



**Masculinos**

<b>60 Metros Planos</b>						Top	7,93
7,22	<b>JOSÉ VIEGAS</b>	93 JUV	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	09-01-2010	3º Espinho 38009		
7,44	<b>LUÍS SILVA</b>	93 JUV	Escola Secundária Serafim Leite	09-01-2010	3º Espinho 38009	Q	
7,47	<b>MARCO ANDRADE</b>	93 JUV	Esc. Secundária Estarreja	26-11-2009	2º Aveiro 38101		
7,47	<b>CLÁUDIO FERREIRA</b>	94 JUV	Esc. Secundária Estarreja	26-11-2009	1º Aveiro 38101		
7,48	<b>IVO PAIS</b>	93 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	09-01-2010	4º Espinho 38009	q	
7,53	<b>ROBERTO NASCIMENT</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	12-12-2009	4º Braga 47004		
7,55	<b>CARLOS GRAÇA</b>	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	23-01-2010	1º Espinho 38013		
7,58	<b>MIGUEL ANT. SILVA</b>	94 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	16-01-2010	4º Espinho 38011	q	
7,58	<b>RÚBEN OLIVEIRA</b>	93 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	31-01-2010	4º Espinho / Pombal 03006		
7,67	<b>SÉRGIO ABREU</b>	93 JUV	Esc. Secundária Estarreja	26-11-2009	1º Aveiro 38101		
7,67	<b>GUSTAVO AGUIAR</b>	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	09-01-2010	8º Espinho 38009		
7,71	<b>DANIEL COSTA</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	31-01-2010	5º Espinho / Pombal 03006		
7,5	0,0 <b>FÁBIO TEIXEIRA</b>	95 INI	Escola Secundária Serafim Leite	03-03-2010	1º Lourosa 38106		
7,75	<b>FLÁVIO FERREIRA</b>	94 JUV	Esc. Secundária Estarreja	02-02-2010	2º Espinho 38103		
7,77	-0,1 <b>DANIEL SANTOS</b>	93 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	20-12-2009	1º Aveiro 38003		
7,77	<b>DANIEL SILVA</b>	93 JUV	Rio Largo Clube de Espinho	16-01-2010	5º Espinho 38011		
7,81	<b>DIOGO CASTRO</b>	95 INI	Afis/Ovar Atletas Fim de Semana	23-01-2010	1º Espinho 38013		
7,81	<b>PEDRO ALVES</b>	94 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	02-02-2010	2º Espinho 38103		
7,82	<b>VITOR ESTEVES</b>	94 JUV	EB 2,3 Cacia	26-11-2009	3º Aveiro 38101		
7,87	<b>ANDRÉ SANTOS</b>	95 INI	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	09-01-2010	3º Espinho 38009		
7,89	<b>DAVID BANDARRA</b>	94 JUV	Juventude Atlético Mozelense	12-12-2009	2º Braga 47004		
7,90	<b>BRUNO FERREIRA</b>	96 INI	Esc. Secundária Estarreja	02-02-2010	1º Espinho 38103		
7,93	-0,1 <b>EDUARDO RIBEIRO</b>	93 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	20-12-2009	4º Aveiro 38003		
7,93	-0,1 <b>RICARDO FERREIRA</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	20-12-2009	5º Aveiro 38003		
7,93	<b>MICAEL COELHO</b>	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	26-12-2009	1º Espinho 38004		
7,93	<b>MÁRIO MARQUES</b>	93 JUV	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	09-01-2010	5º Espinho 38009		





Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

#### 80 Metros Planos

Top 1 0,79

9,67	+ 1,9	<b>TIAGO MANUEL MATO</b>	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	04-07-2010	1º Aveiro 38040	Q
9,77	- 0,9	<b>BRUNO FERREIRA</b>	96 INI	A. C. Bunheirense	24-07-2010	2º Palhaça 38045	
9,6	- 1,2	<b>RAFAEL MARTINS</b>	96 INI	Instituto de Promoção Social da Bairr	10-05-2010	1º Aveiro 38110	
9,85	- 1,2	<b>TIAGO FERREIRA</b>	95 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	10-04-2010	1º Luso 38027	
1 0,03	+ 1,3	<b>DIOGO CASTRO</b>	95 INI	Atis/Ovar Atletas Fim de Semana	14-03-2010	2º Aveiro 38021	
9,8	+ 1,0	<b>MICAEL SEIXEIRO</b>	95 INI	Esc. Sec. Vagos	10-05-2010	1º Aveiro 38110	
1 0,16	- 1,2	<b>FÁBIO TEIXEIRA</b>	95 INI	Escola Secundária Serafim Leite	10-04-2010	5º Luso 38027	
1 0,20	+ 1,3	<b>ANDRÉ SANTOS</b>	95 INI	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	14-03-2010	3º Aveiro 38021	
1 0,21	- 1,1	<b>MICAEL COELHO</b>	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	17-03-2010	1º Luso 38107	
1 0,31	- 1,2	<b>PEDRO CATARINO</b>	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	10-04-2010	4º Luso 38027	
1 0,1	- 1,2	<b>JOEL OLIVEIRA</b>	95 INI	Instituto de Promoção Social da Bairr	10-05-2010	2º Aveiro 38110	
1 0,48	+ 1,9	<b>JOSÉ CRUZ</b>	96 INI	A. C. Bunheirense	04-07-2010	2º Aveiro 38040	Q
1 0,4	- 1,2	<b>PEDRO SEQUEIRA</b>	95 INI	Instituto de Promoção Social da Bairr	10-05-2010	3º Aveiro 38110	
1 0,65	+ 1,1	<b>VITOR COELHO</b>	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	27-03-2010	1º Luso 38023	
1 0,5	0,0	<b>KEVIN AZEVEDO</b>	95 INI	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	26-03-2010	1º Aveiro 38108	
1 0,77	- 1,5	<b>FÁBIO SOARES</b>	96 INI	E B I da Torreira	17-03-2010	2º Luso 38107	
1 0,79	- 1,8	<b>JOÃO TEIXEIRA</b>	95 INI	Cl. Campismo S. João Madeira	14-03-2010	4º Aveiro 38021	
1 0,6	+ 1,0	<b>FILIPE AMADOR</b>	95 INI	E B P. António M. Fonseca	10-05-2010	2º Aveiro 38110	
1 0,7	0,0	<b>JOEL MOREIRA</b>	95 INI	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	26-03-2010	2º Aveiro 38108	





### Masculinos

#### 100 Metros planos

Top 1 2,22

1 1,20	- 0,5	<b>JOSÉ VIEGAS</b>	93 JUV	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	16-06-2010	2º Luso 38036	
1 1,28	+ 1,2	<b>CLÁUDIO FERREIRA</b>	94 JUV	A. C. Bunheirense	10-07-2010	3º Luso 38044	Q
1 1,44	0,0	<b>LUÍS SILVA</b>	93 JUV	Escola Secundária Serafim Leite	22-05-2010	1º Luso 05001	
1 1,54	+ 1,6	<b>ANDRÉ SIMÕES</b>	93 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	29-05-2010	1º Póvoa Varzim/Abrantes/Lis X	
1 1,72	+ 1,3	<b>MIGUEL COSTA</b>	94 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	29-05-2010	8º Póvoa Varzim/Abrantes/Lis X	
1 1,76	+ 1,2	<b>RÚBEN OLIVEIRA</b>	93 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	10-07-2010	6º Luso 38044	
1 1,80	- 1,9	<b>MARCO ANDRADE</b>	93 JUV	Esc. Secundária Estarreja	17-03-2010	1º Luso 38107	
1 1,88	+ 0,3	<b>DANIEL SILVA</b>	93 JUV	Rio Largo Clube de Espinho	19-05-2010	2º Maia 41023	
1 1,96	+ 0,5	<b>GUSTAVO AGUIAR</b>	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	16-05-2010	1º Aveiro 38028	
1 1,98	- 0,5	<b>IVO PAIS</b>	93 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	14-03-2010	3º Aveiro 38021	
1 2,00	+ 0,3	<b>DANIEL COSTA</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	19-05-2010	4º Maia 41023	
1 2,08	- 1,9	<b>PEDRO ALVES</b>	94 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	17-03-2010	2º Luso 38107	
1 2,08	+ 1,3	<b>RICARDO RIBEIRO</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	29-05-2010	8º Póvoa Varzim/Abrantes/Lis	
1 2,10	- 1,3	<b>MICHAEL COELHO</b>	95 JUV	Esc. Secundária Estarreja	10-05-2010	1º Aveiro 38110	
1 2,17	- 1,1	<b>CARLOS GRAÇA</b>	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	08-05-2010	6º Luso 38033	
1 2,17	+ 2,0	<b>MÁRIO MARQUES</b>	93 JUV	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	16-05-2010	1º Aveiro 38028	
1 2,20	+ 0,5	<b>CELSO ALMEIDA</b>	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	16-05-2010	4º Aveiro 38028	
1 2,20	- 3,0	<b>SÉRGIO ABREU</b>	93 JUV	Esc. Secundária Estarreja	10-05-2010	1º Aveiro 38110	
1 2,22	- 0,1	<b>FILIPE SANTOS</b>	94 JUV	Esc. Sec. Vagos	17-03-2010	3º Luso 38107	
1 2,22	0,0	<b>RICARDO DANIEL RAM</b>	93 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	28-03-2010	4º Luso 38023	
1 2,1	+ 1,0	<b>MIGUEL COSTA</b>	93 JUV	Escola Secundária da Mealhada	10-05-2010	3º Aveiro 38110	





**Masculinos**

		<b>150 Metros</b>			Top	<b>2 3,27</b>
1 8,78	<b>FÁBIO TEIXEIRA</b>	95 INI	Escola Secundária Serafim Leite	17-01-2010	1º Espinho 38011	
1 8,87	<b>ANDRÉ SANTOS</b>	95 INI	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	17-01-2010	2º Espinho 38011	
1 9,87	<b>VITOR VALENTE</b>	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	17-01-2010	1º Espinho 38011	
2 0,25	<b>PEDRO CATARINO</b>	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	17-01-2010	3º Espinho 38011	
2 0,27	<b>JOÃO TEIXEIRA</b>	95 INI	Cl. Campismo S. João Madeira	17-01-2010	1º Espinho 38011	
2 0,50	+ 0,5 <b>EDUARDO LEÇA</b>	97 INF	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	14-03-2010	1º Aveiro 38021	
2 0,57	<b>RICARDO MARQUES</b>	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	17-01-2010	2º Espinho 38011	
2 0,60	<b>RÚBEN COSTA</b>	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	17-01-2010	3º Espinho 38011	
2 0,62	<b>MARCELO AGUIAR</b>	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	17-01-2010	4º Espinho 38011	
2 0,74	<b>RUI ALVES</b>	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	17-01-2010	5º Espinho 38011	
2 0,94	<b>PAULO NETO</b>	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	13-02-2010	2º Espinho 38015	
2 1,13	<b>TIAGO ROSA</b>	95 INI	Cl. Campismo S. João Madeira	17-01-2010	4º Espinho 38011	
2 1,62	<b>LÁZARO FERREIRA</b>	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	17-01-2010	5º Espinho 38011	
2 1,87	+ 0,9 <b>FREDERICO AVÓ</b>	97 INF	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	14-03-2010	1º Aveiro 38021	
2 1,88	+ 0,9 <b>HUGO MAGANO</b>	97 INF	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	14-03-2010	2º Aveiro 38021	
2 2,04	<b>JOSÉ VIEIRA</b>	97 INF	Grupo Desp. Cult. Castelo Paiva	17-01-2010	1º Espinho 38011	
2 2,08	<b>NUNO FERNANDES</b>	98 INF	Ass. Cult. Rec. Vale Cambra	17-01-2010	3º Espinho 38011	
2 2,19	<b>DIOGO MANUEL PINTO</b>	97 INF	Núcleo de Atletismo Cucujães	20-02-2010	2º Espinho 38017	
2 2,63	+ 0,9 <b>RICARDO NASCIMENT</b>	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	14-03-2010	3º Aveiro 38021	
2 2,74	<b>BRUNO FALCÃO</b>	97 INF	Ass. Cult. Rec. Vale Cambra	17-01-2010	4º Espinho 38011	
2 2,75	- 0,7 <b>ANDRÉ ALMEIDA</b>	97 INF	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	14-03-2010	1º Aveiro 38021	
2 2,78	<b>HUMBERTO SILVA</b>	96 INI	Futsal Clube Cidade Lourosa	17-01-2010	6º Espinho 38011	
2 3,00	- 0,8 <b>ALEXIS SILVA</b>	97 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	09-07-2009	5º Guarda 63033	
2 3,27	+ 0,5 <b>ANDRÉ RODRIGUES</b>	98 INF	Ass. Cult. Rec. Vale Cambra	14-03-2010	4º Aveiro 38021	
2 3,27	+ 0,7 <b>ROMEU GOMES</b>	98 INF	Cl. Campismo S. João Madeira	06-07-2010	1º Viana do Castelo 49042	





**Masculinos**

**200 Metros** Top **2 6,17**

<b>2 2,90</b>	- 1,1	<b>JOSÉ VIEGAS</b>	93 JUV	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	22-05-2010	6º Moscovo 02201
<b>2 3,09</b>	+ 0,8	<b>CLÁUDIO FERREIRA</b>	94 JUV	A. C. Bunheirense	11-07-2010	6º Luso 38044
<b>2 3,54</b>		<b>MIGUEL ANT. SILVA</b>	94 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	30-01-2010	1º Espinho / Pombal 03006
<b>2 4,42</b>		<b>ANDRÉ SIMÕES</b>	93 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	20-02-2010	1º Espinho 38017
<b>2 4,47</b>		<b>LUÍS SILVA</b>	93 JUV	Escola Secundária Serafim Leite	02-01-2010	2º Espinho 38007
<b>2 4,55</b>		<b>DANIEL SILVA</b>	93 JUV	Rio Largo Clube de Espinho	20-02-2010	2º Espinho 38017
<b>2 4,57</b>		<b>RÚBEN OLIVEIRA</b>	93 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	20-02-2010	4º Espinho 38017
<b>2 4,65</b>		<b>IVO PAIS</b>	93 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	24-01-2010	2º Espinho 38013
<b>2 4,74</b>		<b>CARLOS GRAÇA</b>	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	02-01-2010	1º Espinho 38007
<b>2 4,77</b>	+ 0,5	<b>MÁRIO MARQUES</b>	93 JUV	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	07-07-2010	4º Luso 38039
<b>2 4,78</b>		<b>MIGUEL COSTA</b>	94 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	02-01-2010	1º Espinho 38007
<b>2 4,85</b>		<b>GUSTAVO AGUIAR</b>	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	10-01-2010	2º Espinho 38009
<b>2 4,92</b>		<b>DANIEL SANTOS</b>	93 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	02-01-2010	3º Espinho 38007
<b>2 4,99</b>	- 0,1	<b>PEDRO MARTINS</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	09-05-2010	5º Luso 38033
<b>2 5,24</b>		<b>RICARDO FERREIRA</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	10-01-2010	3º Espinho 38009
<b>2 5,34</b>	- 0,4	<b>DANIEL COSTA</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	09-05-2010	4º Luso 38033
<b>2 5,48</b>		<b>DIOGO CASTRO</b>	95 INI	Afis/Ovar Atletas Fim de Semana	02-01-2010	1º Espinho 38007
<b>2 5,58</b>		<b>ANDRÉ SANTOS</b>	95 INI	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	02-01-2010	3º Espinho 38007
<b>2 5,59</b>		<b>FILIPE SANTOS</b>	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	10-01-2010	1º Espinho 38009
<b>2 5,69</b>		<b>DAVID BANDARRA</b>	94 JUV	Juventude Atlético Mozelense	20-02-2010	3º Espinho 38017
<b>2 6,17</b>		<b>JORGE VILAR</b>	93 JUV	Desportivo de Gondufe	24-01-2010	3º Espinho 38013





### Masculinos

#### 250 Metros Planos

Top

4 1,92

3 1,91	<b>ANDRÉ SANTOS</b>	95 INI	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	09-07-2009	1º Guarda 63033
3 2,34	<b>DIOGO CASTRO</b>	95 INI	Afis/Ovar Atletas Fim de Semana	13-02-2010	1º Espinho 38015
3 2,48	<b>TIAGO CIPRIANO</b>	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	09-07-2009	2º Guarda 63033
3 3,56	<b>MICAEL COELHO</b>	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	20-02-2010	1º Espinho 38017
3 4,22	<b>RÚBEN COSTA</b>	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	13-02-2010	2º Espinho 38015
3 4,36	<b>FÁBIO TEIXEIRA</b>	95 INI	Escola Secundária Serafim Leite	27-12-2009	1º Espinho 38006
3 4,46	<b>BRUNO FERREIRA</b>	96 INI	A. C. Bunheirense	13-02-2010	1º Espinho 38015
3 4,52	<b>IGOR VALENTE</b>	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	27-12-2009	2º Espinho 38006
3 4,58	<b>HENRIQUE OLIVEIRA</b>	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	20-12-2009	1º Aveiro 38003
3 4,61	<b>FILIPE LEITE</b>	95 INI	Afis/Ovar Atletas Fim de Semana	13-02-2010	3º Espinho 38015
3 4,77	<b>RICARDO MARQUES</b>	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	13-02-2010	4º Espinho 38015
3 4,90	<b>VITOR VALENTE</b>	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	20-02-2010	2º Espinho 38017
3 4,97	<b>VITOR COELHO</b>	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	20-02-2010	2º Espinho 38017
3 5,44	<b>MARCELO AGUIAR</b>	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	20-02-2010	3º Espinho 38017
3 5,47	<b>TIAGO ROSA</b>	95 INI	Cl. Campismo S. João Madeira	20-02-2010	3º Espinho 38017
3 5,96	<b>RUI ALVES</b>	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	13-02-2010	5º Espinho 38015
3 5,99	<b>DIOGO SANTOS</b>	95 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	13-02-2010	2º Espinho 38015
3 6,02	<b>ANDRÉ VALENTE</b>	95 INI	Assoc. Desportiva Sanjoanense	20-12-2009	2º Aveiro 38003
3 6,04	<b>JOÃO SARABANDO</b>	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	20-12-2009	4º Aveiro 38003
3 6,76	<b>JOÃO TEIXEIRA</b>	95 INI	Cl. Campismo S. João Madeira	27-12-2009	5º Espinho 38006
3 7,11	<b>RUI BENTO</b>	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	20-02-2010	4º Espinho 38017
3 7,95	<b>DIOGO AMARO</b>	95 INI	Afis/Ovar Atletas Fim de Semana	13-02-2010	4º Espinho 38015
3 8,15	<b>LÁZARO FERREIRA</b>	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	27-12-2009	6º Espinho 38006
3 8,40	<b>RUI SANTOS</b>	96 INI	Juventude Atlético Mozelense	13-02-2010	5º Espinho 38015
3 9,32	<b>MANUEL MELO</b>	95 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	27-12-2009	5º Espinho 38006
4 1,92	<b>XAVIER SILVA</b>	96 INI	Grupo Desportivo Lourocoop	27-12-2009	6º Espinho 38006





### Masculinos

#### 300 Metros Planos

Top

4 1,84

3 6,16	<b>CLÁUDIO FERREIRA</b>	94 JUV	A. C. Bunheirense	19-06-2010	1º Guimarães 03030
3 6,62	<b>JOSÉ VIEGAS</b>	93 JUV	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	15-05-2010	2º Aveiro 38028
3 7,18	<b>ANDRÉ SIMÕES</b>	93 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	19-06-2010	1º Guimarães 03030
3 7,59	<b>MIGUEL ANT. SILVA</b>	94 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	15-05-2010	4º Aveiro 38028
3 7,77	<b>MIGUEL COSTA</b>	94 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	19-06-2010	4º Guimarães 03030
3 8,33	<b>RICARDO RIBEIRO</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	01-05-2010	4º Aveiro 38032
3 8,89	<b>PEDRO MARTINS</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	10-04-2010	4º Luso 38027
3 8,96	<b>IVO PAIS</b>	93 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	14-03-2010	3º Aveiro 38021
3 9,08	<b>RÚBEN OLIVEIRA</b>	93 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	01-05-2010	1º Aveiro 38032
3 9,11	<b>DANIEL SILVA</b>	93 JUV	Rio Largo Clube de Espinho	01-05-2010	5º Aveiro 38032
3 9,34	<b>EDUARDO RIBEIRO</b>	93 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	27-03-2010	1º Luso 38023
3 9,50	<b>DANIEL SANTOS</b>	93 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	27-12-2009	3º Espinho 38006
3 9,73	<b>LUÍS SILVA</b>	93 JUV	Escola Secundária Serafim Leite	27-03-2010	3º Luso 38023
4 0,03	<b>ROBERTO NASCIMENT</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	27-12-2009	2º Espinho 38006
4 0,20	<b>CARLOS GRAÇA</b>	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	27-12-2009	3º Espinho 38006
4 0,79	<b>MÁRIO MARQUES</b>	93 JUV	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	27-03-2010	3º Luso 38023
4 0,82	<b>FLÁVIO FERREIRA</b>	94 JUV	A. C. Bunheirense	27-12-2009	5º Espinho 38006
4 0,90	<b>FILIPE BOLA</b>	94 JUV	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	14-03-2010	2º Aveiro 38021
4 1,07	<b>MARCO SOARES</b>	94 JUV	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	14-03-2010	5º Aveiro 38021
4 1,12	<b>JORGE VILAR</b>	93 JUV	Desportivo de Gondufe	27-03-2010	4º Luso 38023
4 1,56	<b>RÚBEN PEREIRA</b>	93 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	27-03-2010	5º Luso 38023
4 1,58	<b>FÁBIO PINTO</b>	94 JUV	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	14-03-2010	3º Aveiro 38021
4 1,61	<b>JOÃO SOUSA</b>	94 JUV	A. C. Bunheirense	01-05-2010	6º Aveiro 38032
4 1,64	<b>MICAEL SOARES</b>	93 JUV	Assoc. Amigos Seixo Branco	01-05-2010	1º Aveiro 38032
4 1,82	<b>CELSE TIAGO LEITE</b>	93 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	14-03-2010	7º Aveiro 38021
4 1,84	<b>VICTOR BIRU</b>	93 JUV	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	27-12-2009	1º Espinho 38006





### Masculinos

#### 400 Metros Planos

Top 1 1 0,48

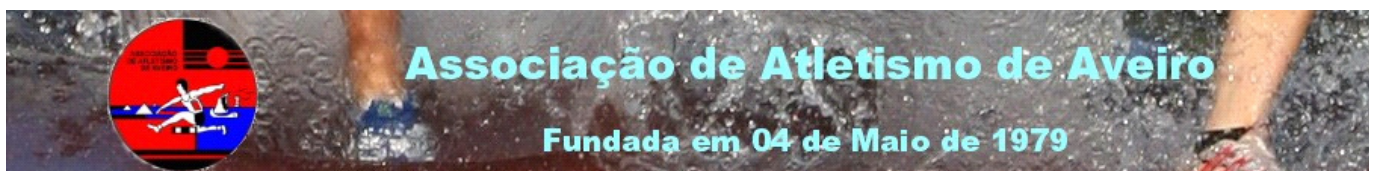
5 2,29	<b>MIGUEL ANT. SILVA</b>	94 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	13-02-2010	2º Espinho 38015
5 3,47	<b>CLÁUDIO FERREIRA</b>	94 JUV	A. C. Bunheirense	08-05-2010	1º Luso 38033
5 4,29	<b>PEDRO MARTINS</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	30-06-2010	1º Luso 38039
5 4,86	<b>DANIEL SILVA</b>	93 JUV	Rio Largo Clube de Espinho	19-05-2010	2º Maia 41023
5 5,07	<b>DANIEL SANTOS</b>	93 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	16-01-2010	1º Espinho 38011
5 5,40	<b>RÚBEN OLIVEIRA</b>	93 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	13-02-2010	1º Espinho 38015
5 6,20	<b>CELSO TIAGO LEITE</b>	93 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	30-06-2010	2º Luso 38039
5 6,27	<b>RICARDO RIBEIRO</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	03-06-2010	1º Aveiro 38035
5 6,96	<b>ANDRÉ SIMÕES</b>	93 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	09-01-2010	2º Espinho 38009
5 8,05	<b>FILIPE BOLA</b>	94 JUV	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	09-01-2010	1º Espinho 38009
5 8,44	<b>JOÃO SOUSA</b>	94 JUV	A. C. Bunheirense	16-01-2010	5º Espinho 38011
5 8,64	<b>MICAEL SOARES</b>	93 JUV	Assoc. Amigos Seixo Branco	16-06-2010	5º Luso 38036
5 8,74	<b>FILIPE NOGUEIRA</b>	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	08-05-2010	3º Luso 38033
5 9,47	<b>JOÃO VALENTE</b>	94 JUV	Esc. Secundária Estarreja	31-07-2010	4º Aveiro 38043
6 0,53	<b>FÁBIO PEREIRA</b>	94 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	03-06-2010	2º Aveiro 38035
6 1,22	<b>JOSÉ MANUEL SOUSA</b>	94 JUV	A. C. Bunheirense	30-06-2010	5º Luso 38039
6 1,34	<b>ALEXANDRE SILVA</b>	94 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	03-06-2010	3º Aveiro 38035
6 1,67	<b>DAVID GOMES VIELA</b>	94 JUV	Assoc. Amigos Seixo Branco	13-02-2010	2º Espinho 38015
6 4,39	<b>DANIEL FERNANDES</b>	94 JUV	Clube Futebol União de Lamas	03-06-2010	5º Aveiro 38035
6 4,44	<b>CARLOS GONÇALVES</b>	94 JUV	Atis/Ovar Atletas Fim de Semana	13-02-2010	4º Espinho 38015
6 7,89	<b>CARLOS FERREIRA</b>	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	03-06-2010	6º Aveiro 38035
1 1 0,48	<b>ROBERTO NASCIMENT</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	19-05-2010	6º Maia 41023





**Masculinos**

				<b>600 Metros</b>		Top	2 1 2,94	
1 4 0,89	<b>EDUARDO LEÇA</b>	97 INF	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	02-05-2010	2º	Aveiro 38032	RR	
1 4 3,94	<b>PAULO NETO</b>	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	16-01-2010	1º	Espinho 38011		
1 4 5,54	<b>JOSÉ VIEIRA</b>	97 INF	Grupo Desp. Cult. Castelo Paiva	19-06-2010	1º	Aveiro 38037		
1 4 6,81	<b>BRUNO FALCÃO</b>	97 INF	Ass. Cult. Rec. Vale Cambra	19-06-2010	2º	Aveiro 38037		
1 4 9,00	<b>PEDRO NADAIS</b>	98 INF	Arada Atlético Clube	16-01-2010	3º	Espinho 38011		
1 5 3,29	<b>CELSO DANIEL PEREIR</b>	98 INF	União Desportiva Valmaior	19-06-2010	3º	Aveiro 38037		
1 5 3,59	<b>SIMÃO SILVA</b>	99 BEN-B	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	02-05-2010	3º	Aveiro 38032		
1 5 4,79	<b>ANDRÉ RODRIGUES</b>	98 INF	Ass. Cult. Rec. Vale Cambra	19-06-2010	4º	Aveiro 38037		
1 5 5,08	<b>TOMAS SILVA</b>	98 INF	Afís/Ovar Atletas Fim de Semana	19-06-2010	5º	Aveiro 38037		
1 5 6,40	<b>LEANDRO PEREIRA</b>	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	16-01-2010	1º	Espinho 38011		
1 5 7,34	<b>FÁBIO CASTRO</b>	97 INF	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	19-06-2010	6º	Aveiro 38037		
1 5 7,60	<b>RICARDO NASCIMENT</b>	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	16-01-2010	2º	Espinho 38011		
1 5 8,76	<b>NUNO SOUSA</b>	99 BEN-B	A. C. Bunheirense	17-07-2010	2º	Aveiro 38042		
2 0 0,44	<b>MARCELO SOUSA</b>	98 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	03-01-2010	5º	Espinho 38008		
2 0 3,25	<b>MARCO SOUSA</b>	98 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	03-01-2010	7º	Espinho 38008		
2 0 4,25	<b>PAULO SOUSA</b>	99 BEN-B	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	17-07-2010	3º	Aveiro 38042		
2 0 4,49	<b>SANDRO NOGUEIRA</b>	99 BEN-B	Núcleo de Atletismo Cucujães	17-07-2010	4º	Aveiro 38042		
2 0 5,01	<b>RUI BARROS</b>	97 INF	Escola Secundária Júlio Dinis	02-02-2010	5º	Espinho 38103		
2 0 5,37	<b>NUNO FERNANDES</b>	98 INF	Ass. Cult. Rec. Vale Cambra	16-01-2010	8º	Espinho 38011		
2 0 6,1	<b>RÚBEN PINTO</b>	99 BEN-B	Juventude Atlético Mozelense	25-04-2010	2º	Lourosa 38031		
2 0 7,55	<b>BRUNO OLIVEIRA</b>	01 BEN-A	Centro Recreativo Estarreja	19-06-2010	8º	Aveiro 38037		
2 0 9,0	<b>PEDRO BERNARDES</b>	99 BEN-B	Juventude Atlético Mozelense	25-04-2010	3º	Lourosa 38031		
2 0 9,06	<b>LEANDRO SILVA</b>	99 BEN-B	Afís/Ovar Atletas Fim de Semana	14-03-2010	3º	Aveiro 38021		
2 0 9,30	<b>RÚBEN SANTOS</b>	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	16-01-2010	3º	Espinho 38011		
2 1 2,53	<b>MARSO RIBEIRO</b>	97 INF	Clube Futebol União de Lamas	12-12-2009	11º	Braga 47004		
2 1 2,94	<b>JOÃO ALMEIDA</b>	99 BEN-B	Núcleo de Atletismo Cucujães	19-06-2010	10º	Aveiro 38037		





### Masculinos

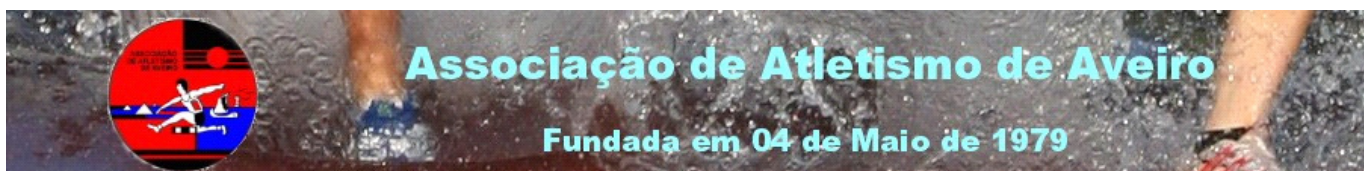
				800 Metros		Top	2 1 5,26
2 0 0,83	<b>ADRIÃO RODRIGUES</b>	93 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	16-05-2010	1º	Aveiro 38028	
2 0 1,43	<b>TIAGO SILVA</b>	94 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	13-06-2010	8º	Lisboa (E. Univ.) 03028	
2 0 3,17	<b>PAULO FERREIRA</b>	94 JUV	Arada Atlético Clube	16-05-2010	2º	Aveiro 38028	
2 0 5,84	<b>BRUNO VIEIRA</b>	95 INI	Grupo Desp. Cult. Castelo Paiva	04-07-2010	1º	Aveiro 38040	
2 0 5,87	<b>CELSO TIAGO LEITE</b>	93 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	07-07-2010	1º	Luso 38039	
2 0 6,72	<b>RICARDO RIBEIRO</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	07-07-2010	2º	Luso 38039	
2 0 7,06	<b>RÚBEN COSTA</b>	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	10-06-2010	1º	Aveiro 38035	
2 0 7,82	<b>ANDRÉ NOGUEIRA</b>	93 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	10-06-2010	8º	Aveiro 38035	
2 0 9,08	<b>JOSÉ CRUZ</b>	96 INI	A. C. Bunheirense	10-06-2010	1º	Aveiro 38035	
2 0 9,25	<b>SAMUEL PEREIRA</b>	95 INI	União Desportiva Valmaior	04-07-2010	2º	Aveiro 38040	
2 0 9,69	<b>CLÁUDIO FERREIRA</b>	94 JUV	Esc. Secundária Estarreja	26-11-2009	2º	Aveiro 38101	
2 1 0,53	<b>JOÃO VALENTE</b>	94 JUV	Esc. Secundária Estarreja	07-07-2010	4º	Luso 38039	
2 1 0,68	<b>MICAEL SOARES</b>	93 JUV	Assoc. Amigos Seixo Branco	10-06-2010	2º	Aveiro 38035	
2 1 0,84	<b>ANDRÉ DANIEL MIRAN</b>	95 INI	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	02-05-2010	1º	Aveiro 38032	
2 1 1,01	<b>CRISTIANO NEVES</b>	94 JUV	Cl. Campismo S. João Madeira	07-07-2010	5º	Luso 38039	
2 1 1,09	<b>RAFAEL MIGUEL</b>	93 JUV	Esc. Secundária Estarreja	26-11-2009	3º	Aveiro 38101	
2 1 1,97	<b>RUI ALVES</b>	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	22-05-2010	3º	Leiria 24101	
2 1 2,03	<b>RÚBEN REIS</b>	94 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	07-07-2010	8º	Luso 38039	
2 1 2,27	<b>TIAGO CIPRIANO</b>	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	17-07-2010	2º	Aveiro 38042	
2 1 2,76	<b>FILIPE BOLA</b>	94 JUV	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	06-03-2010	3º	Aveiro 38020	
2 1 3,36	<b>MARCO CRUZ</b>	93 JUV	Ass. Atletismo Aveiro	02-02-2010	4º	Espinho 38103	
2 1 3,57	<b>JOSÉ MANUEL SOUSA</b>	94 JUV	A. C. Bunheirense	10-06-2010	5º	Aveiro 38035	
2 1 4,72	<b>RICARDO MARQUES</b>	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	22-05-2010	4º	Leiria 24101	
2 1 4,91	<b>MARCO SOARES</b>	94 JUV	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	16-05-2010	2º	Aveiro 38028	
2 1 5,06	<b>JOÃO CORREIA</b>	95 INI	União Desportiva Valmaior	04-07-2010	4º	Aveiro 38040	
2 1 5,26	<b>IGOR VALENTE</b>	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	10-06-2010	3º	Aveiro 38035	





**Masculinos**

				<b>1.000 Metros</b>		Top	<b>3 0 0,16</b>
2 3 5,51	<b>ADRIÃO RODRIGUES</b>	93 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	24-04-2010	3º	Viseu 38083	
2 3 9,52	<b>TIAGO SILVA</b>	94 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	24-04-2010	5º	Viseu 38083	
2 4 3,54	<b>BRUNO VIEIRA</b>	95 INI	Ass. Atletismo Aveiro	24-04-2010	1º	Viseu 38083	
2 4 3,98	<b>RÚBEN COSTA</b>	95 INI	Ass. Atletismo Aveiro	24-04-2010	2º	Viseu 38083	
2 4 4,35	<b>PAULO FERREIRA</b>	94 JUV	Arada Atlético Clube	26-12-2009	3º	Espinho 38006	
2 4 4,75	<b>SAMUEL PEREIRA</b>	95 INI	União Desportiva Valmaior	16-05-2010	1º	Aveiro 38028	
2 4 6,84	<b>ANDRÉ NOGUEIRA</b>	93 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	03-04-2010	3º	Luso 38025	
2 4 7,32	<b>ANDRÉ DANIEL MIRAN</b>	95 INI	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	16-05-2010	4º	Aveiro 38028	
2 4 7,44	<b>JOSÉ CRUZ</b>	96 INI	A. C. Bunheirense	16-05-2010	5º	Aveiro 38028	
2 4 9,62	<b>JOHAN CALDEIRA</b>	93 JUV	União Desportiva Valmaior	03-04-2010	4º	Luso 38025	
2 5 0,96	<b>IGOR VALENTE</b>	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	28-03-2010	1º	Luso 38023	
2 5 2,71	<b>TIAGO CIPRIANO</b>	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	16-05-2010	6º	Aveiro 38028	
2 5 2,91	<b>RUI ALVES</b>	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	16-05-2010	7º	Aveiro 38028	
2 5 3,66	<b>CRISTIANO NEVES</b>	94 JUV	Cl. Campismo S. João Madeira	03-04-2010	5º	Luso 38025	
2 5 4,4	<b>MARCO COSTA</b>	93 JUV	Escola Secundária Serafim Leite	26-02-2010	2º	Espinho 38105	
2 5 4,9	<b>JORGE SILVA</b>	95 INI	Esc. Sec. Vale de Cambra	26-02-2010	1º	Espinho 38105	
2 5 5,20	<b>JOÃO CORREIA</b>	95 INI	União Desportiva Valmaior	16-05-2010	8º	Aveiro 38028	
2 5 5,30	<b>RÚBEN REIS</b>	94 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	24-04-2010	10º	Viseu 38083	X
2 5 5,62	<b>RICARDO MARQUES</b>	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	16-05-2010	9º	Aveiro 38028	
2 5 6,31	<b>JOSÉ ALEIXO CRUZ</b>	96 INI	A. C. Bunheirense	24-04-2010	7º	Viseu 38083	
2 5 6,39	<b>JOSÉ MANUEL SOUSA</b>	94 JUV	A. C. Bunheirense	03-04-2010	7º	Luso 38025	
2 5 8,12	<b>MIGUEL NEVES</b>	96 INI	Centro Recreativo Estarreja	16-05-2010	2º	Aveiro 38028	
2 5 8,77	<b>CARLOS SOUSA</b>	96 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	03-04-2010	6º	Luso 38025	
2 5 9,36	<b>JORGE MAGALHÃES</b>	93 JUV	A D E C Macieira de Sarnes	03-04-2010	1º	Luso 38025	
3 0 0,09	<b>FILIPE AMADOR SILVA</b>	95 INI	A. C. Bunheirense	03-04-2010	8º	Luso 38025	
3 0 0,16	<b>JOÃO TEIXEIRA</b>	95 INI	Cl. Campismo S. João Madeira	16-05-2010	3º	Aveiro 38028	





### Masculinos

				1.500 Metros		Top	4 5 0,30
4 0 6,68	<b>ADRIÃO RODRIGUES</b>	93 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	23-05-2010	3º	Luso 05001	
4 1 4,12	<b>TIAGO SILVA</b>	94 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	13-02-2010	4º	Espinho 38015	
4 1 4,71	<b>PAULO FERREIRA</b>	94 JUV	Arada Atlético Clube	01-05-2010	2º	Aveiro 38032	
4 2 2,77	<b>ANDRÉ NOGUEIRA</b>	93 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	03-06-2010	3º	Aveiro 38035	
4 2 5,55	<b>ANDRÉ DANIEL MIRAN</b>	95 INI	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	01-05-2010	3º	Aveiro 38032	
4 2 8,86	<b>BRUNO VIEIRA</b>	95 INI	Grupo Desp. Cult. Castelo Paiva	23-01-2010	1º	Espinho 38013	
4 2 9,14	<b>RÚBEN COSTA</b>	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	23-01-2010	2º	Espinho 38013	
4 2 9,19	<b>JOSÉ MANUEL SOUSA</b>	94 JUV	A. C. Bunheirense	03-06-2010	6º	Aveiro 38035	
4 2 9,77	<b>CRISTIANO NEVES</b>	94 JUV	Cl. Campismo S. João Madeira	03-06-2010	7º	Aveiro 38035	
4 3 0,13	<b>JOÃO VALENTE</b>	94 JUV	Esc. Secundária Estarreja	03-06-2010	8º	Aveiro 38035	
4 3 3,04	<b>FILIPE BOLA</b>	94 JUV	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	08-05-2010	7º	Luso 38033	
4 3 4,30	<b>RAFAEL MIGUEL</b>	93 JUV	Esc. Secundária Estarreja	17-03-2010	2º	Luso 38107	
4 3 4,97	<b>CELSO TIAGO LEITE</b>	93 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	23-05-2010	10º	Luso 05001	
4 3 5,55	<b>RÚBEN REIS</b>	94 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	01-05-2010	4º	Aveiro 38032	
4 3 8,70	<b>CELSO SILVA</b>	93 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	17-03-2010	3º	Luso 38107	
4 4 1,45	<b>SAMUEL PEREIRA</b>	95 INI	União Desportiva Valmaior	01-05-2010	6º	Aveiro 38032	
4 4 3,08	<b>JOÃO CORREIA</b>	95 INI	União Desportiva Valmaior	01-05-2010	7º	Aveiro 38032	
4 4 3,54	<b>CARLOS SOUSA</b>	96 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	01-05-2010	8º	Aveiro 38032	
4 4 4,46	<b>RUI ALVES</b>	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	02-01-2010	3º	Espinho 38007	
4 4 4,93	<b>TIAGO CIPRIANO</b>	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	01-05-2010	9º	Aveiro 38032	
4 4 5,05	<b>DZMITRY ZHLTSOU</b>	94 JUV	União Desportiva Valmaior	01-05-2010	10º	Aveiro 38032	
4 4 5,33	<b>IGOR VALENTE</b>	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	23-01-2010	3º	Espinho 38013	
4 4 7,18	<b>MICAEL SOARES</b>	93 JUV	Assoc. Amigos Seixo Branco	03-06-2010	10º	Aveiro 38035	
4 4 7,29	<b>RUI ALMEIDA</b>	96 INI	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	01-05-2010	11º	Aveiro 38032	
4 4 8,39	<b>JORGE MATOS</b>	94 JUV	A. C. Bunheirense	03-06-2010	11º	Aveiro 38035	
4 5 0,3	<b>MARCO COSTA</b>	93 JUV	Escola Secundária Serafim Leite	26-03-2010	1º	Aveiro 38108	



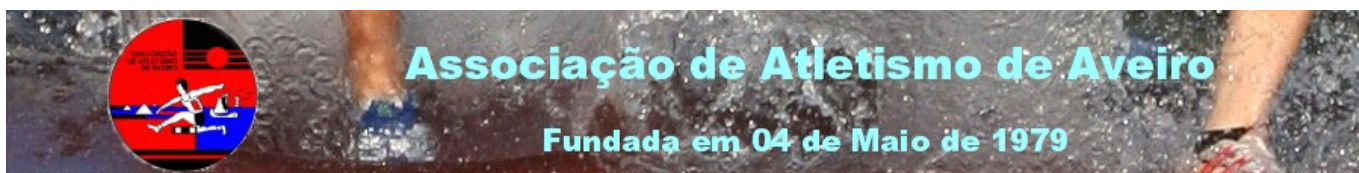


Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

				Milha	Top	5 1 2,00
4 5 9,7	<b>RÚBEN REIS</b>	94 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	31-07-2010	3º	Aveiro 38043
5 0 0,1	<b>MICAEL SOARES</b>	93 JUV	Assoc. Amigos Seixo Branco	31-07-2010	4º	Aveiro 38043
5 0 4,5	<b>LÁZARO FERREIRA</b>	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	31-07-2010	1º	Aveiro 38043
5 1 2,0	<b>JOÃO VALENTE</b>	94 JUV	Esc. Secundária Estarreja	31-07-2010	5º	Aveiro 38043





Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

		<b>3.000 Metros</b>			Top	9 9 9 9,99	
8 3 7,82	<b>ADRIÃO RODRIGUES</b>	93 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	07-07-2010	4º	Luso 38039	
9 0 9,02	<b>TIAGO SILVA</b>	94 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	01-05-2010	1º	Aveiro 38032	
9 1 8,06	<b>PAULO FERREIRA</b>	94 JUV	Arada Atlético Clube	17-01-2010	10º	Espinho 38011	
9 2 4,95	<b>JOHAN CALDEIRA</b>	93 JUV	União Desportiva Valmaior	16-05-2010	1º	Aveiro 38028	
9 4 4,22	<b>CRISTIANO NEVES</b>	94 JUV	Cl. Campismo S. João Madeira	16-06-2010	3º	Luso 38036	
9 4 4,32	<b>JOSÉ MANUEL SOUSA</b>	94 JUV	A. C. Bunheirense	09-05-2010	4º	Luso 38033	
9 4 6,56	<b>ANDRÉ NOGUEIRA</b>	93 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	09-05-2010	5º	Luso 38033	
9 5 2,24	<b>RÚBEN REIS</b>	94 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	16-06-2010	6º	Luso 38036	
10 0 1,51	<b>MARCO COSTA</b>	93 JUV	Escola Secundária Serafim Leite	17-01-2010	3º	Espinho 38011	
10 2 3,26	<b>JORGE MATOS</b>	94 JUV	A. C. Bunheirense	01-05-2010	5º	Aveiro 38032	
10 2 3,98	<b>CELSO TIAGO LEITE</b>	93 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	03-01-2010	8º	Espinho 38008	
11 3 5,02	<b>ANTÓNIO ALMEIDA</b>	94 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	16-05-2010	4º	Aveiro 38028	
99 9 9,99	<b>TIAGO COSTA</b>	94 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	03-01-2010	9999º	Espinho 38008	DN:





Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

#### 60 M Barr.Inf.-0,76

Top

1 3,94

1 0,08	<b>PAULO NETO</b>	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	23-01-2010	2º Espinho 38012
1 0,3	- 4,8 <b>JOÃO ALMEIDA</b>	97 INF	Esc. Sec. Vale de Cambra	26-03-2010	1º Aveiro 38108
1 1,11	<b>JOÃO ALMEIDA</b>	98 INF	Esc. Sec. Vale de Cambra	03-02-2010	1º Espinho 38104
1 2,1	- 0,5 <b>NUNO TAVARES</b>	97 INF	E B P. António M. Fonseca	17-03-2010	1º Luso 38107
1 2,44	<b>TIAGO LOPES</b>	99 BEN-B	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	03-02-2010	2º Espinho 38104
1 2,61	<b>ANDRÉ IRIA</b>	97 INF	Esc. Secundária Estarreja	26-12-2009	2º Espinho 38004
1 2,7	- 4,8 <b>NUNO TERRAS</b>	97 INF	Esc. Sec. Vale de Cambra	26-03-2010	2º Aveiro 38108
1 3,06	+ 0,3 <b>ROMEU GOMES</b>	98 INF	Cl. Campismo S. João Madeira	28-03-2010	2º Luso 38023
1 3,07	+ 2,0 <b>RÚBEN ALVES</b>	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	21-03-2010	1º Estarreja 38022
1 3,0	<b>TIAGO</b>	99 BEN-B	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	13-01-2010	1º Espinho 38102
1 3,0	- 0,5 <b>KEVIN PEREIRA</b>	98 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	2º Luso 38107
1 3,0	- 4,8 <b>BRUNO ALVES</b>	97 INF	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	26-03-2010	3º Aveiro 38108
1 3,1	- 0,5 <b>RICARDO CORREIA</b>	97 INF	Escola Secundária Júlio Dinis	17-03-2010	3º Luso 38107
1 3,43	<b>DIOGO MOREIRA</b>	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	3º Espinho 38004
1 3,44	<b>MARSO RIBEIRO</b>	97 INF	Clube Futebol União de Lamas	26-12-2009	4º Espinho 38004
1 3,53	+ 0,3 <b>RICARDO NASCIMENT</b>	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	28-03-2010	3º Luso 38023
1 3,74	<b>MARCO SILVA</b>	97 INF	Colégio D. José I	26-11-2009	2º Aveiro 38101
1 3,5	- 0,5 <b>HUGO AZEVEDO</b>	97 INF	Escola Secundária Júlio Dinis	17-03-2010	4º Luso 38107
1 3,77	0,0 <b>GONÇALO BRITO</b>	98 INF	Juventude Atlético Mozelense	28-03-2010	1º Luso 38023
1 3,94	0,0 <b>LUÍS FILIPE OLIVEIRA</b>	98 INF	Grupo Cultural Desport. Santins	28-03-2010	2º Luso 38023





### Masculinos

#### 60 M Barr.Ini.Mas-84

Top 1 3,90

8,71	<b>FÁBIO TEIXEIRA</b>	95 INI	Escola Secundária Serafim Leite	23-01-2010	1º Espinho 38012
9,32	<b>ANDRÉ SANTOS</b>	95 INI	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	23-01-2010	2º Espinho 38012
9,68	<b>TIAGO FERREIRA</b>	95 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	26-12-2009	2º Espinho 38004
9,78	<b>HENRIQUE OLIVEIRA</b>	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	26-12-2009	3º Espinho 38004
9,78	<b>IGOR VALENTE</b>	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	03-01-2010	6º Espinho 38008
1 0,67	<b>GABRIEL TABOÃO</b>	95 INI	Esc. Sec. Vagos	26-11-2009	1º Aveiro 38101
1 0,68	<b>GONÇALO OLIVEIRA</b>	95 INI	Instituto de Promoção Social da Bairr	26-11-2009	2º Aveiro 38101
1 1,04	<b>MIGUEL MATOS</b>	95 INI	Instituto de Promoção Social da Bairr	26-11-2009	3º Aveiro 38101
1 1,25	<b>MANUEL MELO</b>	95 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	4º Espinho 38004
1 1,26	<b>DIOGO SANTOS</b>	95 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	5º Espinho 38004
1 1,35	<b>BRUNO FERREIRA</b>	96 INI	A. C. Bunheirense	03-01-2010	2º Espinho 38008
1 1,44	<b>PEDRO RAÍNHO</b>	95 INI	Instituto de Promoção Social da Bairr	26-11-2009	4º Aveiro 38101
1 1,69	<b>TIAGO ROSA</b>	95 INI	Cl. Campismo S. João Madeira	03-01-2010	5º Espinho 38008
1 1,5	<b>VASCO MAGANO</b>	96 INI	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	13-01-2010	2º Espinho 38102
1 2,04	<b>MARCELO VIEIRA</b>	96 INI	E B P. António M. Fonseca	26-11-2009	5º Aveiro 38101
1 2,10	<b>ALEXANDRE OLIVEIRA</b>	95 INI	Instituto de Promoção Social da Bairr	26-11-2009	6º Aveiro 38101
1 2,12	<b>RUI SANTOS</b>	96 INI	Juventude Atlético Mozelense	26-12-2009	5º Espinho 38004
1 2,16	<b>RICARDO MARQUES</b>	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	03-01-2010	3º Espinho 38008
1 2,57	<b>TIAGO FIGUEIREDO</b>	95 INI	Esc. Secundária Sever Vouga	26-11-2009	7º Aveiro 38101
1 2,88	<b>LÁZARO FERREIRA</b>	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	03-01-2010	7º Espinho 38008
1 2,93	<b>RUI ALVES</b>	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	03-01-2010	4º Espinho 38008
1 2,96	<b>XAVIER SILVA</b>	96 INI	Grupo Desportivo Lourocoop	03-01-2010	5º Espinho 38008
1 3,78	<b>RÚBEN COSTA</b>	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	03-01-2010	6º Espinho 38008
1 3,9	<b>VITOR OLIVEIRA</b>	96 INI	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	13-01-2010	3º Espinho 38102





**Masculinos**

**60 M Barr.Juv.Mas-91**

Top 9 9 9 9,99

9,05	<b>ROBERTO NASCIMENT</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	26-12-2009	1º Espinho 38004
9,08	<b>LUÍS SILVA</b>	93 JUV	Escola Secundária Serafim Leite	23-01-2010	1º Espinho 38012
9,42	<b>FLÁVIO FERREIRA</b>	94 JUV	Esc. Secundária Estarreja	26-11-2009	1º Aveiro 38101
9,74	<b>DANIEL SANTOS</b>	93 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	03-01-2010	1º Espinho 38008
9,77	<b>FILIPPE NOGUEIRA</b>	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	26-12-2009	1º Espinho 38004
9,79	<b>PEDRO ALVES</b>	94 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	26-11-2009	2º Aveiro 38101
9,92	<b>RÚBEN PEREIRA</b>	93 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	03-01-2010	3º Espinho 38008
9,94	<b>PEDRO MARTINS</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	3º Espinho 38004
1 0,25	<b>RICARDO FERREIRA</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	2º Espinho 38004
1 0,28	<b>CRISTIANO SANTOS</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	03-01-2010	2º Espinho 38008
1 0,36	<b>RÚBEN OLIVEIRA</b>	93 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	26-12-2009	4º Espinho 38004
1 0,37	<b>IVO PAIS</b>	93 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	03-01-2010	3º Espinho 38008
1 0,40	<b>LUÍS NOGUEIRA</b>	93 JUV	Instituto de Promoção Social da Bairr	26-11-2009	3º Aveiro 38101
1 0,49	<b>TIAGO LADEIRA</b>	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	26-12-2009	5º Espinho 38004
1 0,61	<b>PEDRO CARVALHO</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	26-12-2009	4º Espinho 38004
1 0,82	<b>RICARDO ARAÚJO</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	03-01-2010	5º Espinho 38008
1 1,05	<b>EDUARDO RIBEIRO</b>	93 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	26-12-2009	5º Espinho 38004
1 1,10	<b>FILIPPE VIGARIO</b>	93 JUV	Esc. Secundária Estarreja	26-12-2009	6º Espinho 38004
1 1,27	<b>JORGE VILAR</b>	93 JUV	Desportivo de Gondufe	26-12-2009	7º Espinho 38004
1 1,1	<b>GUILHERME GOUVEIA</b>	94 JUV	Escola Secundária Serafim Leite	13-01-2010	1º Espinho 38102
1 1,42	<b>CARLOS GRAÇA</b>	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	23-01-2010	7º Espinho 38012
1 1,46	<b>RICARDO RENDILHEIR</b>	94 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	26-11-2009	4º Aveiro 38101
1 2,09	<b>DANIEL FERNANDES</b>	94 JUV	Clube Futebol União de Lamas	03-01-2010	6º Espinho 38008
1 2,26	<b>NUNO CUNHA</b>	94 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	26-12-2009	5º Espinho 38004
1 2,29	<b>GUILHERME COSTA</b>	94 JUV	Escola Secundária Serafim Leite	26-12-2009	6º Espinho 38004
9 9 9 9,99	<b>DANIEL COSTA</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	26-12-2009	9999º Espinho 38004





Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

**Masculinos**

**60 M Barreiras-1,00**

Top 99 99,00

99 99

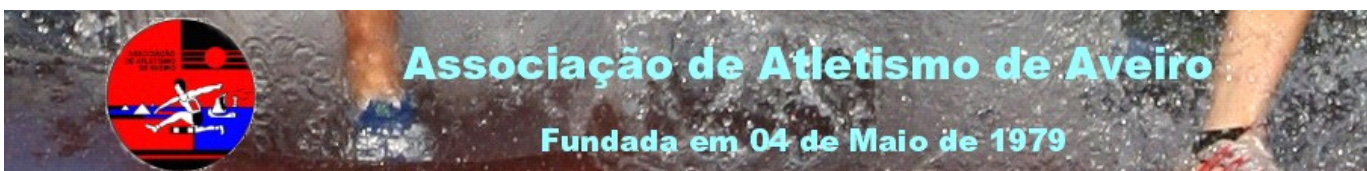
FILIPE NASCIMENTO

93 JUV

Juventude Atlético Mozelense

24-01-2010 3999º Pombal 03005

DNI





Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

#### 60 M Barreiras-1.06

Top 99 99,99

9,24	<b>ROBERTO NASCIMENT</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	17-01-2010	3º Espinho 38011	
1 0,71	<b>DANIEL SANTOS</b>	93 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	10-01-2010	2º Espinho 38009	Q
1 1,10	<b>CRISTIANO SANTOS</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	10-01-2010	3º Espinho 38009	Q
99 9 9,99	<b>FILIPE NASCIMENTO</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	31-01-2010	9999º Espinho / Pombal 03006	DNI



Associação de Atletismo de Aveiro

Fundada em 04 de Maio de 1979



Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

#### 80 M Barreiras-0,84

Top 9 9 9,99

1 3,58	- 1,9	<b>GONÇALO OLIVEIRA</b>	95 INI	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	1º	Luso 38107
1 3,67	- 1,9	<b>GABRIEL TABOÃO</b>	95 INI	Esc. Sec. Vagos	17-03-2010	2º	Luso 38107
1 4,54	- 1,9	<b>RUI SOUSA</b>	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	17-03-2010	3º	Luso 38107
1 4,62	0,0	<b>PEDRO RAÍNHO</b>	95 INI	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	1º	Luso 38107
1 4,69	0,0	<b>MIGUEL MATOS</b>	95 INI	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	2º	Luso 38107
1 5,40	- 1,9	<b>JOÃO LEITE</b>	96 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	17-03-2010	4º	Luso 38107
1 5,87	0,0	<b>NICHOLAS MIRANDA</b>	95 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	17-03-2010	3º	Luso 38107
1 5,97	0,0	<b>RICARDO CARINHA</b>	96 INI	E B I da Torreira	17-03-2010	4º	Luso 38107
1 6,32	0,0	<b>RODRIGO FERREIRA</b>	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	17-03-2010	5º	Luso 38107
1 6,65	- 1,9	<b>MARCELO VIEIRA</b>	96 INI	E B P. António M. Fonseca	17-03-2010	5º	Luso 38107
1 7,9	- 4,2	<b>FÁBIO SOUZA</b>	95 INI	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	26-03-2010	1º	Aveiro 38108
1 0 0,0	- 4,2	<b>JOEL MOREIRA</b>	95 INI	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	26-03-2010	9999º	Aveiro 38108



Associação de Atletismo de Aveiro

Fundada em 04 de Maio de 1979



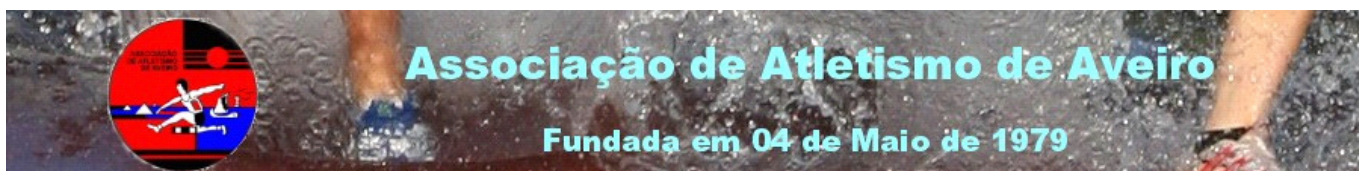
**Masculinos**

**100 M Barreiras-0.84**

Top

**2 4,59**

<b>1 4,35</b>	+ 1,0	<b>FÁBIO TEIXEIRA</b>	95 INI	Escola Secundária Serafim Leite	16-05-2010	1º Aveiro 38028	RR
<b>1 5,62</b>	+ 0,3	<b>TIAGO FERREIRA</b>	95 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	11-04-2010	1º Luso 38027	
<b>1 6,34</b>	- 3,4	<b>ANDRÉ SANTOS</b>	95 INI	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	06-03-2010	1º Aveiro 38020	
<b>1 6,60</b>	+ 1,0	<b>MICAEL SEIXEIRO</b>	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	16-05-2010	2º Aveiro 38028	
<b>1 6,93</b>	0,0	<b>IGOR VALENTE</b>	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	28-03-2010	2º Luso 38023	
<b>1 7,93</b>	0,0	<b>VITOR COELHO</b>	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	25-04-2010	2º Luso 38030	
<b>1 8,08</b>	0,0	<b>DIOGO SANTOS</b>	95 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	25-04-2010	3º Luso 38030	
<b>1 8,29</b>	0,0	<b>JOSÉ PINHO</b>	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	28-03-2010	4º Luso 38023	
<b>1 9,15</b>	+ 1,0	<b>RUI SANTOS</b>	96 INI	Juventude Atlético Mozelense	16-05-2010	4º Aveiro 38028	
<b>1 9,49</b>	+ 0,3	<b>PEDRO CATARINO</b>	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	11-04-2010	5º Luso 38027	
<b>1 9,74</b>	+ 0,5	<b>MANUEL MELO</b>	95 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	28-03-2010	2º Luso 38023	
<b>2 1,67</b>	+ 0,5	<b>LEANDRO GONÇALVE</b>	96 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	28-03-2010	3º Luso 38023	
<b>2 2,15</b>	+ 0,5	<b>RUI BENTO</b>	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	28-03-2010	4º Luso 38023	
<b>2 4,59</b>	+ 1,0	<b>TIAGO ROSA</b>	95 INI	Cl. Campismo S. João Madeira	16-05-2010	6º Aveiro 38028	





Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

#### 100 M Barreiras-0.91

Top 2 0,01

<b>1 4,85</b>	-2,3	<b>FÁBIO TEIXEIRA</b>	95 INI	Escola Secundária Serafim Leite	22-05-2010	2º Luso 05001
<b>1 4,89</b>	-2,3	<b>LUÍS SILVA</b>	93 JUV	Escola Secundária Serafim Leite	22-05-2010	3º Luso 05001
<b>1 5,11</b>	-0,1	<b>CLÁUDIO FERREIRA</b>	94 JUV	Esc. Secundária Estarreja	17-03-2010	1º Luso 38107
<b>1 5,24</b>	-0,1	<b>FLÁVIO FERREIRA</b>	94 JUV	Esc. Secundária Estarreja	17-03-2010	2º Luso 38107
<b>1 5,34</b>	-0,1	<b>HENRIQUE MARQUES</b>	93 JUV	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	3º Luso 38107
<b>1 6,00</b>	-0,1	<b>PEDRO ALVES</b>	94 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	17-03-2010	4º Luso 38107
<b>1 5,9</b>	-2,5	<b>CRISTIANO SANTOS</b>	93 JUV	Escola Secundária Serafim Leite	26-03-2010	1º Aveiro 38108
<b>1 7,3</b>	-2,5	<b>FÁBIO TEIXEIRA</b>	93 JUV	Escola Secundária Serafim Leite	26-03-2010	2º Aveiro 38108
<b>1 8,58</b>	-0,1	<b>RICARDO RENDILHEIR</b>	94 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	17-03-2010	5º Luso 38107
<b>1 8,64</b>	-0,1	<b>TIAGO LADEIRA</b>	94 JUV	Esc. Sec. Vagos	17-03-2010	6º Luso 38107
<b>2 0,01</b>	-0,1	<b>BRUNO NOLASCO</b>	94 JUV	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	7º Luso 38107



Associação de Atletismo de Aveiro

Fundada em 04 de Maio de 1979



### Masculinos

#### 110 M Barreiras-0.91

Top 2 3,07

1 5,92	+ 0,9	<b>CLÁUDIO FERREIRA</b>	94 JUV	Ass. Atletismo Aveiro	05-06-2010	4º Leiria 03020
1 6,03	+ 0,6	<b>LUÍS SILVA</b>	93 JUV	Escola Secundária Serafim Leite	19-06-2010	7º Guimarães 03030
1 7,22	+ 0,9	<b>PEDRO MARTINS</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	24-04-2010	3º Luso 38030
1 7,72	- 2,2	<b>FILÍPE OLIVEIRA</b>	94 JUV	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	06-03-2010	1º Aveiro 38020
1 7,76	- 2,0	<b>MIGUEL COSTA</b>	94 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	11-04-2010	4º Luso 38027
1 7,78	+ 1,2	<b>ROBERTO NASCIMENT</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	24-04-2010	2º Luso 38030
1 7,85	0,0	<b>RÚBEN PEREIRA</b>	93 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	28-03-2010	3º Luso 38023
1 7,89	0,0	<b>DANIEL COSTA</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	28-03-2010	4º Luso 38023
1 7,99	+ 0,9	<b>RICARDO ARAÚJO</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	24-04-2010	5º Luso 38030
1 8,49	0,0	<b>MÁRIO MARQUES</b>	93 JUV	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	28-03-2010	2º Luso 38023
1 8,97	+ 1,2	<b>CRISTIANO SANTOS</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	24-04-2010	3º Luso 38030
1 9,08	0,0	<b>DANIEL SANTOS</b>	93 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	28-03-2010	6º Luso 38023
1 9,17	+ 1,2	<b>RICARDO FERREIRA</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	24-04-2010	4º Luso 38030
2 0,77	+ 1,2	<b>DAVID BANDARRA</b>	94 JUV	Juventude Atlético Mozelense	24-04-2010	5º Luso 38030
2 1,62	0,0	<b>JORGE VILAR</b>	93 JUV	Desportivo de Gondufe	28-03-2010	4º Luso 38023
2 1,77	0,0	<b>HEITOR SANTOS</b>	93 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	28-03-2010	5º Luso 38023
2 2,05	0,0	<b>CARLOS GRAÇA</b>	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	28-03-2010	7º Luso 38023
2 3,07	0,0	<b>ANTÓNIO ALMEIDA</b>	94 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	28-03-2010	6º Luso 38023





Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

## 110M Barreiras-1.00

Top 9 9 9,99

1 8,32	- 0,3	<b>ROBERTO NASCIMENT</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	09-05-2010	6º	Luso 38033	
1 9,98	- 0,3	<b>PEDRO MARTINS</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	09-05-2010	7º	Luso 38033	
9 9 9,99	- 0,3	<b>FILIPE NOGUEIRA</b>	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	09-05-2010	3999º	Luso 38033	DNI





Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

#### 250 M Barreiras-0,76

Top

4 2,77

3 4,33	<b>ANDRÉ SANTOS</b>	95 INI	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	04-07-2010	1º Aveiro 38040	RR
3 7,08	<b>RUI ALMEIDA</b>	96 INI	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	04-07-2010	2º Aveiro 38040	
3 7,45	<b>IGOR VALENTE</b>	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	24-04-2010	5º Viseu 38082	
3 8,94	<b>DIOGO SANTOS</b>	95 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	20-06-2010	1º Aveiro 38037	
3 9,91	<b>LÁZARO FERREIRA</b>	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	04-07-2010	4º Aveiro 38040	
4 0,60	<b>VITOR COELHO</b>	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	24-04-2010	2º Luso 38030	
4 1,11	<b>PAULO NETO</b>	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	04-07-2010	5º Aveiro 38040	
4 2,77	<b>TIAGO ROSA</b>	95 INI	Cl. Campismo S. João Madeira	04-07-2010	6º Aveiro 38040	



Associação de Atletismo de Aveiro

Fundada em 04 de Maio de 1979



### Masculinos

#### 300 M Barreiras-0,84

Top

5 6,85

4 1,40	<b>CLÁUDIO FERREIRA</b>	94 JUV	A. C. Bunheirense	20-06-2010	1º	Guimarães 03030
4 2,96	<b>PEDRO MARTINS</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	02-05-2010	2º	Aveiro 38032
4 3,25	<b>ANDRÉ SANTOS</b>	95 INI	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	20-06-2010	4º	Guimarães 03030
4 3,99	<b>DANIEL SANTOS</b>	93 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	02-05-2010	3º	Aveiro 38032
4 5,19	<b>JOÃO SOUSA</b>	94 JUV	A. C. Bunheirense	02-05-2010	1º	Aveiro 38032
4 7,15	<b>PEDRO ALVES</b>	94 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	02-05-2010	4º	Aveiro 38032
4 7,21	<b>FILIPE NOGUEIRA</b>	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	02-05-2010	5º	Aveiro 38032
5 0,00	<b>PAULO CRUZ</b>	94 JUV	Ass. Cult. Rec. Valdágua	02-05-2010	6º	Aveiro 38032
5 0,09	<b>RUI SANTOS</b>	96 INI	Juventude Atlético Mozelense	02-05-2010	2º	Aveiro 38032
5 2,96	<b>LÁZARO FERREIRA</b>	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	02-05-2010	3º	Aveiro 38032
5 6,85	<b>DANIEL FERNANDES</b>	94 JUV	Clube Futebol União de Lamas	24-04-2010	1º	Luso 38030





Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

#### 50 m Barreiras 0,60

Top 9 9 9 9,99

<b>1 2,49</b>	+ 1,7	<b>JORGE FONTES</b>	01 BEN-A Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	21-03-2010	1º Estarreja 38022
<b>1 3,47</b>	+ 1,8	<b>TIAGO SANTOS</b>	01 BEN-A Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	14-03-2010	1º Aveiro 38021
<b>1 4,02</b>	+ 1,7	<b>LEANDRO SOUSA</b>	01 BEN-A Serv Soc Trab Mun SJMadeira	21-03-2010	2º Estarreja 38022
<b>1 4,19</b>		<b>BRUNO VALENTE</b>	01 BEN-A Futsal Clube Cidade Lourosa	03-01-2010	1º Espinho 38008
<b>1 4,34</b>	+ 1,7	<b>EUGENIO</b>	02 BEN-A Serv Soc Trab Mun SJMadeira	21-03-2010	3º Estarreja 38022
<b>9 9 9 9,99</b>	+ 1,7	<b>DIOGO FERREIRA</b>	01 BEN-A Assoc. Amigos Seixo Branco	21-03-2010	9999º Estarreja 38022



Associação de Atletismo de Aveiro

Fundada em 04 de Maio de 1979



### Masculinos

#### 1.500 Met Obstáculos

Top 5 4 1,85

4 3 5,94	<b>RÚBEN COSTA</b>	95 INI	Ass. Atletismo Aveiro	05-06-2010	6º Leiria 03020	RR
4 4 4,86	<b>ANDRÉ DANIEL MIRAN</b>	95 INI	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	15-05-2010	2º Aveiro 38028	
4 4 5,62	<b>IGOR VALENTE</b>	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	15-05-2010	3º Aveiro 38028	
4 5 2,82	<b>CARLOS SOUSA</b>	96 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	27-03-2010	3º Luso 38023	
4 5 6,79	<b>RUI ALVES</b>	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	27-03-2010	4º Luso 38023	
4 5 7,08	<b>TIAGO CIPRIANO</b>	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	15-05-2010	4º Aveiro 38028	
5 0 0,65	<b>PEDRO LOPES</b>	95 INI	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	06-03-2010	1º Aveiro 38020	
5 0 1,53	<b>RUI ALMEIDA</b>	96 INI	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	15-05-2010	6º Aveiro 38028	
5 0 1,94	<b>RICARDO MARQUES</b>	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	27-03-2010	5º Luso 38023	
5 0 3,74	<b>JOAQUIM RODRIGUES</b>	96 INI	A. C. Bunheirense	04-07-2010	3º Aveiro 38040	
5 0 4,72	<b>JOÃO TEIXEIRA</b>	95 INI	Cl. Campismo S. João Madeira	27-03-2010	6º Luso 38023	
5 0 7,98	<b>JOÃO ALMEIDA</b>	96 INI	A D E C Macieira de Sarnes	15-05-2010	9º Aveiro 38028	
5 0 8,43	<b>PEDRO OLIVEIRA</b>	96 INI	Centro Recreativo Estarreja	15-05-2010	10º Aveiro 38028	
5 0 8,78	<b>MIGUEL NEVES</b>	96 INI	Centro Recreativo Estarreja	15-05-2010	11º Aveiro 38028	
5 2 3,53	<b>RICARDO COSTA</b>	95 INI	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	04-07-2010	6º Aveiro 38040	
5 4 1,85	<b>LÁZARO FERREIRA</b>	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	15-05-2010	13º Aveiro 38028	





### Masculinos

		2.000 Met Obstáculos			Top	9 9 9 9,99
5 5 4,22	<b>ADRIÃO RODRIGUES</b>	93 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	20-06-2010	1º	Guimarães 03030
6 3 0,61	<b>ANDRÉ NOGUEIRA</b>	93 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	20-06-2010	11º	Guimarães 03030
6 4 2,64	<b>RÚBEN REIS</b>	94 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	02-05-2010	2º	Aveiro 38032
6 5 0,60	<b>JOSÉ MANUEL SOUSA</b>	94 JUV	A. C. Bunheirense	02-05-2010	3º	Aveiro 38032
6 5 9,13	<b>FILIPE BOLA</b>	94 JUV	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	02-05-2010	4º	Aveiro 38032
7 0 1,94	<b>JOÃO VALENTE</b>	94 JUV	Esc. Secundária Estarreja	14-07-2010	4º	Aveiro 38041
7 1 9,11	<b>MICAEL SOARES</b>	93 JUV	Assoc. Amigos Seixo Branco	02-05-2010	5º	Aveiro 38032
7 2 3,46	<b>CRISTIANO NEVES</b>	94 JUV	Cl. Campismo S. João Madeira	27-03-2010	6º	Luso 38023
7 3 0,54	<b>PAULO CRUZ</b>	94 JUV	Ass. Cult. Rec. Valdágua	15-05-2010	6º	Aveiro 38028
8 1 8,01	<b>ANTÓNIO ALMEIDA</b>	94 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	02-05-2010	6º	Aveiro 38032
9 9 9 9,99	<b>FILIPE NOGUEIRA</b>	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	06-03-2010	9999º	Aveiro 38020

DN:





### Masculinos

						Top	1,55
						Salto em Altura	
1,85	<b>HENRIQUE MARQUES</b>	93 JUV	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	1º	Luso 38107	
1,83	<b>RICARDO ARAÚJO</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	30-06-2010	4º	Luso 38039	
1,80	<b>NUNO CUNHA</b>	94 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	26-11-2009	1º	Aveiro 38101	
1,79	<b>MIGUEL COSTA</b>	93 JUV	Escola Secundária da Mealhada	17-03-2010	1º	Luso 38107	
1,79	<b>PEDRO CATARINO</b>	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	04-07-2010	1º	Aveiro 38040	
1,78	<b>MIGUEL COSTA</b>	94 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	16-05-2010	1º	Aveiro 38028	
1,74	<b>RICARDO FERREIRA</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	20-02-2010	1º	Espinho 38017	
1,71	<b>PEDRO CARVALHO</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	26-12-2009	2º	Espinho 38004	
1,71	<b>PEDRO MARTINS</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	20-02-2010	2º	Espinho 38017	
1,70	<b>LUÍS SILVA</b>	93 JUV	Escola Secundária Serafim Leite	28-03-2010	3º	Luso 38023	
1,70	<b>RÚBEN PEREIRA</b>	93 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	25-04-2010	1º	Lourosa 38031	
1,66	<b>TIAGO FERREIRA</b>	95 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	11-04-2010	2º	Luso 38027	
1,66	<b>VITOR VALENTE</b>	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	17-07-2010	1º	Aveiro 38042	
1,65	<b>RICARDO ARAÚJO</b>	94 JUV	Escola Secundária Serafim Leite	03-02-2010	1º	Espinho 38104	
1,65	<b>RICARDO RENDILHEIR</b>	94 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	17-03-2010	3º	Luso 38107	
1,64	<b>DIOGO MAGALHÃES</b>	93 JUV	Escola Secundária Serafim Leite	20-02-2010	6º	Espinho 38017	
1,63	<b>RÚBEN RIBEIRO</b>	95 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	15-05-2010	2º	Aveiro 38028	
1,61	<b>CRISTIANO SANTOS</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	24-04-2010	7º	Luso 38030	
1,60	<b>BRUNO GASPAR</b>	94 JUV	Colégio D. José I	26-11-2009	4º	Aveiro 38101	
1,60	<b>ROBERTO NASCIMENT</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	20-02-2010	9º	Espinho 38017	
1,60	<b>PAULO MOTA</b>	94 JUV	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	4º	Luso 38107	
1,60	<b>JOSÉ PINHO</b>	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	15-05-2010	3º	Aveiro 38028	
1,60	<b>ANDRÉ SANTOS</b>	95 INI	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	24-07-2010	1º	Palhaça 38045	
1,58	<b>FÁBIO TEIXEIRA</b>	95 INI	Escola Secundária Serafim Leite	11-04-2010	3º	Luso 38027	
1,55	<b>BRUNO MAIA</b>	95 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	26-11-2009	1º	Aveiro 38101	
1,55	<b>FLÁVIO SANTOS</b>	93 JUV	Instituto de Promoção Social da Bairr	26-11-2009	6º	Aveiro 38101	
1,55	<b>VITOR ESTEVES</b>	94 JUV	EB 2,3 Cacia	26-11-2009	5º	Aveiro 38101	
1,55	<b>CARLOS GRAÇA</b>	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	26-12-2009	8º	Espinho 38004	
1,55	<b>DANIEL COSTA</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	26-12-2009	7º	Espinho 38004	
1,55	<b>DANIEL SANTOS</b>	93 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	26-12-2009	6º	Espinho 38004	
1,55	<b>MARCELO AGUIAR</b>	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	02-02-2010	1º	Espinho 38103	
1,55	<b>MICAEL SEIXEIRO</b>	95 INI	Esc. Sec. Vagos	17-03-2010	2º	Luso 38107	
1,55	<b>RAFAEL MIGUEL</b>	93 JUV	Esc. Secundária Estarreja	17-03-2010	5º	Luso 38107	



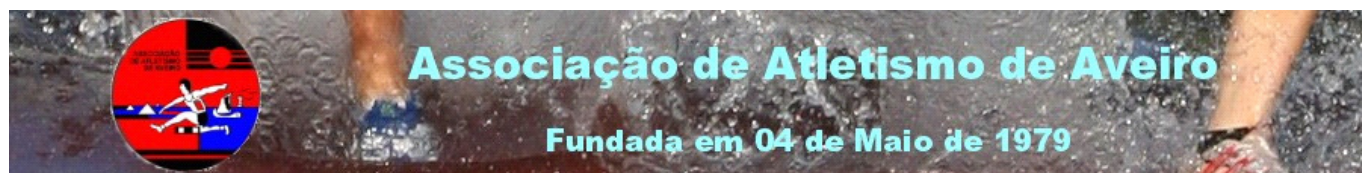


Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

		<b>Salto Com Vara</b>		Top	0,00	
3,60	<b>CELSO ALMEIDA</b>	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	07-07-2010	4º Luso 38039	
3,20	<b>FILIFE NOGUEIRA</b>	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	01-05-2010	2º Aveiro 38032	
2,80	<b>MICAEL SEIXEIRO</b>	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	03-06-2010	1º Aveiro 38035	
2,70	<b>PEDRO ALVES</b>	94 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	09-05-2010	3º Luso 38033	
2,40	<b>PEDRO MARTINS</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	25-04-2010	3º Luso 38030	
2,10	<b>RICARDO ARAÚJO</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	25-04-2010	4º Luso 38030	
0,00	<b>DANIEL COSTA</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	25-04-2010	3999º Luso 38030	SM
0,00	<b>ROBERTO NASCIMENT</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	25-04-2010	3999º Luso 38030	SM
0,00	<b>CRISTIANO SANTOS</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	25-04-2010	3999º Luso 38030	SM
0,00	<b>RICARDO FERREIRA</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	25-04-2010	3999º Luso 38030	SM
0,00	<b>DAVID BANDARRA</b>	94 JUV	Juventude Atlético Mozelense	25-04-2010	3999º Luso 38030	SM
0,00	<b>RUI SANTOS</b>	96 INI	Juventude Atlético Mozelense	01-05-2010	3999º Aveiro 38032	SM
0	<b>ANDRÉ SIMÕES</b>	93 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	13-06-2010	3999º Abrantes 03029	





**Masculinos**

**Salto em Comprimento**

Top 5,45

6,50	+ 0,7	<b>MIGUEL COSTA</b>	94 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	23-05-2010	1º Luso 05001
6,16		<b>EDUARDO RIBEIRO</b>	93 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	10-01-2010	1º Espinho 38009
6,09		<b>ROBERTO NASCIMENT</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	17-01-2010	7º Espinho 38011
6,06	0,0	<b>ANDRÉ SANTOS</b>	95 INI	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	22-05-2010	2º Leiria 24101
6,04		<b>RICARDO FERREIRA</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	30-01-2010	1º Braga 47015
6,01	+ 0,6	<b>PEDRO CATARINO</b>	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	16-05-2010	1º Aveiro 38028
5,91		<b>FILIFE NASCIMENTO</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	31-01-2010	9º Espinho / Pombal 03006
5,86	0,0	<b>MIGUEL COSTA</b>	93 JUV	Escola Secundária da Mealhada	17-03-2010	1º Luso 38107
5,86	- 0,4	<b>RICARDO ARAÚJO</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	07-07-2010	7º Luso 38039
5,84		<b>CLÁUDIO SARAMAGO</b>	94 JUV	Esc. Secundária Estarreja	10-05-2010	1º Aveiro 38110
5,66		<b>FÁBIO TEIXEIRA</b>	95 INI	Escola Secundária Serafim Leite	23-01-2010	2º Espinho 38012
5,63	0,0	<b>MARCO ANDRADE</b>	93 JUV	Esc. Secundária Estarreja	17-03-2010	3º Luso 38107
5,63	+ 1,4	<b>RÚBEN PEREIRA</b>	93 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	27-03-2010	4º Luso 38023
5,63	+ 1,1	<b>DIOGO CASTRO</b>	95 INI	Afís/Ovar Atletas Fim de Semana	16-05-2010	3º Aveiro 38028
5,63	- 1,7	<b>MICHAEL SEIXEIRO</b>	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	22-05-2010	2º Coimbra 30031
5,62		<b>CARLOS GRAÇA</b>	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	17-01-2010	11º Espinho 38011
5,62	+ 1,1	<b>TIAGO FERREIRA</b>	95 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	16-05-2010	4º Aveiro 38028
5,60	- 0,5	<b>CELSO ALMEIDA</b>	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	03-06-2010	3º Aveiro 38035
5,57		<b>IVO PAIS</b>	93 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	13-02-2010	4º Espinho 38015
5,57	0,0	<b>VALTER GAMA</b>	94 JUV	E B I S. João de Loure	17-03-2010	4º Luso 38107
5,55	- 1,0	<b>DANIEL COSTA</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	03-06-2010	5º Aveiro 38035
5,49	- 0,1	<b>JOSÉ VIEGAS</b>	93 JUV	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	07-07-2010	9º Luso 38039
5,47		<b>NUNO CUNHA</b>	94 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	10-05-2010	3º Aveiro 38110
5,45	+ 1,5	<b>DANIEL SANTOS</b>	93 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	27-03-2010	5º Luso 38023





### Masculinos

#### Triplo Salto

Top 1 0,04

13,10	- 0,6	<b>RICARDO ARAÚJO</b>	93 JUV	Ass. Atletismo Aveiro	06-06-2010	4º Leiria 03020
12,86		<b>EDUARDO RIBEIRO</b>	93 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	09-01-2010	2º Espinho 38009
12,72		<b>RÚBEN PEREIRA</b>	93 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	09-01-2010	3º Espinho 38009
12,48	- 3,2	<b>MIGUEL COSTA</b>	94 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	16-05-2010	2º Aveiro 38028
12,12		<b>PEDRO MARTINS</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	16-01-2010	10º Espinho 38011
11,96	- 2,2	<b>MICHAEL SEIXEIRO</b>	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	04-07-2010	1º Aveiro 38040
11,72		<b>RÚBEN OLIVEIRA</b>	93 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	20-02-2010	3º Espinho 38017
11,68		<b>DANIEL SANTOS</b>	93 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	03-01-2010	3º Espinho 38008
11,68		<b>ROBERTO NASCIMENT</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	20-02-2010	4º Espinho 38017
11,60	- 1,7	<b>RICARDO FERREIRA</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	16-05-2010	4º Aveiro 38028
11,43		<b>CARLOS GRAÇA</b>	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	03-01-2010	6º Espinho 38008
11,43	+ 0,2	<b>IVO PAIS</b>	93 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	30-06-2010	12º Luso 38039
11,36		<b>DANIEL COSTA</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	20-02-2010	5º Espinho 38017
11,35		<b>CELSO ALMEIDA</b>	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	20-02-2010	6º Espinho 38017
11,34		<b>NUNO CUNHA</b>	94 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	03-01-2010	8º Espinho 38008
11,20		<b>ANDRÉ SANTOS</b>	95 INI	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	03-01-2010	4º Espinho 38008
11,09	- 1,6	<b>JORGE VILAR</b>	93 JUV	Desportivo de Gondufe	16-05-2010	5º Aveiro 38028
10,73		<b>IGOR VALENTE</b>	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	03-01-2010	6º Espinho 38008
10,59		<b>CRISTIANO SANTOS</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	03-01-2010	15º Espinho 38008
10,57		<b>TIAGO LADEIRA</b>	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	03-01-2010	16º Espinho 38008
10,28	- 1,3	<b>TIAGO SOUSA</b>	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	16-05-2010	9º Aveiro 38028
10,04		<b>MANUEL MELO</b>	95 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	03-01-2010	8º Espinho 38008
10,04	- 2,1	<b>FILIPE NOGUEIRA</b>	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	16-05-2010	10º Aveiro 38028





### Masculinos

Lançamento Peso-2Kg						Top	3,83
7,01	<b>FRANCISCO ALMEIDA</b>	97 INF	Juventude Atlético Mozelense	09-01-2010	1º	Espinho 38009	
6,47	<b>RÚBEN PINTO</b>	99 BEN-B	Juventude Atlético Mozelense	20-12-2009	1º	Aveiro 38003	
6,35	<b>PEDRO PEREIRA</b>	99 BEN-B	Futsal Clube Cidade Lourosa	03-01-2010	1º	Espinho 38008	
6,15	<b>DANIEL OLIVEIRA</b>	99 BEN-B	Desportivo de Gondufe	03-01-2010	2º	Espinho 38008	
6,15	<b>JOÃO LIMO</b>	99 BEN-B	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	09-01-2010	2º	Espinho 38009	
5,60	<b>VASCO ALVES</b>	99 BEN-B	Núcleo de Atletismo Cucujães	03-01-2010	3º	Espinho 38008	
5,34	<b>JOSÉ MELO</b>	00 BEN-B	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	09-01-2010	3º	Espinho 38009	
5,25	<b>PEDRO BERNARDES</b>	99 BEN-B	Juventude Atlético Mozelense	09-01-2010	4º	Espinho 38009	
5,23	<b>RÚBEN ROCHA</b>	00 BEN-B	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	03-01-2010	4º	Espinho 38008	
5,18	<b>GONÇALO BRITO</b>	98 INF	Juventude Atlético Mozelense	09-01-2010	2º	Espinho 38009	
5,14	<b>PEDRO PEREIRA</b>	00 BEN-B	Assoc. Amigos Seixo Branco	03-01-2010	5º	Espinho 38008	
5,05	<b>BRUNO OLIVEIRA</b>	00 BEN-B	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	03-01-2010	6º	Espinho 38008	
4,99	<b>DIOGO SOUSA</b>	00 BEN-B	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	03-01-2010	7º	Espinho 38008	
4,98	<b>FILIPE SILVA</b>	99 BEN-B	Grupo Desportivo Lourocoop	09-01-2010	5º	Espinho 38009	
4,82	<b>RICARDO LIMA</b>	02 BEN-A	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	24-07-2010	2º	Palhaça 38045	
4,80	<b>RICARDO MOTA</b>	01 BEN-A	Clube Futebol União de Lamas	09-01-2010	6º	Espinho 38009	
4,74	<b>FÁBIO RESENDE</b>	99 BEN-B	Ass. Cult. Rec. Valdágua	09-01-2010	7º	Espinho 38009	
4,49	<b>JOSÉ SILVA</b>	01 BEN-A	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	03-01-2010	8º	Espinho 38008	
4,43	<b>RAFAEL FREITAS</b>	00 BEN-B	Juventude Atlético Mozelense	09-01-2010	8º	Espinho 38009	
4,33	<b>TIAGO SANTOS</b>	01 BEN-A	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	03-01-2010	9º	Espinho 38008	
4,14	<b>GONÇALO GRILO</b>	98 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	09-01-2010	3º	Espinho 38009	
3,83	<b>ALEXANDRE RIBEIRO</b>	00 BEN-B	Grupo Desportivo Lourocoop	03-01-2010	11º	Espinho 38008	





Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

Lançamento Peso-3Kg						Top	5,15
8,99	<b>BRUNO FALCÃO</b>	97 INF	Ass. Cult. Rec. Vale Cambra	17-07-2010	1º	Aveiro 38042	
8,80	<b>JOÃO MATOS</b>	98 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	1º	Luso 38107	
8,24	<b>ANDRÉ IRIA</b>	97 INF	Ass. Atletismo Aveiro	24-04-2010	6º	Viseu 38082	
8,09	<b>PAULO NETO</b>	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	23-01-2010	7º	Espinho 38012	
8,03	<b>JOÃO FERREIRA</b>	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	17-07-2010	2º	Aveiro 38042	
7,96	<b>JOÃO MATOS</b>	97 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	26-11-2009	1º	Aveiro 38101	
7,96	<b>BRUNO SANTOS</b>	97 INF	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	26-03-2010	1º	Aveiro 38108	
7,49	<b>CARLOS OLIVEIRA</b>	97 INF	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	26-03-2010	2º	Aveiro 38108	
7,40	<b>HELDER MATOS</b>	97 INF	E B P. António M. Fonseca	26-11-2009	3º	Aveiro 38101	
7,30	<b>DIOGO SANTOS</b>	97 INF	Escola Secundária Júlio Dinis	10-05-2010	2º	Aveiro 38110	
7,23	<b>DIOGO MOREIRA</b>	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	19-06-2010	3º	Aveiro 38037	
7,17	<b>RUI MAIA</b>	97 INF	Desportivo de Gondufe	16-01-2010	3º	Espinho 38011	
7,10	<b>EDUARDO PINHO</b>	97 INF	Esc. Sec. Vale de Cambra	26-03-2010	3º	Aveiro 38108	
7,03	<b>MIGUEL PEREIRA</b>	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	16-01-2010	4º	Espinho 38011	
6,69	<b>RÚBEN TAVARES</b>	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	19-06-2010	4º	Aveiro 38037	
6,54	<b>RICARDO FIGUEIREDO</b>	98 INF	Juventude Atlético Mozelense	19-06-2010	5º	Aveiro 38037	
6,49	<b>FRANCISCO ALMEIDA</b>	97 INF	Juventude Atlético Mozelense	19-06-2010	6º	Aveiro 38037	
6,45	<b>ANDRÉ RAFAEL MARTI</b>	97 INF	E B 2, 3 de Fajões	26-03-2010	4º	Aveiro 38108	
6,42	<b>NUNO MARQUES</b>	97 INF	Escola Secundária Júlio Dinis	10-05-2010	3º	Aveiro 38110	
6,39	<b>SÉRGIO RUELA</b>	98 INF	E B P. António M. Fonseca	26-11-2009	4º	Aveiro 38101	
6,32	<b>HUGO AZEVEDO</b>	97 INF	Escola Secundária Júlio Dinis	17-03-2010	4º	Luso 38107	
6,27	<b>PEDRO CANIÇAIS</b>	97 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	5º	Luso 38107	
5,89	<b>RICARDO SOUSA</b>	98 INF	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	13-01-2010	1º	Espinho 38102	
5,70	<b>RICARDO NASCIMENT</b>	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	20-12-2009	3º	Aveiro 38003	
5,16	<b>GONÇALO ALMEIDA</b>	98 INF	E B P. António M. Fonseca	10-05-2010	5º	Aveiro 38110	
5,15	<b>RÚBEN ROCHA</b>	00 BEN-B	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	19-06-2010	7º	Aveiro 38037	





**Masculinos**

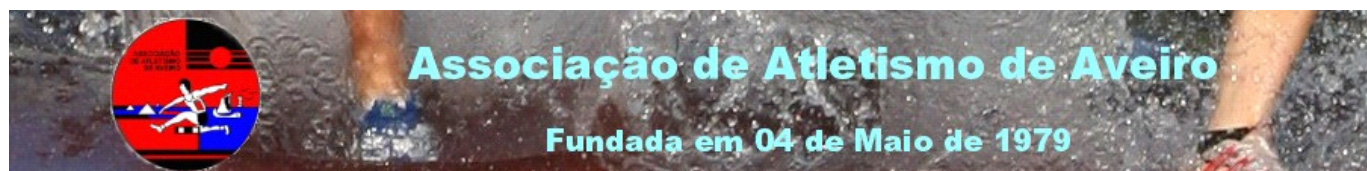
<b>Lançamento Peso-4Kg</b>						Top	8,91
16,17	<b>JOSÉ PINHO</b>	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	24-07-2010	1º	Palhaça 38045	
15,60	<b>TIAGO FERREIRA</b>	95 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	22-05-2010	1º	Leiria 24101	
12,05	<b>DANIEL ALMEIDA</b>	96 INI	Assoc. Desportiva Sanjoanense	20-12-2009	3º	Aveiro 38003	
11,78	<b>MARCELO AGUIAR</b>	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	04-07-2010	3º	Aveiro 38040	
11,56	<b>VITOR VALENTE</b>	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	17-07-2010	4º	Aveiro 38042	
11,43	<b>FÁBIO TEIXEIRA</b>	95 INI	Escola Secundária Serafim Leite	23-01-2010	1º	Espinho 38012	
11,37	<b>JOÃO ALMEIDA</b>	95 INI	Escola Secundária Serafim Leite	17-07-2010	6º	Aveiro 38042	
10,99	<b>ELVIS MATIAS</b>	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	15-05-2010	3º	Aveiro 38028	
10,63	<b>VITOR COELHO</b>	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	04-07-2010	5º	Aveiro 38040	
10,25	<b>LEANDRO GONÇALVE</b>	96 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	04-07-2010	7º	Aveiro 38040	
10,22	<b>MIKAEL MARQUES</b>	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	03-01-2010	6º	Espinho 38008	
10,23	<b>BRUNO FERREIRA</b>	96 INI	A. C. Bunheirense	04-07-2010	8º	Aveiro 38040	
9,83	<b>ANDRÉ SANTOS</b>	95 INI	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	23-01-2010	5º	Espinho 38012	
9,72	<b>JOÃO SIMÕES</b>	95 INI	Esc. Sec. Vagos	17-03-2010	3º	Luso 38107	
9,63	<b>VALTER VAZ</b>	95 INI	Instituto de Promoção Social da Bairr	26-11-2009	2º	Aveiro 38101	
9,52	<b>MARCO ALMEIDA</b>	95 INI	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	26-12-2009	3º	Espinho 38004	
9,48	<b>BRUNO MAIA</b>	95 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	17-03-2010	5º	Luso 38107	
9,41	<b>BRUNO SILVA</b>	96 INI	Esc. Secundária Estarreja	02-02-2010	2º	Espinho 38103	
9,35	<b>EDGAR GONÇALVES</b>	95 INI	E B I da Torreira	10-05-2010	2º	Aveiro 38110	
9,25	<b>HENRIQUE OLIVEIRA</b>	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	26-12-2009	5º	Espinho 38004	
9,21	<b>EDGAR SILVA</b>	95 INI	EB 2,3 Cacia	10-05-2010	3º	Aveiro 38110	
9,18	<b>DIOGO SANTOS</b>	95 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	31-07-2010	5º	Aveiro 38043	
9,04	<b>PEDRO CATARINO</b>	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	28-03-2010	4º	Luso 38023	
9,00	<b>VITOR OLIVEIRA</b>	95 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	17-03-2010	8º	Luso 38107	
8,95	<b>MICAEL SEIXEIRO</b>	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	28-03-2010	5º	Luso 38023	
8,91	<b>TIAGO MANUEL MATO</b>	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	04-07-2010	9º	Aveiro 38040	





### Masculinos

Lançamento Peso-5Kg						Top	9,26
15,19	<b>RICARDO FREITAS</b>	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	19-06-2010	1º	Guimarães 03030	
14,48	<b>CARLOS BORNES</b>	94 JUV	Instituto de Promoção Social da Bairr	22-05-2010	2º	Luso 05001	
14,35	<b>TIAGO FERREIRA</b>	95 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	19-06-2010	5º	Guimarães 03030	
13,06	<b>HEITOR SANTOS</b>	93 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	16-05-2010	2º	Aveiro 38028	
12,99	<b>FILIFE VIGÁRIO</b>	93 JUV	Esc. Secundária Estarreja	10-05-2010	2º	Aveiro 38110	
12,85	<b>JOSÉ PINHO</b>	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	02-05-2010	3º	Aveiro 38032	
12,35	<b>CRISTIANO SANTOS</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	22-05-2010	5º	Luso 05001	
12,00	<b>FILIFE VIGARIO</b>	93 JUV	Esc. Secundária Estarreja	26-11-2009	2º	Aveiro 38101	
11,52	<b>MÁRIO MARQUES</b>	93 JUV	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	24-07-2010	3º	Palhaça 38045	
11,00	<b>JORGE VILAR</b>	93 JUV	Desportivo de Gondufe	16-05-2010	4º	Aveiro 38028	
10,87	<b>PEDRO MARTINS</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	27-03-2010	3º	Luso 38023	
10,64	<b>MARCELO AGUIAR</b>	95 JUV	Esc. Secundária Estarreja	10-05-2010	3º	Aveiro 38110	
10,53	<b>CARLOS GRAÇA</b>	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	26-12-2009	3º	Espinho 38004	
10,48	<b>FLÁVIO FERREIRA</b>	94 JUV	A. C. Bunheirense	26-12-2009	4º	Espinho 38004	
10,28	<b>RICARDO FERREIRA</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	23-01-2010	7º	Espinho 38012	
10,22	<b>VITOR VALENTE</b>	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	22-05-2010	12º	Luso 05001	
10,16	<b>RÚBEN PEREIRA</b>	93 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	27-03-2010	6º	Luso 38023	
9,99	<b>TIAGO RUAS</b>	93 JUV	Escola Secundária da Mealhada	17-03-2010	3º	Luso 38107	
9,95	<b>FLÁVIO SANTOS</b>	93 JUV	Instituto de Promoção Social da Bairr	26-11-2009	3º	Aveiro 38101	
9,93	<b>DANIEL COSTA</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	27-03-2010	8º	Luso 38023	
9,83	<b>MARCO CRUZ</b>	93 JUV	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	4º	Luso 38107	
9,79	<b>VITOR VALENTE</b>	95 JUV	Esc. Secundária Estarreja	10-05-2010	4º	Aveiro 38110	
9,59	<b>ANTÓNIO OLIVEIRA</b>	94 JUV	A. C. Bunheirense	02-05-2010	6º	Aveiro 38032	
9,39	<b>LUÍS SILVA</b>	93 JUV	Escola Secundária Serafim Leite	26-12-2009	8º	Espinho 38004	
9,34	<b>MIGUEL COSTA</b>	94 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	10-04-2010	4º	Luso 38027	
9,26	<b>RAFAEL ODREMAN</b>	94 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	10-05-2010	6º	Aveiro 38110	





Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

**Masculinos**

**Lançamento Peso-6Kg**

Top

1 1,92

11,92

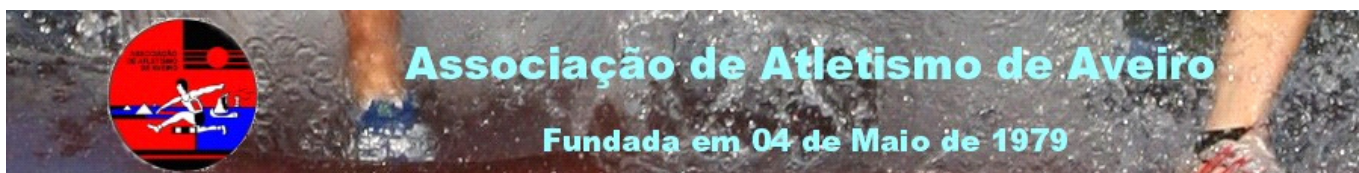
RICARDO FREITAS

93 JUV

Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António

08-05-2010

1º Luso 38033



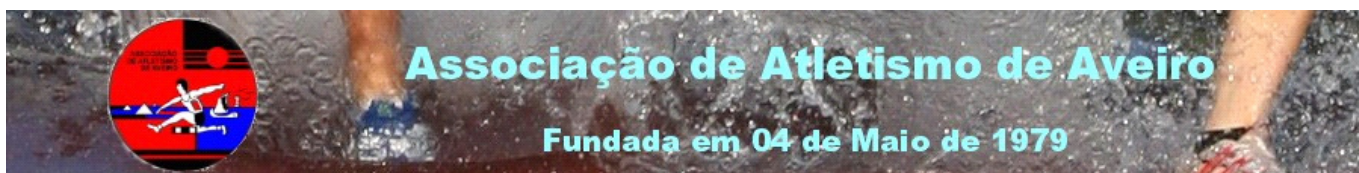


Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

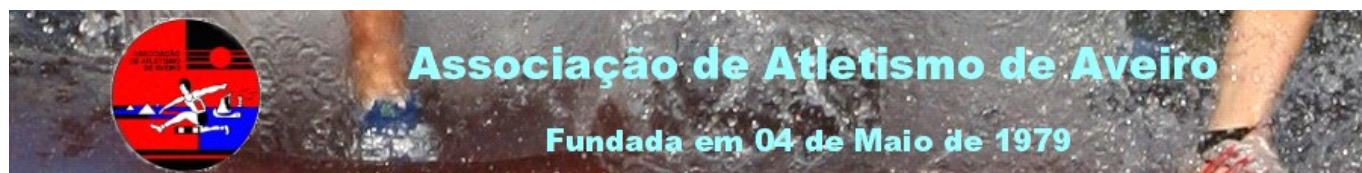
		<b>Disco 0,750 Kg</b>		Top	<b>1 3,85</b>
22,53	<b>JOÃO OLIVEIRA</b>	97 INF	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	20-06-2010	1º Aveiro 38037
18,59	<b>JOÃO FERREIRA</b>	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	20-06-2010	2º Aveiro 38037
15,13	<b>FRANCISCO ALMEIDA</b>	97 INF	Juventude Atlético Mozelense	20-06-2010	3º Aveiro 38037
13,85	<b>DIOGO MOREIRA</b>	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	20-06-2010	4º Aveiro 38037





### Masculinos

				<b>Disco 1 Kg</b>		Top	1 8,54	
50,86	<b>JOSÉ PINHO</b>	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	24-04-2010	1º	Viseu 38082	X	
47,87	<b>TIAGO FERREIRA</b>	95 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	24-04-2010	2º	Viseu 38082		
34,01	<b>LEANDRO GONÇALVE</b>	96 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	24-07-2010	3º	Palhaça 38045		
31,55	<b>ELVIS MATIAS</b>	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	12-12-2009	2º	Aveiro 38002		
24,12	<b>PEDRO CATARINO</b>	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	12-12-2009	3º	Aveiro 38002		
20,59	<b>MARCELO VIEIRA</b>	96 INI	A. C. Bunheirense	12-12-2009	4º	Aveiro 38002		
20,27	<b>DAVID LEITE</b>	95 INI	Desportivo de Gondufe	20-02-2010	6º	Aveiro 38018		
18,54	<b>PAULO ALMEIDA</b>	95 INI	A. C. Bunheirense	12-12-2009	5º	Aveiro 38002		



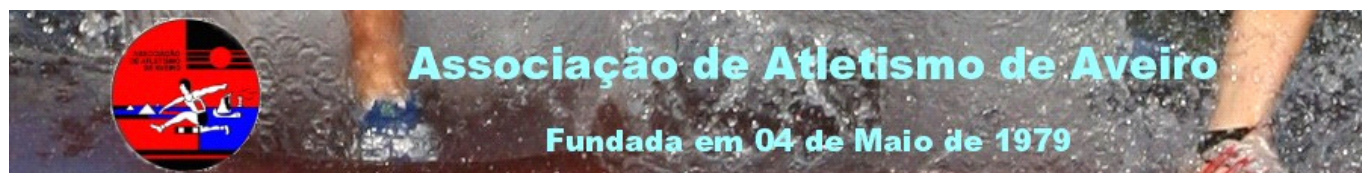


Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

				Disco 1.5 Kg		Top	1 3,00
53,16	<b>RICARDO FREITAS</b>	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	20-02-2010	1º	Aveiro 38018	
43,69	<b>JOSÉ PINHO</b>	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	20-06-2010	3º	Guimarães 03030	
40,68	<b>TIAGO FERREIRA</b>	95 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	01-05-2010	2º	Aveiro 38032	
35,63	<b>MÁRIO MARQUES</b>	93 JUV	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	01-05-2010	4º	Aveiro 38032	
34,06	<b>JORGE VILAR</b>	93 JUV	Desportivo de Gondufe	01-05-2010	5º	Aveiro 38032	
33,45	<b>CRISTIANO SANTOS</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	01-05-2010	6º	Aveiro 38032	
25,96	<b>PEDRO MARTINS</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	25-04-2010	2º	Luso 38030	
25,68	<b>LEANDRO GONÇALVE</b>	96 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	01-05-2010	7º	Aveiro 38032	
25,57	<b>RICARDO FERREIRA</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	25-04-2010	3º	Luso 38030	
24,63	<b>RICARDO ARAÚJO</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	25-04-2010	4º	Luso 38030	
23,90	<b>DANIEL COSTA</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	25-04-2010	5º	Luso 38030	
19,81	<b>PAULO SILVA</b>	93 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	01-05-2010	8º	Aveiro 38032	
15,93	<b>ROBERTO NASCIMENT</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	25-04-2010	7º	Luso 38030	
13,00	<b>DAVID BANDARRA</b>	94 JUV	Juventude Atlético Mozelense	25-04-2010	8º	Luso 38030	





Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

#### Disco 1.750 Kg

Top

1 9,07

30,34	MÁRIO MARQUES	93 JUV	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	09-05-2010	2º	Luso 38033
29,81	JORGE VILAR	93 JUV	Desportivo de Gondufe	09-05-2010	3º	Luso 38033
19,79	ANTÓNIO OLIVEIRA	94 JUV	A. C. Bunheirense	09-05-2010	7º	Luso 38033
19,07	MARCO RAFAEL PEREI	94 JUV	A. C. Bunheirense	09-05-2010	8º	Luso 38033



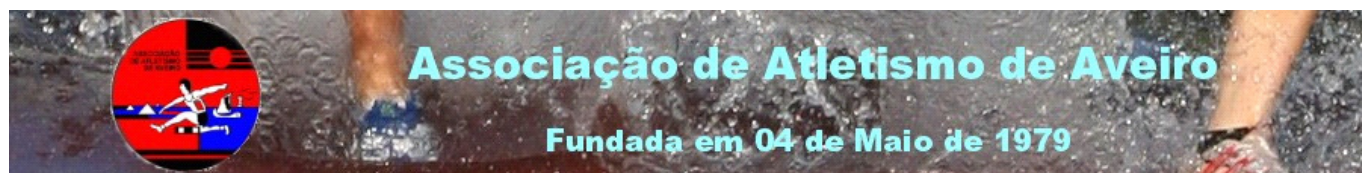
Associação de Atletismo de Aveiro

Fundada em 04 de Maio de 1979



### Masculinos

		Disco 2 Kg			Top	1 0,78
38,92	<b>RICARDO FREITAS</b>	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	03-06-2010	1º Aveiro 38035	
27,76	<b>MÁRIO MARQUES</b>	93 JUV	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	29-05-2010	8º Póvoa Varzim/Abrantes/Lisb	
27,15	<b>CRISTIANO SANTOS</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	03-06-2010	2º Aveiro 38035	
26,59	<b>JORGE VILAR</b>	93 JUV	Desportivo de Gondufe	30-06-2010	7º Luso 38039	
17,32	<b>MARCO RAFAEL PEREI</b>	94 JUV	A. C. Bunheirense	03-06-2010	6º Aveiro 38035	
11,26	<b>DAVID BANDARRA</b>	94 JUV	Juventude Atlético Mozelense	29-05-2010	14º Póvoa Varzim/Abrantes/Lisb	
10,78	<b>DANIEL FERNANDES</b>	94 JUV	Clube Futebol União de Lamas	30-06-2010	12º Luso 38039	





Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

## Lançam.Martelo-3Kg

Top

1 4,49

14,49

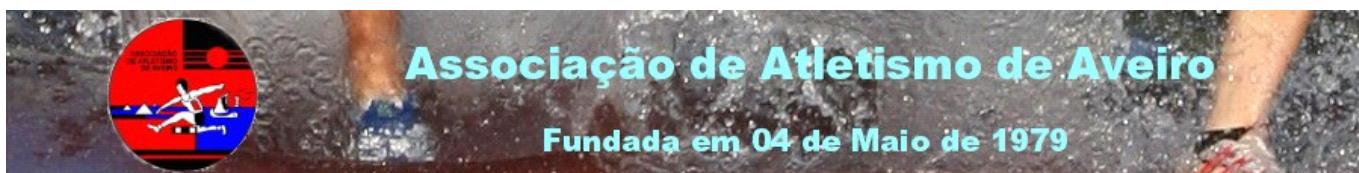
FRANCISCO ALMEIDA

97 INF

Juventude Atlético Mozelense

20-12-2009

1º Aveiro 38003





Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

#### Lançam.Martelo-4Kg

Top

3 1,34

38,49	JOSÉ PINHO	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	20-02-2010	1º Aveiro 38018
31,34	LEANDRO GONÇALVE	96 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	27-12-2009	2º Guimarães 47008





**Masculinos**

**Lançam.Martelo-5Kg**

Top

**1 5,34**

42,15	<b>JOSÉ PINHO</b>	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	01-05-2010	1º Aveiro 38032
37,94	<b>MÁRIO MARQUES</b>	93 JUV	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	01-05-2010	2º Aveiro 38032
31,05	<b>LEANDRO GONÇALVE</b>	96 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	01-05-2010	3º Aveiro 38032
29,48	<b>CRISTIANO SANTOS</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	03-04-2010	2º Luso 38024
22,68	<b>FÁBIO CARDOSO</b>	93 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	01-05-2010	4º Aveiro 38032
21,53	<b>MARCO RAFAEL PEREIRA</b>	94 JUV	A. C. Bunheirense	15-05-2010	2º Aveiro 38028
19,55	<b>HEITOR SANTOS</b>	93 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	01-05-2010	6º Aveiro 38032
18,18	<b>RICARDO COSTA</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	15-05-2010	3º Aveiro 38028
16,58	<b>ANTÓNIO OLIVEIRA</b>	94 JUV	A. C. Bunheirense	01-05-2010	7º Aveiro 38032
15,34	<b>TIAGO FILIPE COSTA</b>	94 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	15-05-2010	4º Aveiro 38028



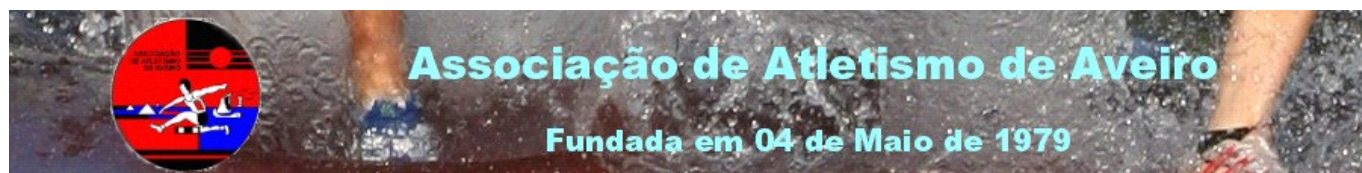


Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

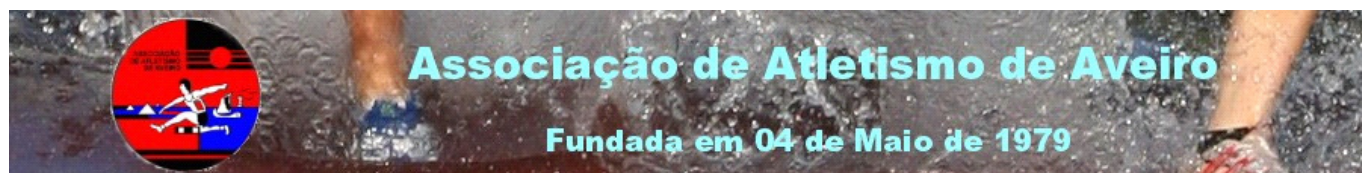
		<b>Arremesso Bola-163Gr</b>		Top	9,58
28,84	<b>PEDRO PEREIRA</b>	99 BEN-B	Futsal Clube Cidade Lourosa	14-03-2010	1º Aveiro 38021
17,66	<b>TIAGO SANTOS</b>	01 BEN-A	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	14-03-2010	1º Aveiro 38021
15,26	<b>ÁLVARO FERREIRA</b>	02 BEN-A	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	14-03-2010	2º Aveiro 38021
13,30	<b>HELDER ALMEIDA</b>	03 BEN-A	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	14-03-2010	3º Aveiro 38021
13,15	<b>RICARDO LIMA</b>	02 BEN-A	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	14-03-2010	4º Aveiro 38021
11,29	<b>SANDRO PAREDES</b>	02 BEN-A	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	14-03-2010	5º Aveiro 38021
9,58	<b>TIAGO ANDRADE</b>	04 BEN-A	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	14-03-2010	6º Aveiro 38021





### Masculinos

Dardo 500 Gr						Top	9,19
22,56	<b>PAULO NETO</b>	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	12-12-2009	1º	Aveiro 38002	
19,30	<b>MIGUEL TEIXEIRA</b>	97 INF	Ass. Cult. Rec. Valdágua	12-12-2009	2º	Aveiro 38002	
19,19	<b>RUI MAIA</b>	97 INF	Desportivo de Gondufe	14-03-2010	1º	Aveiro 38021	
18,08	<b>FRANCISCO ALMEIDA</b>	97 INF	Juventude Atlético Mozelense	20-06-2010	1º	Aveiro 38037	
15,42	<b>DIOGO MOREIRA</b>	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	12-12-2009	3º	Aveiro 38002	
15,38	<b>RÚBEN TAVARES</b>	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	20-06-2010	3º	Aveiro 38037	
15,38	<b>JOÃO FERREIRA</b>	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	20-06-2010	2º	Aveiro 38037	
15,30	<b>MARCELO SOUSA</b>	98 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	14-03-2010	2º	Aveiro 38021	
14,84	<b>JOÃO ANT MARCELINO</b>	97 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	20-06-2010	5º	Aveiro 38037	
14,66	<b>LEANDRO PEREIRA</b>	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	14-03-2010	3º	Aveiro 38021	
14,02	<b>RICARDO NASCIMENT</b>	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	12-12-2009	4º	Aveiro 38002	
13,68	<b>JORGE GOMES</b>	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	14-03-2010	5º	Aveiro 38021	
13,66	<b>MARSO RIBEIRO</b>	97 INF	Clube Futebol União de Lamas	20-06-2010	7º	Aveiro 38037	
12,00	<b>ALEXIS SILVA</b>	97 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	14-03-2010	7º	Aveiro 38021	
10,53	<b>GONÇALO REAL</b>	97 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	14-03-2010	8º	Aveiro 38021	
9,19	<b>GABRIEL ALVES</b>	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	20-06-2010	8º	Aveiro 38037	



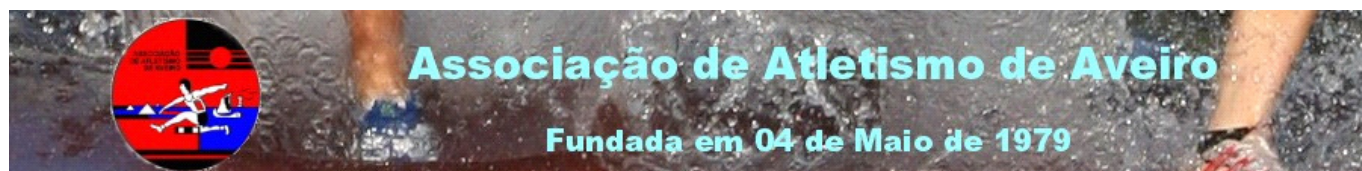


Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

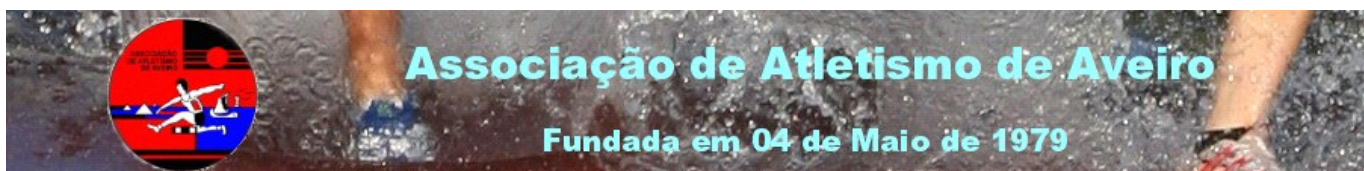
						Dardo 600 Gr	Top	9,45		
45,51	<b>FÁBIO TEIXEIRA</b>	95 INI	Escola Secundária Serafim Leite	04-07-2010	1º	Aveiro 38040			RR	
42,50	<b>JOSÉ PINHO</b>	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	16-05-2010	2º	Aveiro 38028				
41,07	<b>PEDRO CATARINO</b>	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	04-07-2010	2º	Aveiro 38040				
31,85	<b>RUI SANTOS</b>	96 INI	Juventude Atlético Mozelense	04-07-2010	3º	Aveiro 38040				
29,33	<b>ANDRÉ SANTOS</b>	95 INI	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	03-04-2010	3º	Luso 38024				
28,16	<b>IGOR VALENTE</b>	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	12-12-2009	3º	Aveiro 38002				
27,42	<b>TIAGO FERREIRA</b>	95 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	10-04-2010	5º	Luso 38027				
26,83	<b>DAVID LEITE</b>	95 INI	Desportivo de Gondufe	20-02-2010	4º	Aveiro 38018				
25,81	<b>DIOGO SANTOS</b>	95 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	06-03-2010	4º	Aveiro 38020				
25,22	<b>MICHAEL SEIXEIRO</b>	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	03-04-2010	5º	Luso 38024				
24,94	<b>LEANDRO GONÇALVE</b>	96 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	16-05-2010	6º	Aveiro 38028				
24,90	<b>RICARDO COSTA</b>	95 INI	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	04-07-2010	4º	Aveiro 38040				
23,01	<b>JOAQUIM RODRIGUES</b>	96 INI	A. C. Bunheirense	16-05-2010	7º	Aveiro 38028				
20,74	<b>LÁZARO FERREIRA</b>	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	04-07-2010	5º	Aveiro 38040				
17,56	<b>VITOR COELHO</b>	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	27-03-2010	9º	Luso 38023				
17,06	<b>MANUEL MELO</b>	95 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	27-03-2010	10º	Luso 38023				
17,00	<b>JOÃO ANT MARCELINO</b>	97 INF	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	04-07-2010	6º	Aveiro 38040				
16,94	<b>FRANCISCO ALMEIDA</b>	97 INF	Juventude Atlético Mozelense	04-07-2010	7º	Aveiro 38040				
16,17	<b>DIOGO MOREIRA</b>	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	04-07-2010	8º	Aveiro 38040				
14,29	<b>BRUNO DANIEL SILVA</b>	96 INI	Esc. Secundária Estarreja	06-03-2010	5º	Aveiro 38020				
14,18	<b>JOÃO FERREIRA</b>	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	04-07-2010	9º	Aveiro 38040				
13,59	<b>GABRIEL ALVES</b>	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	04-07-2010	10º	Aveiro 38040				
12,76	<b>RUI BENTO</b>	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	27-03-2010	11º	Luso 38023				
11,96	<b>JOSÉ MOTA</b>	98 INF	Juventude Atlético Mozelense	04-07-2010	11º	Aveiro 38040				
10,12	<b>GIL MONTE</b>	96 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	06-03-2010	6º	Aveiro 38020				
9,45	<b>BRUNO MIGUEL OLIVEI</b>	96 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	03-04-2010	8º	Luso 38024				





**Masculinos**

						<b>Dardo 700 Gr</b>	<b>Top</b>	<b>7,36</b>
50,24	<b>MÁRIO MARQUES</b>	93 JUV	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	31-07-2010	1º	Aveiro 38043		
43,27	<b>CRISTIANO SANTOS</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	19-06-2010	11º	Guimarães 03030		
41,79	<b>JORGE VILAR</b>	93 JUV	Desportivo de Gondufe	02-05-2010	2º	Aveiro 38032		
41,40	<b>PEDRO MARTINS</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	31-07-2010	4º	Aveiro 38043		
38,12	<b>FÁBIO TEIXEIRA</b>	95 INI	Escola Secundária Serafim Leite	02-05-2010	4º	Aveiro 38032		
35,98	<b>HEITOR SANTOS</b>	93 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	02-05-2010	5º	Aveiro 38032		
35,64	<b>TIAGO SOUSA</b>	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	02-05-2010	6º	Aveiro 38032		
34,46	<b>CARLOS GRAÇA</b>	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	28-03-2010	6º	Luso 38023		
33,19	<b>PEDRO CATARINO</b>	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	02-05-2010	7º	Aveiro 38032		
30,27	<b>RICARDO FERREIRA</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	25-04-2010	5º	Luso 38030		
30,05	<b>RICARDO ARAÚJO</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	28-03-2010	7º	Luso 38023		
29,28	<b>MIGUEL COSTA</b>	94 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	11-04-2010	1º	Luso 38027		
28,60	<b>RÚBEN PEREIRA</b>	93 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	28-03-2010	8º	Luso 38023		
27,05	<b>DANIEL COSTA</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	25-04-2010	7º	Luso 38030		
26,91	<b>LUÍS SILVA</b>	93 JUV	Escola Secundária Serafim Leite	28-03-2010	10º	Luso 38023		
26,20	<b>ROBERTO NASCIMENT</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	25-04-2010	8º	Luso 38030		
25,93	<b>ANDRÉ NOGUEIRA</b>	93 JUV	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	02-05-2010	8º	Aveiro 38032		
24,46	<b>DANIEL SANTOS</b>	93 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	28-03-2010	11º	Luso 38023		
21,62	<b>MARCO RAFAEL PEREI</b>	94 JUV	A. C. Bunheirense	02-05-2010	9º	Aveiro 38032		
20,58	<b>ANTÓNIO OLIVEIRA</b>	94 JUV	A. C. Bunheirense	02-05-2010	10º	Aveiro 38032		
18,38	<b>JOAQUIM RODRIGUES</b>	96 INI	A. C. Bunheirense	02-05-2010	11º	Aveiro 38032		
18,21	<b>ANTÓNIO ALMEIDA</b>	94 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	28-03-2010	13º	Luso 38023		
17,60	<b>MIGUEL COVAL</b>	94 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	02-05-2010	12º	Aveiro 38032		
13,84	<b>DAVID BANDARRA</b>	94 JUV	Juventude Atlético Mozelense	25-04-2010	9º	Luso 38030		
9,42	<b>CARLOS GONÇALVES</b>	94 JUV	Afis/Ovar Atletas Fim de Semana	02-05-2010	13º	Aveiro 38032		
7,36	<b>DIOGO AMARO</b>	95 INI	Afis/Ovar Atletas Fim de Semana	02-05-2010	14º	Aveiro 38032		



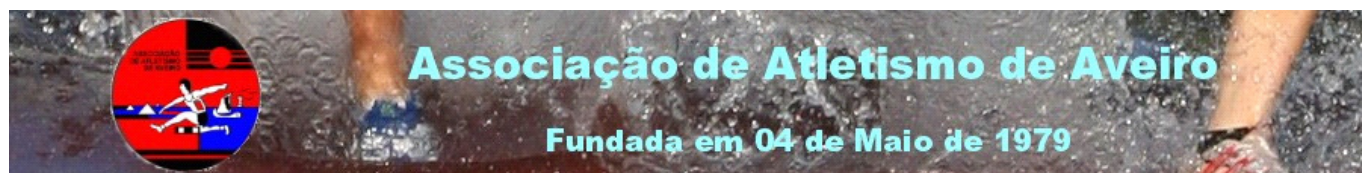


Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

		<b>Dardo 800 Gr</b>		Top	0,00	
47,60	<b>MÁRIO MARQUES</b>	93 JUV	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	10-07-2010	3º Luso 38044	
39,75	<b>JORGE VILAR</b>	93 JUV	Desportivo de Gondufe	30-06-2010	5º Luso 38039	
38,96	<b>CRISTIANO SANTOS</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	30-06-2010	7º Luso 38039	
36,68	<b>PEDRO MARTINS</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	10-06-2010	6º Aveiro 38035	
32,83	<b>TIAGO SOUSA</b>	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	08-05-2010	5º Luso 38033	
22,58	<b>RICARDO COSTA</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	29-05-2010	14º Póvoa Varzim/Abrantes/Lisb	
14,78	<b>DANIEL FERNANDES</b>	94 JUV	Clube Futebol União de Lamas	30-06-2010	14º Luso 38039	
0,00	<b>DANIEL COSTA</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	10-06-2010	3999º Aveiro 38035	DNI





Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

#### Pentatlo - Infantis

Top 4 6 2,00

1981	+ 1,1	<b>PAULO NETO</b>	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	28-03-2010	1º	Luso 38023
		8,81 4,53 10,35 7,65 315,97					
1137	+ 1,7	<b>ROMEU GOMES</b>	98 INF	Cl. Campismo S. João Madeira	28-03-2010	2º	Luso 38023
		9,23 4,04 13,06 5,00 334,57					
966	+ 1,1	<b>RICARDO NASCIMENT</b>	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	28-03-2010	3º	Luso 38023
		9,34 3,82 13,53 5,20 346,96					
742	+ 1,1	<b>DIOGO MOREIRA</b>	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	28-03-2010	4º	Luso 38023
		9,97 3,60 13,60 7,19 424,42					
678	+ 1,7	<b>RICARDO MANUEL RIB</b>	97 INF	Núcleo de Atletismo Cucujães	28-03-2010	5º	Luso 38023
		9,65 3,62 14,14 3,52 357,91					
671	+ 1,1	<b>GONÇALO BRITO</b>	98 INF	Juventude Atlético Mozelense	28-03-2010	6º	Luso 38023
		9,95 3,31 13,77 4,12 352,98					
657	+ 1,7	<b>LUÍS FILIPE OLIVEIRA</b>	98 INF	Grupo Cultural Desport. Santins	28-03-2010	7º	Luso 38023
		9,72 3,26 13,94 4,47 402,31					
462	+ 1,7	<b>RICARDO FIGUEIREDO</b>	98 INF	Juventude Atlético Mozelense	28-03-2010	8º	Luso 38023
		10,15 3,01 16,77 5,65 428,82					



Associação de Atletismo de Aveiro

Fundada em 04 de Maio de 1979



Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

Triatlo - Juvenis						Top	1 9 2,00
1509	<b>LUÍS SILVA</b> 9,11 9,39 1,43	93 JUV	Escola Secundária Serafim Leite	26-12-2009	1º	Espinho 38004	
1507	<b>RICARDO FERREIRA</b> 10,35 10,28 1,68	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	23-01-2010	10º	Espinho 38012	
1499	<b>FLÁVIO FERREIRA</b> 9,61 10,48 1,47	94 JUV	A. C. Bunheirense	26-12-2009	2º	Espinho 38004	
1462	<b>PEDRO MARTINS</b> 9,94 8,93 1,63	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	4º	Espinho 38004	
1447	<b>ROBERTO NASCIMENT</b> 9,05 8,60 1,39	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	26-12-2009	5º	Espinho 38004	
1440	<b>RÚBEN PEREIRA</b> 10,14 9,71 1,59	93 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	26-12-2009	6º	Espinho 38004	
1388	<b>CRISTIANO SANTOS</b> 10,45 10,78 1,51	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	7º	Espinho 38004	
1379	<b>DANIEL SANTOS</b> 9,79 8,10 1,55	93 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	26-12-2009	8º	Espinho 38004	
1274	<b>PEDRO CARVALHO</b> 10,61 6,71 1,71	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	26-12-2009	9º	Espinho 38004	
1242	<b>CARLOS GRAÇA</b> 11,47 10,53 1,55	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	26-12-2009	10º	Espinho 38004	
1226	<b>FILIFE VIGARIO</b> 11,10 11,30 1,39	93 JUV	Esc. Secundária Estarreja	26-12-2009	11º	Espinho 38004	
1167	<b>RÚBEN OLIVEIRA</b> 10,36 7,80 1,43	93 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	26-12-2009	12º	Espinho 38004	
1166	<b>IVO PAIS</b> 10,40 7,89 1,43	93 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	26-12-2009	13º	Espinho 38004	
1132	<b>JORGE VILAR</b> 11,27 10,16 1,39	93 JUV	Desportivo de Gondufe	26-12-2009	14º	Espinho 38004	
1121	<b>NUNO CUNHA</b> 12,26 7,56 1,75	94 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	26-12-2009	15º	Espinho 38004	
970	<b>FILIFE NOGUEIRA</b> 9,77 8,32	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	26-12-2009	17º	Espinho 38004	
873	<b>DANIEL COSTA</b> 9999,999,35 1,55	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	26-12-2009	18º	Espinho 38004	
831	<b>TIAGO LADEIRA</b> 10,49 8,22	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	26-12-2009	19º	Espinho 38004	
690	<b>EDUARDO RIBEIRO</b> 11,05 7,39	93 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	26-12-2009	20º	Espinho 38004	
453	<b>DANIEL FERNANDES</b> 12,49 6,59	94 JUV	Clube Futebol União de Lamas	26-12-2009	21º	Espinho 38004	
192	<b>GUILHERME COSTA</b> 12,29	94 JUV	Escola Secundária Serafim Leite	26-12-2009	22º	Espinho 38004	



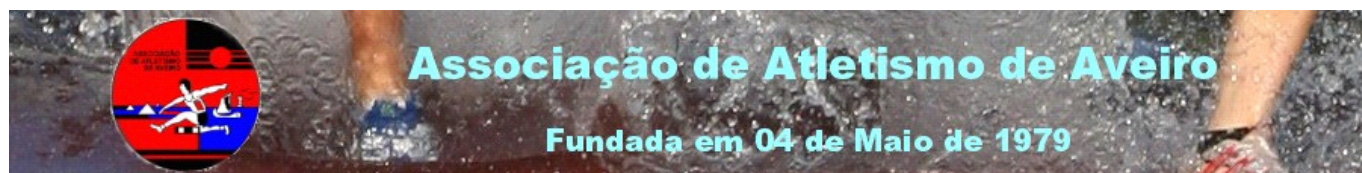


Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

Triatlo - Infantis						Top	2	3	4,00
1150	<b>PAULO NETO</b> 10,35 7,58 4,73	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	1º	Espinho 38004			
649	<b>ANDRÉ IRIA</b> 12,61 8,19 3,38	97 INF	Esc. Secundária Estarreja	26-12-2009	2º	Espinho 38004			
517	<b>DIOGO MOREIRA</b> 13,43 6,16 3,82	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	3º	Espinho 38004			
428	<b>RICARDO NASCIMENT</b> 13,67 5,27 3,68	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	4º	Espinho 38004			
400	<b>MARSO RIBEIRO</b> 13,44 4,96 3,49	97 INF	Clube Futebol União de Lamas	26-12-2009	5º	Espinho 38004			
276	<b>FRANCISCO ALMEIDA</b> 999,99 6,17 2,51	97 INF	Juventude Atlético Mozelense	26-12-2009	6º	Espinho 38004			
256	<b>GONÇALO BRITO</b> 13,90 4,17 2,97	98 INF	Juventude Atlético Mozelense	26-12-2009	7º	Espinho 38004			
234	<b>JOSÉ MOTA</b> 15,33 4,25 3,17	98 INF	Juventude Atlético Mozelense	26-12-2009	8º	Espinho 38004			





Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

Triatlo - Iniciados						Top	6 8 2,00
1897	<b>FÁBIO TEIXEIRA</b> 8,71 5,66 11,43	95 INI	Escola Secundária Serafim Leite	23-01-2010	1º	Espinho 38012	
1692	<b>ANDRÉ SANTOS</b> 9,36 5,96 9,34	95 INI	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	26-12-2009	2º	Espinho 38004	
1669	<b>TIAGO FERREIRA</b> 9,68 5,00 13,28	95 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	26-12-2009	3º	Espinho 38004	
1422	<b>HENRIQUE OLIVEIRA</b> 9,78 5,08 9,25	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	26-12-2009	4º	Espinho 38004	
1225	<b>IGOR VALENTE</b> 10,08 4,87 7,57	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	6º	Espinho 38004	
972	<b>DIOGO SANTOS</b> 11,26 4,28 8,44	95 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	7º	Espinho 38004	
839	<b>MANUEL MELO</b> 11,25 4,33 5,98	95 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	9º	Espinho 38004	
802	<b>RUI SANTOS</b> 12,12 4,15 7,89	96 INI	Juventude Atlético Mozelense	26-12-2009	10º	Espinho 38004	
682	<b>TIAGO ROSA</b> 12,19 3,97 6,48	95 INI	Cl. Campismo S. João Madeira	26-12-2009	11º	Espinho 38004	



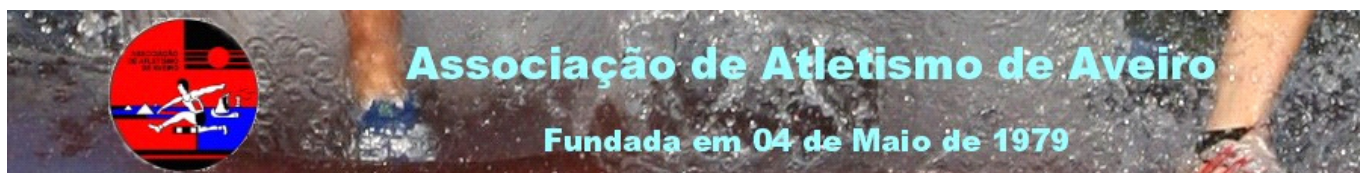


Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

Triatlo Opcional						Top	3 6 0,00
1557	<b>ANDRÉ SANTOS</b> 9,60 9,45 -5,32	95 INI	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	06-02-2010	8º	Alpiarça 03007	
1418	<b>JOSÉ PINHO</b> 13,11 8,47 4,63	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	26-12-2009	1º	Espinho 38004	
1379	<b>PEDRO CATARINO</b> 8,06 8,28 1,68	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	23-01-2010	7º	Espinho 38012	
1324	<b>VITOR VALENTE</b> 10,69 8,29 4,66	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	26-12-2009	3º	Espinho 38004	
1303	<b>MARCO ALMEIDA</b> 9,52 8,06 4,58	95 INI	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	26-12-2009	4º	Espinho 38004	
1298	<b>MICAEL COELHO</b> 8,15 7,93 4,79	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	26-12-2009	5º	Espinho 38004	
1132	<b>MARCELO AGUIAR</b> 8,70 8,53 4,60	96 INI	Esc. Secundária Estarreja	26-12-2009	7º	Espinho 38004	
1002	<b>VITOR COELHO</b> 8,55 8,78 4,26	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	8º	Espinho 38004	
914	<b>RUI BENTO</b> 7,85 8,84 4,07	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	9º	Espinho 38004	
673	<b>LEANDRO GONÇALVE</b> 7,90 9,61 3,50	96 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	26-12-2009	10º	Espinho 38004	
648	<b>LÁZARO FERREIRA</b> 6,24 9,42 3,75	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	26-12-2009	11º	Espinho 38004	
571	<b>XAVIER SILVA</b> 6,11 9,62 3,53	96 INI	Grupo Desportivo Lourocoop	26-12-2009	12º	Espinho 38004	
360	<b>RUI SANTOS</b> 7,89	96 INI	Juventude Atlético Mozelense	26-12-2009	13º	Espinho 38004	





Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

#### Heptatlo Iniciados

Top 15 19,00

3610	+ 0,3	<b>TIAGO FERREIRA</b>	95 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	11-04-2010	1º	Luso 38027
		9,85 5,26 27,42 15,62 13,99 1,66 312,83					
3485	0,0	<b>FÁBIO TEIXEIRA</b>	95 INI	Escola Secundária Serafim Leite	11-04-2010	3º	Luso 38027
		10,16 5,14 40,04 14,80 11,19 1,58 317,19					
3031	+ 2,7	<b>JOSÉ PINHO</b>	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	28-03-2010	2º	Luso 38023
		10,99 4,76 40,04 18,29 12,65 1,52 317,50					
3007	+ 2,7	<b>PEDRO CATARINO</b>	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	28-03-2010	3º	Luso 38023
		10,31 5,50 37,79 19,75 9,04 1,68 325,58					
2843	+ 2,7	<b>IGOR VALENTE</b>	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	28-03-2010	4º	Luso 38023
		10,67 4,79 24,42 16,93 8,20 1,36 250,96					
2659	+ 2,7	<b>MICAEL SEIXEIRO</b>	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	28-03-2010	5º	Luso 38023
		10,19 5,09 22,37 17,67 8,95 1,40 327,03					
2317	+ 1,1	<b>DIOGO SANTOS</b>	95 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	28-03-2010	6º	Luso 38023
		10,89 4,37 24,84 18,38 8,83 1,36 329,23					
2187	+ 1,1	<b>VITOR COELHO</b>	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	28-03-2010	7º	Luso 38023
		10,65 4,55 17,56 19,36 9,13 1,32 333,38					
1878	+ 1,1	<b>MANUEL MELO</b>	95 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	28-03-2010	8º	Luso 38023
		11,70 4,44 17,06 19,74 6,35 1,36 323,09					
1862	+ 1,1	<b>RUI SANTOS</b>	96 INI	Juventude Atlética Mozelense	28-03-2010	9º	Luso 38023
		11,06 4,51 25,80 20,45 7,98 1,40 417,28					
1589	+ 1,1	<b>RUI BENTO</b>	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	28-03-2010	10º	Luso 38023
		11,10 3,96 12,76 22,15 7,81 1,24 332,45					
1519	+ 1,1	<b>LEANDRO GONÇALVE</b>	96 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	28-03-2010	11º	Luso 38023
		11,91 3,78 23,30 21,67 7,91 1,24 345,03					





Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

**Masculinos****Octatlo Juvenis AC**

Top 1 5 2 9,00

4235	+ 2,8	<b>MIGUEL COSTA</b>	94 JUV	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	28-03-2010	2º	Luso 38023
		11,66 5,95 7,98 38,45 18,77 1,76 27,87 308,55					
4172	+ 2,8	<b>LUÍS SILVA</b>	93 JUV	Escola Secundária Serafim Leite	28-03-2010	3º	Luso 38023
		11,64 5,14 9,34 39,73 16,44 1,70 26,91 316,09					
4156	+ 1,5	<b>PEDRO MARTINS</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	11-04-2010	8º	Luso 38027
		12,24 5,23 10,69 38,89 18,47 1,62 35,13 304,86					
3828	+ 2,8	<b>RÚBEN PEREIRA</b>	93 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	28-03-2010	4º	Luso 38023
		12,40 5,63 10,16 41,56 17,85 1,64 28,60 323,87					
3678	+ 2,1	<b>MÁRIO MARQUES</b>	93 JUV	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	28-03-2010	5º	Luso 38023
		12,34 5,31 10,13 40,79 18,49 1,37 39,29 327,77					
3527	+ 2,8	<b>DANIEL SANTOS</b>	93 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	28-03-2010	6º	Luso 38023
		12,43 5,45 8,16 39,54 19,08 1,49 24,46 320,70					
3511	+ 2,8	<b>CARLOS GRAÇA</b>	94 JUV	Ass. Desp. Rec. Cult. Sto António	28-03-2010	7º	Luso 38023
		11,94 5,27 10,40 40,64 22,05 1,55 34,46 334,04					
3476	+ 2,1	<b>JORGE VILAR</b>	93 JUV	Desportivo de Gondufe	28-03-2010	8º	Luso 38023
		12,25 5,18 10,62 41,12 21,62 1,49 38,63 331,84					
3474	+ 2,2	<b>RICARDO ARAÚJO</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	28-03-2010	9º	Luso 38023
		12,94 5,40 8,09 43,00 18,38 1,70 30,05 327,34					
3209	+ 2,8	<b>DANIEL COSTA</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	28-03-2010	10º	Luso 38023
		11,85 5,34 9,93 42,17 17,89 1,52 23,22 520,71					
2739	+ 2,1	<b>CRISTIANO SANTOS</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	28-03-2010	11º	Luso 38023
		12,84 4,88 10,91 51,25 19,12 1,52 37,97 452,58					
2680	+ 2,1	<b>HEITOR SANTOS</b>	93 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	28-03-2010	12º	Luso 38023
		12,99 4,91 12,81 48,67 21,77 1,52 34,95 445,36					
2122	+ 2,1	<b>EDUARDO RIBEIRO</b>	93 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	28-03-2010	15º	Luso 38023
		11,96 5,98 6,22 39,34					
2035	+ 2,8	<b>RICARDO FERREIRA</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	28-03-2010	16º	Luso 38023
		12,05 5,81 9,69 43,57					
2026	+ 2,1	<b>ANTÓNIO ALMEIDA</b>	94 JUV	Futsal Clube Cidade Lourosa	28-03-2010	13º	Luso 38023
		13,48 4,31 6,70 44,30 23,07 18,21 322,75					
1990	+ 2,8	<b>ROBERTO NASCIMENT</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	28-03-2010	14º	Luso 38023
		12,36 5,15 7,67 40,79 9999,99 16,80 520,64					
1972	+ 2,1	<b>RÚBEN OLIVEIRA</b>	93 JUV	Grupo Desportivo Lourocoop	28-03-2010	17º	Luso 38023
		11,90 5,01 7,38 39,86					
1529	+ 2,1	<b>DAVID BANDARRA</b>	94 JUV	Juventude Atlético Mozelense	28-03-2010	18º	Luso 38023
		12,28 4,48 6,40 43,75					





Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

Octatlo Juvenis NPC							Top	1	4	3,00
3540	+ 0,9	<b>PEDRO MARTINS</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	25-04-2010	2º	Luso	38030		
		17,22 5,35 9,89 1,61 25,96 2,40 31,56 305,79								
3269	+ 0,9	<b>RICARDO ARAÚJO</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	25-04-2010	4º	Luso	38030		
		17,99 5,57 8,13 1,76 24,63 2,10 28,90 320,48								
2986	+ 1,2	<b>RICARDO FERREIRA</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	25-04-2010	5º	Luso	38030		
		19,17 5,60 9,85 1,67 25,57 30,27 331,68								
2813	+ 0,9	<b>DANIEL COSTA</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	25-04-2010	6º	Luso	38030		
		17,96 5,38 9,88 1,49 23,90 27,05 334,72								
2801	+ 1,2	<b>CRISTIANO SANTOS</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	25-04-2010	7º	Luso	38030		
		18,97 4,83 10,80 1,61 30,74 37,90 415,80								
2695	+ 1,2	<b>ROBERTO NASCIMENT</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	25-04-2010	8º	Luso	38030		
		17,78 5,62 9,06 1,52 15,93 26,20 334,24								
1443	+ 1,2	<b>DAVID BANDARRA</b>	94 JUV	Juventude Atlético Mozelense	25-04-2010	9º	Luso	38030		
		20,77 4,35 6,84 13,00 13,84 334,59								





**Masculinos**

**4 x 60 Metros**

Top 9 9 9,99

3 2,59	<b>AVEIRO</b>	97 INF	Ass. Atletismo Aveiro	24-04-2010	3º	Viseu 38082	
	<i>João Almeida (1997) / Tiago Martins (1997) / Paulo Neto (1997) / Eduardo Leça (1997)</i>						
3 5,65	<b>A C R D ESCAPÃES</b>	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	03-04-2010	1º	Luso 38024	
	<i>Diogo Moreira (1998) / José Melo (2000) / Ricardo Nascimento (1998) / Paulo Neto (1997)</i>						
3 5,7	<b>I P S BAIRRADA</b>	98 INF	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	1º	Luso 38107	
3 5,7	<b>E B ESCARIZ</b>	97 INF	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	26-03-2010	1º	Aveiro 38108	
	<i>Bruno Alves (1997) / Fábio Oliveira (1997) / Hugo Magano (1997) / Frederico Avó (1997)</i>						
3 6,2	<b>E S VALE CAMBRA</b>	97 INF	Esc. Sec. Vale de Cambra	26-03-2010	2º	Aveiro 38108	
	<i>Nuno Terras (1997) / Jose Francisco Santo (1997) / Joao Fernandes (1997) / Joao Almeida (1997)</i>						
3 6,6	<b>E B P ANT M FONSECA</b>	97 INF	E B P. António M. Fonseca	17-03-2010	2º	Luso 38107	
	<i>Sérgio Ruela (1998) / Vítor Hugo Souto (1997) / João Sousa (1998) / Rafael Rebimbas (1998)</i>						
3 6,77	<b>A C R VALE CAMBRA</b>	97 INF	Ass. Cult. Rec. Vale Cambra	20-06-2010	2º	Aveiro 38037	
	<i>Jorge Silva (1998) / Bruno Falcão (1997) / André Rodrigues (1998) / Nuno Fernandes (1998)</i>						
3 6,8	<b>E S JULIO DINIS</b>	97 INF	Escola Secundária Júlio Dinis	17-03-2010	3º	Luso 38107	
	<i>João Palmeira (1997) / Ricardo Correia (1997) / Hugo Azevedo (1997) / Tiago Martins (1997)</i>						
3 7,09	<b>S SOC T S J MADEIRA</b>	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	03-04-2010	2º	Luso 38024	
	<i>Gabriel Alves (1997) / Rúben Alves (1997) / Ruben Xavier Lopo (1999) / André Dias (1997)</i>						
3 7,61	<b>MOV. JOV. BRANCA</b>	97 INF	Movimento Jovens Branca	20-06-2010	3º	Aveiro 38037	
	<i>Andre Coutinho (2000) / José Pintor (1997) / Orlando Simões (1997) / Gonçalo Rodrigues (1997)</i>						
3 8,72	<b>J A MOZELENSE</b>	98 INF	Juventude Atlético Mozelense	03-04-2010	3º	Luso 38024	
	<i>Ricardo Figueiredo (1998) / Francisco Almeida (1997) / Gonçalo Brito (1998) / José Mota (1998)</i>						
4 0,49	<b>A C D LAVANDEIRA</b>	97 INF	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	03-04-2010	4º	Aveiro 38037	
9 9 9,99	<b>A A AVEIRO</b>	97 INF	Ass. Atletismo Aveiro	20-06-2010	9999º	Aveiro 38037	DQ
	<i>Pedro Bernardes (1999) / Rúben Alves (1997) / Eduardo Leça (1997) / Marso Ribeiro (1997)</i>						





### Masculinos

#### 4 x 80 Metros

Top

4 9,54

3 8,83	<b>A A AVEIRO</b>	95 INI	Ass. Atletismo Aveiro	05-06-2010	4º	Leiria 03020
	<i>Tiago Ferreira (1995) / José Pinho (1995) / Andre Santos (1995) / Fabio Teixeira (1995)</i>					
3 9,6	<b>I P S BAIRRADA</b>	95 INI	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	1º	Luso 38107
3 9,8	<b>E S ESTARREJA</b>	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	17-03-2010	2º	Luso 38107
4 1,15	<b>A C R D ESCAPÃES</b>	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	03-04-2010	1º	Luso 38024
	<i>Rui Bento (1996) / Diogo Santos (1995) / Igor Valente (1996) / Vítor Coelho (1996)</i>					
4 1,98	<b>A C BUNHEIRENSE</b>	96 INI	A. C. Bunheirense	03-04-2010	2º	Luso 38024
	<i>Filipe Amador Silva (1995) / Diogo Pereira (1996) / José Cruz (1996) / Bruno Ferreira (1996)</i>					
4 2,21	<b>A C D LAVANDEIRA</b>	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	03-04-2010	3º	Luso 38024
	<i>Eduardo Leça (1997) / Ricardo Marques (1995) / Rui Alves (1995) / Ruben Costa (1995)</i>					
4 2,5	<b>E S VAGOS</b>	95 INI	Esc. Sec. Vagos	17-03-2010	3º	Luso 38107
4 2,8	<b>E S JULIO DINIS</b>	95 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	17-03-2010	4º	Luso 38107
	<i>Ricardo Santos (1995) / Ruben Ribeiro (1995) / Miguel Santos (1995) / Bruno Maia (1995)</i>					
4 3,2	<b>E B TORREIRA</b>	95 INI	E B I da Torreira	17-03-2010	5º	Luso 38107
	<i>Fábio Soares (1996) / Fernando Marques (1996) / Edgar Gonçalves (1995) / Ricardo Carinha (1996)</i>					
4 6,4	<b>E B ESCARIZ</b>	95 INI	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	26-03-2010	1º	Aveiro 38108
	<i>Rui Paiva (1996) / Joel Moreira (1995) / Daniel Rocha (1995) / Kevin Azevedo (1995)</i>					
4 6,95	<b>N A CUCUJÃES</b>	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	03-04-2010	4º	Luso 38024
	<i>Leandro Gonçalves (1996) / Gabriel Costa (1997) / Bruno Miguel Oliveir (1996) / José Pinho (1995)</i>					
4 9,54	<b>S SOC T S J MADEIRA</b>	97 INI	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	03-04-2010	5º	Luso 38024
	<i>André Dias (1997) / Ricardo Costa (1995) / Rúben Alves (1997) / Gabriel Alves (1997)</i>					





**Masculinos**

**4 x 100 Metros**

Top 9 9 9,99

4 4,46	<b>A A AVEIRO</b>	93 JUV	Ass. Atletismo Aveiro	06-06-2010	2º	Leiria 03020	
	<i>Andre Simoes (1993) / Miguel Costa (1994) / Claudio Ferreira (1994) / Jose Viegas (1993)</i>						
4 6,3	<b>E S ESTARREJA</b>	94 JUV	Esc. Secundária Estarreja	17-03-2010	1º	Luso 38107	
4 6,69	<b>J A MOZELENSE</b>	93 JUV	Juventude Atlético Mozelense	19-06-2010	1º	Guimarães 03030	
	<i>Roberto Nascimento (1993) / Daniel Costa (1993) / David Bandarra (1994) / Ricardo Ribeiro (1993)</i>						
4 6,9	<b>I P S BAIRRADA</b>	94 JUV	Instituto de Promoção Social da Bairr	17-03-2010	2º	Luso 38107	
4 7,24	<b>E S ESTARREJA</b>	93 JUV	Esc. Secundária Estarreja	22-05-2010	2º	Luso 05001	
	<i>Bruno Ferreira (1996) / Micael Coelho (1996) / Flávio Ferreira (1994) / Cláudio Ferreira (1994)</i>						
4 8,10	<b>I P S BAIRRADA</b>	93 JUV	Instituto de Promoção Social da Bairr	10-05-2010	1º	Aveiro 38110	
	<i>Pedro Sequeira (1995) / Joel Oliveira (1995) / Rafael Martins (1996)</i>						
4 9,18	<b>A C R D ESCAPÃES</b>	93 JUV	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	01-05-2010	2º	Aveiro 38032	
	<i>Ricardo Ribeiro (1993) / Ricardo Costa (1993) / Rui Santos (1996) / Daniel Costa (1993)</i>						
4 9,6	<b>E S MEALHADA</b>	93 JUV	Escola Secundária da Mealhada	17-03-2010	3º	Luso 38107	
	<i>Miguel Costa (1993) / Tiago Ruas (1993) / Rafael Fernandes (1993) / André Simões (1993)</i>						
4 9,7	<b>E S VAGOS</b>	93 JUV	Esc. Sec. Vagos	17-03-2010	4º	Luso 38107	
4 9,8	<b>E S JULIO DINIS</b>	94 JUV	Escola Secundária Júlio Dinis	17-03-2010	5º	Luso 38107	
	<i>Pedro Alves (1994) / Nuno Cunha (1994) / Ricardo Rendilheiro (1994) / Rafael Odreman (1994)</i>						
5 0,18	<b>GRECAS - VAGOS</b>	94 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	03-04-2010	4º	Luso 38024	
	<i>Jessy Silva (1993) / Filipe Nogueira (1993) / Tiago Ladeira (1994) / Carlos Graça (1994)</i>						
5 0,83	<b>N A CUCUJÃES</b>	94 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	01-05-2010	3º	Aveiro 38032	
	<i>Gil Monte (1996) / Daniel Santos (1993) / José Sá (1994) / Miguel Ant. Silva (1994)</i>						
5 2,4	<b>E SERAFIM LEITE</b>	93 JUV	Escola Secundária Serafim Leite	26-03-2010	1º	Aveiro 38108	
	<i>Cristiano Santos (1993) / Guilherme Costa (1993) / Marcio Carvalho (1993) / Ricardo Araujo (1993)</i>						
5 5,0	<b>E B FAJÕES</b>	93 JUV	E B 2, 3 de Fajões	26-03-2010	2º	Aveiro 38108	
	<i>Ricardo Silva (1995) / Rúben Pereira (1994) / Fábio Pinto (1994) / João P. Fernandes (1993)</i>						
9 9 9,99	<b>ESC SERAFIM LEITE</b>	93 JUV	Escola Secundária Serafim Leite	01-05-2010	9999º	Aveiro 38032	DQ
	<i>Guilherme Costa (1994) / Fábio Teixeira (1995) / Diogo Magalhães (1993) / Luis Silva (1993)</i>						





Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

#### 4 x 200 Metros

Top 1 4 2,81

1 4 1,47	<b>N A CUCUJÃES</b>	94 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	02-01-2010	2º Espinho 38007
	<i>Ivo Pais (1993) / José Pinho (1995) / Daniel Santos (1993) / Miguel Ant. Silva (1994)</i>				
1 4 2,81	<b>GRECAS - VAGOS</b>	93 JUV	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	02-01-2010	4º Espinho 38007
	<i>Carlos Graça (1994) / Filipe Nogueira (1993) / Tiago Ladeira (1994) / Celso Almeida (1993)</i>				



Associação de Atletismo de Aveiro

Fundada em 04 de Maio de 1979



Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

#### 4 x 300 metros

Top 3 0 6,37

2 5 2,21    **N A CUCUJÃES**    93 JUV    Núcleo de Atletismo Cucujães    02-05-2010    1º Aveiro 38032

*Fábio Cardoso (1993) / José Sá (1994) / Daniel Santos (1993) / Miguel Ant. Silva (1994)*

3 0 6,37    **A C BUNHEIRENSE**    94 JUV    A. C. Bunheirense    02-05-2010    2º Aveiro 38032

*Jorge Matos (1994) / Diogo Pereira (1996) / David Silva Matos (1994) / Joaquim Rodrigues (1996)*



Associação de Atletismo de Aveiro

Fundada em 04 de Maio de 1979



Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

#### 4 x 400 Metros

Top 4 1 5,95

3 3 8,87	<b>N A CUCUJÃES</b>	94 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	10-01-2010	2º Espinho 38009	RR
	<i>Ivo Pais (1993) / Tiago Silva (1994) / Daniel Santos (1993) / Miguel Ant. Silva (1994)</i>					
3 5 9,28	<b>A C BUNHEIRENSE</b>	94 JUV	A. C. Bunheirense	09-05-2010	2º Luso 38033	
	<i>Marco Rafael Pereira (1994) / Jose Manuel Sousa (1994) / Jorge Matos (1994) / Cláudio Ferreira (1994)</i>					
4 0 0,15	<b>A A SEIXO BRANCO</b>	94 JUV	Assoc. Amigos Seixo Branco	09-05-2010	3º Luso 38033	
	<i>Micael Soares (1993) / David Gomes Viela (1994) / Filipe Silva (1994) / Rogerio Ferreira (1994)</i>					
4 1 5,95	<b>A A SEIXO BRANCO</b>	93 JUV	Assoc. Amigos Seixo Branco	10-01-2010	4º Espinho 38009	
	<i>Micael Soares (1993) / Filipe Silva (1994) / Rogerio Ferreira (1994) / Roberto Pereira (1993)</i>					



Associação de Atletismo de Aveiro

Fundada em 04 de Maio de 1979



Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

#### Estafeta Sueca

Top 2 2 2,80

2 2 2,73	<b>AFIS OVAR</b>	94 JUV	Afis/Ovar Atletas Fim de Semana	13-02-2010	4º Espinho 38015
	<i>Diogo Castro (1995) / Filipe Leite (1995) / Pedro Leal (1994) / Diogo Amaro (1995)</i>				
2 2 2,80	<b>LAVANDEIRA</b>	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	13-02-2010	5º Espinho 38015
	<i>Ruben Costa (1995) / Rui Alves (1995) / Ricardo Marques (1995) / Eduardo Leça (1997)</i>				



Associação de Atletismo de Aveiro

Fundada em 04 de Maio de 1979



Ranking 2010

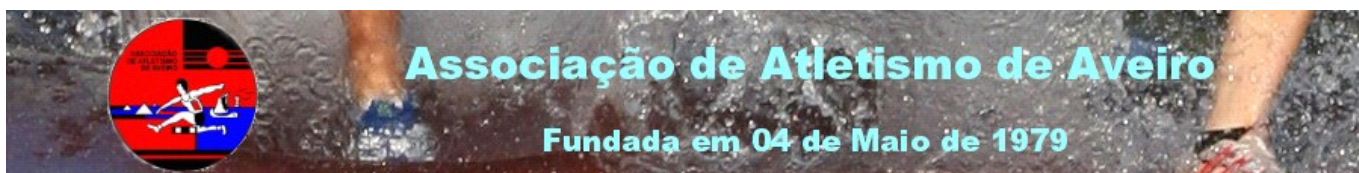
Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

#### 1.000 Metros Marcha

Top 99 99,99

7 4 5,68	<b>FILIFE SILVA</b>	99 BEN-B Grupo Desportivo Lourocoop	02-01-2010	1º	Espinho 38007	
99 9 9,99	<b>ALEXANDRE RIBEIRO</b>	00 BEN-B Grupo Desportivo Lourocoop	02-01-2010	9999º	Espinho 38007	DN:





Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

#### 2 Km marcha

Top 1 0 5 1,00

1 0 5 1

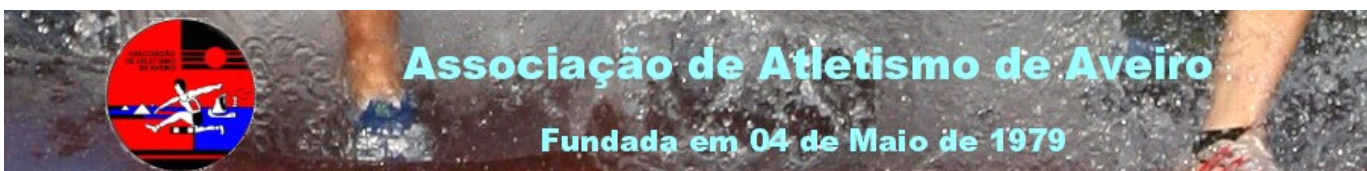
**SOCRATES BORRAS**

96 INI

Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça

10-04-2010

5º Rio Maior 20102





Ranking 2010

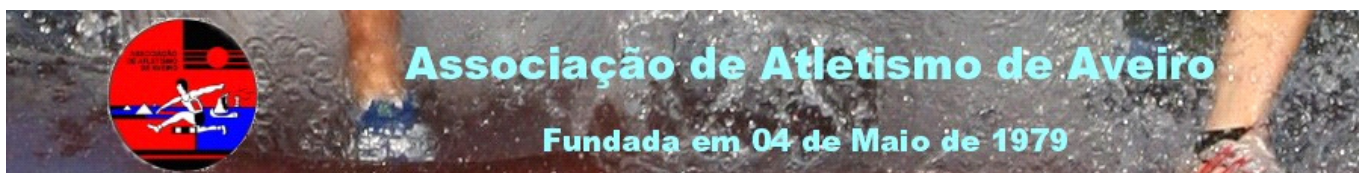
Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

#### 3.000 Metros Marcha

Top 2 3 1 5,92

17 0 5,53	<b>SOCRATES BORRAS</b>	96 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	02-01-2010	1º Espinho 38007	~
23 1 5,92	<b>XAVIER SILVA</b>	96 INI	Grupo Desportivo Lourocoop	02-01-2010	2º Espinho 38007	~





Ranking 2010

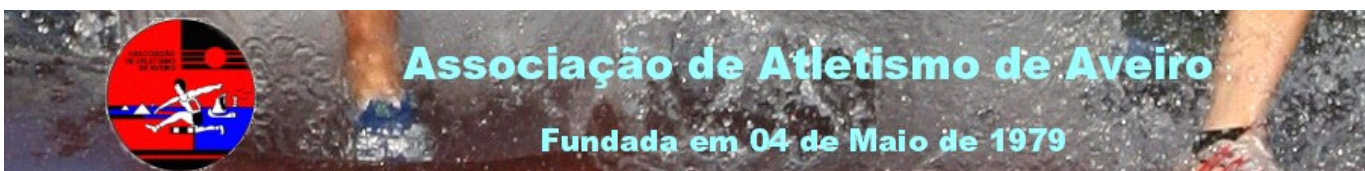
Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

#### 4.000 Metros Marcha

Top 3 3 0 1,03

2 0 4 4,82	<b>JOAQUIM RODRIGUES</b>	96 INI	Ass. Atletismo Aveiro	05-06-2010	3º Leiria 03020	
2 1 3 8,05	<b>SOCRATES BORRAS</b>	96 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	15-05-2010	2º Aveiro 38028	~
2 6 1 7,40	<b>RICARDO COSTA</b>	95 INI	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	15-05-2010	3º Aveiro 38028	
3 3 0 1,03	<b>BRUNO MIGUEL OLIVEI</b>	96 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	15-05-2010	4º Aveiro 38028	<





Ranking 2010

Absoluto ( até Juvenis)

### Masculinos

#### 5.000 Metros Marcha

Top 4 0 5 2,50

2 6 1 4,70	<b>JOAQUIM RODRIGUES</b>	96 INI	A. C. Bunheirense	19-06-2010	7º	Guimarães 03030	~
2 9 3 3,97	<b>PAULO CRUZ</b>	94 JUV	Ass. Cult. Rec. Valdágua	09-01-2010	3º	Espinho 38009	
3 2 4 4,15	<b>FÁBIO CARDOSO</b>	93 JUV	Núcleo de Atletismo Cucujães	01-05-2010	3º	Aveiro 38032	~
3 4 3 8,41	<b>RICARDO COSTA</b>	95 INI	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	01-05-2010	4º	Aveiro 38032	
4 0 5 2,50	<b>BRUNO MIGUEL OLIVEI</b>	96 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	01-05-2010	5º	Aveiro 38032	<



Associação de Atletismo de Aveiro

Fundada em 04 de Maio de 1979