



## Ranking do CAMG Época de 2009\_10

Atualizado até : 26-06-2010

Atletas	Prova: <b>60 M Fem.</b>		Inf-Sen	2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão		Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Andreia Pinto	93	Juv	8,21	14-02-09	Pombal	8,30	31-01-10	Pombal	8,21
Vitória Té	94	Juv	8,30				05-12-09	Pombal	8,30
Cyntia da Silva	91	Jun	8,41	21-02-09	Pombal	8,41	09-01-09	Pombal	8,51
Ana Patrícia Silva	93	Juv	8,62	06-02-09	Pombal	8,62			
Diana Pinho Oliveira	93	Juv	8,68	06-12-08	Pombal	8,68			
Ana Filipa Silva	93	Juv	8,72	06-02-09	Pombal	8,72			
Mariana Cordeiro	96	Ini	8,79	04-04-09	Mª Grande	8,79	28-02-10	Pombal	8,9
Mariana Cordeiro	96	Ini	8,94	01-05-09	Leiria	8,94			
Sara Espinha	93	Juv	9,08	06-02-09	Pombal	9,08			
Ania Morouço	93	Juv	9,09	06-12-08	Pombal	9,09			
Diana Barreira	93	Juv	9,29	19-12-08	Pombal	9,29			
Mariana Cordeiro	96	Ini	9,63	06-02-09	Pombal	9,63			
Sandrina Sousa	95	Ini	10,17	06-02-09	Pombal	10,17			
Diana Silva	96	Ini	10,20				28-02-10	Pombal	10,2

Atletas	Prova: <b>60 M Masc.</b>		Inf-Sen	2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão		Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Dylan da Silva	93	Juv	7,48	06-12-08	Pombal	7,57	05-12-09	Pombal	7,48
João Pereira	93	Juv	7,64	19-12-08	Pombal	7,64	16-01-10	Pombal	7,66
Alexandre Ferreira	92	Jun	7,67	06-12-08	Pombal	7,67			
Pedro Brito	94	Juv	7,87	06-02-09	Pombal	7,87	16-01-10	Pombal	7,87
Pedro M. Soares	93	Juv	8,19	06-02-09	Pombal	8,19			
Oleh Palamarchuck	94	Juv	8,20	06-02-09	Pombal	8,2			
Diogo Mestre	92	Jun	8,25	19-12-08	Pombal	8,25			
Axel Teixeira	96	Ini	8,36	04-04-09	M. Grande	9,22	05-12-09	Pombal	8,36
Miguel Morais	95	Ini	8,39	06-02-09	Pombal	8,8	12-12-09	Pombal	8,39
Gabriel Brito	95	Ini	9,20	06-12-08	Pombal	9,2			
João Silva	96	Ini	9,33	04-04-09	M. Grande	9,33			
Pedro D Soares	96	Ini	9,88	04-04-09	M. Grande	9,88			
Daniel Rodrigues	96	Ini	10,33	04-04-09	M. Grande	10,33			

Atletas	Prova: <b>80 M Fem.</b>		Inic	2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão		Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Vitória Té	94	Juv	11,13	23-05-09	M. Grande	11,13			
Andreia Monteiro	96	Ini	11,44				26-06-10	Leiria	11,44
Mariana Cordeiro	96	Ini	11,58	23-05-09	M. Grande	11,6	21-03-10	M. Grande	11,58
Ana Isabel Santos	95	Ini	12,06	05-04-09	M. Grande	12,06			
Ana Kasprova	95	Ini	12,20	23-05-09	M. Grande	12,2			
Marisa Paulino	96	Ini	12,23				27-03-10	M. Grande	12,23
Iolanda Silva	96	Ini	12,29				26-06-10	Leiria	12,29
Sandrina Sousa	95	Ini	12,44	05-04-09	M. Grande	12,83	27-03-10	M. Grande	12,44
Beatriz Bárbara	94	Juv	12,66	10-05-09	Leiria	12,66			
Maria Inês Domingos	95	Ini	13,02	05-04-09	M. Grande	13,02			

Anastasiya Kasprova	95	Ini	13,80	23-05-09	M. Grande	13,8			
Diana do Carmo	95	Juv	13,84	04-07-09	Pombal	13,84			

Atletas	Prova: <b>80 M Masc.</b>		Inic	Data	2008_09		Data	2009_10	
	Ano	Escalão			Local	Marca		Local	Marca
Pedro Brito	94	Juv	9,50	23-05-09	M. Grande	9,5			
Pedro Brito	94	Juv	9,75	10-05-09	Leiria	9,75			
Miguel Morais	95	Ini	10,13	04-04-09	M. Grande	10,87	20-05-10	Leiria	10,13
Oleh Palamarchuck	94	Juv	10,36	04-04-09	M. Grande	10,36			
Miguel Morais	95	Ini	10,50	18-04-09	Leiria	11,05	08-05-10	M. Grande	10,50
Oleh Palamarchuck	94	Juv	10,51	04-07-09	Leiria	10,51			
João Pinto	97	Inf	10,60				26-06-10	Leiria	10,60
Axel Teixeira	96	Ini	10,61				21-03-10	M. Grande	10,61
Gabriel Brito	95	Ini	10,77	04-07-09	Leiria	11,32	27-03-10	M. Grande	10,77
André Constâncio	0	Ini	10,79				26-06-10	Leiria	10,79
Gabriel Brito	95	Ini	11,12				08-05-10	M. Grande	11,12
Pedro D Soares	96	Ini	12,39				21-03-10	M. Grande	12,39
Diogo Duarte	94	Juv	12,50	04-07-09	Leiria	12,50			
Miguel Ferreira	95	Ini	12,65	04-04-09	M. Grande	12,65			
Miguel Ferreira	95	Ini	12,70	18-04-09	Leiria	12,7			

Atletas	Prova: <b>100 M Fem.</b>		Juv-Sen	Data	2008_09		Data	2009_10	
	Ano	Escalão			Local	Marca		Local	Marca
Andreia Pinto	93	Juv	13,10	10-06-09	Leiria	13,1	08-05-10	M. Grande	13,11
Vitória Té	94	Juv	13,10	10-06-09	Leiria	13,40	08-05-10	M. Grande	13,10
Beatrysa Lyashchenko	91	Jun	13,13	30-05-09	Viseu	13,13			
Cyntia da Silva	91	Jun	13,19	09-05-09	Coimbra	13,22	23-06-10	Leiria	13,19
Diana Pinho Oliveira	93	Juv	13,50	06-06-09	Leiria	13,50			
Ana Patrícia Silva	93	Juv	13,50	10-06-09	Leiria	13,5	07-03-10	Alcanena	13,64
Ana Filipa Silva	93	Juv	13,55	22-05-09	Leiria	13,55	08-05-10	M. Grande	13,62
Ana Filipa Silva	93		13,60				08-05-10	M. Grande	13,60
Diana Pinho Oliveira	93	Juv	13,76	06-06-09	Leiria	13,76			
Sara Espinha	93	Juv	14,11	09-05-09	Coimbra	14,11			
Ania Morouço	93	Juv	14,56	09-05-09	Coimbra	14,56			

Atletas	Prova: <b>100 M Masc.</b>		Juv-Sen	Data	2008_09		Data	2009_10	
	Ano	Escalão			Local	Marca		Local	Marca
João Pereira	93	Juv	11,75	10-05-09	Coimbra	11,75	09-06-10	Leiria	11,81
Dylan da Silva	93	Juv	11,76	10-05-09	Coimbra	11,76	23-06-10	Leiria	11,90
Pedro Brito	94	Juv	12,13				27-03-10	M. Grande	12,13
Alexandre Ferreira	92	Jun	12,16	04-04-09	M. Grande	12,16			
Diogo Mestre	92	Jun	12,53	05-07-09	M. Grande	12,53			
Pedro M. Soares	93	Juv	12,89	10-05-09	Coimbra	12,89			
Leandro Carvalho	92	Juv	13,83	05-07-09	M. Grande	13,83			

Atletas	Prova: <b>200 M Fem.</b>		Juv-Sen	Data	2008_09		Data	2009_10	
	Ano	Escalão			Local	Marca		Local	Marca
Cyntia da Silva	91	Jun	27,20				14-02-10	Pombal	27,20
Andreia Pinto	93	Juv	27,69	15-02-09	Pombal	27,69	17-01-10	Pombal	28,25
Vitória Té	94	Juv	27,53				24-01-10	Pombal	27,53

Atletas	Prova: <b>200 M Fem.</b>		Juv-Sen	Data	2008_09		Data	2009_10	
	Ano	Escalão			Local	Marca		Local	Marca
Cyntia da Silva	91	Jun	27,01	08-07-09	Leiria	27,01	16-05-10	Leiria	27,67
Vitória Té	94	Juv	27,53	10-06-09	Leiria	28,53	24-01-10	Pombal	27,53
Andreia Pinto	93	Juv	27,54	15-02-09	Pombal	27,69	13-06-10	Lx - U	27,54
Ana Patrícia Silva	93	Juv	28,47	04-04-09	M. Grande	28,47	27-03-10	M. Grande	28,92
Ana Filipa Silva	93	Juv	28,73	04-04-09	M. Grande	28,73	27-03-10	M. Grande	28,98
Diana Pinho Oliveira	93	Juv	28,83	05-07-09	Leiria	28,83			
Andreia Monteiro	96	Ini	29,97				10-06-10	Leiria	29,97
Nádia Silva	90	Sen	30,30	07-12-08	Pombal	30,3			
Sara Espinha	93	Juv	30,35	04-04-09	M. Grande	30,35	27-03-10	M. Grande	30,66
Ania Morouço	93	Juv	30,67	05-07-09	Leiria	30,67			
Diana Barreira	93	Juv	31,88	20-12-08	Pombal	31,88			
Fabiana Domingos	93	Juv	34,90	05-07-09	Leiria	34,9			

Atletas	Prova: <b>200 M Masc.</b>		Juv-Sen	Data	2008_09		Data	2009_10	
	Ano	Escalão			Local	Marca		Local	Marca
João Pereira	93	Juv	24,31				31-01-10	Pombal	24,31
Pedro Brito	94	Juv	25,72				07-03-10	Pombal	25,72
Dylan da Silva	93	Juv	25,74	04-01-09	Pombal	25,74			

Atletas	Prova: <b>200 M Masc.</b>		Juv-Sen	Data	2008_09		Data	2009_10	
	Ano	Escalão			Local	Marca		Local	Marca
João Pereira	93	Juv	23,80	10-05-09	Coimbra	23,8	30-05-10	Abrantes	23,85
João Pereira	93	Juv	23,92	10-06-09	Leiria	23,92	10-09-10	Leiria	23,99
Alexandre Ferreira	92	Jul	24,80	01-07-09	Leiria	24,8			
Dylan da Silva	93	Juv	24,95	04-01-09	Pombal	25,74	10-09-10	Leiria	24,95
Pedro Brito	94	Juv	25,72				07-03-10	Pombal	25,72
Diogo Mestre	92	Jun	25,82	10-06-09	Leiria	25,82			
André Constâncio	0	Ini	27,91				10-09-10	Leiria	27,91

Atletas	Prova: <b>250 M Fem.</b>		Inic	Data	2008_09		Data	2009_10	
	Ano	Escalão			Local	Marca		Local	Marca
Mariana Cordeiro	96		38,10				28-02-10	Pombal	38,1
Marisa Paulino	96	Ini	38,90				28-02-10	Pombal	38,9
Sandrina Sousa	95	Ini	39,90	10-05-09	Leiria	43,55	28-02-10	Pombal	39,9
Maria Carlos	0	Ini	41,40				28-02-10	Pombal	41,4
Ana Kasprova	95	Ini	43,90	10-05-09	Leiria	43,90			
Anastasiya Kasprova	95	Ini	45,68	24-05-09	M. Grande	45,68			

#### 260 m Masc

Andreia Monteiro	96	Ini	40,22				26-06-10	Leiria	40,22
Sandrina Sousa	95	Ini	42,19				26-06-10	Leiria	42,19

Atletas	Prova: <b>250 M Mascul.</b>		Inic	Data	2008_09		Data	2009_10	
	Ano	Escalão			Local	Marca		Local	Marca
Gabriel Brito	95	Ini	33,90	01-05-09	Leiria	42,31	28-02-10	Pombal	33,9
Miguel Morais	95	Ini	34,10	24-05-09	M. Grande	36,33	28-02-10	Pombal	34,1
Diogo Duarte	94	Juv	40,44	24-05-09	M. Grande	40,44			

Daniel Rodrigues	96	Ini	40,60				28-02-10	Pombal	40,6

260 m Masc

Miguel Morais	95	Ini	35,45				26-06-10	Leiria	35,45
André Constâncio	0	Ini	38,62				26-06-10	Leiria	38,62

Prova: <b>300 M Fem.</b>		Ano	Escalão	Juv	Data	2008_09		2009_10	
Atletas	Local					Marca	Data	Local	Marca
Sara Oliveira	93	Juv	43,57	06-12-08	Pombal	49,8	09-06-10	Leiria	43,57
Andreia Pinto	93	Juv	44,80	18-04-09	Leiria	44,8			
Ana Patrícia Silva	93	Juv	44,90	18-04-09	Leiria	44,9			
Ana Filipa Silva	93	Juv	46,45	18-04-09	Leiria	46,45			
Andreia Monteiro	96	Ini	47,80				09-06-10	Leiria	47,80
Mariana Cordeiro	96	Ini	47,87				09-06-10	Leiria	47,87
Sandrina Sousa	95	Ini	50,09	10-06-09	Leiria	50,7	09-06-10	Leiria	50,09
Ana Kasprova	95	Ini	51,20				05-12-09	Pombal	51,2
Ania Morouço	93	Juv	52,10	06-12-08	Pombal	52,1			
Diana Barreira	93	Juv	52,70	06-12-08	Pombal	52,7			
Anastasiya Kasprova	95	Ini	53,10	10-06-09	Leiria	54,3	05-12-09	Pombal	53,1

Prova: <b>300 M Masc.</b>		Ano	Escalão	Juv	Data	2008_09		2009_10	
Atletas	Local					Marca	Data	Local	Marca
João Pereira	93	Juv	38,12	18-04-09	Leiria	38,82	08-05-10	M. Grande	38,12
Oleh Palamarchuk	94	Juv	40,40	10-06-09	Leiria	40,4	09-06-10	Leiria	40,71
Dylan da Silva	93	Juv	40,49	05-07-09	Leiria	40,49			
Miguel Morais	95	Ini	41,64				09-06-10	Leiria	41,64
Alexandre Ferreira	92	Jun	42,30	06-12-08	Pombal	42,3			
Gabriel Brito	95	Ini	43,93				10-06-10	Leiria	43,93
Diogo Mestre	92	Jun	44,77	04-04-09	M. Grande	44,77			
Diogo Duarte	94	Juv	45,16				09-06-10	Leiria	45,16
Bruno Alves	93	Juv	45,30	06-12-08	Pombal	45,3			
Leandro Carvalho	92	Jun	47,89	05-07-09	Leiria	47,89			
Pedro Brito	94	Juv					27-03-10	M. Grande	41,8

Prova: <b>400 M Fem.</b>		Ano	Escalão	Jun-Sen	Data	2008_09		2009_10	
Atletas	Local					Marca	Data	Local	Marca
Sara Oliveira	93	Juv	62,30				12-06-10	Lx - U	62,30
Cyntia da Silva	91	Jun	62,43	18-07-09	Seia	63,87	20-05-10	Leiria	62,43
Nádia Silva	90	Sen	63,15	06-06-09	Leiria	63,15			
Catarina Vieira	91	Jun	63,92	17-01-09	Espinho	63,92			
Ana Filipa Silva	93	Juv	65,27	06-06-09	Leiria	65,27			
Beatrysa Lyashchenko	91	Jun	66,40	19-12-08	Pombal	66,40			
Ana Patrícia Silva	93	Juv	68,90	19-12-08	Pombal	68,90			
Ania Morouço	93	Juv	69,67	01-07-09	Leiria	69,67			
Sara Espinha	93	Juv	73,17	19-12-08	Pombal	73,17			
Diana Barreira	93	Juv	74,01	19-12-08	Pombal	74,01			

Prova: <b>400 M Fem.</b>		Ano	Escalão	Jun-Sen	Data	2008_09		2009_10	
Atletas	Local					Marca	Data	Local	Marca
Cyntia da Silva	91	Jun	62,86				13-02-10	Pombal	62,86
Catarina Vieira	91	Jun	63,92	17-01-09	Espinho	63,92			

Beatrysa Lyashchenko	91	Jun	66,40	19-12-08	Pombal	66,40			
Ana Patrícia Silva	93	Juv	68,90	19-12-08	Pombal	68,90			
Sara Espinha	93	Juv	73,17	19-12-08	Pombal	73,17			
Diana Barreira	93	Juv	74,01	19-12-08	Pombal	74,01			

Atletas	Prova: <b>400 M Masc.</b>		Jun-Sen	Data	2008_09		Data	2009_10	
	Ano	Escalão			Local	Marca		Local	Marca
João Pereira	93	Juv	54,36				23-06-10	Leiria	54,36
Edwin Ferreira	0	Sen	57,71	01-02-09	Pombal	57,71	31-01-10	Pombal	58,14
Pedro M. Soares	93	Juv	62,57	03-01-09	Pombal	62,57			

Atletas	Prova: <b>800 M Fem.</b>		Inic-Sen	Data	2008_09		Data	2009_10	
	Ano	Escalão			Local	Marca		Local	Marca
Nádia Silva	90	Sen	02:28,09	15-02-09	Pombal	02:28,09			
Catarina Vieira	91	Jun	02:31,44	01-02-09	Espinho	02:31,44			
Marisa Paulino	96	Ini	02:32,91				20-05-10	Leiria	02:32,91
Mariana Cordeiro	96	Ini	02:35,17				26-06-10	Leiria	02:35,17
Ana Isabel Santos	95	Ini	02:37,10	06-12-08	Pombal	02:37,10			
Sandrina Sousa	95	Ini	02:46,70	10-06-09	Leiria	02:48,97	20-05-10	Leiria	02:46,70
Ana Kasprova	95	Ini	02:47,44	10-06-09	Leiria	02:47,44			
Ana Filipa Silva	93	Juv	02:49,95	05-04-09	M. Grande	02:49,95	28-03-10	M. Grande	02:53,92
Sara Espinha	93	Juv	02:50,56	05-04-09	M. Grande	02:50,56			
Ania Morouço	93	Juv	02:51,36	18-04-09	Leiria	02:51,36			
Anastasiya Kasprova	95	Ini	02:58,76	10-06-09	Leiria	02:58,76			
Ana Patrícia Silva	93	Juv	03:01,81	05-04-09	M. Grande	03:01,81	28-03-10	M. Grande	03:07,60
Fabiana Domingos	93	Juv	03:09,41	05-07-09	M. Grande	03:09,41			
Diana Pinho Oliveira	93	Juv	03:11,55	05-07-09	M. Grande	03:11,55			
Maria Inês Domingos	95	Ini	03:18,06	05-04-09	M. Grande	03:18,06			
Andreia Pinto	93	Juv	03:22,12	05-07-09	M. Grande	03:22,12			

Atletas	Prova: <b>800 M Masc.</b>		Inic-Sen	Data	2008_09		Data	2009_10	
	Ano	Escalão			Local	Marca		Local	Marca
Rui Samuel Gonçalves	90	Sen	01:58,62	07-06-09	Leiria	01:58,62			
Oleh Palamarchuk	94	Juv	02:09,05	24-05-09	M. Grande	02:11,60	31-01-10	Pombal	02:09,05
Emanuel Cardoso	90	Sen	02:21,69	01-07-09	Leiria	02:21,69			
João Silva	96	Ini	02:23,96				26-06-10	Leiria	02:23,96
Diogo Duarte	94	Juv	02:25,66				10-06-10	Leiria	02:25,66
João Santos	0	Jun	02:31,97	31-05-09	Viseu	02:44,93	17-01-10	Pombal	02:31,97
Ricardo Silva	95	Ini	02:33,96	24-05-09	M. Grande	02:51,10	02-05-10	M. Grande	02:33,96
David Vicente	95	Ini	02:36,98				16-05-10	Leiria	02:36,98
Miguel Ferreira	95	Ini	02:53,30	24-05-09	M. Grande	02:53,30			

Atletas	Prova: <b>1.000 M Fem.</b>		Inic-Sen	Data	2008_09		Data	2009_10	
	Ano	Escalão			Local	Marca		Local	Marca
Mariana Cordeiro	96	Ini	03:25,72	29-03-09	Leiria	03:40,01	08-05-10	M. Grande	03:25,72
Marisa Paulino	96	Ini	03:28,16	22-05-09	M. Grande	03:42,42	07-03-10	Pombal	03:28,16
Cyntia da Silva	91	Jun	03:28,87				21-03-10	M. Grande	03:28,87
Ana Isabel Santos	95	Ini	03:29,30	18-04-09	Leiria	03:29,30			
Benvinda Santos	94	Juv	03:37,50	10-05-09	Leiria	03:37,50			

Sandrina Sousa	95	Ini	03:39,20	29-03-09	Leiria	03:52,69	21-03-10	M. Grande	03:39,20
Ana Filipa Silva	93	Juv	03:41,50	29-03-09	Leiria	03:41,50			
Sara Espinha	93	Juv	03:48,21	29-03-09	Leiria	03:48,21			
Ana Patrícia Silva	93	Juv	03:51,57	29-03-09	Leiria	03:51,57			
Marisa de Jesus	93	Juv	03:53,29	29-03-09	Leiria	03:53,29	21-03-10	M. Grande	03:59,84
Luciana de Jesus	93	Juv	03:54,21	29-03-09	Leiria	03:54,21	21-03-10	M. Grande	04:01,32
Mariana Pinheiro	95	Ini	04:04,60	29-03-09	Leiria	04:04,60			

Prova: <b>1.000 M Masc.</b>			Inic-Sen	Data	2008_09		2009_10		
Atletas	Ano	Escalão			Local	Marca	Data	Local	Marca
Oleh Palamarchuck	94	Juv	02:48,91	01-05-09	Leiria	02:48,91	22-05-10	Lx - U	02:49,41
Emanuel Cardoso	90	Sen	03:00,64	29-03-09	Leiria	03:05,69	21-03-10	M. Grande	03:00,64
Micael Santos	0	Jun	03:05,82	29-03-09	Leiria	03:05,82			
João Pereira	93	Juv	03:08,77	05-04-09	M. Grande	03:16,04	23-05-10	Lx - U	03:08,77
Alexandre Ferreira	92	Jun	03:11,71	05-04-09	M. Grande	03:11,71			
João Silva	96	Ini	03:12,85	22-05-09	M. Grande	03:15,34	08-05-10	M. Grande	03:12,85
Pedro Brito	94	Juv	03:15,39				28-03-10	M. Grande	03:15,39
Daniel Rodrigues	96	Ini	03:18,52	22-05-09	M. Grande	03:18,52	07-03-10	Pombal	03:37,18
Dylan da Silva	93	Juv	03:18,63	05.07.09	Leiria	03:18,63			
Diogo Duarte	94	Juv	03:20,11	04-07-09	Leiria	03:34,26	21-03-10	M. Grande	03:20,11
Miguel Morais	95	Ini	03:20,12	18-04-09	Leiria	03:25,95	28-03-10	M. Grande	03:20,12
Gabriel Brito	95	Ini	03:26,73	05-04-09	M. Grande	03:27,66	28-03-10	M. Grande	03:26,73
Axel Teixeira	96	Ini	03:34,89	21-02-09	Pombal	03:34,89	28-03-10	M. Grande	03:37,71
Miguel Ferreira	95	Ini	03:36,57	05-04-09	M. Grande	03:36,57			
Ricardo Silva	95	Ini	03:38,67	18-04-09	Leiria	03:38,67			
Diogo Mestre	92	Jun	03:47,67	05.07.09	Leiria	03:47,67			
Leandro Carvalho	92	Jun	03:53,69	05-04-09	M. Grande	03:53,69			

Prova: <b>1.500 M Fem.</b>			Inic-Sen	Data	2008_09		2009_10		
Atletas	Ano	Escalão			Local	Marca	Data	Local	Marca
Catarina Vieira	91	Jun	05:10,90	06-12-08	Pombal	05:10,90			
Nádia Silva	90	Sen	05:22,10	06-12-08	Pombal	05:22,10			
Ana Isabel Santos	95	Ini	05:37,70	06-12-08	Pombal	05:37,70			
Ana Kasprova	95	Ini	05:52,17	22-05-09	M. Grande	05:52,17			
Sandrina Sousa	95	Ini	05:56,54	22-05-09	M. Grande	05:56,54			
Anastasiya Kasprova	95	Ini	06:19,94	22-05-09	M. Grande	06:19,94			
Marisa Paulino	96	Ini	05:22,27				01-05-10	M. Grande	05:22,27

Prova: <b>1.500 M Masc.</b>			Inic-Sen	Data	2008_09		2009_10		
Atletas	Ano	Escalão			Local	Marca	Data	Local	Marca
Rui Samuel Gonçalves	90	Sen	04:06,01	01-07-09	Leiria	04:06,01			
Oleh Palamarchuck	94	Juv	04:33,80	06-12-08	Pombal*	05:29,30	12-12-09	Pombal	04:33,80
Emanuel Cardoso	90	Sen	04:37,95	19-12-08	Pombal	04:50,42	23-06-10	Leiria	04:37,95
Diogo Duarte	94	Juv	05:01,80	22-05-09	M. Grande	05:24,09	23-06-10	Leiria	05:01,80
Miguel Morais	95	Ini	05:11,66	22-05-09	M. Grande	05:11,66			
Ricardo Silva	95	Ini	05:17,19	22-05-09	M. Grande	05:35,55	01-05-10	M. Grande	05:17,19
João Silva	96	Ini	05:19,85				01-05-10	M. Grande	05:19,85
Miguel Ferreira	95	Ini	05:50,61	23-05-09	M. Grande	05:50,61			

\* 1 volta a mais

Prova: <b>3.000 M Fem.</b>			Inic-Sen	Data	2008_09		2009_10		
Atletas	Ano	Escalão			Local	Marca	Data	Local	Marca

Atletas	Ano	Escalão	Juv-Sen	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Marisa de Jesus	93		13:43,10	06-12-08	Pombal	13:43,1	31-01-10	Pombal	14:17,03

Prova: <b>3.000 M Masc.</b>				2008_09			2009_10		
Atletas	Ano	Escalão	Juv-Sen	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Rui Samuel Gonçalves	90	Sen	09:16,95	31-05-09	Viseu	09:16,95			
Emanuel Cardoso	90	Sen	10:09,11	06-06-09	Leiria	10:41,39	17-01-10	Pombal	10:09,11
Oleh Palamarchuck	94		10:23,90				26-06-10	Leiria	10:23,90
Diogo Duarte	94	Juv	11:33,40				08-05-10	M. Grande	11:33,40

Prova: <b>5.000 M Fem.</b>				2008_09			2009_10		
Atletas	Ano	Escalão	Jun-Sen	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca

Prova: <b>5.000 M Masc.</b>				2008_09			2009_10		
Atletas	Ano	Escalão	Jun-Sen	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Emanuel Cardoso	90	Sen	19:18,56	30-05-09	Viseu	19:18,6			

Prova: <b>60 mB Fem.</b>			76	2008_09			2009_10		
Atletas	Ano	Escalão	Inic	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Diana Silva	96	Ini	14,05	22-03-09	C. Rainha	14,05			
Mariana Cordeiro	96	Ini	14,62	05-04-09	M. Grande	14,62			

Prova: <b>60mB Masc.</b>			76	2008_09			2009_10		
Atletas	Ano	Escalão	Inic	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
João Silva	96	Ini	12,3	05-04-09	M. Grande	12,3			
Axel Teixeira	96	Ini	12,33	05-04-09	M. Grande	12,33			
Pedro D Soares	96	Ini	14,93	28-12-08	Pombal	14,93			

Prova: <b>60mB Masc.</b>			84	2008_09			2009_10		
Atletas	Ano	Escalão	Inic	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Axel Teixeira	96	Ini	9,87				23-02-10	Espinho	9,87
Gabriel Brito	95	Ini	10,21	29-12-08	Pombal	11,36	23-02-10	Espinho	10,21
Miguel Morais	95	Ini	12,37	30-12-08	Pombal	12,37			
Ricardo Silva	95	Ini	13,37	07-02-09	Pombal	13,37			

Prova: <b>60 mB Fem.</b>			76	2008_09			2009_10		
Atletas	Ano	Escalão	Juv	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Ania Morouço	93	Ini	10,53	06-02-09	Pombal	10,53			
Ana Patrícia Silva	93	Ini	10,67	28-12-08	Pombal	10,67			
Sara Espinha	93	Ini	10,90	06-02-09	Pombal	10,90			
Diana Pinho Oliveira	93	Ini	11,04	28-12-08	Pombal	11,04			
Fabiana Domingos	93	Ini	11,11	06-12-08	Pombal	11,11			
Ana Filipa Silva	93	Ini	11,46	28-12-08	Pombal	11,46			

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Atletas	Prova: <b>60mB Masc.</b>		91	2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	Juv	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Pedro Brito	94	Juv	10,16	28-12-08	Pombal	10,16			
João Pereira	93	Juv	10,21	28-12-08	Pombal	11,1	23-01-10	Espinho	10,21
Dylan da Silva	93	Juv	10,39	28-12-08	Pombal	10,39			
Gabriel Brito	95	Ini	10,45				05-12-09	Pombal	10,45
Oleh Palamarchuck	94	Juv	10,93	06-02-09	Pombal	10,93	05-12-09	Pombal	11,05
Pedro M. Soares	93	Juv	11,35	28-12-08	Pombal	11,35			
Ricardo Silva	95	Ini	13,37	06-02-09	Pombal	13,37			

Atletas	Prova: <b>60mB Fem.</b>		84	2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	Jun/Sen	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Ana Patricia Inácio	91	Juv	10,20	01-02-09	Espinho	10,20			
Ania Morouço	93	Juv	10,60	04-01-09	Pombal	10,60	13-12-09	Pombal	10,68
Ana Filipa Silva	93	Juv	10,69				14-02-10	Pombal	10,69
Sara Espinha	93	Juv	10,92	18-01-09	Espinho	11,10	17-01-10	Pombal	10,92

Atletas	Prova: <b>60mB Masc.</b>		1,00	2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	Jun	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Elton Ingres	91		9,10				13-12-09	Pombal	9,10

Atletas	Prova: <b>60mB Masc.</b>		1,07	2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	Sen	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Elton Ingres	91	Jun	9,68	01-12-09	Pombal	9,68			

Atletas	Prova: <b>80 mB Fem.</b>		76	2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	Inic	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Sandrina Sousa	95	Ini	15,48	04-07-09	Leiria	18,80	26-06-10	Leiria	15,48
Marisa Paulino	96	Ini	16,41				26-06-10	Leiria	16,41
Ana Isabel Santos	95	Ini	17,18	04-04-09	M. Grande	17,18			
Mariana Pinheiro	95	Ini	17,31	10-05-09	Leiria	17,31			
Diana do Carmo	95	Ini	20,89	04-07-09	Leiria	20,89			

Atletas	Prova: <b>100mB Masc.</b>		84	2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	Inic	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Axel Teixeira	96	Ini	15,51				26-06-10	Leiria	15,51
Gabriel Brito	95	Ini	16,68	05-04-09	M. Grande	18,58	08-05-10	M. Grande	16,68
Pedro Brito	94	Juv	17,2	18-04-09	Leiria	17,2			
Miguel Moraes	95	Ini	17,74	05-04-09	M. Grande	20,38	27-03-10	M. Grande	17,74
Oleh Palamarchuck	94	Juv	17,75	04-07-09	M. Grande	17,75			
Ricardo Pereira	95	Ini	18,12	10-05-09	Leiria	18,12			
Ricardo Silva	95	Ini	20,41	18-04-09	Leiria	20,41			
Diogo Duarte	94	Juv	22,46	05-04-09	M. Grande	22,46			
Miguel Ferreira	95	Ini	23,01	05-04-09	M. Grande	23,01			



Atletas	Prova: <b>100 mB Fem.</b>			2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	Juv	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Ania Morouço	93	Juv	16,9	10-06-09	Leiria	16,9			
Ana Filipa Silva	93	Juv					07-03-10	Alcanena	
Ana Filipa Silva	93	Juv	17,03	04-04-09	M. Grande	18,74	27-03-10	M. Grande	17,03
Sara Espinha	93	Juv	17,20	09-05-09	Coimbra	17,31	09-06-10	Leiria	17,20
Ania Morouço	93	Juv	17,21	05-07-09	Leiria	17,21			
Diana Pinho Oliveira	93	Juv	17,74	05-07-09	Leiria	17,74			
Sara Espinha	93	Juv	17,79				08-05-10	M. Grande	17,79
Fabiana Domingos	93	Juv	17,96	05-07-09	Leiria	17,96			
Ana Patricia Silva	93	Juv	17,98	04-04-09	M. Grande	20,47	27-03-10	M. Grande	17,98
Fabiana Domingos	93	Juv	18,40	04-04-09	M. Grande	18,4			
Andreia Pinto	93	Juv	21,30	05-07-09	Leiria	21,3			

Atletas	Prova: <b>110mB Masc.</b>			2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	Juv	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
João Pereira	93	Juv	17,58	05-07-09	Leiria	18,59	24-04-10	Rio Maior	17,58
Pedro Brito	94	Juv	19,23				27-03-10	M. Grande	19,23
Dylan da Silva	93	Juv	20,09	05-07-09	Leiria	20,09			
Leandro Carvalho	92	Jun	20,96	05-07-09	Leiria	20,96			
Diogo Mestre	92	Jul	21,92	05-07-09	Leiria	21,92			

Atletas	Prova: <b>100mB F.</b>			2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	Jun/Sen	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Ania Morouço	93	Juv	17,51	13-06-09	Leiria	17,51			
Sara Espinha	93	Juv	17,61	07-06-09	Leiria	17,61	12-06-10	Lx-U	17,77
Diana Pinho Oliveira	93	Juv	18,63	31-05-09	Luso	18,63			

Atletas	Prova: <b>110mB Masc.</b>			2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	Jun	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Elton Ingres	91	Jun	16,20	07-06-09	Leiria	16,20			
Alexandre Ferreira	92	Jul	20,25	05-04-09	M. Grande	20,25			
João Pereira	93	Juv	20,70	05-04-09	M. Grande	20,70			
Leandro Carvalho	92	Jun	22,30	05-04-09	M. Grande	22,30			

Atletas	Prova: <b>110mB Masc.</b>			2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	Sen	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Elton Ingres	91		17,26	31-05-09	Viseu	17,26			
Elton Ingres	91		17,38	22-05-09	M. Grande	17,38			

Atletas	Prova: <b>250 mB Inic Fem.</b>			2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	Marca	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Sandrina Sousa	95	Ini	50,48				01-05-10	M. Grande*	50,48

\* Caiu

Prova: <b>250mB Masc.</b>			2008_09			2009_10		
---------------------------	--	--	---------	--	--	---------	--	--

Atletas	Ano	Escalão	Inic	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Oleh Palamarchuck	94	Juv	36,0	23-05-09	M. Grande	36,0			
Pedro Brito	94	Juv	37,62	22-03-09	C. Rainha	37,62			
Gabriel Brito	95	Ini	38,72				21-03-10	M. Grande	38,72
Axel Teixeira	96	Ini	40,77				21-03-10	M. Grande	40,77
Miguel Ferreira	95	Ini	48,66	22-03-09	C. Rainha	48,66			

Prova: 300mB Fem		76		2008_09			2009_10		
Atletas	Ano	Escalão	Juv	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Sara Oliveira	93	Juv	48,33				20-06-10	Guimarães	48,33
Ania Morouço	93	Juv	53,30	10-05-09	Coimbra	53,3			

Prova: 300mB Masc.		84		2008_09			2009_10		
Atletas	Ano	Escalão	Juv	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Oleh Palamarchuck	94	Juv	44,51	10-06-09	Leiria	44,51			

Prova: 400 mB Fem.		76		2008_09			2009_10		
Atletas	Ano	Escalão	Jun/Sen	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Cyntia da Silva	91	Jun	70,44	06-06-09	Leiria	70,44	02-05-10	Abrantes	71,32
Ana Filipa Silva	93	Juv	75,18	24-05-09	M. Grande	75,18			
Ania Morouço	93	Juv	75,83	08-07-09	Leiria	75,83			
Sara Espinha	93	Juv	76,78	24-05-09	M. Grande	76,78			
Beatrysa Lyashchenko	91	Jun	77,78	24-05-09	M. Grande	77,78			
Sara Oliveira	93	Juv	69,75				02-05-10	Abrantes	69,75

Prova: 400mB Masc.		91		2008_09			2009_10		
Atletas	Ano	Escalão	Jun/Sen	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
João Pereira	93	Juv	66,1	30-05-09	Viseu	66,1			

Prova: 1500 mObt Fem.		76		2008_09			2009_10		
Atletas	Ano	Escalão	Inic	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca

Prova: 1500mObt Masc.		76		2008_09			2009_10		
Atletas	Ano	Escalão	Inic	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Oleh Palamarchuck	94	Juv	04:47,28	18-04-09	Leiria	04:47,28			
João Silva	96	Ini	05:31,07				08-05-10	M. Grande	05:31,07
Ricardo Silva	95	Ini	05:46,32	19-04-09	Leiria	05:46,32			
Daniel Rodrigues	96	Ini	05:57,19				08-05-10	M. Grande	05:57,19
Miguel Ferreira	95	Juv	06:40,13	20-04-09	Leiria	06:40,13			

Prova: 2000mObt Masc.		76		2008_09			2009_10		
Atletas	Ano	Escalão	Juv	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Oleh Palamarchuck	94	Juv	06:49,82				08-05-10	M. Grande	06:49,82
Diogo Duarte	94	Juv	07:43,25				08-05-10	M. Grande	07:43,25

Atletas	Prova: Comprimento Fem.			2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	Marca	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Ana Filipa Neves	0	Sen	5,15	13-10-09	Pombal	5,15			
Ana Patrícia Silva	93	Juv	5,07	10-06-09	Leiria	4,97	16-05-10	Leiria	5,07
Andreia Pinto	93	Juv	4,82	05-07-09	Leiria	4,59	23-06-10	Leiria	4,82
Ana Filipa Silva	93	Juv	4,71	18-04-09	Leiria	4,35	20-05-10	Leiria	4,71
Beatrysa Lyashchenko	91	Jun	4,52	03-01-09	Pombal	4,52			
Cyntia da Silva	91	Jun	4,51	19-02-08	Pombal	4,51			
Ania Morouço	93	Juv	4,39	18-04-09	Leiria	4,39			
Sara Espinha	93	Juv	4,26	18-04-09	Leiria	4,26	27-03-10	M. Grande	4,17
Sandrina Sousa	95	Ini	3,84	24-05-09	M. Grande	3,48	28-03-10	M. Grande	3,84
Melissa Ribeiro	91	Jun	3,71	05-04-09	M. Grande	3,71			
Marisa Paulino	96	Ini	3,54	04-07-09	Leiria	3,30	28-03-10	M. Grande	3,54
Mariana Pinheiro	95	Ini	3,53	10-05-09	Leiria	3,53			
Mariana Cordeiro	96	Ini	3,48	04-07-09	Leiria	3,48	26-06-10	Leiria	3,42
Ana Kasprova	95	Ini	3,10	24-05-09	M. Grande	3,10			

Atletas	Prova: Comprimento Masc.			2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	Marca	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Elton Ingres	91	Jun	7,03	12-07-2009	Lisboa -U	7,03			
Elton Ingres	91	Jun	6,64	12-07-2009	Lisboa -U	6,64	13-12-2009	pombal	6,37
André Barreira	0	Sen	6,26	01-07-2009	Leiria	6,26			
Dylan da Silva	93	Juv	6,12	06-06-2009	Leiria	5,98	17-01-2010	Pombal	6,12
Pedro Brito	94	Juv	5,93	23-05-2009	M. Grande	5,93	17-01-2010	Pombal	5,75
Axel Teixeira	96	Ini	5,73	23-05-2009	M. Grande	4,58	27-03-2010	M. Grande	5,73
Gabriel Brito	95	Ini	5,71				01-05-2010	M. Grande	5,71
Pedro M. Soares	93	Juv	5,71	18-04-2009	Leiria	5,17	15-05-2010	Leiria	5,71
João Pereira	93	Juv	5,44	05-04-2009	M. Grande	5,44	22-05-2010	Lx - U	5,42
João Pereira	93	Juv	5,38	04-07-2009	M. Grande	5,38			
Gabriel Brito	95	Ini	5,36	10-06-2009	Leiria	4,67	01-05-2010	M. Grande	5,36
Alexandre Ferreira	92	Jun	5,24	05-04-2009	M. Grande	5,24			
Miguel Morais	95	Ini	5,24	04-04-2009	M. Grande	4,40	08-05-2010	M. Grande	5,24
Gabriel Brito	95	Ini	5,22				20-05-2010	Leiria	5,22
Diogo Mestre	92	Jun	5,05	10-06-2009	Leiria	5,05			
Oleh Palamarchuck	94	Juv	4,49	04-04-2009	M. Grande	4,49			
Oleh Palamarchuck	94	Juv	4,47	04-04-2009	M. Grande	4,47			
Leandro Carvalho	92	Jun	4,02	18-04-2009	Leiria	4,02			
Diogo Duarte	94	Juv	3,90	04-07-2009	Leiria	3,90			
Ricardo Silva	95	Ini	3,79	06-02-2009	Pombal	3,79			
Pedro D Soares	96	Ini	3,65	07-03-2009	Pombal	3,65			
João Silva	96	Ini	3,51	04-04-2009	M. Grande	3,51			
Daniel Rodrigues	96	Ini	3,40	22-03-2009	C. Rainha	3,40			

Atletas	Prova: Altura Fem.			2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	Inic-Sen	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Beatrysa Lyashchenko	91	Jun	1,52	31-05-09	Luso	1,52			
Sara Espinha	93	Juv	1,45	10-01-09	Pombal	1,31	16-05-10	Leiria	1,45
Ana Patrícia Silva	93	Juv	1,39	05-04-09	M. Grande	1,39	27-03-10	M. Grande	1,39
Ana Filipa Silva	93	Juv	1,39	05-04-09	M. Grande	1,30	27-03-10	M. Grande	1,39
Andreia Pinto	93	Juv	1,34	05-05-09	Leiria	1,34			

Ana Patrícia Inácio	91	Jun	1,31	16-11-08	Óbidos	1,31			
Ania Morouço	93	Juv	1,26	05-04-09	Leiria	1,26			
Cyntia da Silva	91	Jun	1,25	16-11-08	Óbidos	1,25			
Marisa Paulino	96	Ini	1,23	16-11-08	Óbidos	1,09	27-03-10	M. Grande	1,23
Ana Kasprova	95	Ini	1,16	10-05-09	Leiria	1,16			
Sandrina Sousa	95	Ini	1,14	04-07-10	Leiria	1,12	27-03-10	Pombal	1,14
Mariana Cordeiro	96	Ini	1,09	10-01-09	Pombal	1,09			
Ana Isabel Santos	95	Ini	1,09	04-04-09	M. Grande	1,09			
Diana do Carmo	95	Ini	1,00	04-04-09	M. Grande	1,00			
Melissa Ribeiro	91	Jun	1,00	05-04-09	M. Grande	1,00			

Atletas	Prova: <b>Altura Masc.</b>			2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	Marca	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
André Barreira	0	Sen	1,83	01-02-09	Pombal	1,83	31-01-10	Pombal	1,75
Elton Ingres	91	Jun	1,80	10-05-09	Coimbra	1,80			
João Pereira	93	Juv	1,70	01-07-09	Leiria	1,70	05-12-09	Pombal	1,70
Dylan da Silva	93	Juv	1,60	06-02-09	Pombal	1,60			
João Caridade	0		1,60	01-07-09	Leiria	1,60			
Pedro M. Soares	93	Juv	1,60	19-02-09	Pombal	1,55	07-03-10	Pombal	1,60
Miguel Morais	95	Ini	1,60	05-04-09	M. Grande	1,39	27-02-10	Pombal	1,60
Alexandre Ferreira	92	Jun	1,53	05-04-09	M. Grande	1,53			
Axel Teixeira	96	Ini	1,50	23-05-09	M. Grande	1,35	27-02-10	Pombal	1,50
Gabriel Brito	95	Ini	1,50	04-07-09	Leiria	1,43	27-02-10	Pombal	1,50
Alexandre Lucas	0	Ini	1,46				08-05-10	M. Grande	1,46
Leandro Carvalho	92	Jun	1,45	05-07-09	Leiria	1,34	23-06-10	Leiria	1,45
Oleh Palamarchuk	94	Juv	1,43	05-04-09	M. Grande	1,43			
Pedro Brito	94	Juv	1,39	10-01-09	Pombal	1,35	28-03-10	M. Grande	1,39
Pedro D Soares	96	Ini	1,30	07-03-09	Pombal	1,10	27-02-10	Pombal	1,30
Diogo Duarte	94	Juv	1,25	04-07-09	Leiria	1,25			
Miguel Ferreira	95	Ini	1,21	05-04-09	M. Grande	1,21			
João Silva	96	Ini	1,09	16-11-08	Óbidos	1,09			
Daniel Rodrigues	96	Jun	1,05	07-03-09	Pombal	1,05			

Atletas	Prova: <b>Triplo Fem.</b>			2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	Marca	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Ana Patrícia Silva	93	Juv	11,14	31-05-09	Viseu	11,04	17-01-10	Pombal	11,14
Ana Filipa Silva	93	Juv	10,80	22-05-09	M. Grande	10,28	19-06-10	Guimarães	10,80
Andreia Pinto	93	Juv	10,63	10-06-09	Leiria	10,51	18-06-10	Guimarães	10,63
Beatrysa Lyashchenko	91	Jun	9,97	06-06-09	Leiria	9,97			
Sara Espinha	93	Juv	9,89				08-05-10	M. Grande	9,89

Atletas	Prova: <b>Triplo Masc.</b>			2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	Marca	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Elton Ingres	91	Jun	14,25	12-07-2009	Lx - U	14,25	29-05-2010	Abrantes	12,90
André Barreira	0	Sen	12,69	10-05-2009	Coimbra	12,69	31-01-2010	Pombal	12,47
Dylan da Silva	93	Juv	12,21	10-05-2009	Coimbra	11,55	16-01-2010	Pombal	12,21
Gabriel Brito	95	Ini	12,17				09-06-2010	Leiria	12,17
Axel Teixeira	96	Ini	11,91				07-03-2010	Pombal	11,91

Gabriel Brito	95	Ini	11,89	11-06-2009	Leiria	11,65	07-03-2010	Pombal	11,89
João Pereira	93	Juv	11,83	10-05-2009	Coimbra	11,83			
Pedro Brito	94	Sen	11,58	23-05-2009	M. Grande	11,58			
Pedro M. Soares	93	Juv	11,21	19-12-2008	Pombal	11,12	16-01-2010	Pombal	11,21

Atletas	Prova: <b>Vara Fem.</b>			2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	Marca	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Ana Filipa Silva	93	Juv	2,75	18-04-09	Leiria	2,65	31-01-10	Pombal	2,75
Ana Patrícia Silva	93	Juv	2,70	24-01-09	Espinho	2,40	20-06-10	Guimarães	2,70
Sara Espinha	93	Jun	2,38	18-04-09	Leiria	1,80	21-06-10	Guimarães	2,38

Atletas	Prova: <b>Vara Masc.</b>			2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	Marca	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Pedro M. Soares	93	Juv	3,60	18-04-2009	Leiria	3,00	19-06-2010	Guimarães	3,60
André Barreira	0	Sen	3,50	20-12-2008	Leiria	3,40	09-06-10	Leiria	3,50
Miguel Morais	95	Sen	1,90				05-12-2009	Pombal	1,90

Atletas	Prova: <b>Peso Fem.</b>			2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	4 kg Jun/Sen	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Melissa Ribeiro	91	Jun	8,62				13-02-10	Pombal	8,62

Atletas	Prova: <b>Peso Fem.</b>			2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	3 kg Inic/Juv	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Vanessa Nora	93	Juv	9,90				08-05-10	M. Grande	9,90
Melissa Ribeiro	91	Jun	9,02	04-04-09	M. Grande	9,02			
Sara Espinha	93	Juv	7,46	04-04-09	M. Grande	7,46	27-03-10	M. Grande	7,07
Vitória Té	94	Juv	7,32				05-12-09	Pombal	7,32
Ania Morouço	93	Juv	7,18	05-07-09	Leiria	7,18			
Mariana Marques	95	Ini	7,17	04-05-09	M. Grande	7,17			
Diana Silva	96	Ini	7,12				02-05-10	M. Grande	7,12
Ana Filipa Silva	93	Juv	6,90	05-04-09	M. Grande	6,46	27-03-10	M. Grande	6,90
Ana Patrícia Silva	93	Juv	6,41	28-12-08	Pombal	5,18	27-03-10	M. Grande	6,41
Ana Isabel Santos	95	Ini	6,34	05-04-09	M. Grande	6,34			
Andreia Pinto	93	Juv	6,14	06-07-09	Leiria	6,14			
Sandrina Sousa	95	Ini	6,11	04-07-09	Leiria	5,82	28-03-10	M. Grande	6,11
Marisa Paulino	96	Ini	6,05				28-03-10	M. Grande	6,05
Diana do Carmo	95	Ini	6,04	05-04-09	M. Grande	6,04			
Mariana Pinheiro	95	Ini	5,35	29-12-08	Pombal	5,35			

Atletas	Prova: <b>Peso Masc.</b>			2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	7,25 kg Sen	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca

Prova: <b>Peso Masc.</b>			2008_09			2009_10		
Ano	Escalão	6 kg	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca

Atletas	Ano	Escalão	Jun	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Pedro Brito	94	Juv	10,00				13-12-2009	Pombal	10,00

Atletas	Prova: <b>Peso Masc.</b>		5 kg	2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	Juv	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
João Pereira	93	Juv	11,59	05-07-2009	Leiria	11,59	24-04-10	Rio Maior	11,43
Pedro Brito	94	Juv	10,56	06-12-2008	Pombal	9,75	05-12-09	Pombal	10,56
Diogo Mestre	92	Juv	10,16	05-07-2009	Leiria	10,16			
Dylan da Silva	93	Juv	9,70	05-07-2009	Leiria	9,70			
Bruno Alves	93	Juv	9,27	18-04-2009	Leiria	9,27			
Pedro M. Soares	93	Juv	9,02	28-12-2008	Pombal	9,02			
Alexandre Ferreira	92	Juv	8,77	04-04-2009	M. Grande	8,77			
Leandro Carvalho	92	Jun	7,04	04-04-2009	M. Grande	7,04			
Diogo Duarte	94	Juv	5,61	10-06-2009	Leiria	5,61			

Atletas	Prova: <b>Peso Masc.</b>		4 kg	2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	Inic	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Gabriel Brito	95	Ini	12,00	18-04-2009	Leiria	9,99	16-05-2010	Leiria	12,00
Pedro Brito	94	Juv	11,05	28-12-2008	Pombal	11,05			
Oleksandr Lyashchenko	97	Inf	11,04	24-05-2009	M. Grande	7,55	17-05-2010	Leiria	11,04
André Constâncio	0	Ini	8,45				08-05-2010	M. Grande	8,45
Pedro D Soares	96	Ini	8,41	24-05-2009	M. Grande	6,96	08-05-2010	M. Grande	8,41
Axel Teixeira	96	Ini	8,12				28-03-2010	M. Grande	8,12
Miguel Morais	95	Ini	7,93	05-04-2009	M. Grande	6,16	28-03-2010	M. Grande	7,93
Oleh Palamarchuk	94	Juv	7,22	04-07-2009	Leiria	7,22			
Diogo Duarte	94	Juv	5,56	06-02-2009	Pombal	5,56			
Miguel Ferreira	95	Ini	4,50	05-04-2009	M. Grande	4,50			

Atletas	Prova: <b>Dardo Fem.</b>		600 gr	2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	Juv/Jn/Sen	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Melissa Ribeiro	91	Jun	27,54	10-05-09	Coimbra	27,54	31-01-10	CNL	25,94
Ania Morouço	93	Juv	20,32	05-07-09	M. Grande	20,32			
Diana do Carmo	95	Ini	18,80	10-06-09	Leiria	18,80			
Ana Filipa Silva	93	Juv	16,18	05-04-2009	M. Grande	8,63	28-03-10	M. Grande	16,18
Sara Espinha	93	Juv	16,05	06-06-09	Leiria	16,05	28-03-10	M. Grande	10,52
Ana Patrícia Silva	93	Juv	15,68	05-04-2009	M. Grande	11,54	28-03-10	M. Grande	15,68
Andreia Pinto	93	Juv	12,26	05-07-09	M. Grande	12,26			

Atletas	Prova: <b>Dardo Fem.</b>		500 gr	2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	Inic	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Diana do Carmo	95	Ini	20,41	04-07-10	Leiria	20,41			
Sandrina Sousa	95	Ini	13,00	04-07-10	Leiria	13,00	27-03-10	M. Grande	12,15
Ana Isabel Santos	95	Ini	9,02	04-04-09	M. Grande	9,02			
Benvinda Santos	94	Ini	8,78	10-05-09	Leiria	8,78			
Marisa Paulino	96	Ini	5,43				27-03-10	M. Grande	5,43

Prova: <b>Dardo Masc.</b>		800 gr	2008_09			2009_10		
---------------------------	--	--------	---------	--	--	---------	--	--

Atletas	Ano	Escalão	Jun/Sen	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Leandro Carvalho	92	Jun	39,71	30-05-2009	Luso	39,71	23-06-10	Leiria	36,58
Elton Ingres	91	Sen	34,30	27-05-2009	CNL	34,30			
Alexandre Ferreira	92	Jun	32,56	22-05-2009	M. Grande	32,56			

Atletas	Prova: Dardo Masc.		700 gr	2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	Juv	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Leandro Carvalho	92	Jun	40,23	05-04-2009	M. Grande	40,23			
David Ramos	0	Juv	39,23	18-04-2009	Leiria	39,23			
Bruno Alves	93	Juv	33,93	19-04-2009	Leiria	33,93			
Alexandre Ferreira	92	Jun	32,92	27-05-2009	CNL	32,92			
João Pereira	93	Juv	29,96	29-07-2009	Leiria	29,96	25-04-10	Rio Maior	28,52
Pedro Brito	94	Juv	27,63				28-03-10	M. Grande	27,63
Pedro D Soares	96	Ini	24,44				09-06-10	Leiria	24,44
Diogo Mestre	92	Juv	24,10	06-07-2009	Leiria	24,10			
Gabriel Brito	95	Ini	23,32	11-06-2009	Leiria	23,32			
Dylan da Silva	93	Juv	21,49	05-07-2009	Leiria	21,49			
André Constâncio	0	Ini	20,90				09-06-10	Leiria	20,90
Diogo Duarte	94	Juv	17,60	11-06-2009	Leiria	17,60			

Atletas	Prova: Dardo Masc.		600 gr	2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	Inic	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Gabriel Brito	95	Ini	31,07	10-05-2009	Leiria	31,07			
Pedro D Soares	96	Ini	30,08	23-05-2009	M. Grande	21,44	02-05-2010	M. Grande	30,08
Oleksandr Lyashchenko	97	Ini	27,87				02-05-2010	M. Grande	27,87
Miguel Morais	95	Juv	27,66	05-04-2009	M. Grande	23,44	02-05-2010	M. Grande	27,66
André Constâncio	0	Ini	23,64				08-05-2010	M. Grande	23,64
Oleh Palamarchuk	94	Juv	18,39	04-04-2009	M. Grande	18,39			
Diogo Duarte	94	Juv	17,86	04-07-2009	M. Grande	17,86			
Daniel Rodrigues	96	Ini	17,63				08-05-2010	M. Grande	17,63
Axel Teixeira	96	Ini	14,31				28-03-2010	M. Grande	14,31
Miguel Ferreira	95	Ini	10,58	04-04-2009	M. Grande	10,58			

Atletas	Prova: Disco Fem.		1 kg	2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	juv/Jn/Sen	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Ana Patrícia Inácio	91	Jun	29,09	15-02-2009	Leiria	29,09			

Atletas	Prova: Disco Fem.		0,750 kg	2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	inf/Inic	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Diana do Carmo	95		21,35	23-05-2009	Mª Grande	21,35			

Atletas	Prova: Disco Masc.		2 kg	2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	Sen	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Pedro M. Soares	93	Juv	24,45	30-05-2009	Luso	18,65	29-05-10	Abrantes	24,45

Atletas	Prova: Disco Masc.		1,750 kg	2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	Jun	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca

Prova: Disco Masc.		1,5 kg	2008_09			2009_10		
--------------------	--	--------	---------	--	--	---------	--	--

Atletas	Ano	Escalão	Juv	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Pedro M. Soares	93	Juv	27,27	27-05-2009	CNL	27,27			
Pedro Brito	94	Juv	23,40				27-02-10	CNL	23,40
Leandro Carvalho	92	Jun	19,46	10-06-2009	Leiria	19,46			

Prova: Disco Masc.		1,0 kg		2008_09			2009_10		
Atletas	Ano	Escalão	Inic	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Pedro D Soares	96	Ini	30,18				01-05-10	M. Grande	30,18
Gabriel Brito	95	Ini	28,93	24-05-2009	Mª Grande	19,10	21-03-10	M. Grande	28,93
Oleksandr Lyashchenko	97	Inf	28,49				01-05-10	M. Grande	28,49
André Constâncio	0	Ini	26,11				01-05-10	M. Grande	26,11
Daniel Rodrigues	96	Ini	16,60				21-03-10	M. Grande	16,60

Prova: Martelo Fem.		4 kg		2008_09			2009_10		
Atletas	Ano	Escalão	Jun/Sen	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca

Prova: Martelo Fem.		3 kg		2008_09			2009_10		
Atletas	Ano	Escalão	Inic/Juv	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Mariana Marques	95	Ini	22,09	24-05-2009	Mª Grande	22,09			
Diana do Carmo	95	Ini	18,17	24-05-2009	Mª Grande	18,17			

Prova: Martelo Masc.		7,25 kg		2008_09			2009_10		
Atletas	Ano	Escalão	Sen	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca

Prova: Martelo Masc.		6 kg		2008_09			2009_10		
Atletas	Ano	Escalão	Jun	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca

Prova: Martelo Masc.		5 kg		2008_09			2009_10		
Atletas	Ano	Escalão	Juv	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Leandro Carvalho	92	Jun	17,20	10-06-2009	CNL	17,2			

Prova: Martelo Masc.		4 kg		2008_09			2009_10		
Atletas	Ano	Escalão	Inic	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca

Prova: Marcha Fem.		3.000 m		2008_09			2009_10		
Atletas	Ano	Escalão	Inic-Sen	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Luciana de Jesus	93	Juv	16:37,36	13-06-2009	Leiria	16:46,71	12-06-2010	Lx - U	16:37,36
Marisa de Jesus	93	Juv	17:04,51	19-12-2008	Pombal	17:36,44	16-01-2010	Pombal	17:04,51
Stacy Rodrigues		Juv					16-01-2010	Pombal	21:36,20
Mariana Pinheiro	95	Ini	20:00,10	06-12-2008	Pombal	20:00,1			



Atletas	Prova: <b>Marcha Fem.</b>		4.000 m	2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	Inic	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Marisa Paulino	96	Ini	21:50,29				05-06-2010	Leiria	21:50,29
Mariana Pinheiro	95	Ini	24:37,60	23-05-2009	Mª Grande	24:37,6			

Atletas	Prova: <b>Marcha Fem.</b>		5.000 m	2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	Juv/Jn/Sen	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Marisa Paulino	96	Ini	27:33,20				10-06-2010	Leiria	27:33,20
Luciana de Jesus	93	Juv	28:45,96	16-05-2009	Albufeira	29:04,7	19-06-2010	Guimarães	28:45,96
Marisa de Jesus	93	Juv	30:15,69				19-06-2010	Guimarães	30:15,69
Mariana Pinheiro	95	Ini	31:22,40	10-06-2009	Leiria	31:22,4			

Atletas	Prova: <b>Marcha Fem.</b>		10.000 m	2008_09			2009_10		
	Ano	Escalão	Juv/Jn/Sen	Data	Local	Marca	Data	Local	Marca
Luciana de Jesus	93	Juv	1:01:04,21				15-05-2010	Leiria	1:01:04,21
Marisa de Jesus	93	Juv	1:03:34,71				15-05-2010	Leiria	1:03:34,71