

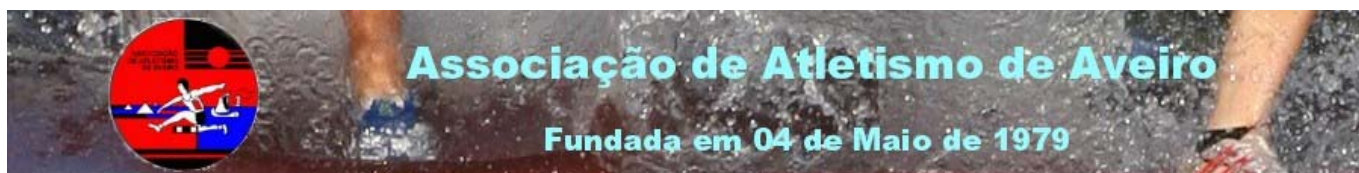


Masculinos

60 Metros Planos

Top 8,93

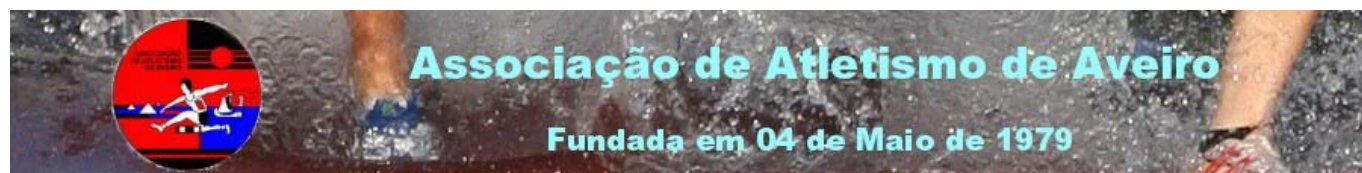
7,81	DIOGO CASTRO	95 INI	Afís/Ovar Atletas Fim de Semana	23-01-2010	1º Espinho 38013
7,82	FÁBIO TEIXEIRA	95 INI	Escola Secundária Serafim Leite	09-01-2010	2º Espinho 38009
7,87	ANDRÉ SANTOS	95 INI	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	09-01-2010	3º Espinho 38009
7,90	BRUNO FERREIRA	96 INI	Esc. Secundária Estarreja	02-02-2010	1º Espinho 38103
7,93	MICHAEL COELHO	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	26-12-2009	1º Espinho 38004
7,96	TIAGO FERREIRA	95 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	09-01-2010	5º Espinho 38009
8,06	MARCO ALMEIDA	95 INI	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	26-12-2009	1º Espinho 38004
8,28	PEDRO CATARINO	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	23-01-2010	6º Espinho 38012
8,29	VITOR VALENTE	96 INI	Esc. Secundária Estarreja	26-12-2009	3º Espinho 38004
8,35	VITOR VALENTE	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	09-01-2010	2º Espinho 38009
8,42	FILIPE LEITE	95 INI	Afís/Ovar Atletas Fim de Semana	23-01-2010	2º Espinho 38013
8,42	JOÃO SILVA	95 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	02-02-2010	1º Espinho 38103
8,47	JOSÉ PINHO	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	26-12-2009	3º Espinho 38004
8,49	VITOR COELHO	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	09-01-2010	2º Espinho 38009
8,53	MARCELO AGUIAR	96 INI	Esc. Secundária Estarreja	26-12-2009	4º Espinho 38004
8,65	RUI SOUSA	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	02-02-2010	4º Espinho 38103
8,67	EDUARDO LEÇA	97 INF	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	09-01-2010	1º Espinho 38009
8,68	DIOGO SANTOS	95 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	23-01-2010	4º Espinho 38013
8,73	NN	95 INI	Ass. Atletismo Aveiro	02-02-2010	5º Espinho 38103
8,5	RUI	96 INI	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	13-01-2010	1º Espinho 38102
8,84	RUI BENTO	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	4º Espinho 38004
8,93	PAULO NETO	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	02-01-2010	1º Espinho 38007
8,7	JOÃO ALMEIDA	97 INF	Esc. Sec. Vale de Cambra	13-01-2010	1º Espinho 38102





Masculinos

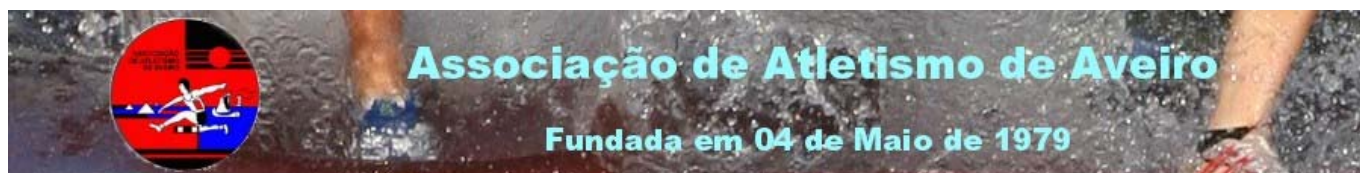
		150 Metros		Top	2 4,81
1 8,78	FÁBIO TEIXEIRA	95 INI	Escola Secundária Serafim Leite	17-01-2010	1º Espinho 38011
1 8,87	ANDRÉ SANTOS	95 INI	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	17-01-2010	2º Espinho 38011
1 9,87	VITOR VALENTE	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	17-01-2010	1º Espinho 38011
2 0,25	PEDRO CATARINO	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	17-01-2010	3º Espinho 38011
2 0,27	JOÃO TEIXEIRA	95 INI	Cl. Campismo S. João Madeira	17-01-2010	1º Espinho 38011
2 0,57	RICARDO MARQUES	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	17-01-2010	2º Espinho 38011
2 0,60	RUBEN COSTA	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	17-01-2010	3º Espinho 38011
2 0,62	MARCELO AGUIAR	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	17-01-2010	4º Espinho 38011
2 0,74	RUI ALVES	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	17-01-2010	5º Espinho 38011
2 0,81	EDUARDO LEÇA	97 INF	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	13-02-2010	1º Espinho 38015
2 0,94	PAULO NETO	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	13-02-2010	2º Espinho 38015
2 1,13	TIAGO ROSA	95 INI	Cl. Campismo S. João Madeira	17-01-2010	4º Espinho 38011
2 1,62	LÁZARO FERREIRA	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	17-01-2010	5º Espinho 38011
2 2,04	JOSÉ VIEIRA	97 INF	Grupo Desp. Cult. Castelo Paiva	17-01-2010	1º Espinho 38011
2 2,08	NUNO FERNANDES	98 INF	Ass. Cult. Rec. Vale Cambra	17-01-2010	3º Espinho 38011
2 2,19	DIOGO MANUEL PINTO	97 INF	Núcleo de Atletismo Cucujães	20-02-2010	2º Espinho 38017
2 2,74	BRUNO FALCÃO	97 INF	Ass. Cult. Rec. Vale Cambra	17-01-2010	4º Espinho 38011
2 2,78	HUMBERTO SILVA	96 INI	Futsal Clube Cidade Lourosa	17-01-2010	6º Espinho 38011
2 3,03	RICARDO NASCIMENT	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	27-12-2009	1º Espinho 38006
2 3,80	FÁBIO CASTRO	97 INF	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	13-02-2010	1º Espinho 38015
2 4,06	ANDRÉ RODRIGUES	98 INF	Ass. Cult. Rec. Vale Cambra	17-01-2010	5º Espinho 38011
2 4,37	JOSÉ MELO	00 BEN-B	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	27-12-2009	1º Espinho 38006
2 4,45	DIOGO MOREIRA	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	27-12-2009	2º Espinho 38006
2 4,58	GONÇALO BRITO	98 INF	Juventude Atlético Mozelense	13-02-2010	3º Espinho 38015
2 4,78	PEDRO BERNARDES	99 BEN-B	Juventude Atlético Mozelense	27-12-2009	2º Espinho 38006
2 4,81	RUBEN PINTO	99 BEN-B	Juventude Atlético Mozelense	27-12-2009	3º Espinho 38006





Masculinos

		200 Metros			Top	9 9 9 9,99	
2 5,48	DIOGO CASTRO	95 INI	Afis/Ovar Atletas Fim de Semana	02-01-2010	1º	Espinho 38007	
2 5,58	ANDRÉ SANTOS	95 INI	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	02-01-2010	3º	Espinho 38007	
2 7,60	FILIPE LEITE	95 INI	Afis/Ovar Atletas Fim de Semana	02-01-2010	1º	Espinho 38007	
2 7,98	TIAGO ROSA	95 INI	Cl. Campismo S. João Madeira	02-01-2010	3º	Espinho 38007	
2 8,17	BRUNO FERREIRA	96 INI	A. C. Bunheirense	02-01-2010	5º	Espinho 38007	
2 8,31	VITOR COELHO	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	02-01-2010	4º	Espinho 38007	
2 8,41	DIOGO SANTOS	95 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	02-01-2010	5º	Espinho 38007	
2 9,63	MANUEL MELO	95 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	02-01-2010	3º	Espinho 38007	
3 0,62	DIOGO AMARO	95 INI	Afis/Ovar Atletas Fim de Semana	02-01-2010	4º	Espinho 38007	
9 9 9 9,99	RUI BENTO	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	02-01-2010	9999º	Espinho 38007	DQ
9 9 9 9,99	MARCELO MAGALHÃE	96 INI	Afis/Ovar Atletas Fim de Semana	02-01-2010	9999º	Espinho 38007	DQ



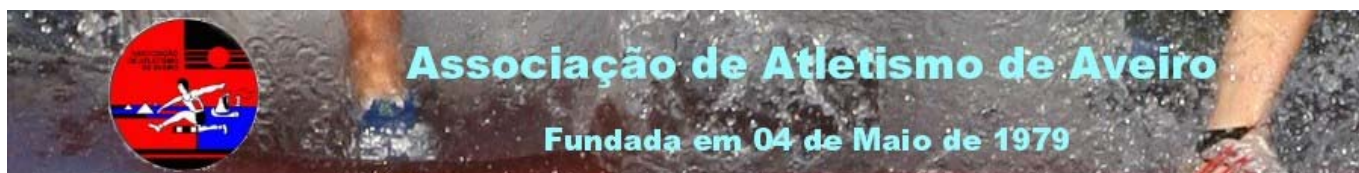


Masculinos

250 Metros Planos

Top 4 1,92

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





Ranking 2010

Absoluto (até Iniciados) P.Coberta

Masculinos

300 Metros Planos

Top

4 4,67

4 4,67

DIOGO SANTOS

95 INI

Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães

30-01-2010

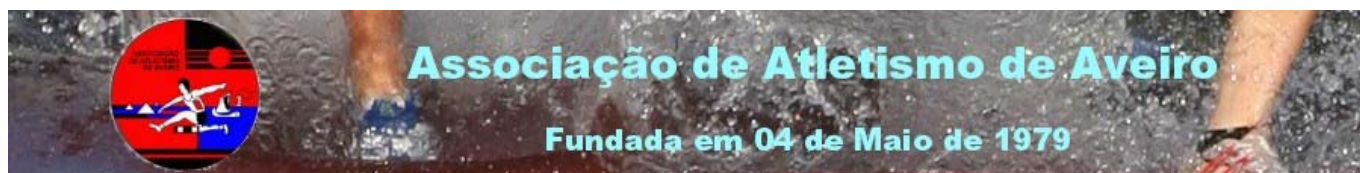
3º Braga 47015





Masculinos

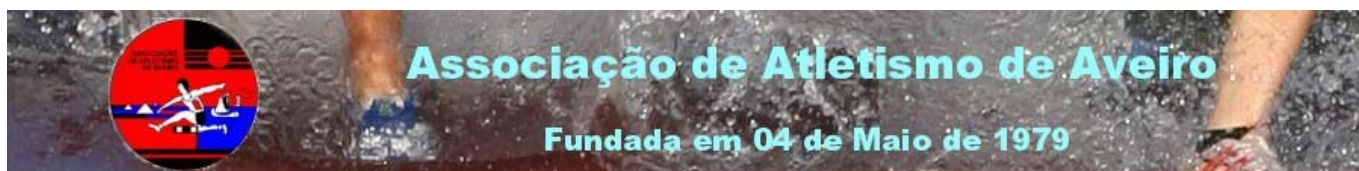
				600 Metros		Top	2 2 7,53
1 4 3,94	PAULO NETO	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	16-01-2010	1º	Espinho 38011	
1 4 6,35	JOSÉ VIEIRA	97 INF	Grupo Desp. Cult. Castelo Paiva	16-01-2010	2º	Espinho 38011	
1 4 9,00	PEDRO NADAIS	98 INF	Arada Atlético Clube	16-01-2010	3º	Espinho 38011	
1 5 1,74	EDUARDO LEÇA	97 INF	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	16-01-2010	4º	Espinho 38011	
1 5 4,16	BRUNO FALCÃO	97 INF	Ass. Cult. Rec. Vale Cambra	16-01-2010	5º	Espinho 38011	
1 5 6,40	LEANDRO PEREIRA	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	16-01-2010	1º	Espinho 38011	
1 5 7,60	RICARDO NASCIMENT	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	16-01-2010	2º	Espinho 38011	
1 5 8,87	FÁBIO CASTRO	97 INF	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	16-01-2010	6º	Espinho 38011	
2 0 0,44	MARCELO SOUSA	98 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	03-01-2010	5º	Espinho 38008	
2 0 3,25	MARCO SOUSA	98 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	03-01-2010	7º	Espinho 38008	
2 0 4,46	ANDRÉ RODRIGUES	98 INF	Ass. Cult. Rec. Vale Cambra	03-01-2010	8º	Espinho 38008	
2 0 5,01	RUI BARROS	97 INF	Escola Secundária Júlio Dinis	02-02-2010	5º	Espinho 38103	
2 0 5,37	NUNO FERNANDES	98 INF	Ass. Cult. Rec. Vale Cambra	16-01-2010	8º	Espinho 38011	
2 0 9,30	RÚBEN SANTOS	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	16-01-2010	3º	Espinho 38011	
2 1 2,53	MARSO RIBEIO	97 INF	Clube Futebol União de Lamas	12-12-2009	11º	Braga 47004	
2 1 3,16	RUBEN SANTOS	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	03-01-2010	10º	Espinho 38008	
2 1 3,17	PEDRO PEREIRA	00 BEN-B	Assoc. Amigos Seixo Branco	03-01-2010	1º	Espinho 38008	
2 1 3,47	GABRIEL ALVES	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	16-01-2010	9º	Espinho 38011	
2 1 3,94	JOSÉ MELO	00 BEN-B	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	16-01-2010	5º	Espinho 38011	
2 1 5,43	DIOGO SOUSA	00 BEN-B	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	16-01-2010	6º	Espinho 38011	
2 1 6,50	FILIFE FERREIRA	00 BEN-B	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	03-01-2010	2º	Espinho 38008	
2 1 6,72	FÁBIO RESENDE	99 BEN-B	Ass. Cult. Rec. Valdágua	03-01-2010	3º	Espinho 38008	
2 1 8,44	FILIFE SILVA	99 BEN-B	Grupo Desportivo Lourocoop	16-01-2010	7º	Espinho 38011	
2 1 9,38	PEDRO VIEIRA	98 INF	Grupo Desp. Cult. Castelo Paiva	16-01-2010	10º	Espinho 38011	
2 2 3,06	LUIS FILIFE OLIVEIRA	98 INF	Grupo Cultural Desport. Sanfins	03-01-2010	15º	Espinho 38008	
2 2 7,53	TIAGO SANTOS	01 BEN-A	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	03-01-2010	6º	Espinho 38008	





Masculinos

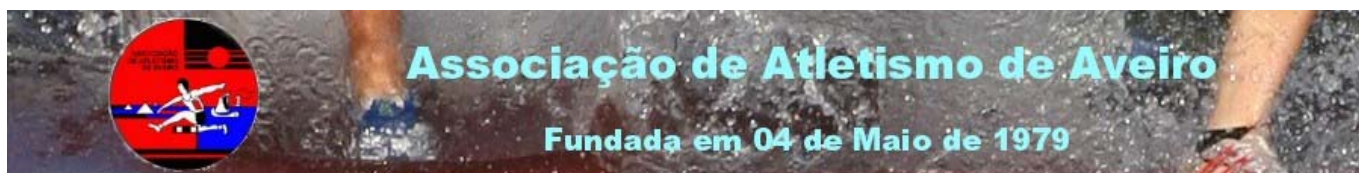
		800 Metros			Top	9 9 9 9,99
2 0 7,79	RUBEN COSTA	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	16-01-2010	2º Espinho 38011	
2 0 8,16	BRUNO VIEIRA	95 INI	Grupo Desp. Cult. Castelo Paiva	24-01-2010	1º Espinho 38013	
2 1 4,67	RUI ALVES	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	24-01-2010	3º Espinho 38013	
2 1 5,74	PEDRO LOPES	95 INI	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	16-01-2010	4º Espinho 38011	
2 1 6,26	IGOR VALENTE	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	24-01-2010	4º Espinho 38013	
2 1 6,51	RICARDO MARQUES	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	16-01-2010	6º Espinho 38011	
2 1 7,15	DIOGO CASTRO	95 INI	Afis/Ovar Atletas Fim de Semana	24-01-2010	5º Espinho 38013	
2 2 0,53	JOÃO TEIXEIRA	95 INI	Cl. Campismo S. João Madeira	16-01-2010	7º Espinho 38011	
2 2 3,85	SÉRGIO NOLASCO	96 INI	Ass. Desp. Cult. Recr. Serena	16-01-2010	9º Espinho 38011	
2 2 6,15	FILIPE LEITE	95 INI	Afis/Ovar Atletas Fim de Semana	24-01-2010	8º Espinho 38013	
2 2 8,11	LÁZARO FERREIRA	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	16-01-2010	10º Espinho 38011	
2 2 9,71	BRUNO ROBALO	96 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	20-02-2010	1º Espinho 38017	
2 3 2,73	RICARDO COSTA	95 INI	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	16-01-2010	11º Espinho 38011	
2 3 4,16	IURI MARTINS	96 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	02-02-2010	4º Espinho 38103	
2 3 6,94	MANUEL MELO	95 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	16-01-2010	12º Espinho 38011	
2 3 8,18	MARCELO AGUIAR	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	02-02-2010	7º Espinho 38103	
2 3 8,35	DIOGO AMARO	95 INI	Afis/Ovar Atletas Fim de Semana	24-01-2010	10º Espinho 38013	
2 3 9,27	DIOGO SANTOS	95 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	16-01-2010	13º Espinho 38011	
2 4 1,94	JOÃO LEITE	96 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	02-02-2010	8º Espinho 38103	
2 4 8,88	MARCELO MAGALHÃE	96 INI	Afis/Ovar Atletas Fim de Semana	24-01-2010	11º Espinho 38013	
2 5 1,37	NUNO SILVA	96 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	02-02-2010	14º Espinho 38103	
3 2 5,47	JOÃO VIEIRA	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	02-02-2010	16º Espinho 38103	
3 3 1,11	BRUNO SILVA	96 INI	Esc. Secundária Estarreja	02-02-2010	17º Espinho 38103	
9 9 9 9,99	PAULO SILVA	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	02-02-2010	9999º Espinho 38103	DN:
9 9 9 9,99	RAUL SOUSA	96 INI	Esc. Secundária Estarreja	02-02-2010	9999º Espinho 38103	





Masculinos

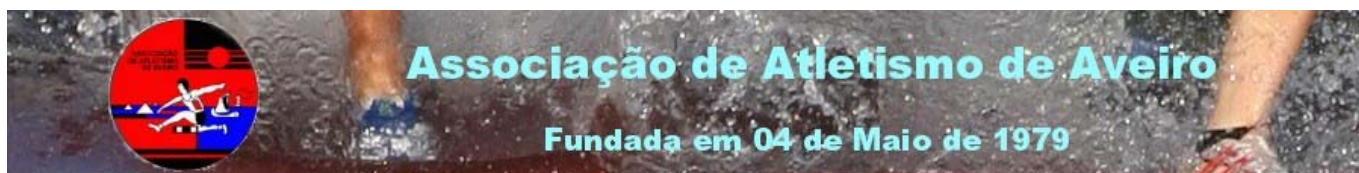
				1.000 Metros		Top	3 4 8,98
2 5 7,30	RUBEN COSTA	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	26-12-2009	1º	Espinho 38006	
2 5 8,98	RUI ALVES	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	26-12-2009	2º	Espinho 38006	
3 0 0,13	JOSÉ CRUZ	96 INI	A. C. Bunheirense	26-12-2009	3º	Espinho 38006	
3 0 2,45	RICARDO MARQUES	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	26-12-2009	4º	Espinho 38006	
3 0 4,24	PEDRO LOPES	95 INI	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	26-12-2009	5º	Espinho 38006	
3 0 4,74	JOÃO TEIXEIRA	95 INI	Cl. Campismo S. João Madeira	26-12-2009	6º	Espinho 38006	
3 0 7,10	SÉRGIO NOLASCO	96 INI	Ass. Desp. Cult. Recr. Serena	10-01-2010	2º	Espinho 38009	
3 0 9,83	JOAQUIM RODRIGUES	96 INI	A. C. Bunheirense	26-12-2009	7º	Espinho 38006	
3 1 1,79	DIOGO CASTRO	95 INI	Afis/Ovar Atletas Fim de Semana	26-12-2009	8º	Espinho 38006	
3 1 2,00	RUI ALMEIDA	96 INI	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	10-01-2010	3º	Espinho 38009	
3 1 2,48	DIOGO PEREIRA	96 INI	A. C. Bunheirense	26-12-2009	9º	Espinho 38006	
3 1 4,39	LÁZARO FERREIRA	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	10-01-2010	5º	Espinho 38009	
3 1 7,24	DANIEL ALMEIDA	96 INI	Assoc. Desportiva Sanjoanense	26-12-2009	10º	Espinho 38006	
3 2 0,31	PEDRO NADAIS	98 INF	Arada Atlético Clube	26-12-2009	1º	Espinho 38006	
3 2 2,98	FILIPE LEITE	95 INI	Afis/Ovar Atletas Fim de Semana	26-12-2009	11º	Espinho 38006	
3 2 4,52	SIMÃO SILVA	99 BEN-B	Gr. Juvenil Pinheiro Bemposta	26-12-2009	2º	Espinho 38006	
3 2 5,83	PEDRO OLIVEIRA	95 INI	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	26-12-2009	12º	Espinho 38006	
3 2 7,36	TIAGO ROSA	95 INI	Cl. Campismo S. João Madeira	10-01-2010	7º	Espinho 38009	
3 2 8,82	EDUARDO LEÇA	97 INF	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	26-12-2009	3º	Espinho 38006	
3 3 0,23	FÁBIO CASTRO	97 INF	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	26-12-2009	4º	Espinho 38006	
3 3 3,78	DIOGO AMARO	95 INI	Afis/Ovar Atletas Fim de Semana	26-12-2009	13º	Espinho 38006	
3 3 4,78	RUBEN PINTO	99 BEN-B	Juventude Atlético Mozelense	26-12-2009	5º	Espinho 38006	
3 4 1,60	FÁBIO SILVA	97 INF	E B 2, 3 de Fajões	03-02-2010	1º	Espinho 38104	
3 4 5,20	SANDRO NOGUEIRA	99 BEN-B	Núcleo de Atletismo Cucujães	26-12-2009	6º	Espinho 38006	
3 4 6,19	MARCELO MAGALHÃE	96 INI	Afis/Ovar Atletas Fim de Semana	26-12-2009	14º	Espinho 38006	
3 4 8,98	DIOGO SANTOS	97 INF	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	03-02-2010	2º	Espinho 38104	





Masculinos

		1.500 Metros		Top	5 4 8,07
4 2 8,86	BRUNO VIEIRA	95 INI	Grupo Desp. Cult. Castelo Paiva	23-01-2010	1º Espinho 38013
4 2 9,14	RUBEN COSTA	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	23-01-2010	2º Espinho 38013
4 4 4,46	RUI ALVES	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	02-01-2010	3º Espinho 38007
4 4 5,33	IGOR VALENTE	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	23-01-2010	3º Espinho 38013
4 5 0,77	CARLOS SOUSA	96 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	02-01-2010	5º Espinho 38007
4 5 2,71	JOSÉ CRUZ	96 INI	A. C. Bunheirense	02-01-2010	6º Espinho 38007
4 5 6,11	PEDRO OLIVEIRA	96 INI	Centro Recreativo Estarreja	02-01-2010	7º Espinho 38007
4 5 6,71	DIOGO CASTRO	95 INI	Afis/Ovar Atletas Fim de Semana	23-01-2010	5º Espinho 38013
4 5 6,79	PEDRO LOPES	95 INI	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	02-01-2010	8º Espinho 38007
4 5 6,96	FILIPE LEITE	95 INI	Afis/Ovar Atletas Fim de Semana	23-01-2010	6º Espinho 38013
4 5 8,49	JOÃO TEIXEIRA	95 INI	Cl. Campismo S. João Madeira	02-01-2010	9º Espinho 38007
5 0 0,99	RICARDO MARQUES	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	23-01-2010	8º Espinho 38013
5 0 1,74	MIGUEL NEVES	96 INI	Centro Recreativo Estarreja	02-01-2010	12º Espinho 38007
5 0 2,24	LÁZARO FERREIRA	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	23-01-2010	9º Espinho 38013
5 0 5,16	DIOGO PEREIRA	96 INI	A. C. Bunheirense	02-01-2010	14º Espinho 38007
5 1 0,33	DANIEL ALMEIDA	96 INI	Assoc. Desportiva Sanjoanense	02-01-2010	16º Espinho 38007
5 3 2,10	DIOGO AMARO	95 INI	Afis/Ovar Atletas Fim de Semana	23-01-2010	10º Espinho 38013
5 4 8,07	MARCELO MAGALHÃE	96 INI	Afis/Ovar Atletas Fim de Semana	02-01-2010	18º Espinho 38007



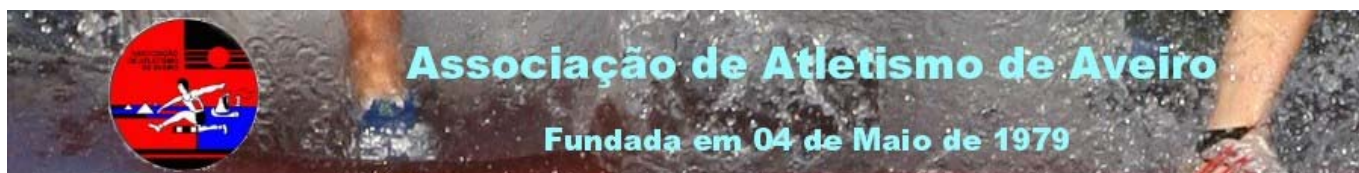


Masculinos

60 M Barr.Inf.-0,76

Top 9 9 9 9,99

1 0,08	PAULO NETO	97 INF	Ass. Atletismo Aveiro	23-01-2010	2º Espinho 38012	
1 1,11	JOÃO ALMEIDA	98 INF	Esc. Sec. Vale de Cambra	03-02-2010	1º Espinho 38104	
1 2,44	TIAGO LOPES	99 BEN-B	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	03-02-2010	2º Espinho 38104	
1 2,61	ANDRÉ IRIA	97 INF	Esc. Secundária Estarreja	26-12-2009	2º Espinho 38004	
1 3,0	TIAGO	99 BEN-B	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	13-01-2010	1º Espinho 38102	
1 3,26	BRUNO ALVES	97 INF	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	03-02-2010	3º Espinho 38104	
1 3,43	DIOGO MOREIRA	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	3º Espinho 38004	
1 3,44	MARSO RIBEIRO	97 INF	Clube Futebol União de Lamas	26-12-2009	4º Espinho 38004	
1 3,67	RICARDO NASCIMENT	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	2º Espinho 38004	
1 3,76	NUNO TERRAS	97 INF	Esc. Sec. Vale de Cambra	03-02-2010	4º Espinho 38104	
1 3,90	GONÇALO BRITO	98 INF	Juventude Atlético Mozelense	26-12-2009	3º Espinho 38004	
1 4,5	LUIS ALMEIDA	98 INF	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	13-01-2010	3º Espinho 38102	
1 5,33	JOSÉ MOTA	98 INF	Juventude Atlético Mozelense	26-12-2009	5º Espinho 38004	
9 9 9,99	FRANCISCO ALMEIDA	97 INF	Juventude Atlético Mozelense	26-12-2009	9999º Espinho 38004	
9 9 9,99	FILIPE SILVA	99 BEN-B	Grupo Desportivo Lourocoop	03-01-2010	9999º Espinho 38008	DN
9 9 9 9,99	FÁBIO OLIVEIRA	97 INF	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	03-02-2010	9999º Espinho 38104	DN





Masculinos

60 M Barr.Ini.Mas-84

Top 1 3,90

8,71	FÁBIO TEIXEIRA	95 INI	Ass. Atletismo Aveiro	23-01-2010	1º Espinho 38012
9,32	ANDRÉ SANTOS	95 INI	Ass. Atletismo Aveiro	23-01-2010	2º Espinho 38012
9,68	TIAGO FERREIRA	95 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	26-12-2009	2º Espinho 38004
9,78	HENRIQUE OLIVEIRA	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	26-12-2009	3º Espinho 38004
9,78	IGOR VALENTE	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	03-01-2010	6º Espinho 38008
1 1,25	MANUEL MELO	95 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	4º Espinho 38004
1 1,26	DIOGO SANTOS	95 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	5º Espinho 38004
1 1,35	BRUNO FERREIRA	96 INI	A. C. Bunheirense	03-01-2010	2º Espinho 38008
1 1,69	TIAGO ROSA	95 INI	Cl. Campismo S. João Madeira	03-01-2010	5º Espinho 38008
1 1,5	VASCO MAGANO	96 INI	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	13-01-2010	2º Espinho 38102
1 2,12	RUI SANTOS	96 INI	Juventude Atlético Mozelense	26-12-2009	5º Espinho 38004
1 2,16	RICARDO MARQUES	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	03-01-2010	3º Espinho 38008
1 2,45	MARCELO VIEIRA	96 INI	A. C. Bunheirense	03-01-2010	6º Espinho 38008
1 2,88	LÁZARO FERREIRA	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	03-01-2010	7º Espinho 38008
1 2,93	RUI ALVES	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	03-01-2010	4º Espinho 38008
1 2,96	XAVIER SILVA	96 INI	Grupo Desportivo Lourocoop	03-01-2010	5º Espinho 38008
1 3,78	RUBEN COSTA	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	03-01-2010	6º Espinho 38008
1 3,9	VITOR OLIVEIRA	96 INI	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	13-01-2010	3º Espinho 38102





Ranking 2010

Absoluto (até Iniciados) P.Coberta

Masculinos

50 m Barreiras 0,60

Top

1 4,19

1 4,19

BRUNO VALENTE

01 BEN-A Futsal Clube Cidade Lourosa

03-01-2010

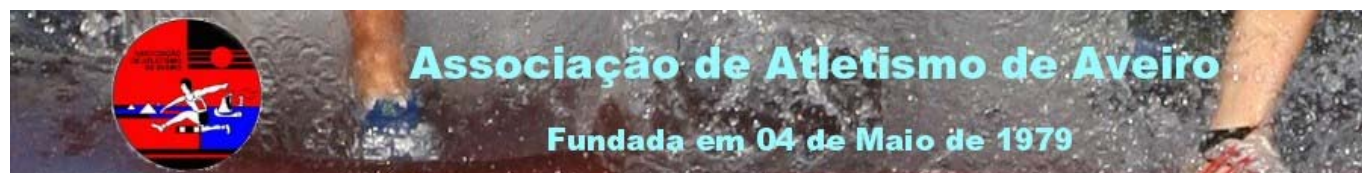
1º Espinho 38008





Masculinos

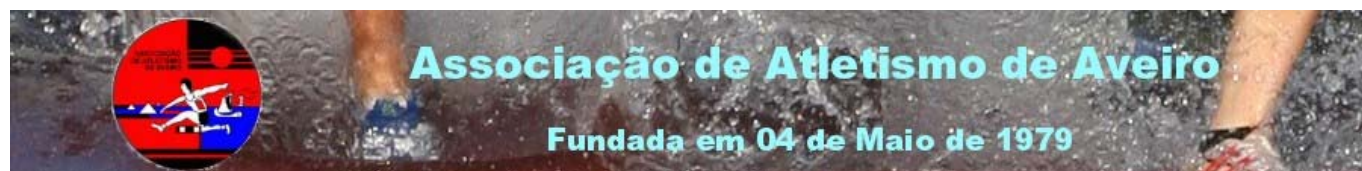
		Salto em Altura		Top	1,20
1,68	PEDRO CATARINO	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	23-01-2010	1º Espinho 38012
1,55	MARCELO AGUIAR	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	02-02-2010	1º Espinho 38103
1,54	MIKAEL MARQUES	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	02-01-2010	9º Espinho 38007
1,53	FÁBIO TEIXEIRA	95 INI	Escola Secundária Serafim Leite	20-02-2010	2º Espinho 38017
1,48	PAULO NETO	97 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	20-02-2010	1º Espinho 38017
1,47	JOÃO FILIPE SILVA	95 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	20-02-2010	3º Espinho 38017
1,44	VITOR VALENTE	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	20-02-2010	4º Espinho 38017
1,41	MANUEL MELO	95 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	20-02-2010	5º Espinho 38017
1,40	VITOR VALENTE	96 INI	Esc. Secundária Estarreja	02-02-2010	6º Espinho 38103
1,40	JOÃO SILVA	95 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	02-02-2010	5º Espinho 38103
1,40	RUI PAIVA	96 INI	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	03-02-2010	1º Espinho 38104
1,38	NICHOLAS MIRANDA	95 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	20-02-2010	6º Espinho 38017
1,35	RAUL SOUSA	96 INI	Esc. Secundária Estarreja	02-02-2010	8º Espinho 38103
1,33	TIAGO MARTINS	97 INF	Escola Secundária Júlio Dinis	20-02-2010	2º Espinho 38017
1,30	DIOGO SANTOS	95 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	30-01-2010	8º Braga 47015
1,25	RICARDO NASCIMENT	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	03-01-2010	4º Espinho 38008
1,25	JOÃO ALMEIDA	97 INF	Esc. Sec. Vale de Cambra	13-01-2010	1º Espinho 38102
1,25	RUI	96 INI	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	13-01-2010	1º Espinho 38102
1,25	RICARDO SANTOS	98 INF	E B 2, 3 de Fajões	03-02-2010	2º Espinho 38104
1,25	JOÃO ALMEIDA	98 INF	Esc. Sec. Vale de Cambra	03-02-2010	1º Espinho 38104
1,25	RUI SANTOS	96 INI	Juventude Atlético Mozelense	20-02-2010	10º Espinho 38017
1,25	MICAEL COELHO	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	20-02-2010	9º Espinho 38017
1,24	RAFAEL GUI DOMINGU	97 INF	Escola Secundária Serafim Leite	20-02-2010	3º Espinho 38017
1,21	PEDRO PEREIRA	99 BEN-B	Futsal Clube Cidade Lourosa	03-01-2010	5º Espinho 38008
1,20	JOÃO PALMEIRA	97 INF	Escola Secundária Júlio Dinis	02-02-2010	2º Espinho 38103
1,20	ANDRE IRIA	97 INF	Esc. Secundária Estarreja	02-02-2010	2º Espinho 38103





Masculinos

Salto em Comprimento						Top	3,65
5,96	ANDRÉ SANTOS	95 INI	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	26-12-2009	1º	Espinho 38004	
5,66	FÁBIO TEIXEIRA	95 INI	Ass. Atletismo Aveiro	23-01-2010	2º	Espinho 38012	
5,08	HENRIQUE OLIVEIRA	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	26-12-2009	3º	Espinho 38004	
5,00	TIAGO FERREIRA	95 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	26-12-2009	4º	Espinho 38004	
4,92	PAULO NETO	97 INF	Ass. Atletismo Aveiro	23-01-2010	2º	Espinho 38012	
4,87	IGOR VALENTE	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	6º	Espinho 38004	
4,82	RUI PAIVA	96 INI	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	03-02-2010	2º	Espinho 38104	
4,79	MICAEL COELHO	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	26-12-2009	1º	Espinho 38004	
4,66	VITOR VALENTE	96 INI	Esc. Secundária Estarreja	26-12-2009	2º	Espinho 38004	
4,63	JOSÉ PINHO	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	26-12-2009	3º	Espinho 38004	
4,60	MARCELO AGUIAR	96 INI	Esc. Secundária Estarreja	26-12-2009	5º	Espinho 38004	
4,58	MARCO ALMEIDA	95 INI	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	26-12-2009	6º	Espinho 38004	
4,33	MANUEL MELO	95 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	7º	Espinho 38004	
4,32	TIAGO MARTINS	97 INF	Escola Secundária Júlio Dinis	02-01-2010	2º	Espinho 38007	
4,28	DIOGO SANTOS	95 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	8º	Espinho 38004	
4,26	VITOR COELHO	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	7º	Espinho 38004	
4,17	RUI SANTOS	96 INI	Juventude Atlético Mozelense	12-12-2009	9º	Braga 47004	
4,07	RUI BENTO	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	8º	Espinho 38004	
4,03	ANDRE ALMEIDA	97 INF	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	03-02-2010	1º	Espinho 38104	
3,97	TIAGO ROSA	95 INI	Cl. Campismo S. João Madeira	26-12-2009	10º	Espinho 38004	
3,93	EDUARDO LEÇA	97 INF	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	02-01-2010	3º	Espinho 38007	
3,86	RICARDO NASCIMENT	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	02-01-2010	4º	Espinho 38007	
3,82	DIOGO MOREIRA	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	2º	Espinho 38004	
3,75	LÁZARO FERREIRA	96 INI	Clube Futebol União de Lamas	26-12-2009	9º	Espinho 38004	
3,69	FÁBIO OLIVEIRA	97 INF	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	03-02-2010	2º	Espinho 38104	
3,65	BRUNO ALVES	97 INF	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	03-02-2010	3º	Espinho 38104	



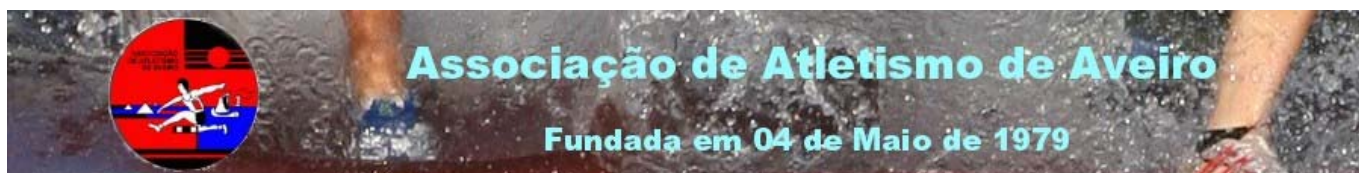


Ranking 2010

Absoluto (até Iniciados) P.Coberta

Masculinos

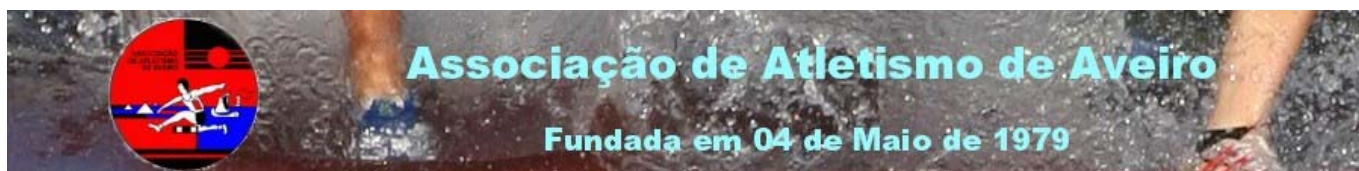
		Triplo Salto			Top	1 0,04
11,20	ANDRÉ SANTOS	95 INI	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	03-01-2010	4º Espinho 38008	
10,73	IGOR VALENTE	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	03-01-2010	6º Espinho 38008	
10,04	MANUEL MELO	95 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	03-01-2010	8º Espinho 38008	





Masculinos

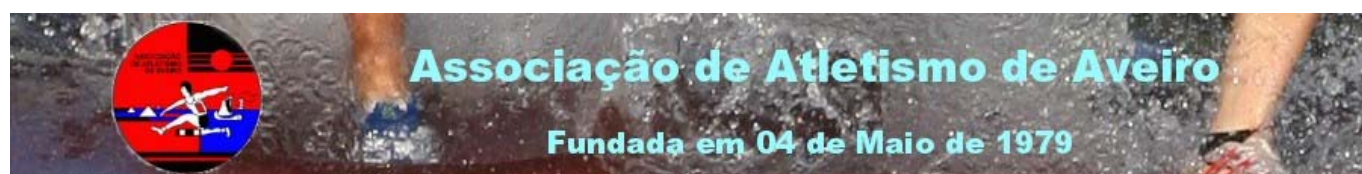
		Lançamento Peso-2Kg		Top	3,83
7,01	FRANCISCO ALMEIDA	97 INF	Juventude Atlético Mozelense	09-01-2010	1º Espinho 38009
6,35	PEDRO PEREIRA	99 BEN-B	Futsal Clube Cidade Lourosa	03-01-2010	1º Espinho 38008
6,34	RUBEN PINTO	99 BEN-B	Juventude Atlético Mozelense	09-01-2010	1º Espinho 38009
6,15	DANIEL OLIVEIRA	99 BEN-B	Desportivo de Gondufe	03-01-2010	2º Espinho 38008
6,15	JOÃO LIMO	99 BEN-B	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	09-01-2010	2º Espinho 38009
5,60	VASCO ALVES	99 BEN-B	Núcleo de Atletismo Cucujães	03-01-2010	3º Espinho 38008
5,34	JOSÉ MELO	00 BEN-B	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	09-01-2010	3º Espinho 38009
5,25	PEDRO BERNARDES	99 BEN-B	Juventude Atlético Mozelense	09-01-2010	4º Espinho 38009
5,23	RUBEN ROCHA	00 BEN-B	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	03-01-2010	4º Espinho 38008
5,18	GONÇALO BRITO	98 INF	Juventude Atlético Mozelense	09-01-2010	2º Espinho 38009
5,14	PEDRO PEREIRA	00 BEN-B	Assoc. Amigos Seixo Branco	03-01-2010	5º Espinho 38008
5,05	BRUNO OLIVEIRA	00 BEN-B	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	03-01-2010	6º Espinho 38008
4,99	DIOGO SOUSA	00 BEN-B	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	03-01-2010	7º Espinho 38008
4,98	FILIPE SILVA	99 BEN-B	Grupo Desportivo Lourocoop	09-01-2010	5º Espinho 38009
4,80	RICARDO MOTA	01 BEN-A	Clube Futebol União de Lamas	09-01-2010	6º Espinho 38009
4,74	FÁBIO RESENDE	99 BEN-B	Ass. Cult. Rec. Valdágua	09-01-2010	7º Espinho 38009
4,49	JOSÉ SILVA	01 BEN-A	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	03-01-2010	8º Espinho 38008
4,43	RAFAEL FREITAS	00 BEN-B	Juventude Atlético Mozelense	09-01-2010	8º Espinho 38009
4,33	TIAGO SANTOS	01 BEN-A	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	03-01-2010	9º Espinho 38008
4,25	RICARDO LIMA	02 BEN-A	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	03-01-2010	10º Espinho 38008
4,14	GONÇALO GRILO	98 INF	Grupo Desportivo Lourocoop	09-01-2010	3º Espinho 38009
3,83	ALEXANDRE RIBEIRO	00 BEN-B	Grupo Desportivo Lourocoop	03-01-2010	11º Espinho 38008





Masculinos

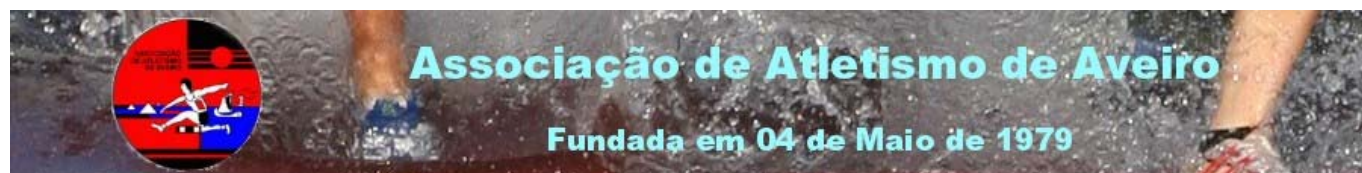
		Lançamento Peso-3Kg		Top	2,65
8,19	ANDRE IRIA	97 INF	Esc. Secundária Estarreja	26-12-2009	1º Espinho 38004
8,09	PAULO NETO	97 INF	Ass. Atletismo Aveiro	23-01-2010	7º Espinho 38012
7,34	BRUNO FALCÃO	97 INF	Ass. Cult. Rec. Vale Cambra	16-01-2010	2º Espinho 38011
7,17	RUI MAIA	97 INF	Desportivo de Gondufe	16-01-2010	3º Espinho 38011
7,03	MIGUEL PEREIRA	97 INF	Serv Soc Trab Mun SJMadeira	16-01-2010	4º Espinho 38011
6,65	DIOGO MOREIRA	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	03-01-2010	1º Espinho 38008
6,18	FRANCISCO ALMEIDA	97 INF	Juventude Atlético Mozelense	16-01-2010	6º Espinho 38011
5,89	RICARDO SOUSA	98 INF	Esc. Básica 2,3 C. Escariz	13-01-2010	1º Espinho 38102
5,27	RICARDO NASCIMENT	98 INF	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	5º Espinho 38004
4,99	SIMÃO BRANDÃO	97 INF	Esc. Secundária Estarreja	02-02-2010	7º Espinho 38103
4,96	MARSO RIBEIRO	97 INF	Clube Futebol União de Lamas	26-12-2009	6º Espinho 38004
4,62	LUIS FILIPE OLIVEIRA	98 INF	Grupo Cultural Desport. Sanfins	03-01-2010	2º Espinho 38008
4,49	MARCELO SILVA	98 INF	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	03-01-2010	3º Espinho 38008
4,25	JOSÉ MOTA	98 INF	Juventude Atlético Mozelense	26-12-2009	7º Espinho 38004
4,23	NUNO FERNANDES	98 INF	Ass. Cult. Rec. Vale Cambra	16-01-2010	8º Espinho 38011
4,17	GONÇALO BRITO	98 INF	Juventude Atlético Mozelense	26-12-2009	8º Espinho 38004
2,65	EDUARDO PINHO	97 INF	Esc. Sec. Vale de Cambra	13-01-2010	2º Espinho 38102





Masculinos

Lançamento Peso-4Kg				Top	8,02
14,73	JOSÉ PINHO	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	17-01-2010	1º Espinho 38011
14,15	TIAGO FERREIRA	95 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	17-01-2010	2º Espinho 38011
11,43	FÁBIO TEIXEIRA	95 INI	Ass. Atletismo Aveiro	23-01-2010	1º Espinho 38012
10,70	ELVIS MATIAS	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	03-01-2010	4º Espinho 38008
10,69	VITOR VALENTE	96 INI	Esc. Secundária Estarreja	26-12-2009	2º Espinho 38004
10,22	MIKAEL MARQUES	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	03-01-2010	6º Espinho 38008
9,83	ANDRÉ SANTOS	95 INI	Ass. Atletismo Aveiro	23-01-2010	5º Espinho 38012
9,52	MARCO ALMEIDA	95 INI	Ass.C.Desp.Vila Cesari Opinlux	26-12-2009	3º Espinho 38004
9,41	BRUNO SILVA	96 INI	Esc. Secundária Estarreja	02-02-2010	2º Espinho 38103
9,25	HENRIQUE OLIVEIRA	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	26-12-2009	5º Espinho 38004
8,91	VITOR COELHO	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	03-01-2010	8º Espinho 38008
8,89	BRUNO MAIA	95 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	02-02-2010	4º Espinho 38103
8,75	BRUNO FERREIRA	96 INI	A. C. Bunheirense	03-01-2010	9º Espinho 38008
8,70	MARCELO AGUIAR	96 INI	Esc. Secundária Estarreja	26-12-2009	4º Espinho 38004
8,67	VICTOR COELHO	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	16-01-2010	5º Espinho 38011
8,64	RUI ALVES	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	03-01-2010	10º Espinho 38008
8,59	RUBEN COSTA	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	03-01-2010	11º Espinho 38008
8,51	JOÃO VIEIRA	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	02-02-2010	7º Espinho 38103
8,44	DIOGO SANTOS	95 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	6º Espinho 38004
8,43	VITOR OLIVEIRA	95 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	02-02-2010	8º Espinho 38103
8,36	PEDRO CATARINO	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	26-12-2009	7º Espinho 38004
8,33	ANDRÉ PINTO	96 INI	Escola Secundária Júlio Dinis	02-02-2010	10º Espinho 38103
8,15	MICAEL COELHO	95 INI	Esc. Secundária Estarreja	26-12-2009	8º Espinho 38004
8,04	RICARDO MARQUES	95 INI	Ass. Cult. Desp. Lavandeira	03-01-2010	14º Espinho 38008
8,02	RUI SANTOS	96 INI	Juventude Atlética Mozelense	16-01-2010	7º Espinho 38011



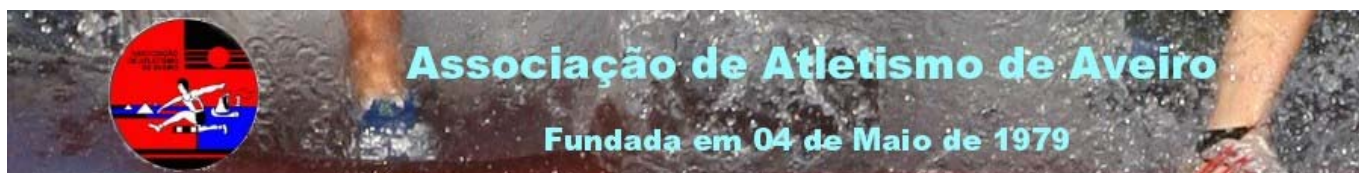


Ranking 2010

Absoluto (até Iniciados) P.Coberta

Masculinos

Lançamento Peso-5Kg				Top	7,22
12,25	JOSÉ PINHO	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	02-01-2010	3º Espinho 38007
8,75	MIKAEL MARQUES	95 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	02-01-2010	11º Espinho 38007
7,22	LEANDRO GONÇALVE	96 INI	Núcleo de Atletismo Cucujães	02-01-2010	12º Espinho 38007



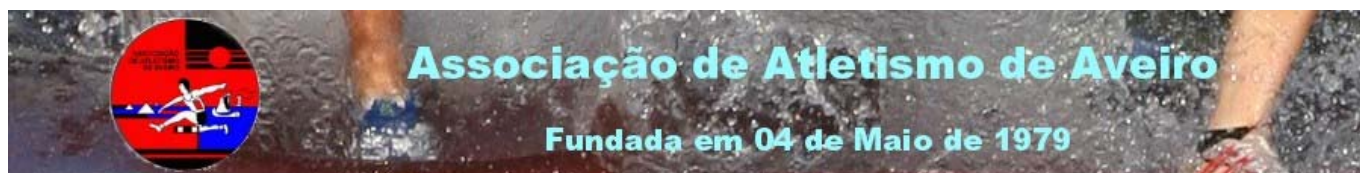


Ranking 2010

Absoluto (até Iniciados) P.Coberta

Masculinos

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



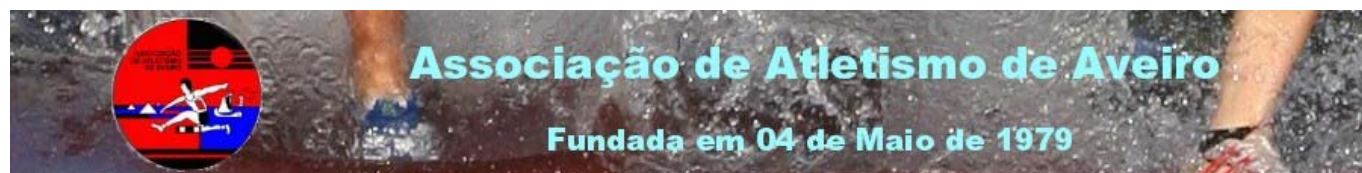


Ranking 2010

Absoluto (até Iniciados) P.Coberta

Masculinos

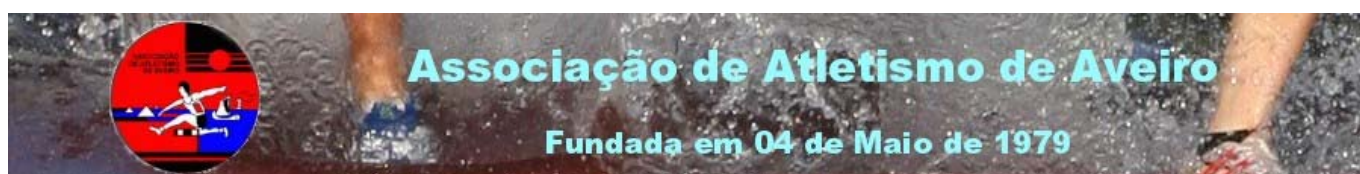
Triatlo - Iniciados						Top	6 8 2,00
1715	FÁBIO TEIXEIRA 8,93 5,28 10,52	95 INI	Escola Secundária Serafim Leite	26-12-2009	1º	Espinho 38004	
1692	ANDRÉ SANTOS 9,36 5,96 9,34	95 INI	Assoc. Cult. Desp. Os Ílhavos	26-12-2009	2º	Espinho 38004	
1669	TIAGO FERREIRA 9,68 5,00 13,28	95 INI	Ass. Desp. Rec. Educ. Palhaça	26-12-2009	3º	Espinho 38004	
1422	HENRIQUE OLIVEIRA 9,78 5,08 9,25	95 INI	Ass.Desp.Rec.Cult. Sto António	26-12-2009	4º	Espinho 38004	
1225	IGOR VALENTE 10,08 4,87 7,57	96 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	6º	Espinho 38004	
972	DIOGO SANTOS 11,26 4,28 8,44	95 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	7º	Espinho 38004	
839	MANUEL MELO 11,25 4,33 5,98	95 INI	Ass. Cult. Rec. Desp. Escapães	26-12-2009	9º	Espinho 38004	
802	RUI SANTOS 12,12 4,15 7,89	96 INI	Juventude Atlético Mozelense	26-12-2009	10º	Espinho 38004	
682	TIAGO ROSA 12,19 3,97 6,48	95 INI	Cl. Campismo S. João Madeira	26-12-2009	11º	Espinho 38004	





Masculinos

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





Ranking 2010

Absoluto (até Iniciados) P.Coberta

Masculinos

Estafeta Sueca

Top 2 2 2,80

2 2 2,80

LAVANDEIRA

95 INI

Ass. Cult. Desp. Lavandeira

13-02-2010

5º Espinho 38015

Ruben Costa (1995) / Rui Alves (1995) / Ricardo Marques (1995) / Eduardo Leça (1997)





Ranking 2010

Absoluto (até Iniciados) P.Coberta

Masculinos

1.000 Metros Marcha

Top

9 9 9,99

7 4 5,68	FILIPE SILVA	99 BEN-B Grupo Desportivo Lourocoop	02-01-2010	1º Espinho 38007	
9 9 9,99	ALEXANDRE RIBEIRO	00 BEN-B Grupo Desportivo Lourocoop	02-01-2010	3999º Espinho 38007	DN:





Ranking 2010

Absoluto (até Iniciados) P.Coberta

Masculinos

3.000 Metros Marcha

Top 2 3 1 5,92

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

