

MASCULINOS

INFANTIS

	60 M	Clube	Marca	Data	Local
1º	André Oliveira /94	AAFFL	10.02	15.01.06	Espinho
2º	Rafael Tocha /94	ASCV	10.29	15.01.06	Espinho
3º	Alexandre Santos /94	AAFFL	10.88	15.01.06	Espinho
4º	João Costa /94	AAFFL	11.29	15.01.06	Espinho

	60 M BARREIRAS (0,76)	Clube	Marca	Data	Local
1º	Pedro Ferreira /93	SUOVais	10.50	11.02.06	Braga
2º	Henrique Marques /93	GSADF	10.87	15.01.06	Espinho

	1.000 M	Clube	Marca	Data	Local
1º	Alexandre Santos /94	AAFFL	3.51.56	15.01.06	Espinho
2º	João Costa /94	AAFFL	3.59.40	15.01.06	Espinho
3º	Rafael Tocha /94	ASCV	4.17.09	15.01.06	Espinho
4º	Jorge André /94	ASCV	4.19.48	15.01.06	Espinho
5º	André Oliveira /94	AAFFL	4.25.56	15.01.06	Espinho

SALTO ALTURA

1º	Pedro Ferreira /93	SUOVais	1.41	11.03.06	Ílhavo
2º	Pedro Rodrigues /93	EBALH	1.20	18.02.06	Alhadas
3º	Cristiano Silva /93	EBALH	1.15	18.02.06	Alhadas
4º	Marcelo Dias / 95	EBALH	1.10	18.02.06	Alhadas
5º	Bruno Loureiro /93	ADRTS	1.10	18.02.06	Alhadas
6º	Diogo Almeida /93	AAC	1.10	18.02.06	Alhadas
7º	Carlos Sargaço /95	CRAS	1.05	18.02.06	Alhadas
8º	Pedro Cantante /94	EBALH	1.00	18.02.06	Alhadas
9º	Pedro Marques /95	EBALH	1.00	18.02.06	Alhadas
10º	Eduardo Carvalho / 95	EBALH	1.00	18.02.06	Alhadas

SALTO EM COMPRIMENTO

1º	Pedro Ferreira /93	SUOVais	4.50	11.02.06	Braga
2º	Henrique Marques /93	GSADF	4.02	15.01.06	Espinho

LANÇAMENTO PESO (3 KG.)

1º	Pedro Ferreira /93	SUOVais	9.34	15.01.06	Espinho
2º	Henrique Marques /93	GSADF	7.83	15.01.06	Espinho

TRIATLO

(60 MBar 0,76/ Comprimento/ Peso 3)

1º	Pedro Ferreira /93	SUOVais	1.180 Pts 10.50-9.24-4.50	11.02.06	Braga
2º	Henrique Marques /93	GSADF	954 Pts	15.01.06	Espinho

INICIADOS

60 M

1º	João Abrantes /91	GSADF	7.70	15.01.06	Espinho
2º	Pedro Morgado /91	ASCV	8.44	30.12.05	Espinho

300 M

1º	João Abrantes /91	R)R)3)	GSADF	40.60	15.01.06	Espinho
2º	Pedro Morgado /91		ASCV	44.60	15.01.06	Espinho

60 METROS BARREIRAS (0.76)

1º	Pedro Mossâmedes /91	SUOVais	9.36	11.02.06	Braga
2º	Carlos José /92	ASCV	11.19	15.01.06	Espinho
3º	Adrian Curto /91	GSADF	12.42	15.01.06	Espinho

SALTO EM ALTURA

1º	Pedro Mossâmedes /91	SUOVAIS	1.75	11.03.06	Ílhavo
2º	Daniel Matias /92	EBALH	1.60	11.03.06	Ílhavo
3º	Vítor Capitão /91	EBALH	1.55	18.02.06	Alhadas
4º	James Wilson /91	ADRTS	1.40	18.02.06	Alhadas
5º	Igor Tomás /92	EBALH	1.35	18.02.06	Alhadas
6º	Nicanor Mariano /91	AAC	1.35	18.02.06	Alhadas
7º	Pedro Rodrigues /91	CRAS	1.30	18.02.06	Alhadas
8º	Cristophe Oliveira /92	EBALH	1.25	18.02.06	Alhadas
9º	Tiago Nunes /91	AAC	1.05	18.02.06	Alhadas

SALTO EM COMPRIMENTO

1º	Pedro Mossâmedes /91	SUOVais	6.06	11.02.06	Braga
2º	Carlos José /92	ASCV	4.35	15.01.06	Espinho
3º	Adrian Curto /91	GSADF	4.11	15.01.06	Espinho

LANÇAMENTO DO PESO (4 Kgs)

1º	Pedro Mossâmedes /91	SUOVais	14.33	15.01.06	Espinho
2º	Adrian Curto /91	GSADF	9.26	15.01.06	Espinho
3º	Carlos José /92	ASCV	8.55	30.12.05	Espinho

TRIATLO

(60 M Bar/Comprimento/Peso4)

1º	Pedro Mossâmedes /91	R)R)3)	SUOVais	1.981 Pts 9.36-6.06-13.75	11.02.06	Braga
2º	Carlos José /92		ASCV	966 Pts	15.01.06	Espinho
3º	Adrian Curto /91		GSADF	842 Pts	15.01.06	Espinho

JUVENIS / JUNIORES / SENIORES

60 METROS

		Clube	Marca	Data	Local	
1º	Mário Barbosa /77	R)R)6)	GSADF	6.83	25.02.06	Espinho
2º	Paulo Dias /89		AAC	7.16	11.02.06	Espinho
3º	Rider Costa /80		GSADF	7.19	14.01.05	Espinho
4º	Hélder Pato /80		GSADF	7.42	03.12.05	Braga
5º	Marco Costa /87		GSADF	7.49	03.12.05	Braga
6º	Tiago Gonçalves /90		GSADF	7.57	03.12.05	Braga
7º	Marco Ferreira /88		GSADF	7.58	03.12.05	Braga
8º	Samuel Martinho /87		GSADF	7.67	30.12.05	Espinho
9º	Jonathan Martins /86		GSADF	7.95	06.01.06	Espinho
10º	João Góis /90		ASCV	8.18	15.01.06	Espinho

200 METROS

1º	Mário Barbosa /77	R)R)6)	GSADF	21.83	26.02.06	Espinho
2º	Hélder Pato /80		GSADF	22.95	04.03.06	Espinho
3º	Rider Costa /80		GSADF	23.13	15.01.06	Espinho
4º	Samuel Martinho /87		GSADF	23,34	29.01.06	Espinho
5º	Tiago Gonçalves /90		GSADF	25.03	30.12.05	Espinho

300 METROS

1º	Hélder Pato /80	R)R)6)	GSADF	36.54	03.12.05	Braga
2º	Samuel Martinho /87		GSADF	38.11	03.12.05	Braga
3º	João Góis /90		ASCV	40.03	15.01.06	Espinho
4º	Alexandre Dionísio /89		ASCV	42.58	15.01.06	Espinho

400 METROS

1º	Hélder Pato /80	R)R)6)	GSADF	49.14	18.02.06	Espinho
2º	José Martins /86		GSADF	51.01	11.02.06	Espinho
3º	Fernando Almeida /87		GSADF	51.67	14.01.06	Espinho
4º	Samuel Martinho /87		GSADF	53.18	08.01.06	Espinho

800 METROS

1º	José Martins /86		GSADF	1.56,48	29.01.06	Espinho
2º	Hugo Simões /75		AAC	1.58.62	04.02.06	Espinho
3º	Hélder Pato /80		GSADF	2.00.95	30.12.05	Espinho
4º	Fernando Almeida /87		GSADF	2.03.04	30.12.05	Espinho
5º	José Sousa /89		CRAS	2.06.38	15.01.06	Espinho
6º	João Góis /90		ASCV	2.13.08	30.12.05	Espinho
7º	Telmo Carreira /89		ASCV	2.25.65	30.12.05	Espinho

1.000 METROS

1º	Marco Ferreira /88		GSADF	3.22.31	08.01.06	Espinho
----	--------------------	--	-------	---------	----------	---------

1.500 METROS

1º	Filipe Catarino /81		GSADF	4.03.06	04.02.06	Espinho
2º	Ricardo Marques /87		AAC	4.21.52	04.02.06	Espinho

3.000 METROS

1º	Pedro Fernandes /83		GSADF	8.49.24	15.01.06	Espinho
2º	Nuno Silva /77		AAC	9.43.80	04.02.06	Espinho

5.000 METROS MARCHA

1º	João Santos /89		ADRTS	31.27,82	14.01.06	Espinho
----	-----------------	--	-------	----------	----------	---------

60 M BARREIRAS (0,91)

1º	Paulo Dias /89		AAC	8.68	15.01.06	Espinho
2º	Hedson Trindade /89		AAC	8.75	11.02.06	Braga
3º	Kevin Wilson /90		ADRTS	8.76	15.01.06	Espinho
4º	Tiago Gonçalves /90		GSADF	8.81	08.01.06	Espinho

60 M BARREIRAS (1,06)

1º	Hélder Pato /80	R)R)6)	GSADF	8.44	11.02.06	Espinho
2º	Marco Ferreira /88		GSADF	9.86	08.01.06	Espinho

ESTAFETAS 4 X 400 METROS

1º	GSADF	Hélder Pato – Fernando Almeida Rider Costa - José Martins	R)R)6)	3.23.68	11.02.06	Espinho
2º	GSADF Sub -23	Fernando Almeida – Vítor Rodrigues Samuel Martinho – José Martins		3.27.14	29.01.06	Espinho

SALTO EM ALTURA

1º	Hedson Trindade /89	R)R)4)5)	AAC	1.95	04.02.06	Espinho
2º	Vítor Rodrigues / 84		GSADF	1.94	28.01.06	Espinho
3º	Marco Ferreira /88		GSADF	1.85	14.01.06	Espinho
4º	Kevin Wilson /90		ADRTS	1.83	15.01.06	Espinho
5º	Marco Costa / 87		GSADF	1.80	03.12.05	Braga
6º	Paulo Dias /89		AAC	1.71	15.01.06	Espinho
7º	Pedro Ramos /90		SUOVais	1.65	18.02.06	Alhadas
8º	Tiago Gonçalves /90		GSADF	1.60	03.12.05	Braga
9º	Tiago Dinis /90		AAC	1.55	18.02.06	Alhadas
10º	Pedro Nogueira /87		SUOVais	1.55	18.02.06	Alhadas
11º	Renato Marques /87		ADRTS	1.45	18.02.06	Alhadas
12º	Jorge Serra /90		CRAS	1.40	18.02.06	Alhadas
13º	Nuno Mendes /89		ADRTS	1.40	18.02.06	Alhadas
14º	Eduardo Alvarinho /89		EBALH	1.35	18.02.06	Alhadas

SALTO EM COMPRIMENTO

1º	Marco Ferreira /88		GSADF	6.39	04.02.06	Espinho
2º	Paulo Dias /89		AAC	6.27	04.02.06	Espinho
3º	Vítor Rodrigues /84		GSADF	6.18	15.01.06	Espinho
4º	Samuel Martinho /87		GSADF	5.87	18.02.06	Espinho
5º	Hedson Trindade/89		AAC	5.82	30.12.05	Espinho

SALTO C/ VARA

1º	Ricardo Ferreira /82		AAC	3.65	04.02.06	Espinho
2º	Vítor Rodrigues /84		GSADF	3.40	04.02.06	Espinho
3º	Marco Ferreira /88		GSADF	2.40	08.01.06	Espinho

TRIPLO SALTO

1º	Kevin Wilson	R)R)4)	ADRTS	13.80	14.01.06	Espinho
2º	Marco Ferreira /88		GSADF	12.83	04.02.06	Espinho

LANÇAMENTO PESO (5 KG.)

1º	Hedson Trindade /89		AAC	13.27	11.02.06	Braga
2º	Paulo Dias /89		AAC	12.83	15.01.06	Espinho
3º	Kevin Wilson /90		ADRTS	11.69	15.01.06	Espinho
4º	Tiago Gonçalves /90		GSADF	11.04	15.01.06	Espinho

LANÇAMENTO PESO (6 KG.)

1º	Marco Ferreira /88		GSADF	12.75	30.12.05	Espinho
2º	Hedson Trindade /89		AAC	12.47	30.12.05	Espinho

LANÇAMENTO PESO (7,260 KG.)

1º	Nuno Serra /74		GSADF	14.76	18.02.06	Espinho
2º	Vítor Rodrigues /84		GSADF	13.72	29.01.06	Espinho
3º	Rui Fernandes /80		GSADF	13.67	30.12.05	Espinho
4º	Bruno Abel /82		GSADF	12.83	15.01.06	Espinho
5º	Marco Ferreira /88		GSADF	11.58	07.01.06	Espinho
6º	Francisco Fachada /77		AAC	11.20	15.01.06	Espinho
7º	Manuel Costa /86		AAC	10.84	30.12.05	Espinho

HEPTATLO (60 m, comprimento, peso 7, altura, 60 mb 1,06, vara, 1.000 m)

1º	Marco Ferreira /88		GSADF	3.709 Pts	07.08.06	Espinho
----	--------------------	--	-------	-----------	----------	---------

TRIATLO (60 mb 091, peso 5, altura)

1º	Hedson Trindade /89	R)R)3)	AAC	2.165 Pts 8.75-13.27-1.86	11.02.06	Braga
2º	Kevin Wilson /90		ADRTS	2.041 Pts	15.01.06	Espinho
3º	Paulo Dias /89		AAC	2.027 Pts	15.01.06	Espinho
4º	Tiago Gonçalves /90		GSADF	1.777 Pts	08.01.06	Espinho

FEMININOS

INFANTIS

60 M		Clube	Marca	Data	Local
1º	Alexandra Rodrigues /93	AAFFL	9.58	15.01.06	Espinho
2º	Diana Gomes /94	AAFFL	10.34	15.01.06	Espinho
3º	Juliana Claro /94	ASCV	10.83	15.01.06	Espinho

1.000 M		Clube	Marca	Data	Local
1º	Diana Gomes /94	AAFFL	4.08.21	15.01.06	Espinho
2º	Alexandra Rodrigues /93	AAFFL	4.18.52	15.01.06	Espinho
3º	Elisabete Rocha /94	ASCV	4.22.05	15.01.06	Espinho
4º	Juliana Claro /94	ASCV	4.22.37	15.01.06	Espinho

60 M BARREIRAS (0,76)		Clube	Marca	Data	Local
1º	Ana Rita /93	GSADF	11.19	11.02.06	Braga
2º	Adriana Santos /94	ASCV	12.28	15.01.06	Espinho

SALTO EM ALTURA

1ª	Andreia Coutinho /93	EBALH	1.25	11.03.06	Ílhavo
2ª	Mariana Martins /93	AAC	1.20	18.02.06	Alhadas
3ª	Rute Ferreira /93	CPMC	1.10	18.02.06	Alhadas
4ª	Daniela Wilson /94	ADRTS	1.10	18.02.06	Alhadas
5ª	Joana Pessoa /93	EBALH	1.10	18.02.06	Alhadas
6ª	Barbara Figueiredo /93	EBALH	1.05	18.02.06	Alhadas
7ª	Mariana Ferreira /94	SUOVais	1.00	18.02.06	Alhadas
8ª	Cimara Marques /95	EBALH	1.00	18.02.06	Alhadas
9ª	Joana Marques /95	ADRTS	1.00	18.02.06	Alhadas
10ª	Catia Monteiro /95	EBALH	0.95	18.02.06	Alhadas
11ª	Inês Correia /95	EBALH	0.90	18.02.06	Alhadas

SALTO EM COMPRIMENTO

1ª	Adriana Santos /94	ASCV	3.70	15.01.06	Espinho
2ª	Ana Rita /93	GSADF	3.68	08.01.06	Espinho

LANCAMENTO PESO (2 KG.)

1º	Ana Rita /93	GSADF	8.01	11.02.06	Braga
2ª	Adriana Santos /94	ASCV	6.61	15.01.06	Espinho

TRIATLO (60 mb 0,76, comprimento, peso 2)

1º	Ana Rita /93	R)R)2)I)	GSADF	1.124 Pts 8.01-11,19-3.59	11.02.06	Braga
2ª	Adriana Santos /94		ASCV	897 Pts	15.01.06	Espinho

INICIADOS

60 M			Clube	Marca	Data	Local
1 ^a	Cristiana Cunha /91	R)R)3)	CAC	8.27	30.12.05	Espinho
2 ^a	Beatriz Simões /92		AAFFL	9.31	15.01.06	Espinho

300 M			Clube	Marca	Data	Local
1 ^a	Cristiana Cunha /91	R)R)3)4)5)	CAC	45.4	04.03.06	Espinho

800 M			Clube	Marca	Data	Local
1 ^a	Rute Lopes /92		AAC	2.45.87	30.12.05	Espinho

60 M BARREIRAS (0,76)			Clube	Marca	Data	Local
1 ^a	Cristiana Cunha /91	R)R)3)	CAC	9.86	11.02.06	Braga
2 ^a	Rute Lopes /92		AAC	11.01	15.01.06	Espinho

SALTO EM ALTURA			Clube	Marca	Data	Local
1 ^a	Rute Lopes /92		AAC	1.44	30.12.05	Espinho
2 ^a	Andreia Ferreira /92		CPMC	1.25	18.02.06	Alhadas
3 ^a	Ana Cavaleiro /91		EBALH	1.25	18.02.06	Alhadas
4 ^a	Bruna Nascimento /91		EBALH	1.25	18.02.06	Alhadas
5 ^a	Joana Simões /91		EBALH	1.20	18.02.06	Alhadas
6 ^a	Cátia Carvalho /91		ADRTS	1.05	18.02.06	Alhadas

SALTO EM COMPRIMENTO			Clube	Marca	Data	Local
1 ^a	Cristiana Cunha /91		CAC	4.51	11.02.06	Braga
2 ^a	Rute Lopes /92		AAC	4.31	15.01.06	Espinho

LANCAMENTO PESO (3 KG.)			Clube	Marca	Data	Local
1 ^a	Cristiana Cunha /91		CAC	9.72	15.01.06	Espinho
2 ^a	Rute Lopes /92		AAC	7.18	15.01.06	Espinho

TRIATLO (comprimento,60 mb 076, peso 3)			Clube	Marca	Data	Local
1 ^a	Cristiana Cunha /91	R)R)3)	CAC	1.661 Pts 4.51-9.86-9.43	11.02.06	Braga
2 ^a	Rute Lopes /92		AAC	1.263 Pts	15.01.06	Espinho

JUVENIS / JUNIORES / SENIORES

60 METROS			Clube	Marca	Data	Local
1 ^a	Sandra Borges /83		GSADF	8.17	04.02.06	Braga
2 ^a	Isabel Areias /85		GSADF	8.44	30.12.05	Espinho
3 ^a	Cláudia Ribeiro /88		GSADF	8.49	11.02.06	Espinho
4 ^a	Joana Santos /85		GSADF	8.56	11.02.06	Espinho
5 ^a	Mónica Gomes /87		GSADF	8.77	11.02.06	Espinho
6 ^a	Luciana Tavares /88		GSADF	8.88	30.12.05	Espinho
7 ^a	Daniela Guerra /87		GSADF	9.23	30.12.05	Espinho
8 ^a	Ana Ferreira /90		AAFFL	9.43	15.01.06	Espinho

200 METROS			Clube	Marca	Data	Local
1 ^a	Sandra Borges /83		GSADF	26.53	18.02.06	Espinho
2 ^a	Isabel Areias /85		GSADF	27.15	04.03.06	Espinho
3 ^a	Mónica Gomes /87		GSADF	27.97	15.01.06	Espinho
4 ^a	Joana Santos /85		GSADF	28.50	15.01.06	Espinho
5 ^a	Cláudia Ribeiro /88		GSADF	28.56	04.02.06	Braga
6 ^a	Luciana Santos /88		GSADF	29.92	30.12.05	Espinho

300 METROS

1ª	Isabel Areias /85	R)R)6)	GSADF	43.25	03.12.05	Braga
----	-------------------	--------	-------	-------	----------	-------

400 METROS

1ª	Isabel Areias /85	R)R)6)	GSADF	58.73	18.02.06	Espinho
2ª	Mónica Gomes /87		GSADF	65.18	15.01.06	Espinho
3ª	Andreia Silva /88		GSADF	66.21	11.02.06	Espinho

800 METROS

1ª	Isabel Areias /85		GSADF	2.20.08	26.02.06	Braga
2ª	Andreia Silva /88		GSADF	2.26.67	19.02.06	Espinho

1.500 METROS

1ª	Andreia Silva /88	R)R)5)	GSADF	5.03.03	18.02.06	Espinho
----	-------------------	--------	-------	---------	----------	---------

3.000 METROS MARCHA

1ª	Eunice Pedrosa /89		GSADF	19.30.50	14.01.06	Espinho
----	--------------------	--	-------	----------	----------	---------

60 METROS BARREIRAS (0,76)

1ª	Cátia Fernandes /90		AAFFL	11.97	15.01.06	Espinho
----	---------------------	--	-------	-------	----------	---------

60 METROS BARREIRAS (0,84)

1ª	Sandra Borges /83	R)R)6)	GSADF	9.13	26.02.06	Espinho
2ª	Isabel Areias /85		GSADF	9.87	26.02.06	Espinho

ESTAFETAS 4 X 400 METROS

1ª	GSADF	Sandra Borges - Mónica Cortesão Andreia Silva - Isabel Areias	R)R)6)	4.11.13	19.02.06	Espinho
2ª	GSADF/Sub 23	Mónica Gomes - Joana Santos Andreia Silva - Isabel Areias		4.19.63	29.01.06	Espinho

SALTO EM ALTURA

1ª	Isabel Areias /85		GSADF	1.51	26.02.06	Espinho
2ª	Fátima Sousa /88		CPMC	1.45	18.02.06	Alhadas
3ª	Cátia Fernandes /90		AAFFL	1.22	15.01.06	Espinho
4ª	Vânia Dias /90		EBALH	1.15	18.02.06	Alhadas
5ª	Marisa Franco /90		AAC	1.10	18.02.06	Espinho
6ª	Soraia Mota /90		ADRTS	1.05	18.02.06	Alhadas

SALTO EM COMPRIMENTO

1ª	Isabel Areias /85	R)R)6)	GSADF	5.54	14.01.06	Espinho
2ª	Daniela Guerra /87		GSADF	4.43	30.12.05	Espinho
3ª	Cláudia Ribeiro /88		GSADF	4.35	14.01.06	Espinho

SALTO C/VARA

1ª	Joana Santos /85		GSADF	2.20	06.01.06	Espinho
----	------------------	--	-------	------	----------	---------

LANÇAMENTO PESO (3 KG.)

1ª	Cátia Fernandes /90		AAFFL	8.02	11.02.06	Braga
----	---------------------	--	-------	------	----------	-------

LANÇAMENTO PESO (4 KG.)

1ª	Daniela Guerra /87		GSADF	8.62	14.01.06	Espinho
2ª	Isabel Areias /85		GSADF	8.04	26.01.06	Espinho

TRIATLO (altura, 60 Mb 076, peso 3)

1ª	Cátia Fernandes /90		AAFFL	1.104 Pts	15.01.06	Espinho
----	---------------------	--	-------	-----------	----------	---------

PENTATLO (60 MB 084 – Altura – Peso4 – Comprimento – 800 m)

1ª	Isabel Areias /85	R)R)6)	GSADF	3.261 Pts 9.87-1.51-8.04-5.39-2.20.08	26.02.06	Espinho
----	-------------------	--------	-------	--	----------	---------