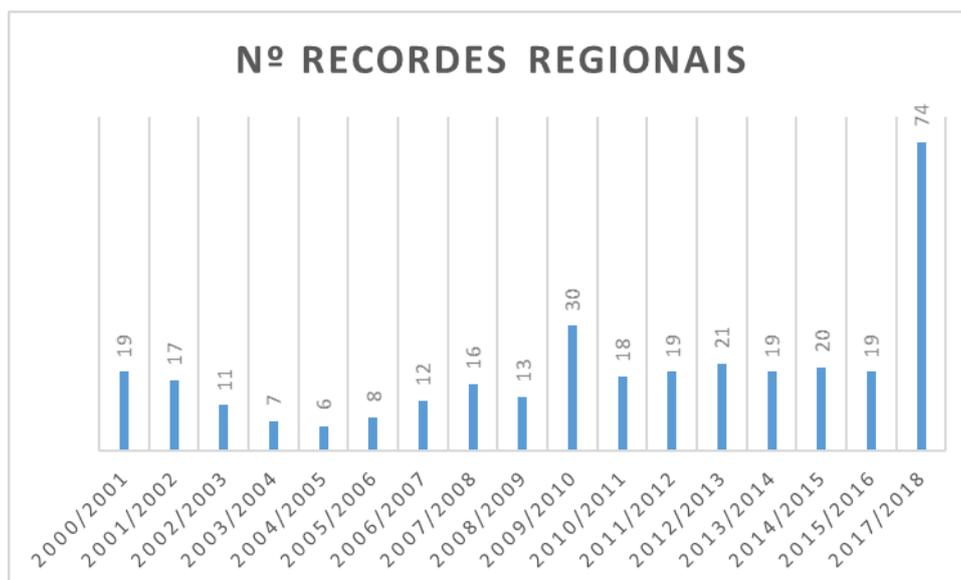
RECORDES REGIONAIS - PISTA COBERTA JUVENIS MASCULINOS				
Prova	Marca	Recordista	Clube	Data obtenção
800 m.	1.54,83	Pedro Vilas Boas	SCB	21/01/2018

RECORDES REGIONAIS - PISTA COBERTA JUNIORES MASCULINOS				
Prova	Marca	Recordista	Clube	Data obtenção
800 m.	1.52,57	Marcelo Pereira	NATAIPAS	04/03/2018

RECORDES REGIONAIS - PISTA COBERTA ABSOLUTOS MASCULINOS				
Prova	Marca	Recordista	Clube	Data obtenção
60 m. Barreiras	8,25	João Fontela	SCB	11/02/2018
	8,26	João Fontela	SCB	11/02/2018
4X400 m.	3.20,21	S C Braga	SCB	18/02/2018



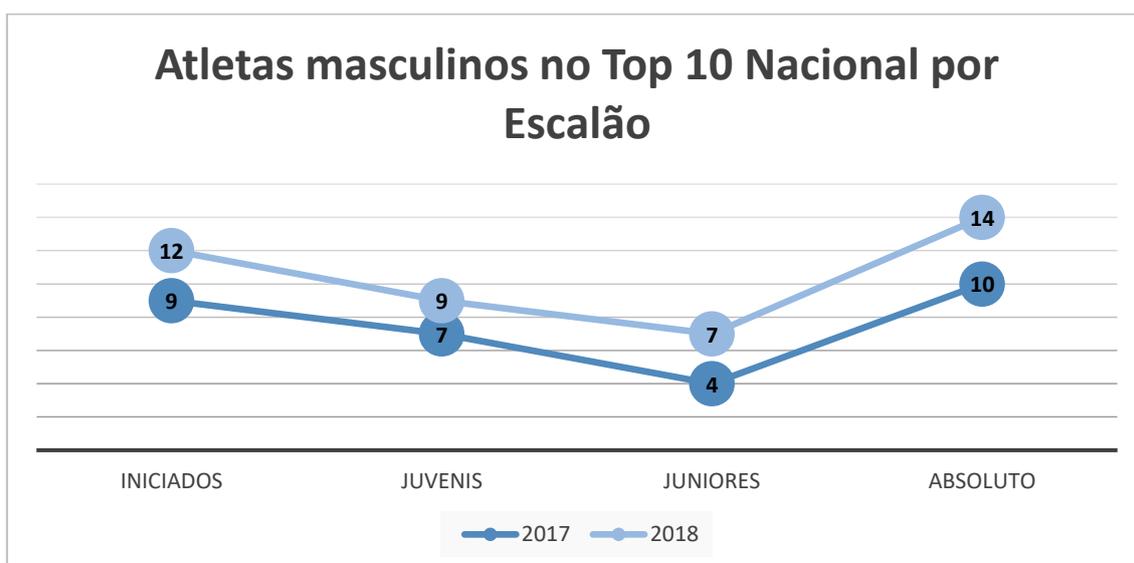
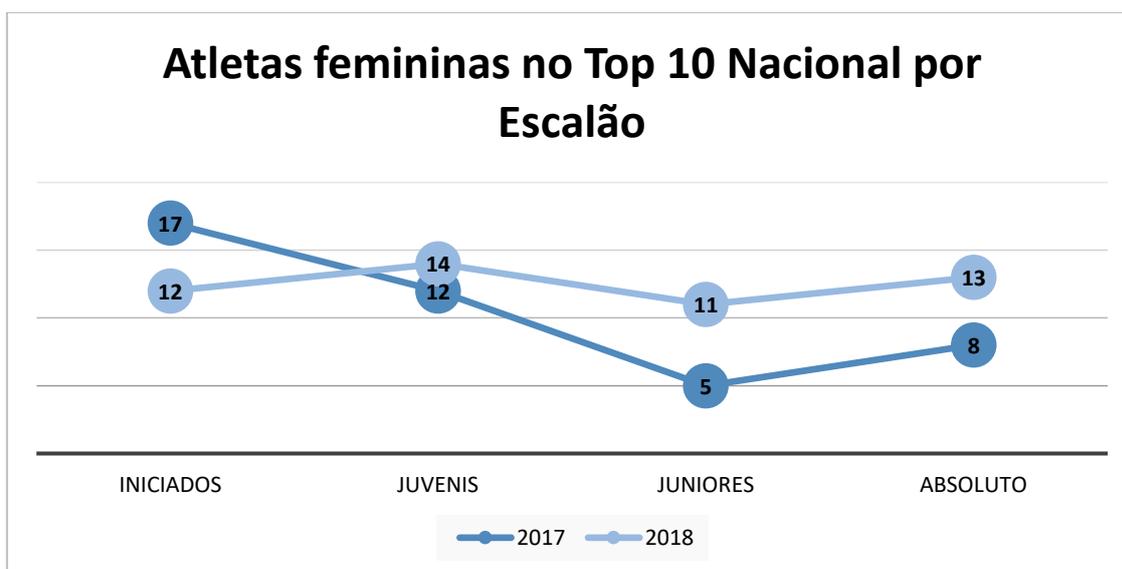
Género	Pista Ar Livre	Pista Coberta	TOTAL
Femininos	27	12	39
Masculinos	27	5	32
TOTAL	54	17	71



## 6. Rankings

### 6.1. Nacionais

Quanto ao posicionamento dos atletas nos Rankings Nacionais, houve um expressivo acréscimo do número de atletas que entraram no Top 10 Nacional, tendo passado de 72 na época anterior, para 92 nesta época. Mais uma vez esse aumento teve lugar em ambos os sexos e em todos escalões à exceção das iniciadas femininas. É ainda possível verificar o número de atletas por clube e o aumento de clubes com atletas no Top 10 Nacional, o que muito nos orgulha.



### 6.1.1. Análise por clubes



## 6.2. Regionais

### 6.2.1. Análise por escalão

Para análise dos Rankings Regionais foram tidos em conta a média das 5 melhores marcas em todos os escalões de iniciados a seniores e nos 2 géneros. Nesta análise constata-se que no conjunto de todas as médias houve uma evolução da época de 2017 para a época de 2018. Sendo que no total das provas, apenas 44 tiveram melhor média em 2017, para 90 melhores médias regionais em 2018. Verifica-se ainda, que este aumento é comum a todos os escalões de ambos os sexos, sendo de realçar que no escalão absoluto feminino se verificou melhoria das Top 5, na totalidade das disciplinas.

#### 6.2.1.1. Femininos

Média marcas top5 por prova e escalão				
Iniciados Femininos				
	Prova	2017	2018	Diferença
Corridas	80 metros	00:10,77	00:10,79	+00:00,02
	250 metros	00:36,65	00:35,92	00:00,73
	800 metros	02:23,22	02:24,47	+00:01,25
	1500 metros	05:02,16	05:02,81	+00:00,65
	80 m Barreiras	00:14,57	00:13,97	00:00,60
	250 m Barreiras	00:43,40	00:41,08	00:02,32
	1500 m Obst.	05:28,87	05:57,92	+00:29,05
	4000 MX	00:00,00	00:00,00	00:00,00



	4X80 metros	00:44,51	00:44,97	+00:00,46
Concursos	S. Altura	1,36	1,41	0,05
	S. Comprimento	4,75	4,79	0,04
	Quadruplo S.	12,71	12,73	0,03
	L. Peso	8,27	8,66	0,39
	L. Dardo	18,02	19,08	1,06
	L. Disco	24,59	21,40	-3,18
	L. Martelo	16,89	18,88	1,98

Média marcas top5 por prova e escalão				
Juvenis Femininos				
	Prova	2017	2018	Diferença
Corridas	100 metros	00:12,93	00:12,61	00:00,32
	200 metros	00:27,11	00:26,45	00:00,67
	300 metros	00:44,24	00:43,32	00:00,92
	800 metros	02:18,19	02:21,45	+00:03,26
	1500 metros	04:44,04	04:51,49	+00:07,45
	3000 metros	11:31,13	11:36,53	+00:14,54
	100 m Barreiras	00:17,87	00:17,04	00:00,83
	300 m Barreiras	00:52,31	00:51,29	00:01,03
	2000 m Obst	07:57,27	08:11,81	+00:14,54
	5000 MX	00:00,00	00:00,00	00:00,00
	4X100 metros	00:42,28	00:40,79	00:01,49
	Estafeta Medley	02:27,95	02:30,06	+00:02,11
Concursos	S. Altura	1,38	1,43	0,05
	S. Comprimento	5,17	5,02	-0,15
	Triplo S.	10,92	10,18	-0,74
	S. Vara	0,00	0,00	0,00
	L. Peso	9,34	9,28	-0,06
	L. Dardo	20,99	24,32	3,33
	L. Disco	18,25	23,00	4,75
L. Martelo	17,16	18,90	1,74	

Média marcas top5 por prova e escalão				
Juniors Femininos				
	Prova	2017	2018	Diferença
Corridas	100 metros	00:12,77	00:12,50	00:00,28
	200 metros	00:26,62	00:26,17	00:00,45
	400 metros	01:03,47	00:59,81	00:03,66
	800 metros	02:20,95	02:20,92	00:00,04
	1500 metros	04:54,61	04:53,75	00:00,86



	3000 metros	11:15,21	11:12,52	00:02,68
	5000 metros	20:42,26	17:52,67	02:49,59
	10000 metros	00:00,00	00:00,00	00:00,00
	100 m Barreiras	00:00,00	00:00,00	00:00,00
	400 m Barreiras	01:21,41	01:10,24	00:11,17
	3000 m Obst	00:00,00	00:00,00	00:00,00
	10000 MX	00:00,00	00:00,00	00:00,00
	4X100 metros	00:51,72	00:50,93	00:00,79
	4X400 metros	04:14,63	04:44,47	+00:29,84
Concursos	S. Altura	1,40	1,39	-0,01
	S. Comprimento	5,11	4,96	-0,15
	Triplo S.	10,56	10,71	0,15
	S. Vara	0,00	0,00	0,00
	L. Peso	8,98	9,29	0,31
	L. Dardo	17,17	19,13	1,96
	L. Disco	14,55	26,55	12,00
	L. Martelo	0,00	0,00	0,00

Média marcas top5 por prova e escalão				
Absoluto Feminino				
Prova		2017	2018	Diferença
Corridas	100 metros	00:12,73	00:12,38	00:00,35
	200 metros	00:26,62	00:25,96	00:00,66
	400 metros	01:02,92	00:59,72	00:03,20
	800 metros	02:18,13	02:15,35	00:02,78
	1500 metros	04:41,27	04:36,10	00:05,18
	5000 metros	18:59,93	17:44,02	01:15,91
	10000 metros	00:00,00	00:00,00	00:00,00
	100 m Barreiras	00:16,46	00:13,78	00:02,68
	400 m Barreiras	01:13,12	01:10,34	00:02,78
	3000 m Obst	12:00,65	11:26,84	00:33,81
	10000 MX	00:00,00	00:00,00	00:00,00
	4X100 metros	00:50,85	00:49,93	00:00,92
	4X400 metros	04:41,26	04:01,94	00:39,32
Concursos	S. Altura	1,47	1,57	0,10
	S. Comprimento	5,25	5,41	0,16
	Triplo S.	11,05	11,25	0,20
	S. Vara	2,93	3,15	0,22
	L. Peso	10,21	10,54	0,34
	L. Dardo	25,74	37,76	12,02
	L. Disco	24,07	27,59	3,52
	L. Martelo	54,97	56,55	1,58



## 6.2.1.2. Masculinos

Média marcas top5 por prova e escalão				
Iniciados Masculinos				
	Prova	2017	2018	Diferença
Corridas	80 metros	00:09,98	00:09,03	00:00,95
	250 metros	00:34,22	00:32,06	00:02,16
	800 metros	02:12,31	02:09,89	00:02,42
	1500 metros	04:34,64	04:36,52	+00:01,88
	100 m Barreiras	00:16,60	00:15,56	00:01,04
	250 m Barreiras	00:38,29	00:34,22	00:04,07
	1500 m Obst	04:58,89	05:03,95	+00:05,06
	4000 MX	00:00,00	00:00,00	00:00,00
	4X80 metros	00:42,18	00:39,63	00:02,54
Concursos	S. Altura	1,64	1,58	-0,06
	S. Comprimento	5,34	5,67	0,33
	Quadruplo S.	13,01	14,14	1,13
	L. Peso	10,56	11,01	0,45
	L. Dardo	24,09	27,26	3,17
	L. Disco	22,92	26,33	3,41
	L. Martelo	14,00	16,13	2,13

Média marcas top5 por prova e escalão				
Juvenis Masculinos				
	Prova	2017	2018	Diferença
Corridas	100 metros	00:11,76	00:11,53	00:00,23
	200 metros	00:23,82	00:23,52	00:00,30
	300 metros	00:37,72	00:37,30	00:00,42
	800 metros	01:58,77	01:57,42	00:01,35
	1500 metros	04:08,59	04:11,47	+00:02,88
	3000 metros	09:21,89	09:27,41	+00:05,52
	110 m Barreiras	00:17,85	00:16,44	00:01,40
	300 m Barreiras	00:55,40	00:44,20	00:11,21
	2000 m Obst	06:56,83	06:47,66	00:09,17
	5000 MX	00:00,00	00:00,00	00:00,00
	4X100 metros	00:47,76	00:49,13	00:01,37
	Estafeta Medley	02:28,17	02:12,95	00:15,22
Concursos	S. Altura	1,71	1,68	-0,02
	S. Comprimento	6,00	5,91	-0,08
	Triplo S.	12,26	12,02	-0,23
	S. Vara	0,00	0,00	0,00



L. Peso	11,55	10,85	-0,70
L. Dardo	30,28	32,88	2,60
L. Disco	28,98	23,47	-5,51
L. Martelo	21,70	16,33	-5,36

Média marcas top5 por prova e escalão				
Juniões Masculinos				
Prova		2017	2018	Diferença
Corridas	100 metros	00:11,61	00:11,41	00:00,21
	200 metros	00:23,77	00:23,48	00:00,28
	400 metros	00:54,48	00:51,30	00:03,18
	800 metros	01:56,49	01:55,01	00:01,49
	1500 metros	04:04,30	04:11,47	+00:07,17
	3000 metros	09:09,77	09:27,41	+00:17,64
	5000 metros	16:19,27	17:03,06	+00:43,78
	10000 metros	00:00,00	00:00,00	00:00,00
	110 m Barreiras	00:00,00	00:00,00	00:00,00
	400 m Barreiras	00:00,00	00:00,00	00:00,00
	3000 m Obst	00:00,00	00:00,00	00:00,00
	10000 MX	00:00,00	00:00,00	00:00,00
	4X100 metros	00:47,76	00:47,01	00:00,74
	4X400 metros	00:00,00	00:00,00	00:00,00
Concursos	S. Altura	1,63	1,74	0,10
	S. Comprimento	6,20	6,06	-0,14
	Triplo S.	12,26	12,72	0,46
	S. Vara	4,80	3,55	-1,25
	L. Peso	10,74	10,15	-0,60
	L. Dardo	29,11	27,75	-1,36
	L. Disco	33,82	27,98	-5,85
	L. Martelo	0,00	0,00	0,00

Média marcas top5 por prova e escalão				
Absoluto Masculino				
Prova		2017	2018	Diferença
Corridas	100 metros	00:11,05	00:10,90	00:00,15
	200 metros	00:22,75	00:22,59	00:00,16
	400 metros	00:52,34	00:50,26	00:02,08
	800 metros	01:55,43	01:53,01	00:02,42
	1500 metros	03:59,87	03:51,82	00:08,05
	5000 metros	15:09,95	14:56,34	00:13,61
	10000 metros	38:03,75	29:46,79	08:16,96



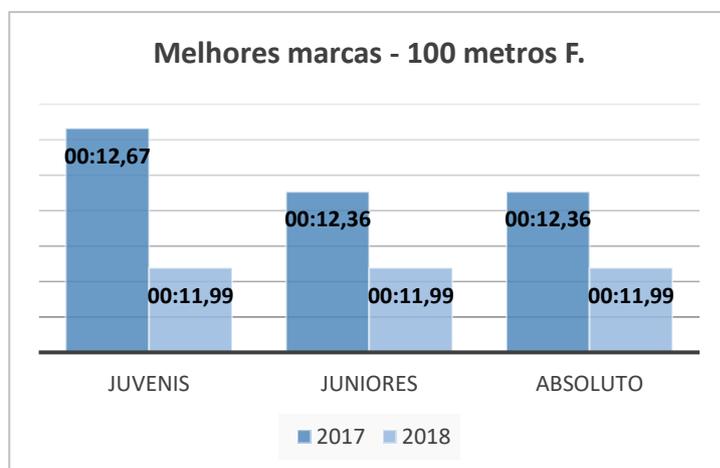
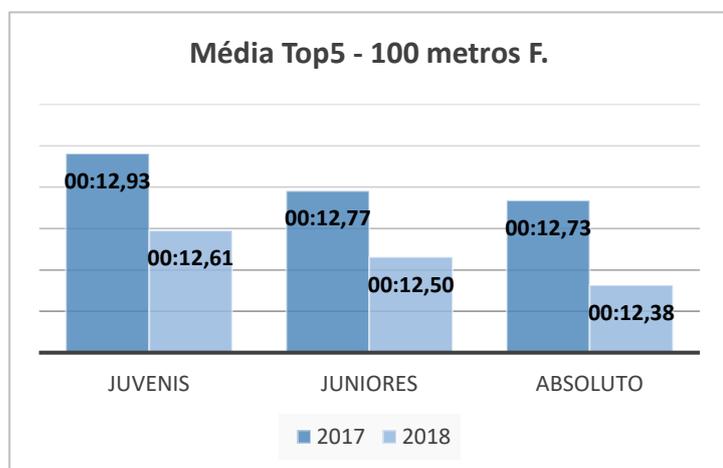
	110 m Barreiras	00:17,50	00:15,40	00:02,10
	400 m Barreiras	01:01,25	00:53,66	00:07,59
	3000 m Obst	09:37,54	09:45,30	00:07,76
	10000 MX	00:00,00	00:00,00	00:00,00
	4X100 metros	00:46,39	00:44,94	00:01,45
	4X400 metros	03:31,44	03:40,49	00:09,05
Concursos	S. Altura	1,88	1,91	0,04
	S. Comprimento	6,61	6,38	-0,23
	Triplo S.	13,32	12,76	-0,56
	S. Vara	0,96	0,71	-0,25
	L. Peso	12,87	14,32	1,45
	L. Dardo	39,79	39,07	-0,71
	L. Disco	30,11	33,83	3,72
	L. Martelo	61,47	59,09	-2,38

## 6.2.2. Análise por prova

À semelhança dos Rankings Regionais (Top 5), também os melhores resultados por prova e por escalão (juvenis, juniores e seniores) permite constatar que em todas provas femininas em análise, as marcas são melhores que na época transata, à exceção das provas de 800 e 1500m no escalão juvenil.

No setor masculino existe uma maior heterogeneidade, sendo visível que nas corridas até 800m, quer as marcas do Top5 quer a melhor marca em cada um dos escalões, são melhores do que as da época transata. Na prova de 1500m a média do Top5 e também das melhores marcas, baixou nos escalões de juvenis e juniores e melhorou no absoluto. Já no salto em altura melhoraram as médias no Top5 nos escalões de juniores e absolutos, sendo que ao nível das melhores marcas, apenas melhorou a de juniores relativamente à época anterior. No salto em comprimento, em 2018, apenas houve a melhor marca no escalão juvenil, sendo que todas as outras melhores marcas e melhores médias foram inferiores às de 2017

### 6.2.2.1. Femininos



**Média Top5 - 200 metros F.**



**Melhores marcas - 200 metros F.**



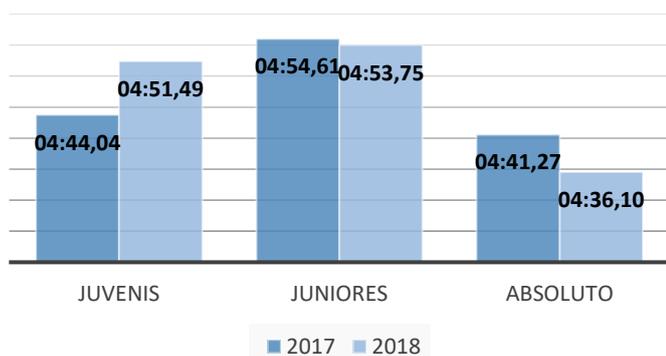
**Média Top5 - 800 metros F.**



**Melhores marcas - 800 metros F.**



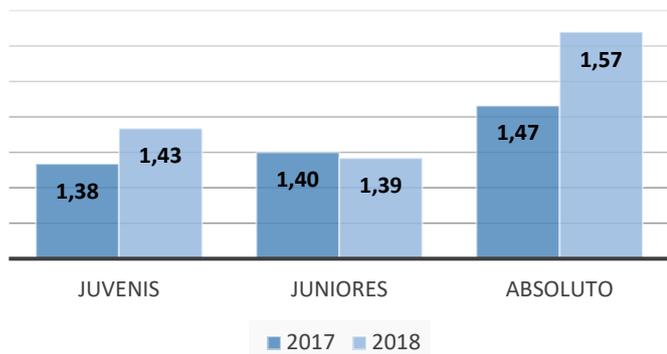
**Média Top5 - 1500 metros F.**



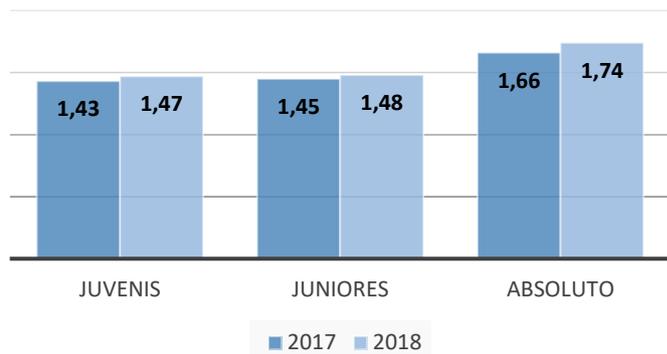
**Melhores marcas - 1500 metros F.**



**Média Top5 - S. Altura F.**



**Melhores marcas - S. Altura F.**



**Média Top5 - S. Comprimento F.**

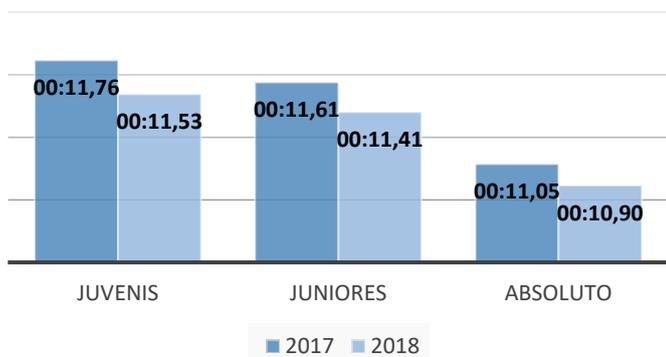


**Melhores marcas - S. Comprimento F.**



### 6.2.2.2. Masculinos

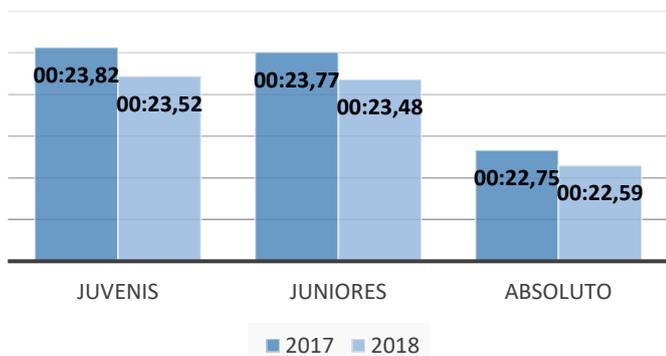
Média Top5 - 100 metros M.



Melhores marcas - 100 metros M.



Média Top5 - 200 metros M.



Melhores marcas - 200 metros M.



Média Top5 - 800 metros M.



Melhores marcas - 800 metros M.



Média Top5 - 1500 metros masculinos



Melhores marcas - 1500 metros M.



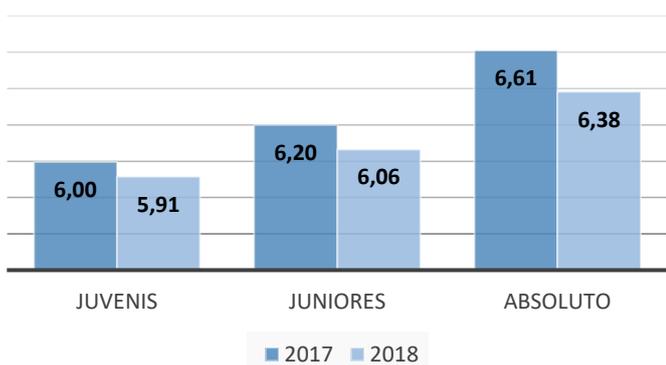
Média Top5 - S. Altura masculino



Melhores marcas - S. Altura masculino



Média Top5 - S. Comprimento M.



Melhores marcas - S. Comprimento M.



## 7. Representações da Seleção Nacional

### 7.1. Representações

Foram 12 os atletas de clubes da AAB que representaram as seleções nacionais nas mais diversas competições internacionais. Eis a lista de representações:

ATLETA	CLUBE	ESCALÃO	PROVA	COMPETIÇÃO
João Peixoto	SCB	Juvenis	800m.	Campeonato da Europa
		Juvenis	800m.	Troféu Ibérico Sub18
Pedro Vilas Boas	SCB	Juvenis	800m.	Campeonato da Europa
		Juvenis	800m.	Troféu Ibérico Sub18
Maria João Barbosa	CCDR	Juvenis	100m. e Estafeta Medley	Campeonato da Europa
		Juvenis	100m. e 4x100m.	Troféu Ibérico Sub18
Pedro Matos	CCDR	Juvenis	110m Barreiras	Troféu Ibérico Sub18
Marcelo Pereira	NATAIPAS	Juniores	800m.	Campeonato do Mundo
Mariana Machado	SCB	Juniores	1500m.	Campeonato do Mundo
		Juniores	Corta-mato	Campeonato da Europa de Corta-mato
Hugo Almeida	SCB	Seniores	Corta-mato	Campeonato da Europa de Corta-mato
Shaina Mags	SCB	Seniores	Triplo Salto	Triangular de Saltos
Manuel Mendes	VTSC	Desporto Adaptado	Maratona	Taça do Mundo IPC
Carlos Freitas	CAB	Desporto Adaptado	400m.	Campeonato da Europa IPC
Márcia Araújo	CAB	Desporto Adaptado	100m. e 200m.	Campeonato da Europa IPC
		Desporto Adaptado	100m. 200m. e 400 m.	Jogos da CPLP
Sara Araújo	CAB	Desporto Adaptado	100m. 200m. e 400 m.	Jogos da CPLP

### 7.2. Medalhados

ATLETA	CLUBE	PROVA	MEDALHA	MARCA	COMPETIÇÃO
João Peixoto	SCB	800m.	Bronze	1.49,42	Campeonato da Europa sub18
Carlos Freitas	CAB	400m.	Bronze	52,16	Campeonato da Europa IPC
Manuel Mendes	VTSC	Maratona	Prata	2h41.29	Taça do Mundo IPC
Márcia Araújo	CAB	100m.	Prata	14,71	Jogos da CPLP
		200m.	Prata	30,20	Jogos da CPLP
		400m.	Bronze	70,24	Jogos da CPLP
Sara Araújo	CAB	200m.	Bronze	31,27	Jogos da CPLP



## 8. Competições Inter-Associações

No que respeita a competições Interassociações, podemos dizer que estas se traduziram num enorme êxito, já que as classificações alcançadas se situaram entre o 2º e o 6º lugar a nível nacional.

No Triatlo Técnico Nacional em Pista Coberta, conseguimos a melhor classificação de sempre, ou seja, o excelente 4º lugar coletivo. Para isso, muito contribuíram as meritórias participações dos nossos selecionados, que conseguiram individualmente, dois segundos lugares, um terceiro, um quarto, um quinto e um décimo quarto lugar. De realçar que para além de 5 atletas terem batido os recordes pessoais, foi batido um novo recorde regional.

No que respeita ao Km Jovem Nacional, para além do excelente 2º lugar, refira-se que o tempo conseguido constitui novo recorde da AAB: 17'22"34. Nesta competição Nacional, mas para clubes, é de enaltecer a excelente prestação do nosso filiado EARO, que conseguiu o meritório 3º lugar, com o tempo de 18'21"91.

No Tetratlo Nacional, foi conseguido mais um brilhante segundo lugar, que corresponde à melhor classificação de sempre desta Associação, 13 428 pontos. Para este feito contribuíram as muito boas classificações individuais dos nossos atletas, que foram: 1 segundo lugar, 3 quartos, 1 sexto e um nono lugares. Estes corresponderam a 5 recordes pessoais (apenas 1 não o foi) dos quais 3 são novos recordes de Braga.

No Olímpico Jovem a AAB conseguiu o sexto lugar, que representa a 2ª melhor classificação de sempre e a melhor dos últimos 22 anos. Foram conseguidos 11 lugares de pódio, sendo que 6 corresponderam ao título de vice-campeão e 5 a títulos de Campeão Nacional. Cabe aqui enaltecer o feito da atleta Beatriz Rios, que bateu o único recorde Nacional da competição. Podemos também referir que os atletas do escalão de iniciados de ambos os sexos conseguiram mais pódios (4+4) e melhores classificações individuais. Em jeito de nota, fica também a referência à ausência de atletas participantes nas provas de marcha.

Época	1ºs lugares	2ºs lugares	3ºs lugares	Finalistas	Pontos	Lugar
2005/2006	3	2	1	14	489,0	9º
2006/2007	3	1	1	17	492,0	7º
2007/2008	1	4	1	13	505,5	8º
2008/2009	1	1	4	14	220,0	8º
2009/2010	6	4	5	12	293,5	7º
2010/2011	2	4	2	23	261,5	9º
2011/2012	4	2	3	13	259,0	8º
2012/2013	3	2	0	10	192,0	10º
2013/2014	1	1	1	12	208,5	9º
2014/2015	0	1	1	13	189,0	9º
2015/2016	0	0	2	11	368,0	12º
2016/2017	3	3	1	20	426,5	10º
2017/2018	5	6	0	24	580,0	6º



## Reflexões Finais

Tal como havia sido dito na introdução, a Direção e toda a “equipa” que conosco colabora, empenhou-se ao máximo para tornar possível o cumprimento daqueles que foram os objetivos traçados para a época em análise.

Reunimos com quase todas as Câmaras para tentar parcerias que contribuíssem para o apoio e desenvolvimento da modalidade. Ainda neste âmbito, procurou-se articular com todas as Câmaras, calendários de provas e espaços para a realização das mesmas, de forma a proporcionar a todos os nossos filiados uma oferta de provas o mais diversificada e abrangente possível.

Demos passos no sentido de levar a modalidade a todos os Concelhos solicitando reuniões de trabalho, que tiveram um acolhimento muito frutuoso. Em muitos casos foi possível um acordo para pagamento das taxas de filiação e seguro desportivo. Foi possível ainda, num curto espaço de tempo, levar a efeito um conjunto de provas, que se realizaram pela primeira vez, ou que foram retomadas após anos de interregno.

Procuramos sempre atender a todas as solicitações de entidades e organizações de provas ou de outros eventos desportivos, que constituíssem uma mais valia para a projeção e crescimento da modalidade.

No âmbito de “Braga Capital Europeia do Desporto” foi possível realizar no Estádio 1º de Maio, 4 competições marcantes na projeção do atletismo e da nossa Associação. Assim, o Troféu Ibérico de 10 000m, o Olímpico Jovem, o *Meeting* de S. João e o Campeonato Nacional de Clubes, constituíram momentos altos a nível competitivo e proporcionaram a toda a estrutura da AAB, novas experiências e novas dinâmicas de atuação. Ainda no que respeita à organização de provas, o Campeonato Nacional de Sub23, disputado em Guimarães, foi a última “prova de fogo” para esta Associação, que mais uma vez demonstrou estar à altura da organização de grandes eventos. Para além de toda a preparação logística no “terreno”, foi cumprido escrupulosamente o programa-horário e demais envolventes afetas à competição.

Voltamos a referir os constrangimentos provocados pela inexistência da pista coberta, e a falta de datas disponíveis nas pistas, Gêmeos Castro e Estádio 1º de Maio, pois não permitiram uma gestão ajustada do calendário, nem a realização de concentrações, tal como gostaríamos. Ainda no âmbito dos constrangimentos, deparamo-nos com a escassez de equipamentos, e em muitos casos, com equipamentos deteriorados, como foi o caso do *foto-finish*, que obrigou a recorrer às Associações de Viana do Castelo e do Porto. Uma preocupação que tem estado na ordem do dia é a falta do colchão de queda do salto com vara, que resultou desde logo, na impossibilidade da realização dos Campeonatos Regionais com programa completo e, obviamente, o facto dos atletas não poderem treinar esta disciplina do atletismo. Uma referência ainda para o mau estado de conservação em que se encontra o Centro de Lançamentos Dr. Braga dos Anjos, levando a que se estragassem e até partissem muitos discos, causando elevados prejuízos.

Outra aposta da Direção foi criar maior interação Público/Atleta nas provas de pista. Daí ter investido num *placard* de média dimensão, proporcionando uma “comunicação na hora”, de forma mais visível e atraente, de tudo o que vai acontecendo na competição, ou outra qualquer informação atual e útil para a modalidade.



Procuramos intervir na área do *Trail*, para regulamentar e estimular uma prática mais organizada, criando pela 1ª vez um Circuito que teve bastante adesão e criou nova dinâmica a este “público alvo”. O *feedback* foi muito positivo e as sugestões foram tantas e tão boas, que levaram a um maior número de candidaturas à integração no Circuito deste ano e ao patrocínio para atribuição de prémios individuais e coletivos.

No seguimento desta ideia surgiu já o Circuito de Milhas, que está a ser implementado na época em curso, a fim de estimular os atletas do meio fundo curto e tornar este setor mais competitivo. Procuramos fazer o mesmo no “setor” do corta-mato mas, infelizmente, a receptividade dos organizadores/entidades não foi a mesma. Tal facto, leva-nos a redobrar esforços no sentido de pôr em “pé” o Circuito de Corta-Mato.

A formação foi sempre uma preocupação da Direção. Infelizmente, com o início da época a exigir muito trabalho em várias “frentes” e com os prazos de candidatura muito limitados, não foi possível a realização de ações de formação. No entanto, estabelecemos contactos e esteve mesmo agendada uma jornada técnica sobre saltos, a qual, por razões alheias e de última hora, teve de ser cancelada. Este ano, estamos com o “processo em mãos” e vamos procurar fazer pelo menos cinco, ou seja, uma para cada setor. Meio fundo, velocidade/barreiras, saltos, lançamentos e marcha. Vamos ainda apresentar candidatura para um curso de treinadores de grau I.

A par das ações de formação para treinadores, vamos procurar o enquadramento dos nossos atletas no Centro de Formação Zona Norte. No seguimento do que fizemos na época passada, vamos realizar três Concentrações Jovens. Tentaremos também “protocolos” com treinadores de diferentes setores, para um apoio mais sistemático aos clubes e atletas que dele necessitem. Neste âmbito, podemos informar que já está a funcionar ??? o apoio na área dos lançamentos.

A Gala é encarada pela Direção como uma iniciativa fundamental, já que se trata de uma oportunidade de agradecer e reconhecer publicamente o mérito de atletas, de treinadores de dirigentes, de clubes, de entidades e de mecenas da nossa Associação. Esta está prevista para o dia 14 de janeiro e decorrerá no auditório da Câmara Municipal de Barcelos.

A Associação, reconhecendo a importância e a mais valia que constitui o Desporto Escolar, procurou articular e apoiar todas as iniciativas e competições organizadas por este organismo. Observa, porém, que nem tudo está a ser feito para que haja um maior aproveitamento por parte dos clubes. Por isso aproveitamos para lançar o repto de uma reflexão conjunta com todos os intervenientes na procura de soluções que visem a maior rentabilização deste potencial que são os alunos/atletas. O Desporto Universitário pode e deve ser também ele um setor a explorar de forma a trazer, a integrar, e a desenvolver novos valores para a modalidade.

Em síntese, podemos dizer que de um modo geral o balanço da época foi positivo, mas todos temos consciência do muito que há para fazer. Os problemas do passado persistem. É necessário chegar com o atletismo a todos os Concelhos, captar e fixar novos atletas e clubes e contribuir para o desenvolvimento dos mesmos. Precisamos de mais e melhores instalações desportivas, nomeadamente da construção de pistas simplificadas em V.N. Famalicão e Barcelos. Em suma, temos todos de convergir esforços no sentido de procurar soluções para os problemas que nos surgem no dia-a-dia.



## ANEXOS

## Anexo 1

Juízes – época 2017/2018

Nome	Categoria
Adelino Cunha	Arb
Ana Paula Lima	Arb
Filipe Antunes	Arb
António Veloso	Arb
Elsa Goncalves	Arb
Ana Sofia Duarte	Arb
Cecília Mouta	Arb
Francisco Macedo	Arb
Isabel Macedo	Arb
José Costa	Arb
Maria Clarisse Duarte	Arb
João Coelho	Arb
Ana Margarida Soares	Nac
André Ferreira	Nac
Aurélio Fagundes	Nac
Paula Luna	Nac
Luís Carlos Gonçalves	Nac
Mota Vieira	Nac
Daliana Selene	Pre
Bruno Santos	Pre
Dalila Campos	Pre
Adriana Costa	Pre
Cristiana Rodrigues	Pre
Juliana Santos	Pre
Patrícia Silva	Pre
Luís Guerra	Pre
Marina Ribeiro	Pre
Isaura Garrido	Pre
Lara Campos	Pre
Rafael Antunes	Pre
Sabrina Soares	Pre
Solange Fernandes	Pre
Vera Campos	Pre
Alexandra Silva	Reg
Bruno Campos	Reg



Diogo Antunes FF	Reg
Adélio Fernandes	Reg
Assis Silva	Reg
Filipe Ferreira	Reg
Gonçalo Borges	Reg
Helena Catarina Silva	Reg
Inês	Reg
Ana Alegria	Reg
Ana Sofia Ferreira	Reg
Diana Alves	Reg
Diana Soares	Reg
Elizete Vasconcelos	Reg
Flávio Rocha FF	Reg
Gaspar Goncalves	Reg
Hugo Cunha	Reg
José Maria Costa	Reg
Luís Sá FF	Reg
Rita Gomes	Reg
José Azevedo	Reg
José Veiga	Reg
Lina Cunha	Reg
Joana Garrido	Reg
Margarida Martins	Reg
João Garrido	Reg
José Pedro Gomes	Reg
Miguel Alves	Reg
Miguel Mesquita	Reg
Nuno Silva	Reg
Rita Antunes	Reg
Rosa Ferreira	Reg
Tiago Pinheiro	Reg
Victor Alves	Reg



## Anexo 2

Competições 2017/2018

(\* por apurar)

Nº	Data	Competição	Concelho	Especialidade	Nº Part.	Maculinas	Femininas
1	05/11/2017	IV Corta-Mato - Roda dos Ventos	VN Famalicão	Corta-mato	194	124	70
2	12/11/2017	I Corrida do Vale do Pelhe	VN Famalicão	Estrada	234	156	78
3	12/11/2017	III Corta-Mato de Barcelos	Barcelos	Corta-mato	224	140	84
4	19/11/2017	Torneio de Abertura	Guimarães	Pista Ar Livre	442	251	191
5	02/12/2017	Provas de Preparação	Guimarães	Pista Ar Livre	129	89	40
6	03/12/2017	II Corrida Solidária Tesco	VN Famalicão	Estrada	126	95	31
7	08/12/2017	I S. Silvestre de Seide	VN Famalicão	Estrada	268	209	59
8	09/12/2017	Torneio Jovem	Braga	Pista Ar Livre	158	87	71
9	10/12/2017	V Corta-Mato de Natal ATC	VN Famalicão	Corta-mato	111	71	40
10	17/12/2017	S. Silvestre de Braga	Braga	Estrada	1906	1399	507
11	23/12/2017	Campeonato Regional de Pista Coberta	Pombal	Pista Coberta	268	166	102
12	23/12/2017	S. Silvestre de Famalicão	VN Famalicão	Estrada	1971	1417	554
13	30/12/2017	Torneio de Ano Novo Dr. Braga dos Anjos	Braga	Pista Ar Livre	454	241	213
14	06/01/2018	Triatlo Técnico	Guimarães	Pista Ar Livre	518	270	248
15	06/01/2018	S. Silvestre de Esmeriz	VN Famalicão	Estrada	362	267	95
16	13/01/2018	S. Silvestre da Juventude Castelões	VN Famalicão	Estrada	413	270	143
17	14/01/2018	Campeonato Regional de Corta-mato curto	Vizela	Corta-mato	136	79	57
18	27/01/2018	Corrida do Adepto	Braga	Estrada	460	356	104
19	03/02/2018	Campeonato Regional de Lançamentos	Guimarães	Pista Ar Livre	216	129	87
20	03/02/2018	Torneio de Atletismo de Pavilhão - CFD D.Maria II	VN Famalicão	Pavilhão	245	117	128
21	17/02/2018	Torneio de Salto em Altura em Sala	VN Famalicão	Pavilhão	136	86	50
22	24/02/2018	Taça Nacional de Lançamentos Longos Master + Provas Extra	Guimarães	Pista Ar Livre	180	113	67
23	25/02/2018	Trail Solidário Creche da Guia	VN Famalicão	Trail	*	*	*
24	03/03/2018	Torneio de Atletismo de Pavilhão CFD AEGS	Braga	Pavilhão	214	112	102
25	11/03/2018	Trail Águias de Alvelos 2018	Barcelos	Trail	395	307	88
26	13/03/2018	Projeto Mega (fase CLDE Braga)	Braga	Pista Ar Livre	609	324	285
27	18/03/2018	III Trail Rota do Bolinhol	Vizela	Trail	*	*	*



RELATÓRIO TÉCNICO 2017/2018

<b>28</b>	18/03/2018	Corrida Solidária - Cruz Vermelha	Braga	Estrada	162	115	47
<b>29</b>	21/03/2018	6º Encontro CLDE de Atletismo	Braga	Pista Ar Livre	221	142	79
<b>30</b>	25/03/2018	Meia Maratona de Braga	Braga	Estrada	1155	978	177
<b>31</b>	25/03/2018	38º Grande Prémio de Atletismo da JUNI	Guimarães	Estrada	*	*	*
<b>32</b>	31/03/2018	Trail Isabelinha	Barcelos	Trail	414	272	142
<b>33</b>	07/04/2018	Campeonato de Portugal de 10.000 metros + Troféu Ibérico	Braga	Pista Ar Livre	210	146	64
<b>34</b>	07/04/2018	I Trail Santa Apolónia	VN Famalicão	Trail	565	401	164
<b>35</b>	08/04/2018	Provas de Preparação	Braga	Pista Ar Livre	158	88	70
<b>36</b>	08/04/2018	Meia Maratona de Barcelos	Barcelos	Estrada	472	332	140
<b>37</b>	14/04/2018	Provas de Preparação	Braga	Pista Ar Livre	152	84	68
<b>38</b>	14/04/2018	Campeonato Regional de Estrada (GPA Madre Deus)	Guimarães	Estrada	*	*	*
<b>39</b>	14/04/2018	Trail Escola Dr. Nuno Simões	VN Famalicão	Trail	47	35	12
<b>40</b>	22/04/2018	Estafeta da Amizade *GMR & BRAGA	Guimarães	Estrada	784	392	392
<b>41</b>	25/04/2018	V Grande Prova - Correr por São Martinho	VN Famalicão	Estrada	211	137	74
<b>42</b>	26/04/2018	II Meeting Jovem Cidade de Guimarães	Guimarães	Pista Ar Livre	189	86	103
<b>43</b>	01/05/2018	GP Atletismo Landim	VN Famalicão	Estrada	220	152	68
<b>44</b>	01/05/2018	GP Atletismo Serzedo	Guimarães	Estrada	181	117	64
<b>45/46</b>	12e13/05/2018	Torneio Olímpico Jovem AABraga	Braga	Pista Ar Livre	459	265	194
<b>47/48</b>	19e20/05/2018	Campeonato Regional de Iniciados e Veteranos	Guimarães	Pista Ar Livre	377	157	220
<b>49</b>	19/05/2018	20ª Milha Urbana de VN Famalicão	VN Famalicão	Estrada	459	271	188
<b>50/51</b>	26e27/05/2018	Campeonato Regional de Infantis e Juvenis	Braga	Pista Ar Livre	522	278	244
<b>52</b>	27/05/2018	Meia Maratona de Esposende	Esposende	Estrada	929	695	234
<b>53</b>	30/05/2018	I Noite Atlética	Braga	Pista Ar Livre	188	124	64
<b>54/55</b>	02e03/06/2018	Campeonato de Juniores do Norte	Lousada	Pista Ar Livre	365	207	158
<b>56</b>	03/06/2018	Corrida Caldas das Taipas	Guimarães	Estrada	435	358	77
<b>57</b>	06/06/2018	II Noite Atlética	Braga	Pista Ar Livre	222	142	80
<b>58/59</b>	09e10/06/2018	Torneio Olímpico Jovem - Final Nacional	Braga	Pista Ar Livre	826	417	409
<b>60</b>	10/06/2018	V GPA Braga-Priscos	Braga	Estrada	128	108	20
<b>61</b>	10/06/2018	GPA Bernardino Machado	VN Famalicão	Estrada	513	400	113



RELATÓRIO TÉCNICO 2017/2018

62	13/06/2018	Tetratlo Técnico Regional	Braga	Pista Ar Livre	167	87	80
63/64	16e17/06/2018	Apuramento Campeonato Nacional de Clubes de Pista	Guimarães	Pista Ar Livre	455	273	182
65	17/06/2018	VII Edição Grande Prémio AIREV	Vizela	Estrada	138	118	20
66	20/06/2018	Meeting de São João	Braga	Pista Ar Livre	303	184	119
67	22/06/2018	Corrida de São João Braga	Braga	Estrada	860	653	207
68	23/06/2018	12ª Corrida Popular de Gavião	VN Famalicão	Estrada	333	282	51
69	24/06/2018	I Trail Airó Run	Barcelos	Trail	279	210	69
70	24/06/2018	Meia Maratona de Guimarães	Guimarães	Estrada	1636	1270	366
71	30/06/2018	II Corrida Popular Jesufrei	VN Famalicão	Estrada	118	95	23
72	01/07/2018	IV Trail Senhora do Carmo	Barcelos	Trail	347	262	85
73	07/08/2018	I Trail Santa Luzia	Barcelos	Trail	121	97	24
74	11/07/2018	III Noite Atlética	Braga	Pista Ar Livre	202	116	86
75	14/07/2018	Galo Night Run	Barcelos	Estrada	462	300	162
76	15/07/2018	IV Corrida Santa Maria de Nine	VN Famalicão	Estrada	218	177	41
77/78	21e22/07/2018	Campeonato Nacional de Clubes - Final da I, II e III Divisões	Braga	Pista Ar Livre	994	502	492
79/80	28e29/07/2018	Campeonato Nacional de Esperanças	Guimarães	Pista Ar Livre	463	241	222
81	01/09/2018	VI Grande Prémio de Atletismo Águias de Alvelos	Barcelos	Estrada	145	123	22
82	08/09/2018	5ª Corrida Popular de Esmeriz/Cabeçudos	VN Famalicão	Estrada	286	197	89
83	16/09/2018	XII Mini- Maratona "Pessoas Diferentes, Direitos Iguais"	Guimarães	Estrada	215	178	37
84	23/09/2018	II Trail das 3 Virgens	Guimarães	Trail	364	278	86
85	23/09/2018	I Trail da Lagoa	Guimarães	Trail	88	64	24
86	30/09/2018	XIX Famalicão-Joane	VN Famalicão	Estrada	899	744	155
87	07/10/2018	Trail Terras de Vermoim	VN Famalicão	Trail	196	151	45
88	14/10/2018	III Trail dos Moinhos e Cruzeiros	VN Famalicão	Trail	447	327	120
89	20/10/2018	4ª Corrida e Caminhada de Pedome	VN Famalicão	Estrada	363	279	84
90	21/10/2018	24º Grande Prémio de Atletismo de Tregosa	Barcelos	Estrada	133	91	42
91	28/10/2018	38º Grande Prémio de Atletismo da Silva	Barcelos	Estrada	278	238	40
92	28/10/2018	Corrida & Caminhada Vital contra o AVC	Braga	Estrada	606	417	189
93	31/10/2018	2ª Corrida Assombrada	Braga	Estrada	22	12	10



## Anexo 3

Atletas presentes no Top 10 Nacional – 2017 – Pista Ar Livre

2017						
Sexo	Escalão	Prova	Posição Ranking	Atleta	Clube	Marca
Feminino	Iniciados	80 metros	3	Carlota Ribeiro	JUNI	10,38
Feminino	Iniciados	250 metros	9	Maria M. Andrade	JUNI	35,58
Feminino	Iniciados	800 metros	1	Beatriz Fernandes	EAROS	2.18,48
Feminino	Iniciados	800 metros	2	Ana Marinho	EAROS	2.18,96
Feminino	Iniciados	800 metros	4	Beatriz Rios	AMONT	2.19,95
Feminino	Iniciados	1500 metros	2	Ana Marinho	EAROS	4.41,76
Feminino	Iniciados	1500 metros	3	Beatriz Rios	AMONT	4.42,09
Feminino	Iniciados	1500 metros	8	Beatriz Fernandes	EAROS	4.59,26
Feminino	Iniciados	250 m. Barr.	8	Maria M. Andrade	JUNI	40,15
Feminino	Iniciados	250 m. Barr.	10	Ana Araújo	AMONT	40,42
Feminino	Iniciados	1500 m. obst	1	Beatriz Rios	AMONT	5.04,35
Feminino	Iniciados	1500 m. obst	7	Ana Araújo	AMONT	5.29,59
Feminino	Iniciados	S. Comprimento	6	Maria M. Andrade	JUNI	5,22
Feminino	Iniciados	Quadruplo S.	2	Maria M. Andrade	JUNI	13,17
Feminino	Iniciados	Quadruplo S.	4	Alessandra Silva	CCDR	12,91
Feminino	Iniciados	Quadruplo S.	6	Ana Fernandes	SCB	12,78
Feminino	Iniciados	L. Disco	2	Francisca Veiga	AMONT	34,74
Total						17

2017						
Sexo	Escalão	Prova	Posição Ranking	Atleta	Clube	Marca
Masculino	Iniciados	80 metros	10	Gonçalo Costa	CCDR	9,74
Masculino	Iniciados	250 metros	7	Gabriel Simões	AMONT	31,58
Masculino	Iniciados	800 metros	10	Rui Oliveira	EAROS	2.07,10
Masculino	Iniciados	1500 metros	9	Rui Oliveira	EAROS	4.22,58
Masculino	Iniciados	1500 m. obst	10	Eduardo Dias	SCB	4.42,63
Masculino	Iniciados	4X80 metros	6	Seleção AAB	AAB	38,12
Masculino	Iniciados	S. Altura	5	Pedro Juncal	EDMII	1,73
Masculino	Iniciados	S. Altura	6	Pedro Sá	AMONT	1,71
Masculino	Iniciados	Quadruplo S.	7	Pedro Sá	AMONT	14,39
Total						9



RELATÓRIO TÉCNICO 2017/2018

2017						
Sexo	Escalão	Prova	Posição Ranking	Atleta	Clube	Marca
Feminino	Juvenis	800 metros	1	Mariana Machado	SCB	2.09,85
Feminino	Juvenis	800 metros	6	Beatriz Fernandes	EAROS	2.18,48
Feminino	Juvenis	800 metros	8	Ana Marinho	EAROS	2.18,96
Feminino	Juvenis	1500 metros	1	Mariana Machado	SCB	4.25,88
Feminino	Juvenis	1500 metros	5	Ana Marinho	EAROS	4.41,76
Feminino	Juvenis	1500 metros	6	Beatriz Rios	AMONT	4.42,09
Feminino	Juvenis	3000 metros	7	Mónica Silva	VTSC	10.31,76
Feminino	Juvenis	3000 metros	8	Mónica Costa	AMONT	10.35,65
Feminino	Juvenis	2000 m. obst.	4	Bruna Ortiga	EAROS	7.30,70
Feminino	Juvenis	S. Comprimento	10	Mariana Costa	SCB	5,37
Feminino	Juvenis	Triplo S.	9	Beatriz Santos	SCB	10,97
Feminino	Juvenis	Estafeta Medley	4	SCB	SCB	2.25,81
Total						12

2017						
Sexo	Escalão	Prova	Posição Ranking	Atleta	Clube	Marca
Masculino	Juvenis	800 metros	2	Marcelo Pereira	NATAIPAS	1.53,09
Masculino	Juvenis	800 metros	4	João Peixoto	SCB	1.55,51
Masculino	Juvenis	800 metros	6	Pedro Vilas Boas	SCB	1.55,96
Masculino	Juvenis	1500 metros	2	Marcelo Pereira	NATAIPAS	3.55,96
Masculino	Juvenis	3000 metros	5	Diogo Rosário	SCB	8.53,04
Masculino	Juvenis	2000 m. Obst	3	Diogo Rosário	SCB	6.06,85
Masculino	Juvenis	Triplo S.	7	João Aguilar	SCB	13,39
Total						7

2017						
Sexo	Escalão	Prova	Posição Ranking	Atleta	Clube	Marca
Feminino	Juniores	100 metros	9	Jéssica Neto	SCB	12,36
Feminino	Juniores	800 metros	3	Mariana Machado	SCB	2.09,85
Feminino	Juniores	1500 metros	2	Mariana Machado	SCB	4.25,88
Feminino	Juniores	1500 metros	8	Ana Marinho	EAROS	4.41,76
Feminino	Juniores	1500 metros	9	Beatriz Rios	AMONT	4.42,09
Total						5



RELATÓRIO TÉCNICO 2017/2018

2017						
Sexo	Escalão	Prova	Posição Ranking	Atleta	Clube	Marca
Masculino	Juniores	800 metros	6	Marcelo Pereira	NATAIPAS	1.53,48
Masculino	Juniores	1500 metros	8	Marcelo Pereira	NATAIPAS	3.55,96
Masculino	Juniores	1500 metros	10	João Alves Lopes	SCB	3.56,94
Masculino	Juniores	S. Vara	2	Tomás Marreiros	SCB	4,80
Total						4

2017						
Sexo	Escalão	Prova	Posição Ranking	Atleta	Clube	Marca
Feminino	Absoluto	800 metros	10	Mariana Machado	SCB	2.09,85
Feminino	Absoluto	1500 metros	5	Mariana Machado	SCB	4.26,90
Feminino	Absoluto	5000 metros	10	Vanessa Carvalho	SCB	17.06,36
Feminino	Absoluto	10000 metros	2	Carla Salomé Rocha	IND-B	32.07,62
Feminino	Absoluto	Maratona	2	Carla Salomé Rocha	IND-B	2.27.08
Feminino	Absoluto	Maratona	5	Doroteia Peixoto	AMONT	2.32.00
Feminino	Absoluto	L. Peso	9	Elsa Cruz	SCB	12,82
Feminino	Absoluto	L. Martelo	5	Andreia Venade	SCB	54,97
Total						8

2017						
Sexo	Escalão	Prova	Posição Ranking	Atleta	Clube	Marca
Masculino	Absoluto	200 metros	9	Eduardo Sá	SCB	21,56
Masculino	Absoluto	400 m. Barr.	6	Ricardo Lima	SCB	53,51
Masculino	Absoluto	S. Altura	2	Rafael Vilas Boas	SCB	2,10
Masculino	Absoluto	S. Vara	7	Tomás Marreiros	SCB	4,75
Masculino	Absoluto	S. Comprimento	9	Ricardo Jaquité	SCB	7,26
Masculino	Absoluto	Triplo S.	3	Ricardo Jaquité	SCB	16,12
Masculino	Absoluto	L. Peso	8	Adriano Lopes	SCB	15,38
Masculino	Absoluto	L. Martelo	4	João Venade	SCB	61,47
Masculino	Absoluto	L. Dardo	3	Mário Marques	SCB	64,65
Masculino	Absoluto	20K MX	8	António Pereira	SCB	1.33.32
Total						10



## Atletas presentes no Top 10 Nacional – 2018 – Pista Ar Livre

2018						
Sexo	Escalão	Prova	Posição Ranking	Atleta	Clube	Marca
Feminino	Iniciados	800 metros	2	Ana Marinho	EAROS	2.16,57
Feminino	Iniciados	800 metros	4	Beatriz Rios	AMONT	2.19,43
Feminino	Iniciados	1500 metros	1	Beatriz Rios	AMONT	4.37,46
Feminino	Iniciados	1500 metros	2	Ana Marinho	EAROS	4.39,23
Feminino	Iniciados	1500 m. obst	1	Beatriz Rios	AMONT	4.54,56
Feminino	Iniciados	250 m. Barr.	3	Ana Araújo	PLF	40,03
Feminino	Iniciados	250 m. Barr.	4	Ana Araújo	AMONT	40,07
Feminino	Iniciados	S. Comprimento	2	Maria M. Andrade	VTSC	5,33
Feminino	Iniciados	Quadruplo S.	9	Ana Fernandes	CAB	12,24
Feminino	Iniciados	L. Disco	4	Francisca Veiga	AMONT	31,99
Feminino	Iniciados	L. Dardo	7	Leonor Viamonte	VTSC	27,08
Feminino	Iniciados	4X80 metros	8	Seleção AAB	AAB	41,96
Total						12

2018						
Sexo	Escalão	Prova	Posição Ranking	Atleta	Clube	Marca
Masculino	Iniciados	80 metros	2	Gabriel Maia	CCDR	9,44
Masculino	Iniciados	80 metros	5	Francisco Costa	CCDR	9,47
Masculino	Iniciados	800 metros	3	Francisco Silva	EAROS	2.01,56
Masculino	Iniciados	800 metros	5	João Simões	AMONT	2.05,22
Masculino	Iniciados	100 m. Barr.	3	Francisco Costa	CCDR	14,18
Masculino	Iniciados	100 m. Barr.	4	João Simões	AMONT	14,28
Masculino	Iniciados	250 m. Barr.	3	Pedro Rodrigues	CCDR	34,22
Masculino	Iniciados	250 m. Barr.	4	João Simões	AMONT	34,68
Masculino	Iniciados	S. Comprimento	7	Francisco Costa	CCDR	6,05
Masculino	Iniciados	L. Peso	7	Guilherme Enes	PLF	12,41
Masculino	Iniciados	4X80 metros	1	Seleção AAB	AAB	36,62
Masculino	Iniciados	4X80 metros	10	CLDEB	CLDEB	38,14
Total						12

2018						
Sexo	Escalão	Prova	Posição Ranking	Atleta	Clube	Marca
Feminino	Juvenis	100 metros	2	Maria João Barbosa	CCDR	11,99
Feminino	Juvenis	200 metros	6	Maria João Barbosa	CCDR	25,46
Feminino	Juvenis	800 metros	7	Ana Marinho	EAROS	2.16,57
Feminino	Juvenis	1500 metros	3	Beatriz Rios	AMONT	4.37,46
Feminino	Juvenis	1500 metros	4	Ana Marinho	EAROS	4.39,23
Feminino	Juvenis	3000 metros	10	Mónica Costa	AMONT	10.49,90



RELATÓRIO TÉCNICO 2017/2018

Feminino	Juvenis	2000 m. Obst	8	Bruna Ortiga	EAROS	7.54,84
Feminino	Juvenis	300 m. Barr.	3	Jerusa Semedo	VTSC	46,93
Feminino	Juvenis	S. Comprimento	6	Mariana Costa	SCB	5,41
Feminino	Juvenis	S. Comprimento	10	Maria M. Andrade	VTSC	5,33
Feminino	Juvenis	Triplo S.	5	Alessandra Silva	CCDR	11,26
Feminino	Juvenis	4X100 m.	4	Seleção AAB	AAB	48,61
Feminino	Juvenis	Estafeta Medley	3	SCB	SCB	2.22,00
Feminino	Juvenis	Estafeta Medley	5	SCB	SCB	2.23,74
Total						14

2018						
Sexo	Escalão	Prova	Posição Ranking	Atleta	Clube	Marca
Masculino	Juvenis	100 metros	8	Pedro Matos	CCDR	11,11
Masculino	Juvenis	300 metros	5	Pedro Vilas Boas	SCB	35,71
Masculino	Juvenis	800 metros	1	João Peixoto	SCB	1.49,42
Masculino	Juvenis	800 metros	2	Pedro Vilas Boas	SCB	1.53,68
Masculino	Juvenis	1500 metros	2	João Peixoto	SCB	3.59,25
Masculino	Juvenis	2000 m. obst	4	José Moreira	CCDR	6.13,95
Masculino	Juvenis	110 m. Barr.	2	Pedro Matos	CCDR	14,64
Masculino	Juvenis	L. Dardo	10	Luís Silva	VTSC	45,12
Masculino	Juvenis	4X100 m.	6	CCDR	CCDR	44,65
Total						9

2018						
Sexo	Escalão	Prova	Posição Ranking	Atleta	Clube	Marca
Feminino	Juniores	100 metros	4	Maria João Barbosa	CCDR	11,99
Feminino	Juniores	200 metros	9	Maria João Barbosa	CCDR	25,46
Feminino	Juniores	800 metros	2	Mariana Machado	SCB	2.06,97
Feminino	Juniores	1500 metros	1	Mariana Machado	SCB	4.13,31
Feminino	Juniores	1500 metros	6	Beatriz Rios	AMONT	4.37,46
Feminino	Juniores	1500 metros	8	Ana Marinho	EAROS	4.39,23
Feminino	Juniores	3000 metros	8	Mónica Silva	VTSC	10.17,83
Feminino	Juniores	5000 metros	2	Mónica Silva	VTSC	17.52,67
Feminino	Juniores	Triplo S.	7	Beatriz Santos	SCB	11,50
Feminino	Juniores	S. Vara	2	Bárbara Mota	SCB	3,25
Feminino	Juniores	4X100 m.	9	Seleção AAB	AAB	48,61
Total						11

2018						
Sexo	Escalão	Prova	Posição Ranking	Atleta	Clube	Marca
Masculino	Juniores	400 metros	4	Marcelo Pereira	NATAIPAS	49,42
Masculino	Juniores	400 metros	10	Pedro Vilas Boas	SCB	49,99



RELATÓRIO TÉCNICO 2017/2018

Masculino	Juniores	800 metros	1	João Peixoto	SCB	1.49,42
Masculino	Juniores	800 metros	2	Marcelo Pereira	NATAIPAS	1.49,49
Masculino	Juniores	800 metros	6	Pedro Vilas Boas	SCB	1.53,68
Masculino	Juniores	1500 metros	8	João Peixoto	SCB	3.59,25
Masculino	Juniores	1500 metros	9	Marcelo Pereira	NATAIPAS	4.00,15
Total						7

2018						
Sexo	Escalão	Prova	Posição Ranking	Atleta	Clube	Marca
Feminino	Absoluto	100 metros	9	Maria João Barbosa	CCDR	11,99
Feminino	Absoluto	800 metros	8	Mariana Machado	SCB	2.09,97
Feminino	Absoluto	1500 metros	2	Mariana Machado	SCB	4.13,31
Feminino	Absoluto	Maratona	3	Doroteia Peixoto	AMONT	2.35,15
Feminino	Absoluto	3000 m. obst	10	Jéssica Matos	SCB	11.26,84
Feminino	Absoluto	100 m. Barr.	3	Andreia Felisberto	SCB	13,78
Feminino	Absoluto	S. Altura	3	Rafaela Vitorino	SCB	1,76
Feminino	Absoluto	S. Altura	8	Ana Silva	SCB	1,71
Feminino	Absoluto	S. Comprimento	9	Shaina Mags	SCB	6,00
Feminino	Absoluto	Triplo S.	6	Shaina Mags	SCB	13,37
Feminino	Absoluto	L. Martelo	2	Andreia Venade	SCB	56,55
Feminino	Absoluto	L. Dardo	3	Marlene Araújo	SCB	45,08
Feminino	Absoluto	Heptatlo	6	Vera Castro	SCB	4131
Total						13

2018						
Sexo	Escalão	Prova	Posição Ranking	Atleta	Clube	Marca
Masculino	Absoluto	200 metros	8	Eduardo Sá	SCB	21,40
Masculino	Absoluto	800 metros	3	João Peixoto	SCB	1.49,42
Masculino	Absoluto	800 metros	4	Marcelo Pereira	NATAIPAS	1.49,49
Masculino	Absoluto	10000 metros	6	António Pedro Rocha	ARCAA	29.46,79
Masculino	Absoluto	Maratona	2	Daniel Pinheiro	ARCAA	2.17,57
Masculino	Absoluto	Maratona	7	Augusto Costa	AMONT	2.25,59
Masculino	Absoluto	3000 m. obst	6	Jorge Santa Cruz	SCB	9.04,22
Masculino	Absoluto	110 m. Barr.	7	João Fontela	SCB	14,47
Masculino	Absoluto	400 m. Barr.	4	Ricardo Lima	SCB	52,77
Masculino	Absoluto	400 m. Barr.	10	Jorge Paula	SCB	54,54
Masculino	Absoluto	L. Peso	5	Adriano Lopes	SCB	16,25
Masculino	Absoluto	L. Martelo	6	João Venade	SCB	59,09
Masculino	Absoluto	L. Dardo	4	Mário Marques	SCB	66,86
Masculino	Absoluto	4X400 m.	8	SCB	SCB	3.18,08
Total						14



Anexo 4

Top 5 marcas regionais - INICIADOS

Top5 Marcas - Iniciados Femininos												
Prova	2017					2018						
	1º	2º	3º	4º	5º	1º	2º	3º	4º	5º		
Corridas	80 metros	Carlota Ribeiro (JUNI) 00:10,38	Inês Esteves (SCB) 00:10,68	Alessandra Silva (CCDR) 00:10,83	Mariana Marques (JUNI) 00:10,97	Maria Andrade (JUNI) 00:10,98	Alessandra Silva (CCDR) 00:10,59	Ana Fernandes (CAB) 00:10,75	Mariana Marques (VTSC) 00:10,76	Inês Ramalho (AECCB) 00:10,79	Maria Andrade (VTSC) 00:11,05	
	250 metros	Inês Esteves (SCB) 00:35,30	Maria Andrade (VTSC) 00:35,58	Beatriz Peres (SCB) 00:35,70	Diana Vasconcelos (JUNI) 00:38,16	Eva Fontes (SCB) 00:38,50	Inês Esteves (SCB) 00:35,17	Beatriz Peres (SCB) 00:35,50	Carlota Ribeiro (VTSC) 00:35,66	Ana Araújo (PLF) 00:36,61	Mariana Marques (VTSC) 00:36,64	
	800 metros	Beatriz Fernandes (EAROS) 02:18,48	Ana Marinho (EAROS) 02:18,96	Beatriz Rios (AMONT) 02:19,95	Beatriz Peres (SCB) 02:28,61	Ana Araújo (AMONT) 02:30,09	Ana Marinho (EAROS) 02:16,57	Beatriz Rios (AMONT) 02:19,43	Inês Fernandes (SCB) 02:26,61	Ana Araújo (AMONT) 02:28,09	Ana Talagaa (FCV) 02:31,65	
	1500 metros	Ana Marinho (EAROS) 04:41,76	Beatriz Rios (AMONT) 04:42,09	Beatriz Fernandes (EAROS) 04:59,26	Ana Araújo (AMONT) 05:22,30	Beatriz Peres (SCB) 05:25,41	Beatriz Rios (AMONT) 04:37,46	Ana Marinho (EAROS) 04:39,23	Beatriz Fernandes (EAROS) 04:53,80	Ana Talagaa (FCV) 05:22,00	Mariana Fernandes (FCV) 05:41,57	
	80 m Barreiras	Carlota Ribeiro (JUNI) 00:13,55	Ana Araújo (AMONT) 00:14,28	Marata Cardoso (IND-B) 00:14,56	Alessandra Silva (CCDR) 00:14,74	Inês Dantas (PLF) 00:15,73	Maria Andrade (VTSC) 00:13,20	Alessandra Silva (CCDR) 00:13,48	Ana Araújo (AAB) 00:13,60	Inês Dantas (PLF) 00:14,59	Joana Costa (CCDR) 00:14,99	
	250 m Barreiras	Maria Andrade (JUNI) 00:40,15	Ana Araújo (AMONT) 00:40,42	Ana Carvalho (AMONT) 00:49,63			Ana Araújo (PLF) 00:40,03	Ana Araújo (AMONT) 00:40,07	Inês Dantas (PLF) 00:43,13	Bárbara Santos (AMONT) 00:46,77	Filipa Marques (PLF) 00:49,29	
	1500 m Obst	Beatriz Rios (AMONT) 05:04,35	Ana Araújo (AMONT) 05:29,59	Mariana Fernandes (FCV) 05:52,66	Ana Magalhães (FCV) 05:57,19	Ana Carvalho (AMONT) 06:52,91	Beatriz Rios (AMONT) 04:54,56	Ana Magalhães (FCV) 05:53,61	Filipa Marques (PLF) 07:05,58		00:00,00	00:00,00
	4000 MX											
	4X80 metros	AAB 00:42,57	JUNI 00:43,25	JUNI 00:43,59	EBAMC 00:45,63	PLF 00:47,53	AAB 00:41,96	AECCB 00:43,39	VTSC 00:43,50	PLF 00:45,23	EBMANH 00:50,79	
	Concursos	S. Altura	Ana Sousa (JUNI) 1,39	Maria Andrade (JUNI) 1,38	Francisca Antunes (GDUC) 1,36	Inês Dantas (AECCB) 1,35	Bárbara Santos (AMONT) 1,31	Maria Andrade (VTSC) 1,47	Bárbara Santos (AMONT) 1,42	Francisca Antunes (GDUC) 1,40	Inês Dantas (PLF) 1,39	Catarina Silva (CCDR) 1,35
S. Comprimento		Maria Andrade (JUNI) 5,22	Alessandra Silva (CCDR) 4,72	Marata Cardoso (IND-B) 4,62	Margarida Silva (SCB) 4,62	Ana Fernandes (SCB) 4,55	Maria Andrade (VTSC) 5,28	Francisca Antunes (GDUC) 4,76	Alessandra Silva (CCDR) 4,75	Ana Ramalho (AECCB) 4,58	Ana Araújo (AAB) 4,57	
Quadruplo S.		Maria Andrade (JUNI) 13,17	Alessandra Silva (CCDR) 12,91	Ana Fernandes (SCB) 12,78	Ana Silva (AMONT) 11,97		Alessandra Silva (CCDR) 13,51	Maria Andrade (VTSC) 13,32	Ana Fernandes (CAB) 12,24	Bárbara Santos (AMONT) 11,86	Catarina Silva (AMONT) 11,76	
L. Peso		Carlota Ribeiro (JUNI) 9,60	Ana Araújo (PLF) 8,55	Beatriz Pinheiro (AECCB) 8,00	Maria Gomes (SCB) 7,63	Luciana Faria (AEDM II) 7,57	Ana Araújo (AEDM II) 9,57	Inês Lopes (AEDM II) 8,66	Leonor Viamonte (VTSC) 8,42	Maria Andrade (VTSC) 8,39	Francisca Silva (AMONT) 8,28	
L. Dardo		Carlota Ribeiro (JUNI) 23,80	Francisca Veiga (AMONT) 20,82	Ana Araújo (PLF) 17,93	Marta Cardoso (IND-B) 14,00	Beatriz Pinheiro (CCDR) 13,54	Leonor Viamonte (VTSC) 27,08	Francisca Veiga (AMONT) 20,78	Ana Araújo (PLF) 17,84	Carolina Rodrigues (AMONT) 15,61	Joana Costa (PLF) 14,07	
L. Disco		Francisca Veiga (AMONT) 34,74	Ana Araújo (PLF) 24,97	Beatriz Pinheiro (CCDR) 24,72	Vitória Mendes (VTSC) 20,91	Joana Costa (PLF) 17,59	Francisca Veiga (AMONT) 31,99	Ana Araújo (PLF) 22,62	Carolina Rodrigues (AMONT) 19,20	Joana Costa (PLF) 18,23	Leonor Barros (PLF) 14,98	
L. Martelo		Ana Araújo (PLF) 23,52	Beatriz Rios (AMONT) 16,36	Vitória Mendes (VTSC) 16,02	Joana Pimenta (PLF) 14,79	Ana Carvalho (AMONT) 13,78	Ana Araújo (PLF) 21,23	Joana Pimenta (PLF) 19,58	Beatriz Almeida (AMONT) 18,84	Beatriz Rios (AMONT) 17,39	Lara Nunes (VTSC) 17,34	

Top5 Marcas - Iniciados Masculinos											
Prova	2017					2018					
	1º	2º	3º	4º	5º	1º	2º	3º	4º	5º	
Corridas	80 metros	Gonçalo Costa (AAB) 00:09,74	João Costa (CCDR) 00:09,89	Gabriel Simões (AMONT) 00:10,03	Francisco Costa (CCDR) 00:10,08	Filipe Vieira (CDRCA) 00:10,15	Gabriel Maa (CCDR) 00:09,44	Francisco Costa (CCDR) 00:09,47	João Simões (AMONT) 00:06,65	Jorge Oliveira (SCB) 00:09,70	Vasco Martins (AMONT) 00:09,87
	250 metros	Gabriel Simões (AMONT) 00:31,58	Miguel Serafim (SCB) 00:33,70	Renato Martins (CDRCA) 00:34,29	Ricardo Teixeira (JUNI) 00:35,71	André Silva (CCDR) 00:35,80	João Simões (AMONT) 00:30,80	David Carvalho (CAB) 00:31,87	André Sousa (VTSC) 00:31,80	Vasco Martins (AMONT) 00:32,90	Diogo Castro (SCB) 00:32,93
	800 metros	Rui Oliveira (EAROS) 02:07,10	Eduardo Dias (SCB) 02:11,67	Alfredo Fernandes (LFC-F) 02:12,50	Vitor Azevedo (CCDR) 02:14,50	Tiago Silva (EAROS) 02:15,78	Francisco Silva (EAROS) 02:01,56	João Simões (AMONT) 02:05,22	Luis Sá (GDUC) 02:10,76	Vasco Ribeiro (FCV) 02:15,19	Tiago Silva (EAROS) 02:16,72
	1500 metros	Rui Oliveira (EAROS) 04:22,58	Eduardo Dias (SCB) 04:34,89	João Simões (ESBARC) 04:35,97	André Simões (AMONT) 04:37,53	Vitor Azevedo (CCDR) 04:42,24	Rui Oliveira (EAROS) 04:22,22	Luis Sá (GDUC) 04:35,89	Hugo Azevedo (AECCB) 04:37,07	Eduardo Sáizara (LFC-F) 04:43,04	Pedro Rodrigues (AECCB) 04:44,39
	100 m Barreiras	Francisco Costa (CCDR) 00:15,78	Pedro Sá (AMONT) 00:15,85	Pedro Junca (CCDR) 00:16,00	Gonçalo Costa (AAB) 00:17,44	João Costa (CCDR) 00:17,91	Francisco Costa (CCDR) 00:14,18	João Simões (AMONT) 00:14,28	Pedro Rodrigues (CCDR) 00:15,18	Alexandre Faria (CCDR) 00:16,98	Ricardo Teixeira (VTSC) 00:17,16
	250 m Barreiras	Francisco Costa (CCDR) 00:38,29					Pedro Rodrigues (CCDR) 00:34,22	João Simões (AMONT) 00:34,68	Vasco Martins (AMONT) 00:37,60	Tiago Dias (PLF) 00:40,41	João Cunha (PLF) 00:43,59
	1500 m Obst	Eduardo Dias (SCB) 04:42,63	Gabriel Simões (AMONT) 04:53,44	Vitor Azevedo (CCDR) 04:59,85	Tiago Silva (EAROS) 05:02,59	Bruno Monteiro (FC) 05:15,95	Vasco Ribeiro (FCV) 04:50,50	Tiago Dias (PLF) 04:58,92	Pedro Rodrigues (CCDR) 05:02,71	Rúben Reis (CCDR) 05:04,99	Lucas Pinto (FCV) 05:22,63
	4000 MX										
	4X80 metros	AAB 00:38,12	CCDR 00:40,43	AESM - Palmeira 00:41,21	CCDR 00:45,47	PLF 00:45,66	AAB 00:36,62	AEGS 00:39,02	AECCB 00:40,34	CCDR 00:40,76	AMONT 00:41,43
	Concursos	S. Altura	Pedro Junca (AAB) 1,73	Pedro Sá (ESBARC) 1,70	Carlos Furtado (EBAMC) 1,60	Carlos Marques (EBCEL) 1,60	Tiago Peixoto (EBPAS) 1,55	Guilherme Enes (PLF) 1,65	Luis Oliveira (EBPAS) 1,58	Álvaro Terroso (AMONT) 1,58	João Simões (AMONT) 1,54
S. Comprimento		Pedro Sá (AMONT) 5,44	Pedro Junca (EBDM II) 5,38	João Leite (ESDSI) 5,35	Pedro Sá (ESBARC) 5,30	Pedro Vieira (EBPGS) 5,22	Francisco Costa (CCDR) 6,00	André Couto (CCDR) 5,68	André Sousa (VTSC) 5,58	Pedro Vieira (EBPGS) 5,57	Rúben Reis (CCDR) 5,52
Quadruplo S.		Pedro Sá (AMONT) 14,39	Ricardo Teixeira (JUNI) 11,63		0,00	0,00	Pedro Sá (AMONT) 14,56	Francisco Costa (CCDR) 13,72	André Couto (CCDR) 13,49	Guilherme Enes (PLF) 13,49	Miguel Serafim (SCB) 13,22
L. Peso		Gaspar Lopes (AAB) 11,76	Pedro Sá (ESBARC) 10,88	Giovanni Tinoco (CDRCA) 10,65	Bruno Pereira (AESS) 10,04	Ricardo Araújo (AEDM II) 9,48	Guilherme Enes (PLF) 12,02	Gaspar Lopes (VTSC) 11,76	Rúben Reis (CCDR) 10,51	Tiago Peixoto (EBPAS) 10,46	Cláudio Vasconcelos (SCB) 10,31
L. Dardo		Filipe Vieira (CDRCA) 29,27	Gabriel Simões (AMONT) 24,86	Pedro Sá (AMONT) 23,97	Gaspar Lopes (JUNI) 23,64	Filipe Lopes (CDRCA) 18,70	Guilherme Enes (PLF) 33,77	Diogo Azevedo (AMONT) 29,78	Vasco Martins (AMONT) 28,83	Afonso Lobo (CDRCA) 23,70	José Fernandes (AMONT) 20,23
L. Disco		Gaspar Lopes (AAB) 30,57	Guilherme Enes (PLF) 23,01	Giovanni Tinoco (CDRCA) 22,36	Cláudio Vasconcelos (SCB) 21,51	Leonardo Cunha (CAB) 17,13	Guilherme Enes (PLF) 34,31	Ricardo Teixeira (VTSC) 29,42	Pedro Soares (SCB) 25,17	Rafael Queiroz (PLF) 22,55	Diogo Azevedo (AMONT) 20,20
L. Martelo		Giovanni Tinoco (CDRCA) 25,77	João Cunha (PLF) 12,67	Guilherme Enes (AMONT) 3,56		0,00	João Campos (PLF) 19,63	Bárbara Paiva (AMONT) 14,48	João Cunha (PLF) 14,28	Daniel Pereira (PLF) 13,54	José Fernandes (AMONT) 12,67



RELATÓRIO TÉCNICO 2017/2018

Top 5 marcas regionais - JUVENIS

Top5 Marcas - Juvenis Femininos											
Prova	2017					2018					
	1º	2º	3º	4º	5º	1º	2º	3º	4º	5º	
Corridas	100 metros	Maria João Barbosa (CCDR)	Francisca Silva (SCB)	Carlota Ribeiro (JUNI)	Francisca Oliveira (JUNI)	Jerusa Semedo (JUNI)	Maria João Barbosa (CCDR)	Carlota Ribeiro (VTSC)	Mariana Costa (SCB)	Inês Esteves (SCB)	Lara Costa (SCB)
		00:12,67	00:12,77	00:12,99	00:13,03	00:13,18	00:11,99	00:12,58	00:12,67	00:12,82	00:12,97
	200 metros	Francisca Silva (SCB)	Maria João Barbosa (CCDR)	Jerusa Semedo (JUNI)	Francisca Oliveira (JUNI)	Beatriz Santos (SCB)	Maria João Barbosa (CCDR)	Carlota Ribeiro (VTSC)	Inês Esteves (SCB)	Maria Andrade (VTSC)	Lara Costa (SCB)
		00:26,32	00:26,62	00:27,14	00:27,62	00:27,87	00:25,46	00:26,28	00:26,75	00:26,83	00:26,91
	300 metros	Francisca Silva (SCB)	Beatriz Peres (SCB)	Jerusa Semedo (JUNI)	Lara Costa (SCB)	Beatriz Santos (SCB)	Beatriz Peres (SCB)	Lara Costa (SCB)	Jerusa Semedo (VTSC)	Inês Esteves (SCB)	Alice Marques (GDUC)
		00:42,10	00:44,46	00:44,57	00:44,89	00:45,18	00:42,34	00:42,77	00:42,96	00:43,47	00:45,08
	800 metros	Mariana Machado (SCB)	Beatriz Fernandes (EAROS)	Ana Marinho (EAROS)	Beatriz Rios (AMONT)	Bruna Ortega (EAROS)	Ana Marinho (EAROS)	Beatriz Rios (AMONT)	Beatriz Fernandes (EAROS)	Beatriz Peres (SCB)	Alice Marques (GDUC)
		02:12,15	02:18,48	02:18,96	02:19,95	02:21,41	02:16,57	02:19,43	02:20,51	02:24,76	02:25,96
	1500 metros	Mariana Machado (SCB)	Ana Marinho (EAROS)	Beatriz Rios (AMONT)	Bruna Ortega (EAROS)	Beatriz Fernandes (EAROS)	Beatriz Rios (AMONT)	Ana Marinho (EAROS)	Beatriz Fernandes (EAROS)	Mónica Costa (AMONT)	Bruna Ortega (EAROS)
		04:25,93	04:41,76	04:42,09	04:51,16	04:59,26	04:37,46	04:39,23	04:53,80	05:02,11	05:04,83
	3000 metros	Mónica Silva (VTSC)	Mónica Costa (AMONT)	Bruna Ortega (EAROS)	Lara Oliveira (EAROS)	Nádia Patrícia (GDUC)	Mónica Costa (AMONT)	Beatriz Fernandes (EAROS)	Alice Marques (GDUC)	Lara Oliveira (EAROS)	
		10:31,76	10:35,65	11:20,06	13:37,07	15:39,00	10:49,90	10:53,40	12:20,43	12:22,38	00:00,00
	100 m Barreiras	Jerusa Semedo (JUNI)	Andreia Silva (SCB)	Mariana Costa (SCB)	Sara Azevedo (CCDR)	Ana Araújo (AMONT)	Maria Andrade (VTSC)	Mariana Costa (SCB)	Alessandra Silva (CCDR)	Sara Azevedo (CCDR)	Andreia Silva (SCB)
	00:17,00	00:17,32	00:17,45	00:18,41	00:19,19	00:15,94	00:16,90	00:17,28	00:17,45	00:17,65	
300 m Barreiras	Jerusa Semedo (JUNI)	Ana Araújo (AMONT)	Andreia Silva (SCB)	Eva Fontes (SCB)	Bárbara Machado (SCB)	Jerusa Semedo (VTSC)	Ana Araújo (AMONT)	Alessandra Silva (CCDR)	Sara Azevedo (CCDR)	Joana Gonçalves (LFC-F)	
	00:48,57	00:49,21	00:52,58	00:55,18	00:56,03	00:46,93	00:48,95	00:52,33	00:54,00	00:54,22	
2000 m Obst	Bruna Ortega (EAROS)	Mónica Costa (AMONT)	Nádia Patrícia (GDUC)			Bruna Ortega (EAROS)	Nádia Custódio (GDUC)				
	07:30,70	08:23,84	11:01,02	00:00,00	00:00,00	07:54,84	08:28,78	00:00,00	00:00,00	00:00,00	
5000 MX											
	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	
4X100 metros	JUNI	SCB	CCDR	AECB		AAB	VTSC	SCB	JUNI		
	00:51,07	00:52,22	00:53,18	00:54,92	00:00,00	00:48,61	00:50,16	00:52,22	00:52,95	00:00,00	
Estafeta Medley	SCB	JUNI				SCB	VTSC				
	02:25,64	02:30,27	00:00,00	00:00,00	00:00,00	02:22,00	02:38,13	00:00,00	00:00,00	00:00,00	
Concursos	S. Altura	Jerusa Semedo (JUNI)	Ana Sousa (JUNI)	Maria Andrade (JUNI)	Lara Costa (SCB)	Mariana Costa (SCB)	Maria Andrade (JUNI)	Ana Sousa (VTSC)	Carolina Durães (SCB)	Bárbara Santos (ESAF)	Francisca Antunes (GDUC)
		1,43	1,39	1,38	1,36	1,36	1,47	1,45	1,43	1,42	1,40
	S. Comprimento	Mariana Costa (SCB)	Jerusa Semedo (JUNI)	Maria Andrade (JUNI)	Beatriz Santos (SCB)	Maria João Barbosa (CCDR)	Mariana Costa (SCB)	Maria Andrade (JUNI)	Maria João Barbosa (CCDR)	Sara Azevedo (CCDR)	Francisca Antunes (GDUC)
		5,37	5,22	5,22	5,20	4,83	5,41	5,28	4,83	4,83	4,76
	Triplo S.	Beatriz Santos (SCB)	Alessandra Silva (CCDR)	Maria Andrade (JUNI)	Maria Vinhas (SCB)	Ana Araújo (AMONT)	Alessandra Silva (CCDR)	Inês Ferreira (SCB)	Bárbara Santos (AMONT)		
		11,14	10,83	10,80	9,98	9,90	11,26	9,92	9,37	0,00	0,00
	S. Vara										
		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	L. Peso	Marta Vinhas (SCB)	Carlota Ribeiro (JUNI)	Inês Melo (AESM-F)	Ana Araújo (PLF)	Inês Sampaio (AECB)	Carlota Ribeiro (VTSC)	Inês Melo (SCB)	Ana Araújo (AEDM II)	Inês Lopes (AEDM II)	Inês Ferreira (SCB)
		10,82	9,60	9,32	8,55	8,40	9,83	9,69	9,57	8,66	8,64
L. Dardo	Carlota Ribeiro (JUNI)	Soraia Lavandero (JUNI)	Francisca Veiga (AMONT)	Andreia Silva (SCB)	Ana Araújo (PLF)	Leonor Viamonte (VTSC)	Carlota Ribeiro (VTSC)	Andreia Silva (SCB)	Inês Ferreira (SCB)	Francisca Veiga (AMONT)	
	23,80	22,44	20,82	19,95	17,93	27,08	26,23	23,86	23,64	20,78	
L. Disco	Francisca Veiga (AMONT)	Ana Araújo (PLF)	Soraia Lavandero (JUNI)	Vitória Mendes (SCB)		Francisca Veiga (AMONT)	Inês Melo (SCB)	Marata Vinhas (SCB)	Soraia Lavandero (JUNI)	Vitória Mendes (CAB)	
	28,52	17,71	14,55	12,22	0,00	29,34	26,55	18,31	17,78	16,52	
L. Martelo	Ana Araújo (PLF)	Beatriz Rios (AMONT)	Mónica Costa (AMONT)	Vitória Mendes (SCB)	Ana Carvalho (AMONT)	Ana Araújo (PLF)	Joana Pimenta (PLF)	Beatriz Almeida (AMONT)	Mónica Costa (AMONT)	Beatriz Rios (AMONT)	
	23,52	16,36	16,11	16,02	13,78	21,23	19,58	18,84	17,45	17,39	



RELATÓRIO TÉCNICO 2017/2018

		Top5 Marcas - Juvenis Masculinos									
Prova	2017					2018					
	1º	2º	3º	4º	5º	1º	2º	3º	4º	5º	
Corridas	100 metros	Pedro Matos (CCDR)	João Aguilár (SCB)	Miguel Silva (JUNI)	Tomás Casimiro (JUNI)	Bruno Nunes (SCB)	Pedro Matos (CCDR)	Miguel Silva (VTSC)	Gabriel Maia (CCDR)	Francisco Costa (CCDR)	André Pinto (SCB)
		00:11,62	00:11,65	00:11,66	00:11,90	00:11,99	00:11,11	00:11,31	00:11,57	00:11,76	00:11,90
	200 metros	Pedro Matos (CCDR)	Miguel Silva (VTSC)	Pedro Simões (SCB)	João Peixoto (SCB)	João Aguilár (SCB)	Miguel Silva (SCB)	Pedro Matos (CCDR)	João Peixoto (SCB)	Gabriel Maia (CCDR)	Hugo Rodrigues (AMONT)
		00:23,51	00:23,60	00:23,90	00:24,01	00:24,07	00:23,15	00:23,16	00:23,56	00:23,79	00:23,93
	300 metros	Pedro Vilas Boas (SCB)	João Peixoto (SCB)	Luis Santos (CCDR)	Miguel Silva (AAB)	Bruno Nunes (SCB)	Pedro Vilas Boas (SCB)	Miguel Silva (VTSC)	Hugo Rodrigues (AMONT)	João Simões (AMONT)	André Sousa (VTSC)
		00:36,98	00:37,08	00:37,62	00:37,93	00:38,97	00:35,71	00:36,60	00:37,68	00:37,82	00:38,68
	800 metros	Marcelo Pereira (NATAIPAS)	João Peixoto (SCB)	Pedro Vilas Boas (SCB)	Diogo Rosário (SCB)	Tomás Lima (SCB)	João Peixoto (SCB)	Pedro Vilas Boas (SCB)	André Natário (FCV)	Eduardo Dias (SCB)	Francisco Silva (EAROS)
		01:53,39	01:55,51	01:55,96	02:02,12	02:06,88	01:49,42	01:53,68	02:01,22	02:01,22	02:01,56
	1500 metros	Marcelo Pereira (NATAIPAS)	Pedro Vilas Boas (SCB)	Diogo Rosário (SCB)	João Peixoto (SCB)	André Natário (FCV)	João Peixoto (SCB)	André Natário (FCV)	José Moreira (CCDR)	Tomás Lima (SCB)	Vicente Correia (GDUC)
		03:55,96	04:07,57	04:11,18	04:11,75	04:16,47	03:59,25	04:12,57	04:14,34	04:15,07	04:16,11
	3000 metros	Diogo Rosário (SCB)	Marco Magalhães (FCV)	Vicente Correia (GDUC)	Tomás Lima (SCB)	Mateus Pereira (NATAIPAS)	Vicente Correia (GDUC)	José Moreira (CCDR)	Eduardo Dias (SCB)	Marco Magalhães (FCV)	André Natário (FCV)
		08:53,04	09:22,14	09:28,70	09:31,28	09:34,30	09:16,45	09:19,85	09:23,10	09:30,92	09:46,73
	110 m Barreiras	Pedro Matos (CCDR)	João Peixoto (SCB)	Pedro Simões (SCB)	Eduardo Pimenta (AMONT)	Domingos Magalhães (CAB)	Pedro Matos (CCDR)	Francisco Costa (CCDR)	João Simões (AMONT)	Pedro Juncal (CCDR)	Luis Silva (VTSC)
		00:14,78	00:17,91	00:18,53	00:18,70	00:19,31	00:14,64	00:15,98	00:16,35	00:17,37	00:17,88
	300 m Barreiras	Eduardo Pimenta (AMONT)	Rodrigo Antunes (SCB)				Pedro Rodrigues (CCDR)	Luis Silva (VTSC)	André Sousa (VTSC)	Vasco Maretti (AMONT)	Eduardo Santos (AMONT)
	00:50,95	00:59,85	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:43,40	00:44,99	00:46,05	00:47,91	00:48,83	
2000 m Obst	Diogo Rosário (SCB)	André Natário (FCV)	Nuno Mota (AMONT)	Bruno Oliveira (EAROS)		José Moreira (CCDR)	Marco Magalhães	Márcio Barreiras (CCDR)	Tiago Silva (EAROS)	Vitor Azevedo (CCDR)	
	06:06,85	07:00,08	07:13,39	07:27,00	00:00,00	06:13,95	06:48,65	06:59,42	07:08,61	07:16,40	
5000 MX											
	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	
4X100 metros	AAB	AECGB	AEMOURE	SCB	CCDR	CCDR	AAB	SCB	CCDR	AMONT	
	00:46,04	00:47,27	00:48,01	00:48,35	00:49,11	00:44,65	00:46,74	00:48,35	00:49,11	00:56,79	
Estafeta Medley	AMONT					CCDR					
	02:28,17	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	02:12,95	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	
Concursos	S. Altura	João Aguilár (SCB)	Pedro Juncal (AAB)	Pedro Sá (ESSARC)	Pedro Correia (CCDR)	Pedro Vilas Boas (SCB)	Pedro Juncal (AAB)	Pedro Sá (AMONT)	Hugo Rodrigues (AMONT)	Guilherme Enes (PLF)	João Juncal (CCDR)
		1,78	1,73	1,70	1,68	1,65	1,76	1,76	1,65	1,65	1,60
	S. Comprimento	Pedro Matos (CCDR)	João Aguilár (SCB)	Bruno Nunes (SCB)	Nuno Machado (AECGB)	João Lopes (CDRCA)	Pedro Matos (CCDR)	Bruno Nunes (SCB)	Francisco Costa (CCDR)	André Couto (CCDR)	André Sousa (VTSC)
		6,25	6,09	6,03	5,83	5,78	6,28	6,03	6,00	5,68	5,58
	Triplo S.	João Aguilár (SCB)	Hugo Rodrigues (AMONT)	João Carvalho (CCDR)			Hugo Rodrigues (AMONT)	Pedro Sá (AMONT)	André Sousa (VTSC)	Álvaro Terroso (AMONT)	Rui Araújo (ACVSM)
		13,39	12,19	11,19	0,00	0,00	12,52	12,10	11,45	11,04	10,22
	S. Vara										
		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	L. Peso	Domingos Magalhães (CAB)	Rui Rodrigues (SCB)	Luis Santos (CCDR)	Daniel Cunha (JUNI)	Gonçalo Costa (AECGB)	Gaspar Lopes (VTSC)	Domingos Magalhães (CAB)	Pedro Matos (CCDR)	Luis Silva (VTSC)	Cláudio Vasconcelos (SCB)
		13,00	12,22	11,39	10,91	10,24	11,45	11,32	10,80	10,40	10,30
	L. Dardo	Luis Silva (JUNI)	Daniel Cunha (JUNI)	Pedro Sá (AMONT)	Nuno Mota (AMONT)	Domingos Magalhães (CAB)	Luis Silva (CAB)	Filipe Vieira (CDRCA)	Pedro Sá (AMONT)	Eduardo Santos (AMONT)	Diogo Azevedo (AMONT)
		38,79	28,92	28,84	27,51	27,33	45,12	34,41	31,45	27,61	25,81
	L. Disco	Domingos Magalhães (CAB)	Rui Rodrigues (SCB)	André Amorim (CDRCA)	Gaspar Lopes (JUNI)	Pedro Sá (AMONT)	Gaspar Lopes (VTSC)	Cláudio Vasconcelos (SCB)	Carlos Barros (SCB)	Ricardo Teixeira (VTSC)	Gaspar Vieira (AMONT)
		37,45	36,51	24,22	23,62	23,10	32,54	24,56	22,06	20,55	17,64
	L. Martelo	Rui Rodrigues (SCB)	Domingos Magalhães (CAB)	Virgílio Loureiro (AMONT)	Diogo Azevedo (AMONT)		Gaspar Lopes (VTSC)	Virgílio Loureiro (AMONT)	Elias Miranda (AMONT)		
	24,57	24,56	15,96	12,36	0,00	22,03	16,09	10,88	0,00	0,00	



RELATÓRIO TÉCNICO 2017/2018

Top 5 marcas regionais – JUNIORES

		Top5 Marcas - Juniores Femininas									
Prova	2017					2018					
	1º	2º	3º	4º	5º	1º	2º	3º	4º	5º	
Corridos	100 metros	Jéssica Neto (SCB) 00:12,36	Maria João Barbosa (CCDR) 00:12,67	Francisca Silva (SCB) 00:12,77	Francisca Oliveira (JUNI) 00:13,03	Ana Mendes (SCB) 00:13,03	Maria João Barbosa (CCDR) 00:11,99	Jéssica Neto (SCB) 00:12,42	Carlota Ribeiro (VTSC) 00:12,58	Mariana Costa (SCB) 00:12,67	Inês Esteves (SCB) 00:12,82
	200 metros	Jéssica Neto (SCB) 00:25,80	Francisca Silva (SCB) 00:26,32	Maria João Barbosa (CCDR) 00:26,62	Jerusa Semedo (JUNI) 00:27,14	Loanne Pinto (SCB) 00:27,20	Maria João Barbosa (CCDR) 00:25,46	Jéssica Neto (SCB) 00:26,03	Carlota Ribeiro (VTSC) 00:26,28	Loanne Pinto (SCB) 00:26,33	Inês Esteves (SCB) 00:26,75
	400 metros	Francisca Silva (SCB) 01:02,07	Jerusa Semedo (JUNI) 01:03,17	Inês Silva (ARCAA) 01:03,71	Lara Costa (SCB) 01:04,07	Marganda Machado (SCB) 01:04,34	Mariana Machado (SCB) 00:59,24	Loanne Pinto (SCB) 00:59,53	Francisca Silva (SCB) 00:59,83	Lara Costa (SCB) 01:00,19	Beatriz peres (SCB) 01:00,25
	800 metros	Mariana Machado (SCB) 02:12,15	Francisca Martins (SCB) 02:21,10	Bruna Ortiga (EAROS) 02:21,41	Inês Silva (ARCAA) 02:24,40	Mónica Costa (AM ONT) 02:25,70	Mariana Machado (SCB) 02:06,97	Beatriz Fernandes (EAROS) 02:20,51	Beatriz Peres (SCB) 02:24,76	Alice Marques (GDUC) 02:25,96	Mónica Costa (AM ONT) 02:26,38
	1500 metros	Mariana Machado (SCB) 04:25,93	Bruna Ortiga (EAROS) 04:51,16	Inês Silva (ARCAA) 05:03,95	Silvia Silva (ARCAA) 05:05,98	Mónica Costa (AM ONT) 05:06,03	Mariana Machado (SCB) 04:13,31	Mónica Silva (VTSC) 04:59,28	Mónica Costa (AM ONT) 05:02,11	Bruna Ortiga (EAROS) 05:04,83	Alice Oliveira (AECCB) 05:09,22
	3000 metros	Mónica Silva (GDUC) 10:31,76	Mónica Costa (AM ONT) 10:35,65	Bruna Ortiga (EAROS) 11:20,06	Adriana Costa (EAROS) 11:53,94	Silvia Silva (ARCAA) 11:54,62	Mónica Silva (VTSC) 10:17,83	Mónica Costa (AM ONT) 10:49,90	Beatriz Fernandes (EAROS) 10:53,40	Inês Amorim (SCB) 11:41,06	Alice Marques (GDUC) 12:20,43
	5000 metros	Silvia Silva (ARCAA) 20:42,26					Mónica Silva (VTSC) 17:52,67				
	10000 metros										
	100 m Barreiras										
	400 m Barreiras	Andreia Silva (SCB) 01:21,41					Jerusa Semedo (VTSC) 01:10,24	Sara Azevedo (CCDR) 01:16,25			
	3000 m Obst						15:42,24				
	10000 MX										
	4X100 metros	SCB 00:50,99	JUNI 00:51,07	JUNI 00:51,36	SCB 00:52,22	JUNI 00:52,95	AAB 00:48,61	VTSC 00:50,16	AEAMAR 00:51,58	SCB 00:52,08	SCB 00:52,22
	4X400 metros	SCB 04:14,63					VTSC 04:44,47				
Concursos	S. Altura	Raquel Carvalho (AECCB) 1,45	Jerusa Semedo (JUNI) 1,43	Ana Azevedo (AECCB) 1,40	Lara Costa (SCB) 1,36	Mariana Coosta (SCB) 1,36	Mariana Batista (CCDR) 1,48	Ana Sousa (VTSC) 1,45	Carolina Durães (SCB) 1,43	Jerusa Semedo (VTSC) 1,30	Sara Azevedo (AECCB) 1,30
	S. Comprimento	Mariana Costa (SCB) 5,37	Jerusa Semedo (JUNI) 5,22	Beatriz Santos (SCB) 5,20	Flávia Lopes (SCB) 4,94	Maria João Barbosa (CCDR) 4,83	Mariana Costa (SCB) 5,41	Beatriz Santos (SCB) 5,08	Maria João Barbosa (CCDR) 4,83	Sara Azevedo (CCDR) 4,83	Jerusa Semedo (VTSC) 4,64
	Triplo S.	Beatriz Santos (SCB) 11,14	Marta Vinhas (SCB) 9,98	Inês Ferreira (SCB) 9,87	Inês Melo (SCB) 9,81	Raquel Carvalho (CCDR) 9,59	Beatriz Santos (SCB) 11,50	Inês Ferreira (SCB) 9,92		0,00	0,00
	S. Vara						Bárbara Mota (SCB) 3,15				
	L. Peso	Marta Vinhas (SCB) 8,98					Marta Vinhas (SCB) 9,29	Inês Melo (SCB) 8,11	Inês Ferreira (SCB) 7,00		0,00
	L. Dardo	Soraia Lavandeiro (JUNI) 17,17					Inês Ferreira (SCB) 19,13	Soraia Lavandeiro (JUNI) 16,87			0,00
	L. Disco	Soraia Lavandeiro (AAB) 14,55					Inês Melo (SCB) 26,55	Marta Vinhas (SCB) 25,49	Soraia Lavandeiro (JUNI) 17,78	Vitória Mendes (CAB) 16,52	Marta Ribeiro (VTSC) 16,03
	L. Martelo										
		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00



RELATÓRIO TÉCNICO 2017/2018

Top5 Marcas - Juniores Masculinos												
Prova	2017					2018						
	1º	2º	3º	4º	5º	1º	2º	3º	4º	5º		
Corridas	100 metros	Gustavo Oliveira (JUNI) 00:11,39	Pedro Matos (CCDR) 00:11,62	João Aguilár (SCB) 00:11,65	Miguel Silva (JUNI) 00:11,66	Tomás Casimiro (JUNI) 00:11,74	Pedro Matos (CCDR) 00:11,11	Miguel Silva (VTSC) 00:11,31	João Aguilár (SCB) 00:11,41	Miguel Gonçalves (SCB) 00:11,57	Miguel Miranda (CCDR) 00:11,63	
	200 metros	Pedro Matos (CCDR) 00:23,51	Miguel Silva (VTSC) 00:23,60	Gustavo Oliveira (JUNI) 00:23,81	Pedro Simões (SCB) 00:23,90	João Peixoto (SCB) 00:24,01	Miguel Silva (VTSC) 00:23,15	Pedro Matos (CCDR) 00:23,16	João Peixoto (SCB) 00:23,56	Miguel Gonçalves (SCB) 00:23,77	João Aguilár (SCB) 00:23,78	
	400 metros	Marcelo Pereira (NATAIPAS) 00:50,96	João Peixoto (SCB) 00:51,32	Márcio Barreiras (CCDR) 00:55,62	Carlos Machado (EAROS) 00:55,91	Carlos Fernandes (EAROS) 00:58,58	Marcelo Pereira (NATAIPAS) 00:49,42	Pedro Vilas Boas (SCB) 00:49,99	João Peixoto (SCB) 00:50,00	Carlos Freitas (CAB) 00:52,16	Márcio Barreiras (CCDR) 00:54,91	
	800 metros	Marcelo Pereira (NATAIPAS) 01:53,39	João Peixoto (SCB) 01:55,51	Pedro Vilas Boas (SCB) 01:55,96	João Alves Lopes (SCB) 01:56,18	Pedro Coelho (SCB) 02:01,43	João Peixoto (SCB) 01:49,42	Marcelo Pereira (NATAIPAS) 01:49,49	Pedro Vilas Boas (SCB) 01:53,68	André Natário (FCV) 02:01,22	Eduardo Dias (SCB) 02:01,22	
	1500 metros	Marcelo Pereira (NATAIPAS) 03:55,96	João Alves Lopes (SCB) 03:56,82	Pedro Vilas Boas (SCB) 04:07,57	Pedro Coelho (SCB) 04:09,95	Diogo Rosário (SCB) 04:11,18	João Peixoto (SCB) 03:59,25	André Natário (FCV) 04:12,57	José Moreira (CCDR) 04:14,34	Tomás Lima (SCB) 04:15,07	Vicente Correia (GDUC) 04:16,11	
	3000 metros	João Alves Lopes (SCB) 08:39,50	Diogo Rosário (SCB) 08:53,04	Marco Magalhães (FCV) 09:22,14	Miguel Torres (EAROS) 09:25,46	Vicente Correia (GDUC) 09:28,70	Vicente Correia (GDUC) 09:16,45	José Moreira (CCDR) 09:19,85	Eduardo Dias (SCB) 09:23,10	Marco Magalhães (FCV) 09:30,92	André Natário (FCV) 09:46,73	
	5000 metros	Tiago Pinheiro (NATAIPAS) 15:58,49	Miguel Torres (EAROS) 16:40,06				Tiago Pinheiro (NATAIPAS) 16:15,12	Alexandre Lézon (SCB) 17:50,99				
	10000 metros						Tiago Pinheiro (NATAIPAS) 34:37,20					
	110 m Barreiras						Pedro Matos (CCDR) 00:19,16					
	400 m Barreiras						João Juncal (CCDR) 01:05,82					
	3000 m Obst	Pedro Coelho (SCB) 10:44,49										
	10000 MX											
	4X100 metros	AAB 00:46,04	AECCEB 00:47,27	AEMOURE 00:48,01	SCB 00:48,35	CCDR 00:49,11	CCDR 00:44,65	SCB 00:46,58	AAB 00:46,74	SCB 00:48,35	AECCEB 00:48,74	
	4X400 metros											
	Concursos	S. Altura	João Aguilár (SCB) 1,78	Pedro Correia (CCDR) 1,68	Pedro Vilas Boas (SCB) 1,65	João Juncal (AECCEB) 1,55	João Martins (AECCEB) 1,50	João Aguilár (SCB) 1,86	Pedro Juncal (CCDR) 1,76	Pedro Sá (AMONT) 1,76	Hugo Rodrigues (ESAF) 1,65	Bernardo Carvalho (CCDR) 1,65
		S. Comprimento	Gustavo Oliveira (JUNI) 6,38	Pedro Matos (CCDR) 6,25	Nuno Machado (SCB) 6,25	João Aguilár (SCB) 6,09	Bruno Nunes (SCB) 6,03	Pedro Matos (CCDR) 6,28	Dário Fernandes (SCB) 6,18	Bruno Nunes (SCB) 6,03	Nuno Machado (SCB) 6,01	João Aguilár (SCB) 5,82
		Triplo S.	João Aguilár (SCB) 13,39	Hugo Rodrigues (AMONT) 12,19	João Carvalho (CCDR) 11,19			João Aguilár (SCB) 13,54	Hugo Rodrigues (AMONT) 12,52	Pedro Sá (AMONT) 12,10	André Sousa (VTSC) 11,45	Rui Araújo (ACVSM) 10,22
		S. Vara	Tomás Marreiros (SCB) 4,80					Tomás Marreiros (SCB) 3,55				
		L. Peso	André Oliveira (SCB) 12,54	Domingos Magalhães (CAB) 10,24	Rui Rodrigues (SCB) 9,45			Rui Rodrigues (SCB) 12,54	Domingos Magalhães (CAB) 10,09	Nuno Mota (AMONT) 7,81		
		L. Dardo	Luís Silva (JUNI) 39,44	Daniel Cunha (JUNI) 30,20	Nuno Mota (AMONT) 27,26	Virgílio Loureiro (AMONT) 19,54		Luís Silva (VTSC) 43,27	Nuno Mota (AMONT) 24,52	Domingos Magalhães (CAB) 21,69	João Marques (VTSC) 21,51	João Aguilár (SCB) 15,43
L. Disco		André Oliveira (SCB) 36,86	André Alves (SCB) 35,63	Domingos Magalhães (CAB) 28,98	Pedro Cardoso (SCB) 14,32		Domingos Magalhães (CAB) 32,38	Rui Rodrigues (SCB) 30,87	Claudio Vasconcelos (SCB) 20,68			
L. Martelo												



Top 5 marcas regionais - ABSOLUTOS

Top5 Marcas - Absoluto Feminino												
Prova	2017					2018						
	1º	2º	3º	4º	5º	1º	2º	3º	4º	5º		
Corridas	100 metros	Jéssica Neto (SCB) 00:12,36	Maria João Barbosa (CCDR) 00:12,67	Francisca Silva (SCB) 00:12,77	Liliana Maranhente (SCB) 00:12,87	Carlota Ribeiro (JUNI) 00:12,99	Maria João Barbosa (CCDR) 00:11,99	Tatiana Rosário (SCB) 00:12,29	Jéssica Neto (SCB) 00:12,42	Carlota Ribeiro (VTS) 00:12,58	Andreia Felisberto (SCB) 00:12,61	
	200 metros	Jéssica Neto (SCB) 00:25,80	Francisca Silva (SCB) 00:26,32	Maria João Barbosa (CCDR) 00:26,62	Jerusa Semedo (JUNI) 00:27,14	Loanne Pinto (SCB) 00:27,20	Maria João Barbosa (CCDR) 00:25,46	Tatiana Rosário (SCB) 00:25,68	Jéssica Neto (SCB) 00:26,03	Carlota Ribeiro (VTS) 00:26,28	Loanne Pinto (SCB) 00:26,33	
	400 metros	Liliana Maranhente (SCB) 01:01,85	Francisca Silva (SCB) 01:02,07	Jerusa Semedo (JUNI) 01:03,17	Inês Silva (SCB) 01:03,71	Vera Castro (SCB) 01:03,80	Mariana Machado (SCB) 00:59,24	Loanne Pinto (SCB) 00:59,53	Francisca Martins (SCB) 00:59,79	Francisca Silva (SCB) 00:59,83	Lara Costa (SCB) 01:00,19	
	800 metros	Mariana Machado (SCB) 02:12,15	Beatriz Fernandes (EAROS) 02:18,48	Ana Marinho (EAROS) 02:18,96	Beatriz Rios (AMONT) 02:19,95	Francisca Martins (SCB) 02:21,10	Mariana Machado (SCB) 02:06,97	Francisca Martins (SCB) 02:14,77	Ana Marinho (EAROS) 02:16,57	Marta Martins (scb) 02:19,00	Beatriz Rios (AMONT) 02:19,43	
	1500 metros	Mariana Machado (SCB) 04:25,93	Ana Marinho (EAROS) 04:41,76	Beatriz Rios (AMONT) 04:42,09	Tânia Silva (LFC-F) 04:45,43	Bruna Ortiga (EAROS) 04:51,16	Mariana Machado (SCB) 04:13,31	Beatriz Rios (AMONT) 04:37,46	Ana Marinho (EAROS) 04:39,23	Marta Martins (scb) 04:40,26	Vanessa Carvalho (SCB) 04:50,23	
	5000 metros	Vanessa Carvalho (SCB) 17:06,36	Jéssica Pontes (LFC-F) 19:11,16	Sílvia Silva (ARCAA) 20:42,26	00:00,00	00:00,00	Vanessa Carvalho (SCB) 17:05,91	Mónica Silva (VTSC) 17:52,67	Jéssica Pontes (LFC-F) 18:13,48	00:00,00	00:00,00	
	10000 metros	Carla Salomé Rocha (IND-B) 32:07,62	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	
	100 m Barreiras	Vera Castro (SCB) 00:16,46	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	Andreia Felisberto (SCB) 00:13,78	Rafaela Vitorino (SCB) 00:15,32	Vera Castro (SCB) 00:15,86	00:00,00	00:00,00	
	400 m Barreiras	Vera Castro (SCB) 01:07,68	Liliana Maranhente (SCB) 01:10,27	Andreia Silva (SCB) 01:21,41	00:00,00	00:00,00	Vera Castro (SCB) 01:04,53	Jerusa Semedo (VTSC) 01:10,24	Sara Azevedo (CCDR) 01:16,25	00:00,00	00:00,00	
	3000 m Obst	Joana Fernandes (SCB) 12:00,65	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	Jéssica Matos (SCB) 11:26,84	Nádia Custódio (GDUC) 15:42,24	00:00,00	00:00,00	00:00,00	
	10000 MX	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	
	4X100 metros	CSB 00:50,20	SCB 00:50,88	SCB 00:50,99	JUNI 00:51,07	SCB 00:51,12	AAB 00:48,61	SCB 00:48,80	VTSC 00:50,16	SCB 00:50,50	AEAMARES 00:51,58	
	4X400 metros	SCB 04:14,63	SCB 04:21,10	EAROS 05:28,05	00:00,00	00:00,00	SCB 03:59,81	SCB 04:00,46	ASCB 04:05,55	VTSC 04:44,47	00:00,00	
	Concursos	S. Altura	Ana Morjana (SCB) 1,66	Raquel Carvalho (AECCB) 1,45	Jerusa Semedo (JUNI) 1,43	Ana Azevedo (AECCB) 1,40	Ana Sousa (JUNI) 1,39	Rafaela Vitorino (SCB) 1,74	Ana Silva (SCB) 1,71	Mariana Batista (CCDR) 1,48	Maria Andrade (VTSC) 1,47	Ana Sousa (VTSC) 1,45
		S. Comprimento	Mariana Costa (SCB) 5,37	Jerusa Semedo (JUNI) 5,22	Sónia Marques (SCB) 5,22	Maria Andrade (JUNI) 5,22	Beatriz Santos (SCB) 5,20	Shaina Mags (SCB) 6,00	Mariana Costa (SCB) 5,41	Vera Castro (SCB) 5,28	Maria Andrade (VTSC) 5,28	Beatriz Santos (SCB) 5,08
		Triplo S.	Sónia Marques (SCB) 11,37	Beatriz Santos (SCB) 11,14	Beatriz Ferreira (SCB) 11,11	Alessandra Silva (CCDR) 10,83	Maria Andrade (JUNI) 10,80	Shaina Mags (SCB) 13,37	Beatriz Santos (SCB) 11,50	Alessandra Silva (CCDR) 11,26	Ana Silva (SCB) 10,22	Inês Ferreira (SCB) 9,92
S. Vara		Liliana Maranhente (SCB) 2,93	0,00	0,00	0,00	0,00	Bárbara Mota (SCB) 3,15	0,00	0,00	0,00	0,00	
L. Peso		Elsa Cruz (SCB) 12,48	Liliana Maranhente (SCB) 9,16	Marta Vinhas (SCB) 8,98	0,00	0,00	Elsa Cruz (SCB) 12,29	Vera Castro (SCB) 10,05	Marta Vinhas (SCB) 9,29	Inês Melo (SCB) 8,11	Inês Ferreira (SCB) 7,00	
L. Dardo		Liliana Maranhente (SCB) 34,31	Soraa Lavandeira (JUNI) 17,17	0,00	0,00	0,00	Mariene Araújo (SCB) 44,84	Vera Castro (SCB) 30,68	Inês Ferreira (SCB) 19,13	Soraa Lavandeira (JUNI) 16,87	0,00	
L. Disco		Elsa Cruz (SCB) 37,70	Francisca Vaiga (AMONT) 28,52	Liliana Maranhente (SCB) 21,87	Ana Araújo (AMONT) 17,71	Soraa Lavandeira (JUNI) 14,55	Elsa Cruz (SCB) 38,27	Francisca Vaiga (AMONT) 29,34	Inês Melo (SCB) 26,55	Marta Vinhas (SCB) 25,49	Ana Araújo (AMONT) 18,31	
L. Martelo		Andreia Vensade (SCB) 54,97	0,00	0,00	0,00	0,00	Andreia Vensade (SCB) 56,55	0,00	0,00	0,00	0,00	



RELATÓRIO TÉCNICO 2017/2018

Top5 Marcas - Absoluto Masculino											
Prova	2017					2018					
	1º	2º	3º	4º	5º	1º	2º	3º	4º	5º	
Corridas	100 metros	Edi Sousa (SCB)	Eduardo Sá (SCB)	Válter Pinto (SCB)	Luís Machado (SCB)	Gustavo Oliveira (JUNI)	Edi Sousa (SCB)	Eduardo Sá (SCB)	Luís Machado (SCB)	Válter Pinto (SCB)	Pedro Matos (SCB)
		00:10,54	00:10,85	00:11,12	00:11,33	00:11,39	00:10,63	00:10,70	00:10,97	00:11,09	00:11,11
	200 metros	Eduardo Sá (SCB)	João Ferreira (SCB)	Manuel Fernandes (SCB)	Luís Machado (SCB)	Pedro Matos (CCDR)	Eduardo Sá (SCB)	Edi Sousa (SCB)	Manuel Fernandes (SCB)	Miguel Silva (VTSC)	Pedro Matos (CCDR)
		00:21,71	00:22,54	00:22,80	00:23,20	00:23,51	00:21,40	00:22,41	00:22,85	00:23,15	00:23,16
	400 metros	João Ferreira (SCB)	Marcelo Pereira (NATAIPAS)	João Peixoto (SCB)	Vítor Teixeira (VTSC)	Mácio Barreiras (CCDR)	Marcelo Pereira (NATAIPAS)	Pedro Vilas Boas (SCB)	João Peixoto (SCB)	Manuel Fernandes (SCB)	Jorge Paula (SCB)
		00:49,30	00:50,96	00:51,32	00:54,49	00:55,62	00:49,42	00:49,99	00:50,00	00:50,69	00:51,18
	800 metros	Marcelo Pereira (NATAIPAS)	João Peixoto (SCB)	Pedro Vilas Boas (SCB)	Francisco Rodrigues (SCB)	João Alves Lopes (SCB)	João Peixoto (SCB)	Marcelo Pereira (NATAIPAS)	Pedro Vilas Boas (SCB)	João Alves Lopes (SCB)	Francisco Rodrigues (SCB)
		01:53,39	01:55,51	01:55,96	01:56,10	01:56,18	01:49,42	01:49,49	01:53,68	01:55,74	01:56,73
	1500 metros	Marcelo Pereira (NATAIPAS)	João Alves Lopes (SCB)	Francisco Rodrigues (SCB)	Jorge Santa Cruz (SCB)	Mihail Lalev	Francisco Rodrigues (SCB)	João Alves Lopes (SCB)	Hugo Almeida (SCB)	António P Rocha (ARCAA)	João Peixoto (SCB)
		03:55,96	03:56,82	03:59,99	04:01,10	04:05,50	03:48,29	03:48,46	03:50,49	03:52,61	03:59,25
	5000 metros	Luís Saraiva (SCB)	Jorge Santa Cruz (SCB)	Mihail Lalev (SCB)	Nuno Fernandes (EAROS)	André Silva (ARCAA)	Luís Saraiva (SCB)	Hugo Almeida (SCB)	Jorge Santa Cruz (SCB)	Daniel Pinheiro (ARCAA)	Mihail Lalev (SCB)
		14:40,34	14:48,08	15:05,94	15:37,12	15:38,28	14:22,54	14:23,82	15:17,49	15:17,92	15:19,94
	10000 metros	Roberto Machado (ARCVSC)					António P Rocha (ARCAA)	Bruno Silva (ARCAA)	Davide Figueiredo (AFR&F)	João Paulo Fontão (NATAIPAS)	Tiago Pinheiro (NATAIPAS)
		38:03,75	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	29:46,79	30:26,59	32:44,42	32:50,88	34:37,20
	110 m Barreiras	Rafael Vilas Boas (SCB)	Manuel Fernandes (SCB)				João Fontela (SCB)	Manuel Fernandes (SCB)			
	00:16,76	00:18,24	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:14,47	00:16,34	00:00,00	00:00,00	00:00,00	
400 m Barreiras	Ricardo Lima (SCB)	Eugénio Costa (PLF)				Ricardo Lima (SCB)	Jorge Paula (SCB)	João Juncal (CCDR)			
	00:53,15	01:09,35	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:52,77	00:54,54	01:05,82	00:00,00	00:00,00	
3000 m Obst	Jorge Santa Cruz (SCB)	Leandro Martins (EAROS)	Pedro Coelho (SCB)	Rui Fernandes (EAROS)		Jorge Santa Cruz (SCB)	Leandro Martins (EAROS)				
	09:17,41	09:57,66	10:44,49	11:00,64	00:00,00	09:04,22	10:26,37	00:00,00	00:00,00	00:00,00	
10000 MX	António Pereira (SCB)										
	48:56,63	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	00:00,00	
4X100 metros	SCB	AAB	AECB	AEMOURE	SCB	SCB	CCDR	SCB	SCB	AAB	
	00:42,29	00:46,04	00:47,27	00:48,01	00:48,35	00:41,87	00:44,65	00:44,86	00:46,58	00:46,74	
4X400 metros	SCB	SCB	EAROS	EAROS		SCB	EAROS	EAROS			
	03:24,08	03:25,32	03:44,93	04:08,52	00:00,00	03:18,08	03:48,77	03:54,63	00:00,00	00:00,00	
Concursos	S. Altura	Rafael Vilas Boas (SCB)	Carlos Gomes (SCB)	João Aguilár (SCB)	Gilberto Enes (PLF)	Pedro Juncal (CCDR)	Rafael Vilas Boas (SCB)	Carlos Gomes (SCB)	Daniel Silva (SCB)	João Aguilár (SCB)	Pedro Juncal (CCDR)
		2,10	2,02	1,78	1,75	1,73	2,02	2,01	1,91	1,86	1,76
	S. Comprimento	Ricardo Jaquité (SCB)	Válter Pinto (SCB)	Gustavo Oliveira (JUNI)	Pedro Matos (CCDR)	Nuno Machado (SCB)	Válter Pinto (SCB)	Rafael Vilas Boas (SCB)	Pedro Matos (CCDR)	Dário Fernandes (ESAF)	Bruno Nunes (SCB)
		7,26	6,91	6,38	6,25	6,25	7,09	6,33	6,28	6,18	6,03
	Triplo S.	Ricardo Jaquité (SCB)	Rafael Vilas Boas (SCB)	João Aguilár (SCB)	Hugo Rodrigues (AMONT)	João Carvalho (CCDR)	Rafael Vilas Boas (SCB)	João Aguilár (SCB)	Hugo Rodrigues (AMONT)	Pedro Sá (AMONT)	André Sousa (VTSC)
		15,92	13,91	13,39	12,19	11,19	14,19	13,54	12,52	12,10	11,45
	S. Vara	Tomás Marreiros (SCB)					Tomás Marreiros (SCB)				
		4,80	0,00	0,00	0,00	0,00	3,55	0,00	0,00	0,00	0,00
	L. Peso	Adriano Lopes (SCB)	André Oliveira (SCB)				Adriano Lopes (SCB)	André Alves (SCB)	Domingos Magalhães (CAB)	Rui Rodrigues (SCB)	José Araújo (AMONT)
		15,16	10,58	0,00	0,00	0,00	16,25	12,38	10,61	10,47	7,27
	L. Dardo	Mário Marques (SCB)	Luís Silva (VTSC)	Gilberto Enes (PLF)	Daniel Cunha (JUNI)	Nuno Mota (AMONT)	Mário Marques (SCB)	Luís Silva (VTSC)	Gilberto Enes (PLF)	Nuno Mota (AMONT)	Pedro Cardoso (SCB)
		64,65	39,44	37,38	30,20	27,26	66,86	43,27	37,49	24,52	23,23
	L. Disco	Adriano Lopes (SCB)	André Oliveira (SCB)	Gilberto Enes (PLF)	Eugénio Costa (PLF)	Pedro Cardoso (SCB)	Adriano Lopes (SCB)	André Alves (SCB)	Domingos Magalhães (CAB)	Rui Rodrigues (SCB)	
		44,44	32,79	24,61	18,59	14,12	45,75	34,06	29,46	26,05	0,00
	L. Martelo	João Venade (SCB)					João Venade (SCB)				
	61,47	0,00	0,00	0,00	0,00	59,09	0,00	0,00	0,00	0,00	

