



XIII Grande Prémio de Mar

FPA **COMPETIÇÕES**

Esposende - 29/03/2026

Minis F - 250m | * - F | Dia 1

Minis M - 250m | * - M | Dia 1

Benjamins A F - 0.8KM | SUB-10 - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Barbara Miranda		SUB-10		UCRA	3:18
2	Ana Cardoso		SUB-10		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	3:33
3	Clara Alves	2017	SUB-10		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	3:51
4	Ariane Barbosa		SUB-10		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	4:03
5	Mariana Sá		SUB-10		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	4:09
6	Marina Azevedo		SUB-10		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	4:24
7	Emma Brito	2018	SUB-10		CENTRO DE ATLETISMO DE MAZAREFES	4:32
8	Nádia Gonçalves		SUB-10		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	4:42
9	Luísa Sampaio		SUB-10		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	4:43
10	Ariana Martins		SUB-10		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	4:54
11	Sofia Patrão		SUB-10		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	5:01
12	Leonor Ferreira		SUB-10		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	5:02
13	Ariana Castro		SUB-10		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	5:06
14	Joana Miranda	2017	SUB-10		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	5:07
15	Francisca Moura		SUB-10		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	5:14
16	Carlota Abreu		SUB-10		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	5:16

Benjamins A M - 0.8KM | SUB-10 - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Pedro Videira	2018	SUB-10		CENTRO DE ATLETISMO DE MAZAREFES	3:04
2	Rodrigo Neiva de Oliveira		SUB-10		GDCastelen	3:11
3	David Lima	2017	SUB-10		GRUPO JUVENIL DE VILA DE PUNHE	3:12
4	Rodrigo Fernandes		SUB-10		UCRA	3:24
5	Luís Almendra	2018	SUB-10		CENTRO DE ATLETISMO DE MAZAREFES	3:27
6	Francisco Ferreira	2018	SUB-10		CENTRO DE ATLETISMO DE MAZAREFES	3:29
7	Duarte Gonçalves	2017	SUB-10		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	3:31
8	Dinis Silva		SUB-10		UCRA	3:39
9	Bruno Calheiros	2017	SUB-10		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	3:44
10	Samuel Pacheco	2019	SUB-10		CENTRO DE ATLETISMO DE MAZAREFES	3:56
11	Afonso Moreira	2017	SUB-10		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	4:03
12	Miguel Maltez Matos	2018	SUB-10		CENTRO DE ATLETISMO DE MAZAREFES	4:37

Benjamins B F - 1.1KM | SUB-12 - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Catarina Carreiras	2015	SUB-12		CYCLONES ATLÉTICO CLUB	4:08
2	Juliana Pacheco	2015	SUB-12		CENTRO DE ATLETISMO DE MAZAREFES	4:38
3	Letícia Viana	2015	SUB-12		CENTRO DE ATLETISMO DE MAZAREFES	4:49
4	Maria Martins		SUB-12		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	4:50
5	Francisca Martins		SUB-12		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	5:20
6	Filipa Patrão		SUB-12		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	5:27
7	Mia Alves		SUB-12		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	5:37
8	Mariana Novo	2015	SUB-12		CENTRO DE ATLETISMO DE MAZAREFES	5:51
9	Maria Neiva		SUB-12		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	5:56
10	Matilde Carqueijó		SUB-12		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	6:06
10	Kyara Torres		SUB-12		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	6:06
12	Inês Faria		SUB-12		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	6:08
13	Carolina Coutinho		SUB-12		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	6:24
14	Sofia Martins		SUB-12		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	6:36



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO

MAIS Atletismo!

www.fpatletismo.pt

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
15	Matilde Patrão		SUB-12		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	6:37
16	Sofia Mota		SUB-12		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	6:39
17	Margarida Viana	2016	SUB-12		CENTRO DE ATLETISMO DE MAZAREFES	6:43
18	Annie Aguilar		SUB-12		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	6:47
19	Rita Silva		SUB-12		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	6:49
20	Maria Fernandes	2016	SUB-12		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	6:50

Benjamins B M - 2.2KM | SUB-12 - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Tiago Pimenta	2015	SUB-12		CENTRO DE ATLETISMO DE MAZAREFES	3:55
2	Vicente Lima	2016	SUB-12		CENTRO DE ATLETISMO DE MAZAREFES	3:56
3	Salvador Pacheco	2015	SUB-12		VITÓRIA SPORT CLUBE	3:59
4	Santiago Oliveira	2015	SUB-12		GRUPO DESPORTIVO CASTELENSE	4:06
5	Duarte Lima	2015	SUB-12		GRUPO JUVENIL DE VILA DE PUNHE	4:10
6	Tiago Dantas		SUB-12		A.D.C.F.	4:37
7	Paulo Bourbon	2016	SUB-12		LIBERDADE FUTEBOL CLUBE	4:47
8	Miguel Viana	2016	SUB-12		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	4:55
9	Vasco Noah	2016	SUB-12		GRUPO JUVENIL DE VILA DE PUNHE	4:56
10	Afonso Barbosa		SUB-12		UCRA	4:58
11	José Correia		SUB-12		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	6:14

Infantis F - 2.2KM | SUB-14 - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Jasmim Lima	2014	SUB-14	STP	CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	9:23
2	Matilde Martins	2014	SUB-14		CENTRO DE ATLETISMO DE MAZAREFES	9:25
3	Inês Pilar	2013	SUB-14		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	10:30
4	Laura Gomes	2013	SUB-14		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	11:06
5	Carolina Passos		SUB-14		GRUPO JUVENIL DE VILA DE PUNHE	11:28
6	Letícia Coelho		SUB-14		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	12:21
7	Maria Napoleão		SUB-14		UCRA	13:24
8	Maria Varajão		SUB-14		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	13:37
9	Conceição Gomes		SUB-14		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	13:45
9	Tatiana Cepa		SUB-14		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	13:45
11	Nádia Mota		SUB-14		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	13:52
12	Maria Pereira		SUB-14		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	14:22

Infantis M - 2.2KM | SUB-14 - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Mateus Laranjeira	2013	SUB-14		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	8:19
2	Edgar Brito		SUB-14		UCRA	9:01
3	Guilherme Carreira de Oliveira		SUB-14		Individual	9:05
4	Guilherme Pacheco	2014	SUB-14		CENTRO DE ATLETISMO DE MAZAREFES	9:18
5	André Meira	2013	SUB-14		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	10:03
6	David Correia		SUB-14		UCRA	10:16
7	Lucas Portela	2014	SUB-14		GRUPO JUVENIL DE VILA DE PUNHE	10:18
8	Leandro Rodrigues	2013	SUB-14		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	11:04
9	Tiago Coutinho de Sá Barros		SUB-14		Individual	11:09
10	Gustavo Silva		SUB-14		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	13:00

Iniciados F - 3.4KM | SUB-16 - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Adriana Moreira	2012	SUB-16		ASSOCIAÇÃO CULTURAL E RECREATIVA DE VALE DE CAMBRA	14:00
2	Carolina Figueiras	2011	SUB-16		GRUPO JUVENIL DE VILA DE PUNHE	14:33
2	Leonor Machado	2012	SUB-16		GRUPO JUVENIL DE VILA DE PUNHE	14:33



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO

MAIS Atletismo!

www.fpatletismo.pt

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
4	Lia Victoria		SUB-16		CAAV	15:30
5	Maria Rodrigues	2011	SUB-16		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	16:10
6	Francisca Silva	2012	SUB-16		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	16:40
7	Regina Viana	2012	SUB-16		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	16:44
8	Joana Rodrigues	2012	SUB-16		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	18:08

Iniciados M - 3.4KM | SUB-16 - M | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	João Vilela	2011	SUB-16		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	13:16
2	André Matos	2012	SUB-16		GRUPO JUVENIL DE VILA DE PUNHE	13:37
3	Francisco Laranjeira	2011	SUB-16		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	13:57
4	Jaime Videira	2012	SUB-16		CENTRO DE ATLETISMO DE MAZAREFES	14:29

Juvenis F - 4.3KM | SUB-18 - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Mariana Malheiro	2009	SUB-18		CENTRO DE ATLETISMO DE MAZAREFES	19:31
2	Mariana Manso	2010	SUB-18		GRUPO JUVENIL DE VILA DE PUNHE	21:17
3	Yara Portela	2010	SUB-18		GRUPO JUVENIL DE VILA DE PUNHE	25:21
4	Mariana Viana	2010	SUB-18		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	28:56
5	Francisca Barreto	2010	SUB-18		GRUPO JUVENIL DE VILA DE PUNHE	33:31

Juvenis M - 4.3KM | SUB-18 - M | Dia 1

Prova Principal F - 7.5KM | SUB-20 a MASTER - F | Dia 1

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	Vanessa Sousa	1990	M 35		CENTRO DE ATLETISMO DE MAZAREFES	0:28:51
2	Marlene Puga	1983	M 40		GRUPO JUVENIL DE VILA DE PUNHE	0:31:33
3	Luciana Miranda	2008	SUB-20		CENTRO DESPORTIVO E CULTURAL E NAVAIS	0:31:45
4	Lúcia Rodrigues	1987	M 35		CENTRO DESPORTIVO E CULTURAL E NAVAIS	0:32:08
5	Elisabete Lopes		M 50		Individual	0:33:06
6	Augusta Rodrigues	1974	M 50		DESNÍVEL POSITIVO - ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREA	0:34:19
7	Susana Eusébio		M 35		CENTRO DESPORTIVO E CULTURAL E NAVAIS	0:34:45
8	Fátima Barros	1978	M 45		GRUPO JUVENIL DE VILA DE PUNHE	0:35:06
9	Fátima Dantas	1962	M 60		GRUPO JUVENIL DE VILA DE PUNHE	0:35:07
10	Patrícia Sousa	1987	M 35		GRUPO JUVENIL DE VILA DE PUNHE	0:37:10
11	Maria Manuela Vilas-Boas		M 45		VILA COVA	0:38:31
12	Leticia Amorim	1999	SEN		GRUPO JUVENIL DE VILA DE PUNHE	0:38:32
13	Paula Gonçalves	1970	M 55		CENTRO DESPORTIVO E CULTURAL E NAVAIS	0:39:00
14	Marina Amorim		SEN		Individual	0:39:58
15	Clara Miranda		SUB-20		VILA COVA	0:40:17
16	Dora Cepa		M 50		Individual	0:40:26
17	Tânia Monteiro	1997	SEN		GRUPO JUVENIL DE VILA DE PUNHE	0:40:35
18	Carla Manuela Carvalho		M 35		VILA COVA	0:45:33
19	Stephanie Ribeiro		M 35		VILA COVA	0:46:36
19	Carla Maria Figueiredo		M 35		VILA COVA	0:46:36
21	Luciana Queirós	1981	M 40		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	0:46:41
22	Mariana Neto		M 35		Individual	0:46:54
22	Mónica Portela	1983	M 40		GRUPO JUVENIL DE VILA DE PUNHE	0:46:54
24	Ana Cunha		M 35		VILA COVA	0:46:58
25	Rita Gomes		SEN		VILA COVA	0:49:37
26	Márcia Alexandra Pereira		M 35		VILA COVA	0:51:44
27	Diana Cepa		M 45		Individual	0:52:13



FEDERAÇÃO PORTUGUESA ATLETISMO **MAIS Atletismo!**

www.fpatletismo.pt

Série 1

Posicao	Nome	Ano	Escalao	Nac	Clube	Marca
1	César Miranda	1981	M 40		CENTRO DESPORTIVO E CULTURAL E NAVAIS	0:24:35
2	Marco Silva		M 35		PEGASUS	0:25:17
3	Luciano Faria	1989	M 35		CENTRO DE ATLETISMO DE MAZAREFES	0:25:24
4	Domingos Barros	1967	M 55		CENTRO DE ATLETISMO DE MAZAREFES	0:25:28
5	Fernando Grilo	1975	M 50		GRUPO JUVENIL DE VILA DE PUNHE	0:25:43
6	Sérgio Lima	1982	M 40		GRUPO JUVENIL DE VILA DE PUNHE	0:26:00
7	Patrício Castro	1976	M 50		ACVSM - ATLÉTICO CLUBE DE VALE S. MARTINHO	0:26:37
8	Nuno Silva	1998	SEN		CENTRO DESPORTIVO E CULTURAL E NAVAIS	0:26:59
9	Sérgio Carmo	1990	M 35		CENTRO DE ATLETISMO DE MAZAREFES	0:27:10
10	Ivo Gonçalves	1999	SEN		GRUPO JUVENIL DE VILA DE PUNHE	0:27:29
11	Francisco Pilar	1983	M 40		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	0:27:46
12	Filipe Fernandes	2008	SUB-20		CENTRO DESPORTIVO E CULTURAL E NAVAIS	0:28:50
13	Simão Silva	2008	SUB-20		C. A. BRACARA - CLUBE DE ATLETISMO	0:28:59
14	Ezequiel Fernandes	1974	M 50		ESCOLA DESPORTIVA LIMIANA	0:29:02
15	Adão Mendes	1971	M 50		CENTRO DESPORTIVO E CULTURAL E NAVAIS	0:29:11
16	Eugénio Barros	1977	M 45		GRUPO JUVENIL DE VILA DE PUNHE	0:29:12
17	Carlos Veiga	1980	M 45		GRUPO JUVENIL DE VILA DE PUNHE	0:29:27
18	Carlos Augusto		M 60		CAAV	0:29:44
19	Manuel Branquinho	1970	M 55		GRUPO JUVENIL DE VILA DE PUNHE	0:29:57
20	Sérgio Videira	1980	M 45		CESDECO - CENTRO SOCIAL DESPORTIVO E CULTURAL DE O	0:30:28
21	Pedro Almendra	1987	M 35		CENTRO DE ATLETISMO DE MAZAREFES	0:30:35
22	Duarte Rodrigues	2000	SEN		GRUPO JUVENIL DE VILA DE PUNHE	0:30:40
23	Ângelo Freitas		M 60		Individual	0:30:42
24	Fernando Silva	1965	M 60		CENTRO DESPORTIVO E CULTURAL E NAVAIS	0:30:51
25	LUIS ANJO		SEN		CENTRO DESPORTIVO E CULTURAL E NAVAIS	0:32:01
26	Gonçalo Duarte Martins		SUB-23		Individual	0:32:20
27	Joaquim Barbosa	1965	M 60		Individual	0:33:19
28	ALCINDO JUNQUEIRA		M 45		CENTRO DESPORTIVO E CULTURAL E NAVAIS	0:33:42
29	Vítor Manso		M 40		Individual	0:34:13
30	Tiago Pereira		SEN		Individual	0:35:28
31	Carlos Pinto Carreira		M 45		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	0:35:42
32	Rui Couto		M 50		CENTRO SOCIAL DA JUVENTUDE DE MAR	0:35:56
33	RAFAEL CRAVEIRO		SEN		CENTRO DESPORTIVO E CULTURAL E NAVAIS	0:38:03
34	Rui Costa		M 40		VILA COVA	0:38:31
35	DANIEL COSTA		SEN		CENTRO DESPORTIVO E CULTURAL E NAVAIS	0:38:37
36	José Luís alves		M 45		J&M	0:39:22
37	André Fernandes		M 35		VILA COVA	0:40:21
38	César Oliveira		M 35		Individual	0:40:23
39	Albino Oliveira		M 75		GTT	0:43:52
40	Jose Manuel Figueiredo		M 55		Individual	0:46:58
41	Rui Barros		M 45		Individual	0:48:36
42	Tiago Cachada		SEN		VILA COVA	0:51:44
43	Modesto Rodrigues	1969	M 55		DESNÍVEL POSITIVO - ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA E RECREA	1:15:14

Caminhada | * - T | Dia 1


MAIS Atletismo!
www.fpatletismo.pt

Estatística Clubes

Sigla	Associação	Nº atletas Masculino	Nº atletas Feminino	Nº atletas Total	Participações Masculino	Participações Feminino	Participações Total
ACRVC	Aveiro	0	1	1	0	1	1
ACVSM	Braga	1	0	1	1	0	1
CAB	Braga	1	0	1	1	0	1
CAM-VC	Viana do Castelo	13	8	21	13	8	21
CDCNAV	Porto	5	3	8	5	3	8
CESDECO	Viana do Castelo	1	0	1	1	0	1
CSJMAR	Braga	10	12	22	10	12	22
CYCL	Viana do Castelo	0	1	1	0	1	1
DP-VC	Viana do Castelo	1	1	2	1	1	2
EDL	Viana do Castelo	1	0	1	1	0	1
GDC-VC	Viana do Castelo	1	0	1	1	0	1
GJVP	Viana do Castelo	12	12	24	12	12	24
IND	None	1	0	1	1	0	1
LFC-F	Braga	1	0	1	1	0	1
VTSC	Braga	1	0	1	1	0	1
_NaoFederado		-	-	81	-	-	81
_Total		49	38	168	49	38	168



Estatística Escalão

Escalão	Nº atletas Masculino	Nº atletas Feminino	Nº atletas Total	Participações Masculino	Participações Feminino	Participações Total
SUB-10	9	3	12	9	3	12
SUB-12	8	6	14	8	6	14
SUB-14	5	4	9	5	4	9
SUB-16	4	7	11	4	7	11
SUB-18	0	5	5	0	5	5
SUB-20	2	1	3	2	1	3
SEN	3	2	5	3	2	5
M 35	3	3	6	3	3	6
M 40	3	3	6	3	3	6
M 45	3	1	4	3	1	4
M 50	4	1	5	4	1	5
M 55	3	1	4	3	1	4
M 60	2	1	3	2	1	3
_NaoFederado	-	-	81	-	-	81



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
ATLETISMO

MAIS Atletismo!

www.fpatletismo.pt